

Haut-Léon

Communauté



PISCINE : REPRISE DES ACTIVITÉS AQUATIQUES ET EN SALLE

Pour rappel, la Piscine de Haut-Léon Communauté propose des séances aquatiques comme **les bébés nageurs, aquagym, aquados, aquabiking, aquafitness, aquapalmes, swim training, et natation sportive.**

Pour ce qui est **des activités en salle**, le public pourra choisir entre des séances mêlant renforcement musculaire, cardio et tonification, comme le **Mix Cardio abdos fessiers** ou le **Body Sculpt**. Pour celles et ceux en quête d'activités plus douces, les séances de **Stretch & Mobility** ou de **Gym seniors** offriront un mélange de stretching, d'exercices de mobilité et de techniques inspirées du Pilates. Ouvertes à tous, ces séances s'adressent aussi bien aux débutants qu'aux pratiquants expérimentés.

Concernant les inscriptions, les abonnés ayant déjà un PASS en cours de validité peuvent réserver dès maintenant leurs activités aquatiques ou en salle jusqu'aux vacances de la Toussaint. Le planning est en ligne **sur la plateforme via le site internet de la piscine : www.piscine-saint-pol-de-leon.bzh**.

Les futurs abonnés aux activités, peuvent quant à eux se présenter à l'accueil pour l'achat d'un badge et le crédit de leurs séances d'activités : au choix 10,20 ou 30 séances, valables 1 an à compter de la date d'achat. La réservation de leur 1^{ère} séance pourra se faire à ce moment-là. Une fois le badge acheté, le crédit des PASS peut se faire à tout moment, **soit à l'accueil, aux horaires d'ouverture soit sur la plateforme via le site internet de la piscine : www.piscine-saint-pol-de-leon.bzh**. Le PASS donne accès à l'ensemble des activités. L'offre de prestations et la tarification sont également disponibles sur le site de la Piscine.

MAISON DES FAMILLES

La Maison des Familles est un lieu d'accueil et d'échanges, un espace de partage d'expériences et d'animations.

La Maison des Familles accueille le public au sein d'un espace dédiée, située dans les locaux de l'espace France Services, 1 rue de Plouescat à Cléder.

Elle intervient également 'hors les murs' au gré d'animations organisées sur les communes du territoire. Rencontres, ateliers, balades, conférences...

Par le biais de partenariats étroits avec les services communautaires et les services municipaux, elle propose à l'année un ensemble d'activités qui s'adresse aux habitants de Haut-Léon communauté.

KAFÉS RÉNO : DES TEMPS D'INFORMATION POUR PRÉPARER LA RÉNOVATION DE SON LOGEMENT AVANT L'HIVER

À l'approche de l'hiver, Haut-Léon Communauté lance une série d'animations gratuites et ouvertes à tous, pour informer et accompagner les propriétaires dans leurs projets de rénovation : « Les Kafés Réno ».

Ces rencontres, organisées dans le cadre de l'Opération Programmée d'Amélioration de l'Habitat (OPAH), proposent des échanges, sous différents formats, autour des questions liées à la rénovation des logements : économies d'énergie, adaptation au vieillissement, copropriétés, habitat vacant...

Des temps d'échanges imaginés en collaboration avec des partenaires :

l'ANAH (Agence Nationale de l'Amélioration de l'Habitat),
HEOL (agence locale de l'énergie et du climat du Pays de Morlaix)
et le CAUE du Finistère (Conseil en Architecture, Urbanisme et Environnement)

Permanence « Les aides à la rénovation »

Haut-Léon Communauté, HEOL et Citémétrie répondent à vos questions sur les dispositifs d'aide.

Samedi 4 octobre – 9h30 à 12h30
France Services, Cléder

Atelier « Réduire ses conso »

Des gestes simples pour économiser énergie et eau, bénéfiques pour le porte-monnaie et la planète.

Animation : HEOL
Samedi 4 octobre – 10h et 11h
France Services, Cléder

Visite d'une maison rénovée

Découvrez un projet concret et échangez avec les experts.

Samedi 4 octobre – 14h00
Cléder

Échange « Réhabitons nos centres ! »

Un débat sur la revitalisation des centres-villes et la lutte contre la vacance des logements.

Animation : HLC et Citémétrie
Jeudi 9 octobre – 18h30
Librairie Livres in Room, Saint-Pol-de-Léon

Atelier « Les matériaux biosourcés, késaco ? »

Présentation des éco-matériaux et techniques de pose.

