

Consultable sur Internet à l'adresse ci-dessous

Site internet de la commune : [www.plouguin.fr](http://www.plouguin.fr) - Courriel : [mairie@plouguin.fr](mailto:mairie@plouguin.fr)  
Plouguin également sur [facebook](https://www.facebook.com) - Tél. : 02.98.89.23.06 - Fax : 02.98.89.20.94

**Taxi Plouguin** : Le Marhollec Isabelle 06.82.13.98.64

**Correspondant de presse** :

Télégramme : J.Y. Tournellec 06.63.24.11.10 – [jeanyvestournellec@bbox.fr](mailto:jeanyvestournellec@bbox.fr). Ouest France : Agnès Gondar 06.63.69.54.31 – [agnesof@bbox.fr](mailto:agnesof@bbox.fr)

**M. Prietz, conciliateur de Justice**, sur RDV au 02.98.48.10.48.

**Cabinet médical** : 06.66.16.40.86.

**Cabinet infirmier** : 02.98.89.25.98

**Véronique Prémel, infirmière libérale** : 02.29.02.66.50.

**Pharmacie de garde** : Appelez le 32 37 et laissez-vous guider. Vous obtiendrez la ou les pharmacie(s) de garde la ou les plus proche(s) de votre domicile. Cette information est également affichée à la porte de la pharmacie de Plouguin.

**Médecin de garde** : En cas d'urgence appeler le 15

**Ambulance de garde** : 02.98.32.60.60 – 02.98.32.68.06

INFORMATION CORONAVIRUS

COVID-19

**PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES**



Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Se moucher dans un mouchoir à usage unique



Eviter de se toucher le visage



Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres



Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades



En complément de ces gestes, porter un masque quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée

**Message des membres du CCAS**

En cette nouvelle période de confinement, le CCAS reste mobilisé pour répondre aux besoins des Plouguinois. Si vous avez des difficultés particulières liées au confinement ou si vous connaissez des personnes qui en ont, merci de vous rapprocher de la mairie.

**Les visites à domicile**, prévues auprès des personnes de plus de 70 ans qui s'étaient portées volontaires, **sont reportées compte tenu de la situation sanitaire**. Les membres du CCAS prendront en revanche des nouvelles de chacune d'entre elles par téléphone.

Vous pouvez par contre toujours déposer ou faire déposer en mairie, lors d'un déplacement, votre bon (pour être appelé) ou votre participation aux échanges avec les enfants des écoles. Leurs réponses vous seront distribuées dans vos boîtes aux lettres. Merci de jouer le jeu, il n'y a pas d'âge.

PRENEZ SOIN DE VOUS !

**LA SEMAINE BLEUE**

n'ayant pas lieu cette année en raison de l'épidémie de Covid-19 et afin de maintenir le lien intergénérationnel, **le CCAS propose un échange**, par correspondance, **entre les enfants et nos aînés**.

Les plus jeunes peuvent réaliser des dessins, poèmes, etc. (en précisant leur nom, prénom, classe et école fréquentée) qui seront déposés dans leur école et récupérés par un membre du CCAS.

Les aînés pourront déposer leur réponse (lettre, souvenirs, poème, photos, etc.) en mairie (un carton sera mis à disposition dans le hall) ou la remettre à un membre du CCAS lors de leur visite (le CCAS se rendra au domicile des personnes de + de 70 ans si elles le désirent).

Les membres du CCAS vous remercient pour votre participation avant fin novembre.

**TELÉTHON**

**Challenge Téléthon 2020 à pied ou à vélo**

**Sur les 10 communes du canton de Ploudalmézeau**

(Brèlès, Lanildut, Landunvez, Lampaul-Ploudalmézeau, Ploudalmézeau, Plouguin, Plourin, Porspoder, Saint-Pabu, Tréouergat)

Du fait de la pandémie Covid 19, les animations habituelles du Téléthon ne pourront avoir lieu.

Le challenge Téléthon à pied ou à vélo est **officiellement agréé**.

Parrain : Goulven Elegoët.

Responsable : Michel Conq. Trésorier : Francis Jaouen.

Tout en respectant les règles liées au confinement (une heure d'activité physique individuelle par jour dans un rayon d'un km autour du domicile), chacun peut marcher, courir, pédaler à son rythme. Cette pratique douce est excellente pour la santé et pour l'environnement. Ceux qui le veulent le feront, en conscience, en soutien aux malades dans l'attente d'un médicament.

**Relevons le défi de parcourir 5000 km cumulés** en donnant un peu de notre souffle au succès du Téléthon.

Dès à présent, annoncez régulièrement vos km parcourus en plein air, et transmettez vos photos à Michel Conq : [mikeal.konk@gmail.com](mailto:mikeal.konk@gmail.com) ou sms au 06 74 77 64 80.

Vous pouvez également consulter et commentez les Infos évolutives sur la **page Facebook « Challenge Telethon 2020 Ensemble à Pied ou à Velo »**.

Cette page est aussi la vôtre, partagez-la avec vos ami(e)s. Chacun est aussi invité à **faire un don** (sécurisé) par internet : <https://soutenir.afm-telethon.fr/challenge-telethon-2020-a-pied-ou-a-velo>

Félicitations aux 1<sup>ers</sup> donateurs, marcheurs et cyclistes.

