



# le C.L.I.C

Chronique lampaulaise d'Information Communale

Commune de  
Lampaul-Guimiliau

**JANVIER**  
**2016**



**Mairie** - Les lundi, mercredi, jeudi et vendredi : 8h30 à 12 h & 13h30 à 17h30 - Le mardi : 8h30 à 12h, **fermé l'après midi**  
Le samedi de 9h à 12h

☎ 02 98 68 76 67 - Fax 02 98 68 64 82

Site : [www.mairie-lampaul-guimiliau.fr](http://www.mairie-lampaul-guimiliau.fr)

**Permanence des élus** : Le Maire et les Adjointes sont à la disposition des lampaulais toute la semaine, sur rendez-vous.

**Passage dans les quartiers**, sur rendez-vous (02 98 68 76 67), Pascale MOIGNE se tient à la disposition du public le samedi matin.

**Agence postale : ouverte le matin du mardi au samedi (9h-12h). Levée à 16h (semaine) et 11h50 (samedi)**

☎ 02 98 68 76 74



## Sommaire

P.

Le Mot du Maire	1
Pharmacies de garde	1
Communiqués Mairie	2
Communiqués Divers	2
Vie Paroissiale	2
Animations	3
Biblio/Médiathèque	3
Associations de Vie	3
Associations sportives	4



## Mot du Maire

**2015 se termine**, l'équipe municipale, les agents communaux se joignent à moi pour vous souhaiter de **joyeuses fêtes de fin d'année**, en espérant qu'en 2016 la santé, le bonheur, la prospérité soient présents dans chaque foyer lampaulais.

Jean-Marc PUCHOIS

## Cérémonie des vœux

La population est invitée à la cérémonie des vœux qui aura lieu le **SAMEDI 9 JANVIER 2016**, à 11h00, à la **SALLE** de la **TANNERIE**.

En raison des vœux, fermeture exceptionnelle de la Mairie et de l'Agence Postale ce samedi 9 janvier, à 10 heures 30.

## Crèche de Noël

La crèche est en place **jusqu'au 15 janvier 2016** (de 9h00 à 18h00)

Visite guidée, de 14h00 à 18h00, (pour d'autres créneaux horaires, merci de prendre rendez vous au 02 98 68 76 46).

**Le thème : l'EAU**

(Visite gratuite)



## INFO SANTE



### Médecin

Dr KERVILLA : ☎ 02 98 68 64 64

### Dentiste

Dr GOINGUENET : ☎ 02 98 68 70 75

### Infirmier

Mr DESMURS : ☎ 02 98 61 26 24

### Kinésithérapeutes

Mmes NAUDET, LE SAINT et DERRIEN  
☎ 02 98 15 25 81

Mr RANNOU : ☎ 02 98 68 61 24

### Ostéopathes

Mme HERJEAN : ☎ 02 98 24 61 70  
Mr RANNOU : ☎ 02 98 68 61 24

### Numéros d'urgence

Gendarmerie : ☎ 17  
Pompiers : ☎ 18 ou 112  
Urgences médicales : ☎ 15

## Pharmacies : Les services de garde

		Janvier			
		D 10	D 17	D 24	D 31
PETTON	Landivisiau				
BERNICOT	Landerneau				
VILLEMAIRE-BYDLON	Roche Maurice				
HUMBERT et AUDRAIN	Sizun Plounéventer				

## Taxi - Ambulance

**SARL Coat-Le**

**Guillou :**

☎ 02 98 68 18 18

## Aide à domicile

**Acadia :**

☎ 02 98 68 10 36

## RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES

**Permanence en mairie le lundi 4 janvier.** Temps d'éveil, le **vendredi 8 janvier.** Permanences à Landivisiau du lundi au vendredi (9h/12h30 et 13h30/17h), en soirée (de 17h à 20h sur RDV), **les jeudis 07, 14, 21 et 28 janvier** et le midi **tous les vendredis** du mois (de 12h30 à 13h30). Rens au 02.98.24.97.15 - [rpam.paysdelandivisiau@gmail.com](mailto:rpam.paysdelandivisiau@gmail.com).

## CONCILIATEUR

Permanence le **premier lundi du mois de 14h à 17h.** Prendre rendez-vous en mairie au 02 98 68 76 67.

## INCIVILITES

Des bouteilles cassées sont souvent signalées près de l'école maternelle publique. Les mamans et leurs jeunes enfants risquent de se blesser par ces incivilités. Un appel à la vigilance est demandé.

