

## La mairie vous informe

### FRELON ASIATIQUE

En cas de découverte d'un nid, contactez la mairie qui fera déplacer son référent afin de :

- Confirmer qu'il s'agit bien d'un nid de frelon asiatique ;
- Si possible, détruire le nid lorsqu'il est à son stade primaire ;
- Vous indiquer la marche à suivre afin de faire éliminer votre nid par un professionnel. Vous n'aurez rien à régler, la destruction du nid de frelon asiatique sera prise en charge par la communauté de communes.

### CONCOURS GÉNÉRAL AGRICOLE

Dans le cadre de la mise en œuvre du SAGE, le Syndicat des Eaux du Bas-Léon organise le Concours Général Agricole sur le volet de l'agroforesterie et du bocage, sur l'ensemble des 56 communes du Bas-Léon (du Conquet à Tréfléz). Vous êtes agriculteurs, vous valorisez le bois de votre exploitation, optimisez l'accueil d'auxiliaires de cultures ou encore vous avez planté des haies sur vos parcelles (il y a minimum 3 ans) : ce concours est fait pour vous ! Les meilleurs candidats seront récompensés au Salon International de l'Agriculture à Paris. Inscription avant le 6 juin 2021. Renseignement via le Syndicat des Eaux du Bas-Léon, 02 98 30 83 00 / bocage.basleon@orange.fr  
<https://www.syndicateauxbasleon.bzh/>

### DÉCLARATION DE REVENUS

Si vous rencontrez une difficulté, vous pouvez bénéficier d'une assistance, par téléphone au 0809 401401 (appel non surtaxé) et via le site [impots.gouv.fr](http://impots.gouv.fr) à partir de l'espace sécurisé individuel. Un accueil physique sera assuré dans les centres des finances publiques, et dans diverses communes.

### DISTRIBUTEUR DE BILLETS EN PANNE

En raison de problèmes technique, le distributeur de billets est temporairement inutilisable. Les opérations de retrait avec votre carte bancaire sont déconseillées.

### JOURNÉE PORTES OUVERTES, ÉCOLE NOTRE DAME DES ANGES

En raison de la pandémie, les portes ouvertes ne peuvent avoir lieu cette année.

Vous pouvez toutefois visiter les locaux de l'école et avoir les renseignements utiles ainsi que les réponses à vos questions lors de rencontres avec la directrice, le soir après la classe ou le mardi.

Merci d'appeler le 07 86 48 62 38 pour convenir d'un rendez-vous



### JOURNÉE PORTES OUVERTES, ÉCOLE JOSEPH SIGNOR

L'équipe pédagogique vous accueillera, sur rendez-vous, pour vous faire visiter les locaux et vous parler des différents projets pédagogiques de l'école.

Pour toute information complémentaire, vous pouvez consulter notre blog : [ecolepublique-landeda.eklablog.com](http://ecolepublique-landeda.eklablog.com) ou nous contacter : 02 98 04 93 43 / [ec.0290883c@ac-rennes.fr](mailto:ec.0290883c@ac-rennes.fr)

### DON DU SANG LANNILIS, LES 4 ET 5 MAI 2021

La collecte de sang se déroulera espace Lapoutroie de 8h15 à 12h45. Une carte d'identité vous sera demandée pour tous les dons. Vous avez entre 18 et 71 ans et pesez plus de 50 Kg, alors nous vous attendons. Nous avons besoin de vous. Un petit geste gratuit peut sauver des vies.

**Important :** Les donneurs doivent obligatoirement prendre rdv sur le site de l'efs «[mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr](http://mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr)». Renseignements au 06-83-82-99-73

## Landéda en chemin vers demain : les trucs et astuces pour avancer

### J'économise l'eau et des euros au quotidien

L'eau est indispensable à notre vie. C'est une ressource à préserver pour ne pas l'épuiser. En changeant quelques habitudes dans nos gestes quotidiens, nous pouvons agir pour consommer moins et diminuer notre facture tout en préservant les rivières et les nappes souterraines. Au domicile, nous utilisons en moyenne près de 110 litres d'eau potable par jour pour les usages domestiques (nourriture et boisson, hygiène, lavages divers, arrosage, etc). Avec ces gestes clés, nous pouvons réduire notablement notre consommation et ce sans diminuer notre confort de vie :

- Je m'équipe en matériels économes dans la cuisine ou dans la salle de bains. Vous pouvez très facilement installer des mousseurs hydro-économes chez vous. Ces réducteurs de débit pour évier et lavabos se placent en sortie des robinets, permettant d'obtenir un débit de 6 à 8 litres par minute au lieu de 12 (pour une pression à 3 bars). Vous économiserez ainsi 30 % à 50 % d'eau. Vous pouvez acheter ces mousseurs en magasin de bricolage en lot de 2 à moins de 10€.
- Je fais la chasse aux fuites,
- J'utilise l'eau de pluie pour l'arrosage des plantes, le lavage des voitures...