Animation : Approche Éco-Habitat
Jeudi 16 octobre – 18h30
Café Beach Break, Santec
Animations gratuites sur inscription auprès du service Habitat
02.98.29.33.04 habitat@hlc.bzh)

Infos Pratiques

Docteur

Desjouis - 02 98 69 54 64
Constantin - 07 49 47 87 77

Pharmacie

N.D de Kerellon
02 98 69 51 16

Masseur-Kinésithérapeutes

Bodennec - 02 98 29 64 02
De la Rebière de Pouyade
02 98 69 52 40

Diététicienne

Emilie COURMARCEL 06 79 41 91 40

Ostéopathe

Aurélien Bars - 06 62 08 77 67

Massage bien-être

Axelle Melenec - 06 72 17 53 04

Cabinets infirmiers

Louise Lagathu 02 98 69 54 91
Argouarch-Chapdeleine-Seité-
Le Henaff - 02 98 69 51 82

Cabinet dentaire

L'Higuinien - Lescour- Apprioual
02 98 69 55 06

Pédicure-Podologue D.E.

M. Sourceau - 02 98 69 53 49

Sage-femme

Céline Quelen - 07 89 25 38 28

Mairie : 02 98 69 51 11

Du lundi au vendredi :
8h30-12h et 13h30-17h

Mission locale

à la Maison des Services les mardis,
mercredis et jeudis de 8h30 à 12h et
de 13h30 à 17h30 - 02 98 29 12 68

Médiathèque

Mardi : 10 h à 11 h / 16h à 18h
Mercredi : 10h-12h/16h à 18h
Vendredi : 10h-12h et 16h-18h
Samedi : 10h-12h

Déchetterie communautaire de Ty Korn

Le lundi 13h30 à 17h45
Du mardi au samedi : 8h45 -11h45 et
13h30 - 17h45
Justificatif de domicile obligatoire
02 98 29 82 11

Maison des Services au Public (MSAP)

St Pol de Léon 02 98 69 10 44
Cléder 02 98 69 44 54

Accueil de jour AS Domicile

Plouénan - 02 98 68 10 36

SAUR 02 77 62 40 00

ENEDIS

Service
dépannage
09 72 67 50 29



La plume numérique

Prochaine permanence
le 3 octobre 2025
PRENDRE RENDEZ-VOUS EN MAIRIE
02 98 69 51 11

COLLECTE DE SANG

SAINT-POL-DE LEON
De 9h à 13h
Sur rendez-vous, sur le site :
<https://mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr>

Mercredi 8 et jeudi 9 octobre
Mercredi 10 et jeudi 11 décembre

Prévoir une pièce d'identité (obligatoire)

Mairie**Etat Civil**

Afin de de vous accueillir dans les
meilleures conditions, n'hésitez pas à
prendre rendez-vous pour déposer
un dossier de mariage, de pacs, ou
de faire une reconnaissance.
02 98 69 51 11

Carte nationale d'identité

Pour toutes demandes de carte na-
tionale d'identité vous devez prendre ren-
dez-vous en ligne en mairie de St Pol de
Léon via le site de réservation suivant :

<https://www.rdv360.com/mairie-de-saint-pol-de-leon>
Tél : 02 98 15 85 00
Autres mairies
PLOUESCAT-BERVEN-POUNEVEZ-LOCHRIST-
PLOUVORN

**MISSION LOCALE
Jeunes 16-25 ans**

La mission locale sera présente sur
Plouénan à la Mairie les 1er et 3ème
jeudis après-midi de chaque mois de
14h à 17h.

**Permanences : 1er et 3ème jeudi
du mois - 02 98 15 15 50**

**Grand Gala de Catch à Plouénan
au Cristal**

le samedi 29 novembre 2025, entrée à par-
tir de 19h

Tarif à partir de 8€ enfant et 12€ en ligne,
sinon 10 et 15€ sur place
Buvette et restauration sur place, avec pas
moins de 6 grands combats
dont un match de poids-lourd entre Mecca
le champion et roi de la Bagarre et le chal-
lenger Skaar,

Lien de la billetterie ici : [https://
www.billetweb.fr/catch-plouenan](https://www.billetweb.fr/catch-plouenan)

FETE DE CLASSE DES 60 ANS

Toutes les personnes nées à PLOUENAN
en 1965 ou y résidant sont invitées à une
soirée retrouvailles le samedi 29 novembre
2025 (soirée années 80 à Penzé).
Les conjoints(es) sont également bienve-
nus(es).

Inscription pour le 15 octobre 2025, dernier
délai, au 06 15 03 92 46

L'Echoppe Solidaire

L'échoppe solidaire passera dans votre com-
mune ! C'est une épicerie solidaire dans la-
quelle les produits (alimentaires et non-
alimentaires) sont à -70 %.