**Mois sans tabac**

**En novembre, on arrête ensemble.**

Faites le point sur votre consommation de tabac avec un professionnel tabacologue :

**Les mardis 3 et 17 novembre**

**A Plouguerneau: au centre de loisirs de Lili-**  
de 9h à 10h - information  
à partir de

Renseign  
**Contact 0757407649 ou coordination@lesabers.bzh**

**A Plabe**  
- emploi (hôtel de communauté - 58 avenue Waltenhofen)  
- information collective - **gratuit sur inscriptions.**  
à partir de 10h - consultations individuelles - **sur rendez-vous.**

Renseignements et inscriptions au 02 90 85 30 12

! Pour participer, rendez-vous sur :  
**tabac info service**  
le site + l'appli + le 39 89  
Du lundi au samedi de 9h à 20h.

Nous soutenons Moi(s) sans tabac.  
Parce qu'un mois sans fumer,  
c'est 5 fois plus de chances d'arrêter.  
En novembre, on arrête ensemble!

Au vu du contexte sanitaire, les permanences du mois sans tabac sur la CCPA sont **exclusivement réalisées en téléconsultation**. Les objectifs du mois sans tabac et la volonté de la CCPA restent identiques.

Ce qui change : pas d'information collective, uniquement des consultations individuelles.

2 possibilités pour la téléconsultation : par téléphone ou par visioconférence. En cas d'impossibilité de téléconsulter à votre domicile (par téléphone ou par visioconférence), vous pouvez être accueillies dans l'un des services publics ouverts et le matériel leur sera mis à disposition. Contact unique pour s'inscrire : Alexandra Le Pollès au 07.57.40.76.49 ou [coordination@lesabers.bzh](mailto:coordination@lesabers.bzh)

Vous serez recontactés par la suite suivant vos disponibilités et les créneaux des médecins.



## Restos du Cœur - Lannilis

La campagne d'hiver 2019-2020 des Restos du Cœur de Lannilis aura lieu du **24 novembre 2020 au 14 mars 2021**. Les premières distributions auront lieu les mardis 24 et jeudi 26 novembre, de 13h45 à 16h00, puis toutes les semaines au même rythme jusqu'à la fin de la campagne. Les **inscriptions** se feront de 9h30 à 11h30 tous les mardis et jeudis. Les personnes désirant bénéficier de l'aide des Restos du Cœur devront apporter tous les justificatifs originaux de leurs charges et ressources.

Restos du Cœur de Lannilis : 2, allée Verte - 09.62.13.99.14.  
Mail : [restoducoeur.lannilis@orange.fr](mailto:restoducoeur.lannilis@orange.fr)

## ADMR des 2 Abers

Malgré la crise sanitaire et le confinement, l'ADMR des 2 Abers continue ses interventions aux domiciles des personnes. Les salariés sont munis d'un équipement de protection individuel. Contact : 02 98 04 87 41.

## Informations paroissiales

Suite aux nouvelles mesures sanitaires :

- **certaines églises restent ouvertes** pour permettre à ceux qui le désirent de se recueillir. Au sein de la Paroisse St Mathieu, les églises ouvertes sont : Ploudalmézeau, Plouguin, Saint-Renan, Milizac, Porspoder, Brèlès, le Conquet, Plougouvelin, Plouarzel, Lampaul-Plouarzel.

- **aucune cérémonie religieuse** ne peut avoir lieu à l'exception des enterrements (dans la limite de 30 personnes) et des mariages (dans la limite de 6 personnes).

- **les accueils paroissiaux des presbytères ainsi que les salles paroissiales sont fermés.**

- le secrétariat de la Paroisse demeure joignable au 02.98.84.92.32 ou par mail au [smathieuroise@gmail.com](mailto:smathieuroise@gmail.com).

Le curé est également joignable au 02.98.84.23.45 ou par mail au : [curestmathieu29@gmail.com](mailto:curestmathieu29@gmail.com).

- la diffusion d'un bulletin d'information se fera tous les vendredis par le biais du site internet de la Paroisse : <http://www.paroissestmathieuroise.bzh>

## PETITES ANNONCES

**Recherche une location de type 2 ou type 3** avec jardin pour un loyer maxi de 500 €. Contact : 06 09 52 06 90.

## CONFINEMENT [ EN VIGUEUR DEPUIS LE 30 OCTOBRE 2020 ] MESURES APPLICABLES SUR LE PAYS DES ABERS, venant en précision des mesures gouvernementales

## INFOS

COVID-19



### OUVERTS ET ACCESSIBLES AU PUBLIC\*

- > L'accueil de l'hôtel de communauté et des services [ déplacement pour un motif impérieux ]
- > Le guichet unique (facturation eau & assainissement, déchets)
- > Les déchèteries [ port du masque obligatoire ]
- > La collecte des déchets
- > Le service de mouillage de l'Aber Benoît
- > Le centre technique
- > La maison de l'emploi - sur rendez-vous le matin et par téléphone l'après-midi
- > La mission locale - sur rendez-vous uniquement
- > Le service du SPANC

### FERMÉS AU PUBLIC\*

- > L'office du tourisme du Pays des Abers
- > La piscine intercommunale Spadium Abers-Lesneven

\*Les horaires et les modalités d'accueil du public de la CCPA sont susceptibles d'être modifiés en fonction de l'évolution de la pandémie et des restrictions fixées par les autorités

Le 4 novembre 2020



WWW.GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

WWW.PAYS-DES-ABERS.FR