### \* Sur la plage, marchez et courez !

Redescendre au contact du sol vous soulagera peut-être si vous souffrez de douleurs dans les pieds ! Retrouver la marche naturelle en déroulant le pied sur toute sa longueur redonne de la souplesse, fait travailler les muscles du pied, les mollets et les articulations de la cheville. L'effet massage de la voûte plantaire sera un cadeau pour vos pieds malmenés.

### Profitez du sable

Se libérer de la contrainte des chaussures, poser ses pieds nus sur le sable et faire une balade au bord de l'eau libère des tensions et sollicite les muscles et les articulations autrement, en majorant la dépense énergétique liée à l'effort physique. Sur le sable, l'instabilité du sol active les récepteurs de nos muscles, os, tendons et articulations liés à la perception de notre position corporelle. Le système cardio-vasculaire est stimulé et la circulation sanguine est dynamisée. L'air qu'on y respire est meilleur qu'en ville : c'est bon pour les capacités pulmonaires et respiratoires.

### Mettez-vous à l'eau

Qui dit sable dit mer ! Excellent tonique, la marche dans l'eau est recommandée pour soulager les désagréments veineux comme la sensation de jambes lourdes. Selon votre motivation et la température de l'eau, vous pouvez marcher en vous immergeant jusqu'à la taille. Les mouvements dans l'eau vous offrent de surcroît un massage drainant et dynamisant pour vos jambes.

### Les bons réflexes à adopter

Le plaisir de marcher, de courir sur la plage ou dans l'eau est d'autant plus grand que le cadre est naturel, au grand air. Il ne faut pas en oublier pour autant les précautions à prendre comme pour toute activité en extérieur, par beau temps. Pensez à vous **échauffer** et à pratiquer quelques **étirements**, à vous **hydrater** et à vous **protéger du soleil**. Pour une première course dans le sable, préférez un sol humide, plus stable et portez des chaussures légères pour éviter de vous blesser sur d'éventuels coquillages ou morceaux de verre. Ne cherchez pas à aller vite, le travail musculaire et postural s'effectue quelle que soit votre allure et vous éviterez le risque de tendinite. Enfin, pensez à respirer profondément !

\* <https://www.mangerbouger.fr/Le-Mag/Vie-Pratique/Sur-la-plage-marchez-et-courez>

Nous joindre : [SportSanteBienEtreLandeda@gmail.com](mailto:SportSanteBienEtreLandeda@gmail.com)



## MÉDIATHÈQUE

La médiathèque est ouverte, aux horaires habituels, en respectant la jauge de 10 familles et les gestes barrière.

**Mardi** : 16h—18h  
**Mercredi** : 10h—12h, 14h—18h  
**Judi** : 16h—18h  
**Vendredi** : 16h—19h  
**Samedi** : 10h-12h, 14h-18h

mediatheque@landeda.fr  
02 98 30 83 85

### VOTRE MÉDIATHÈQUE EN QUELQUES CHIFFRES

Emprunts en 2020

le plus vorace : **249**  
en moyenne : **33**

**10 000 documents**  
7900 livres

1/5<sup>ème</sup> des documents se trouve CHEZ VOUS

42 DVD	48 CD	310 livres adultes	306 livres jeunesse
62 jeux	<b>684 nouveautés</b>		

chiffres 2020 fournis par la médiathèque L'Écume des mers

## Associations

### P.A.S DE PLOUGERNEAU

Nous reprenons nos dépôts : puériculture, linge de maison et vêtement (propre et non usagé) sur rdv.  
Contact : 06 07 54 52 10

### RUGBY CLUB DES ABERS

Dans les conditions de sécurité du protocole Covid19.

#### Samedi 1er mai :

Ecole de rugby : Entraînement de 10h à 12h au Grouanec  
Cadets : Entraînement Plouzané, départ 14h du club.

#### Dimanche 02 mai :

Rugby sans contact adultes : Entraînement au Grouanec de 10h30 à 12h.