Toutes les personnes du Haut-Léon Commu-
nauté sont concernées (sous conditions de
ressources).

L'échoppe solidaire est présente tous les
premiers mercredis du mois, dans la Com-
mune de Plouénan

de 17h45 à 18h45 sur le parking de la Maison
du Filet Brodé, près du cimetière.

**Permanence secours
catholique**

Depuis quelques mois une
antenne du Secours Catho-
lique-Caritas s'installe à la
mairie de Plouénan.

Animée par des bénévoles de
l'association, elle accueillera
toute personne en précarité. Elle a pour objec-
tif d'être un lieu de rencontre et de soutien
matériel.

Prochaine permanence le 17 octobre 2025
Ouvrte à tous- Soyez les bienvenus de 9h30
à 11h30 le 3ème vendredi du mois.

**Recensement national
obligatoire à 16 ans Jeunes
nés au mois d'octobre 2009**

L'article L.113-1 « Tout français âgé de 16
ans est tenu de se faire recenser ». A la date
anniversaire de ses 16 ans tout jeune français
doit se faire recenser à la mairie de son
domicile avec une pièce d'identité et le livret
de famille. La mairie remet une attestation de
recensement valable pour les concours ou
examens soumis au contrôle de l'autorité
publique.

Tél. : 09 70 84 51 51

<http://www.defense.gouv.fr/jdc>
csn-brest.sec.fct@intradef.gouv.fr

**MAISON DU FILET BRODÉ
PLOUENAN**

Le Jeudi

De 14 à 16 h30

RENTREE: 2 ATELIERS HEBDOMADAIRES



LE LUNDI DE 20 À 22 H



TEL: 07 67 55 48 71

[HTTPS://WWW.FILETBRODEPLOUENAN.FR](https://www.filetbrodeplouenan.fr)

WWW.MDPH29.FR



Le handicap est la priorité du Département du Finistère.
Plus d'informations sur www.finistere.fr/handicap

Animé par Rachel

LOTO BINGO

PLOUENAN
Salle Le Cristal

Dimanche 26 Octobre

Ouverture des portes **11h** / Début des jeux **13h30**

+ de 3 800€ de lots

Comité Des Fêtes de Plouénan

paiement CB accepté

TOURNOI OPEN

TERRE BATTUE TRADITIONNELLE

DU 17 AU 31 OCTOBRE

SPORTING TENNIS CLUB DE PLOUENAN

Inscription en ligne via Ten'Up

Juge arbitre Roger Le Querrec
T 2026 52 29 0311 00161318

DIMANCHE
12 OCTOBRE 2025

Foire à tout

SALLE LE CRISTAL
PLOUENAN

Renseignements et inscriptions (8€ la table de 2m40)
au 06 88 46 93 13

ORGANISATION :
Comité de jumelage Plouénan (29) – Plainfaing (88)

AGIR CHAQUE JOUR
DANS VOTRE
INTERET

ET CELUI DE LA
SOCIÉTÉ

FINISTÈRE

Médiathèque

Programmation Octobre 2025

Exposition – Jusqu'au mercredi 15 octobre

Palette, le musée des couleurs

Une exposition de 10 panneaux pour découvrir toutes les subtilités de la couleur en déambulant autour de reproductions d'œuvres d'art célèbres. Exposition prêtée par la Bibliothèque départementale du Finistère.

Exposition - Fantastiques dessins

A partir du vendredi 17 octobre jusqu'au samedi 29 novembre

Une exposition collaborative de dessins des enfants de Plouénan. Le thème fantastique va se décliner dans le bâtiment L'espace à partir des vacances scolaires, jusqu'à fin novembre. Les deux écoles de la commune vous invitent à découvrir l'univers des contes abordé depuis la rentrée, de quoi déclencher l'imaginaire et découvrir des mondes fantastiques.

Club de lecture

Samedi 4 octobre – 13h30

Venez partager, échanger et discuter autour de vos derniers coups de cœur ! Romans, policiers, BD ou bien encore documentaires, quels sont les derniers livres à vous avoir fait vibrer ? Un moment convivial en petit comité !

Atelier Créatif

Samedi 4 octobre - 10h30

Mendy Rouquet propose un atelier créatif pour enfants avec la confection d'un mobile coloré à suspendre, couleurs et formes seront au rendez-vous. Durée 1h - Sur inscription – à partir de 6 ans

Exposition de photographies et recueils de paroles

Semaine bleue du mardi 7 au samedi 11 octobre

A l'occasion du thème de cette année, « Vieillir, une force à parta-

ger », venez découvrir à la médiathèque quelques recueils de paroles et des photographies d'échanges entre aînés et enfants. En collaboration avec l'accueil de jour AS Domicile et la maison partagée Ages et vie.