#### Mercredi 05 mai :

M10-M12-M14 : Entraînement au Grouanec de 14h à 16h  
Tous les mercredis et samedis, venez essayer le rugby, toutes les licences sont gratuites jusqu'au 30 juin.

Toutes les infos sur <http://www.rcaber.fr>  
<https://www.facebook.com/rugbyclubdelaber/>

### OFFRES D'EMPLOI

**L'Art dans les Chapelle du Léon** recrute des **GUIDES** pour son circuit d'expositions d'art contemporain et patrimoine. Vous êtes disponible **du 14 juillet au 16 août 2021**.

Vous assurerez votre poste dans la chapelle que nous vous aurons attribuée, tous les jours de 14h à 18h (Vous aurez un jour de repos le mardi).

Le contrat sera d'une durée minimum de 94h avec une rémunération au smic.

Vous avez 18ans ou plus au 14 juillet, vous pouvez nous envoyer votre C.V et lettre de motivation au plus tôt à : [contact.acbl@gmail.com](mailto:contact.acbl@gmail.com) .

### VELO CLUB DE LANNILIS

#### Sortie n° 17 du dimanche 2 mai

Départ 8h pour groupes 1 (101km), 2 (95km), 3 (88km) et 4 (80km) et 8h30 pour le groupe 5 (65km).

RDV aux lieux convenus, en respect des gestes barrière. Pensez à prendre votre licence sur vous.

Plus d'infos sur [velo-club-lannilis.fr](http://velo-club-lannilis.fr)

## MÉMENTO

**CROSS CORSEN** : 02 98 89 31 31 - 196

**MEDECIN GENERALISTE** : Docteur KERRIOU - 02 98 04 91 87

**CHIRURGIEN DENTISTE** : BRUT-DAIGNEAU F. - 02 98 04 80 34

**PHARMACIE DE GARDE LECLAIRE**: 3237 - 02 98 04 93 10.

### CABINETS INFIRMIERS

DONOU F. - POTIN L. - LE BRISHOUAL S. - LE BERRE N.  
02 98 04 91 35

BUTIN S. - CADIOU S. - APPRIOU B. - 02 98 37 41 74

### OSTEOPATHE

GARREAU Jeannick - 02 98 04 84 92

### KINESITHERAPEUTE

BIHAN-POUDEC Delphine - 09 52 11 38 80 / 06 67 45 51 21

LE MEUR Yannick - 09 52 11 38 80

BESCOND Marie (kiné du sport et ostéopathie) 02 98 84 20 96

### PEDICURE - PODOLOQUE

MONFORT Katell - 02 98 04 99 10

### PSYCHANALYSTE-PSYCHOTHERAPEUTE

MONDOT Alain - 06 88 46 59 24

### DIGITOPUNCTURE - NATUROPATHE

FERRERO Elisabeth - 154 Keriskin - 02 98 04 92 91

**18 OU 112** : Urgence

**EAU ET ASSAINISSEMENT** : 06 08 41 49 75

**AGENCE POSTALE COMMUNALE** - Landéda

Lundi, mardi, mercredi, vendredi, samedi : 9h- 12h

Jeudi : 16h - 18h30

### POLICE MUNICIPALE

6B place de l'Europe

02.98.38.55.69 / 07.69.84.02.80

En cas d'absence et pour toutes urgences: 17

**LA POSTE (3631)** - Lannilis

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi : 9h/12h et 14h/17h

Mardi : 9h30/12h, 14h/17h

Samedi : 9h/12h

**TAXI ABARNOU** : 02 98 04 84 42 ou 06 85 10 52 53

**VIE PAROISSIALE** : Informations sur <https://ndfolgoet.fr/>

### HEURES D'OUVERTURE DE LA MAIRIE

Du lundi au mercredi : 8h30/12h et 13h30/17h30 ;

le jeudi : 8h30/12h ; le vendredi : 8h30/12h et 13h30/17h.

Tél. : 02 98 04 93 06

Email : [accueil@landeda.fr](mailto:accueil@landeda.fr) / Site : <http://www.landeda.fr>

Numéro d'appel pour les interventions **d'urgence** (sécurité, continuité du service public, sauvegarde des personnes et des biens, cas de force majeure type intempérie) après 17h30 en semaine et week-end : Gendarmerie **17** et Sapeurs Pompiers

**SERVICE TECHNIQUE** : 02 98 04 82 60

### COLLECTE DES DÉCHETS MÉNAGERS

Landéda est collectée en semaine paire.