Atelier origami pour enfants

Mardi 21 octobre - 10h30 - Durée 1h – Dès 4 ans

Créations de grenouilles en origami et concours de sauts, ponctués par la découverte d'une histoire originale et d'une célèbre chanson. On fêtera les grenouilles à la médiathèque.

Eloquence, nos ados prennent la parole

Jedi 23 octobre – 10h30 à 11h30

Séance de découverte de l'éloquence ou l'art de bien parler, d'émouvoir et de persuader ! Entrée interdite aux enfants et adultes !!

Chouette des Histoires... en pyjama !

Vendredi 24 octobre – De 19h à 20h - Dès 4 ans – Sur inscription

A renfort de couettes, oreillers et lampes d'ambiance, vous êtes invités à entrer dans un monde fantastique, plein de surprises, de petits monstres et de dragons attachants, c'est tellement chouette les histoires... du soir ! Alors, petits et grands, on vous attend, pyjamas exigés !

Contes en famille - Mardi 28 octobre – 18h (durée 45 minutes)

Des contes pleins des poches, histoire d'un grain de sable et devinettes, contés par Chantal Gallou – à partir de 4 ans

Séances café tricot et tricot'thé - Entrée libre – Tout public

Durée 1h - dates à préciser prochainement

Un moment d'échanges autour des travaux d'aiguilles, encadrés par Catherine Othon.

ATELIERS CRÉATIFS

TISSAGE AMÉRINDIEN
ATELIER ADULTE
SAMEDI 27 SEPTEMBRE
10H30

Animés par
Mendy Rouquet

SUR INSCRIPTION

MOBILE COLORÉ
ATELIER ENFANT
SAMEDI 4 OCTOBRE
10H30

Médiathèque de Plouénan
Rue du 19 mars 1962
02.98.69.61.47
mediatheque.plouenan@gmail.com

PLOUENAN

Prochaine parution : NOVEMBRE 2025
Les articles seront à déposer
avant le 15 octobre 2025

Projection du documentaire Les Spirates de l'Estrella

Cinéma Majestic – Saint-Pol-de-Léon

Dimanche 12 octobre – 15h (ouverture des portes à 14h45)

Venez découvrir le projet audacieux des Spirates de l'Estrella : quatre personnes atteintes de spina bifida (touchées différemment par cette maladie congénitale) qui défient les préjugés, les limites physiques et les idées reçues en s'embarquant à bord du voilier Estrella. Leur voyage : partir de Saint-Malo pour rejoindre l'Irlande et l'Écosse, rencontrer sur place des associations locales, partager leur vécu, sensibiliser le grand public à cette maladie encore méconnue, et documenter cette aventure hors du commun.

Ce film n'est pas seulement un récit de navigation : c'est une démarche de solidarité et d'inclusion, qui montre comment les personnes avec handicap peuvent vivre "à fond", ensemble, en mer, en mettant les voiles vers la différence. À travers les témoignages, les scènes de vie à bord, ce documentaire entend faire connaître cette maladie autrement, libérer la parole, inspirer.

Une projection pour tous : familles, curieux, habitants du territoire, amateurs de récits vrais.

Une session de questions/réponses avec le réalisateur (père du monteur du documentaire également atteint d'un spina bifida) et les "spirates" aura lieu après la diffusion du documentaire



Le pôle enfance jeunesse

Après un été bien rempli, le Pôle Animation est de retour pour accueillir petits et grands chaque mercredi, dans une ambiance ludique, créative et conviviale. Pour marquer cette rentrée avec un brin de magie, notre premier thème de l'année sera : L'École des Sorciers !

Un programme ensorcelant attend tous les apprentis magiciens, qu'ils soient fans d'Harry Potter ou simplement curieux de plonger dans un univers mystérieux, fantastique et plein de surprises.

Alors, sortez vos baguettes, enfilez vos capes, et rejoignez-nous pour une rentrée... magique !

Le programme d'animation est disponible sur plouenan.bzh



Visite de la maison du filet brodé

Les enfants du pôle animation de Plouénan ont eu l'opportunité de remonter le temps, mercredi 3 septembre, à travers une immersion passionnante au cœur de la vie quotidienne dans le haut Léon des années 1920. Merci à Annie et Christine qui ont captivé l'attention des enfants en leur montrant les vêtements portés à l'époque : coiffes, sabots... et en évoquant les détails de la vie quotidienne qui ont marqué les jeunes visiteurs : l'absence de confort moderne, les longs déplacements pour se rendre à l'école, la vie des bébés....