**Prochaines collectes** : Vendredi 7 et 21 Mai.

Problème de ramassage : 02 30 06 00 31.

**DÉCHÈTERIES LANNILIS et PLOUGERNEAU**

Du Lundi au Samedi : 9h-12h et 14h-18h

## Annonces

### RESTOS DU CŒUR DE LANNILIS

Distributions de 13h30 à 16h15, mardi 4 Mai 2021. Se présenter muni des justificatifs originaux des charges et ressources. Restos du cœur - 2 Allée Verte 29870 Lannilis. Tél. : 09 62 13 99 14. Email : [restoducoeur.lannilis@orange.fr](mailto:restoducoeur.lannilis@orange.fr)

### OFFRE D'EMPLOI - AIDE À DOMICILE

L'ADMR des 2 ABERS recherche des personnes pour venir en aide à des personnes âgées et/ou handicapées. Adressez votre candidature à :

ADMR des 2 ABERS- 11 rue Jean Baptiste de la Salle 29870 LANNILIS ou par mail : [admr2abers@29.admr.org](mailto:admr2abers@29.admr.org)

### QUESTIONNAIRE LE TOURISME AU PAYS DES ABERS

Nous sommes 8 étudiants en licence professionnelle Management des Activités Commerciales et dans le cadre de notre formation nous réalisons une enquête. Voici le lien du questionnaire : <https://educ.sphinxonline.net/v4/s/rn9gq7>

### JARDINIER

Vincent SIMON, tailleur de haies professionnel, vous propose ses services pour l'entretien de votre jardin. 06.45.52.70.71

### A VENDRE

1007 Peugeot -1ère main, contrôle OK, 31 000 KMs, essence  
02 98 04 85 78

### A DONNER

Sommier à lattes 140 X 190. 02 98 04 85 78

### ARTISAN MAÇON

(petits et moyens travaux) devis gratuit : 06 33 24 59 92

### CHAT PERDU

Couleur écaille de tortue, femelle : 06 62 78 47 65

### CHERCHE PÂTURES

Pour 2 juments sur Landéda, Lannilis, Plouguerneau! Si vous avez des terrains à entretenir ou si vous louez des terres agricoles n'hésitez pas à me contacter ! 0647115357.

### KAN AN DOUR

Dimanche 2 mai, 9 h 30 à 12 h 30, parking du Casino, allée Verte, Lannilis.

### Marché bio

Venez rencontrer les producteurs locaux et faire vos achats.

### Dons de plantes

Partage, dons, échanges des plants, plantes aromatiques, médicinales, graines, arbres, boutures, revues et livres de jardinage, outils...

### Atelier de réparation de vélos

Rencontre. Apprendre à entretenir son vélo gratuitement. Récupération des vieux vélos pour les réparer plutôt que de les jeter.

### OFFRE D'EMPLOI - LIVREUR

L'OASIS recrute un livreur(se) à domicile. Merci de se présenter aux heures d'ouverture ou appeler au 02 98 04 98 99.

### VIE PAROISSIALE

Lannilis-Plouguerneau

**Samedi premier mai** : messe à Lannilis à 17h30

**Dimanche 2 mai** : messe à Plouguerneau à 10h30

**Mercredi 5 mai** : messe à Lannilis à 9h15

**Jeudi 6 mai** : messe à Plouguerneau à 9h15

Retrouvez toutes les informations des associations sur le site de la commune : [www.landeda.fr](http://www.landeda.fr)

# Commerces

<b>Atelier Ty Room</b> 02 98 04 80 66 06 62 38 57 29 / 06 62 27 51 56	Fermé pendant la période du confinement. Nous vous proposons la vente de tous nos produits sur notre site internet <a href="http://www.atelier-tyroom.com">www.atelier-tyroom.com</a> . Retraits de vos commandes les mercredis et samedis de 10h à 13h. À très bientôt ! Frédéric et Franck
<b>Brasserie de Cézou</b> 06 17 30 02 40	Ouverte tous les vendredis soirs (16h à 19h) pour la vente et le retrait de commandes. Contact : 06 17 300 240 / <a href="http://www.brasserie-cezon.fr">www.brasserie-cezon.fr</a>
<b>Daniel martin</b> <b>RECYCLAGE Épaviste professionnel</b> 06 63 61 29 60	Débarrasse ferraille. Tous véhicules pour la destruction. Possibilité d'enlèvement de caravanes. Enlèvement à domicile. Dan récup LESNEVEN.
<b>Savel Ptit Duc</b> 02 98 04 01 05	Producteur Local de Volailles de qualité à Lannilis, vous propose la Vente directe Usine: poulet jaune-coquelet-pintade, entier/découpe- à l'unité/au colis - Commande eshop : <a href="mailto:magasin-usine@savel.fr">magasin-usine@savel.fr</a>
<b>UTILE</b> 02 98 04 80 20	Horaires définitifs jusqu'à la fin du couvre-feu : Du lundi au samedi : ouverture en continu de 8h à 19h. Dimanche : 8h30 à 12h30.
<b>Pokou Glaces</b> 06 66 20 06 43	Fabrication de glaces artisanales, ouvert tous les samedis de 10h à 12h et de 14h à 17h. 2 Stread Kichen. Commandes possibles par téléphone, mail : <a href="mailto:pokouglares@gmail.com">pokouglares@gmail.com</a> , ou Facebook.
<b>The Walking Dog</b> 0629411684	Éducation canine positive dans le secteur des abers. A domicile ou en extérieur. Tout chien, toute race, tout problème.
<b>La porte des secrets</b> 0629411684	Voyance & cartomancie, consultation sur Lannilis ou à distance.
<b>Jacques UGUEN</b> 06 26 02 55 12	Artisan menuisier, parquets, placards, terrasses, vitrages, menuiseries bois, PVC, composites mixtes, aluminium, portes d'entrée, portes de garage, volets roulants...
<b>Immobilier CAPIFRANCE</b> 06 87 00 35 73	Sylvie TROMELIN CAPIFRANCE - Accompagnement personnalisé - Estimation - Création de vidéo - Grande Visibilité - "Proche de vous, près de chez vous" - 06 87 00 35 73 - <a href="mailto:sylvie.tromelin@capifrance.fr">sylvie.tromelin@capifrance.fr</a>

## RESTAURANTS : LIVRAISONS ET PLATS À EMPORTER

<b>Les huîtres Beg Ar Vill</b>	Viviers de Beg ar Vill : jusqu'au Jeudi midi, vous pouvez désormais commander votre bourriche d'huîtres dans votre magasin Utile ou en téléphonant à Beg ar Vill directement et vous pourrez la récupérer à Utile au bourg à partir du Vendredi matin.
<b>L'Ecailler des abers</b> 02 98 37 42 87	Plats à emporter : menu du jour à 12€ et menu du dimanche à 23€. Commandes avant 10h le matin. Horaires de retrait de 11h30 à 12h30 et de 17h30 à 19h. Livraison possible.
<b>Huîtres Le Cha - 06 79 36 65 28</b>	La boutique huîtres Le Cha est ouverte toute l'année , vendredi 16h-19h, samedi 10h 12h et 16h-19h, dimanche 10h-12h. Suivez nous sur Facebook : huitres le-cha aber wrac'h. Un distributeur d'HUITRES 24H/24H se situe 10 rue de la Roche à LANNILIS. <a href="mailto:huitres.le-cha@outlook.fr">huitres.le-cha@outlook.fr</a>
<b>Entre-mer</b> 06 37 16 28 02	Ouvert pour la vente à emporter et livraisons : du mardi au samedi : 10h - 19h. Dimanche de 10h30 - 13h
<b>Le Pot de Beurre</b> 02 98 37 43 77	Plat du jour ou burger à emporter, du lundi au vendredi uniquement le midi, réservation par téléphone de 9h30 à 11h15, les plats seront visibles sur notre compte Instagram.
<b>Le Vioben</b> 02 98 04 96 77	Carte de repas à emporter tous les jours midi et soir (commande à effectuer la veille pour le lendemain), possibilité livraison plateaux repas pour les entreprises.
<b>Le Castel Ac'h</b> Lilia-Plouguerneau	Le Castel Ac'h est heureux de vous annoncer qu'à partir du week-end du 03 avril de 11h30 à 18h45, vous pourrez déguster le « Ping'wich » le sandwich en bord de mer à emporter et sans réservation.
<b>L'Oasis - 02 98 04 98 99.</b>	L'Oasis sera fermé le Week end prochain du 30/4 au 2 mai, notre distributeur de pizza sera disponible (parking du Leclerc Lannilis) .
<b>Ty billic ar mor - 02 98 04 91 61 ; Captain - 02 98 04 82 03 ; Restaurant des dunes - 02 98 04 92 77 ; L'Odysée -02 98 04 84 30</b>	