## FORUM DE L'APPRENTISSAGE

**Samedi 30 janvier**, au QUARTZ à Brest de 9h à 17h, - Entrée gratuite. Renseignements : [www.foromap29.fr](http://www.foromap29.fr)

## Communiqués Divers



AGENCE LOCALE DE L'ÉNERGIE ET DU CLIMAT DU PAYS DE MORLAIX

"LES BREVES"

⇒ **En hiver, aérer les pièces 5 minutes par jour, les fenêtres grandes ouvertes**

Si vous ouvrez grand les fenêtres pendant 5 à 10 minutes, l'air des pièces est intégralement renouvelé et les murs n'ont pas le temps de refroidir. L'air frais qui vient d'entrer sera rapidement réchauffé. En revanche, l'hiver, si vous entrebâillez votre fenêtre pendant une longue durée, le renouvellement de l'air est insuffisant et les murs et le mobilier sont durablement refroidis. Vous pouvez ainsi consommer jusqu'à 16% de chauffage en plus !

Enfin, sachez qu'un air humide consomme plus d'énergie pour être chauffé qu'un air sec. Or, les habitants d'un logement produisent beaucoup de vapeur d'eau (respiration, cuisine...) Ne pas ventiler en hiver sous prétexte qu'il fait froid vous fera rapidement consommer plus d'énergie, et risque de créer des désordres dans le logement comme l'apparition de moisissure.

⇒ **Installer des rideaux épais et/ou des volets à toutes les fenêtres des pièces chauffées**

Un volet fermé pendant la nuit peut réduire la déperdition de chaleur de la fenêtre jusqu'à 60%. Cette économie peut atteindre 10% du chauffage selon l'étude ES-SO (European Solar-Shading Organisation). Le soir, fermez les rideaux et les volets pour limiter les déperditions de chaleur et la sensation d'inconfort provoquée par l'effet de paroi froide. De plus, cette sensation vous conduit souvent à augmenter d'1 ou 2 degrés le chauffage. Cela paraît évident avec des simples vitrages mais ça l'est aussi avec des doubles vitrages qui restent malgré tout le point faible de l'enveloppe d'un logement. A l'inverse, en journée, favorisez au maximum les apports de chaleur gratuits par le soleil en ouvrant rideaux et volets.

Heol vous offre un conseil gratuit et personnalisé pour vos projets de construction, rénovation et économie d'énergie 38 rue du mur MORLAIX. Plus d'infos au 02 98 15 55 47 et [www.heol-energies.org](http://www.heol-energies.org)

## Vie Paroissiale

Messes à Landivisiau tous les dimanches à 10h30

09/01	18h00	Plougourvest
<b>16/01</b>	<b>18h00</b>	<b>Lampaul Guimiliau</b>
23/01	18h00	Landivisiau
<b>30/01</b>	<b>18H00</b>	<b>Lampaul Guimiliau</b>

## MAISON DE L'AIDANT, ACCUEIL DE JOUR

### Activités de Janvier

Renseignements : Accueil de jour, Maison de l'Aidant  
☎ : 02 98 68 06 55.

- 04/01**, 14h/17h, Parent'âge et de 14h30 à 16h30, jeux dominos.
- 14/01**, 14h/16h, visite exposition crèches du monde.
- 15/01**, 14h30/15h30, atelier prévention des chutes.
- 18/01**, 14h30/16h30, jeux dominos.
- 26/01**, 13h30/14h30, musicothérapie ou art-thérapie.
- 26/01**, 14h30/17h30, halte relais.
- 29/01**, 14h30/15h30, initiation à la culture artistique.

## PERMANENCES HABITAT (Syndicat mixte du Léon)

- ☞ **OPAH - les Mercredis 5 et 20 janvier**, de 10h30 à 12h, à la CCPL à Landivisiau : information et assistance pour les subventions en faveur de l'amélioration de l'habitat.
- ☞ **ADIL - les Mardis 12 et 26 janvier**, de 9h à 12h, à la CCPL à Landivisiau : réponse aux questions juridiques, financières et fiscales dans le domaine du logement.
- ☞ **Bourse aux logements** - Syndicat Mixte du Léon à Plouescat, du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30. Renseignements : 02 98 61 91 51.
- ☞ **HEOL** - Conseil technique sur les économies d'énergie. **Mercredi 13 janvier** de 9h30 à 12h à Plouescat et **Mercredi 27 janvier** de 9h à 12h à Saint Pol de Léon. Renseignements : 08 05 20 32 05 - [contact@heol-energies.org](mailto:contact@heol-energies.org)

## Syndicat Mixte du Léon (Scot/plh),

8 rue de la mairie, BP 39, 29430 Plouescat  
☎ : 02.98.61.91.51 - [syndicat-mixte-leon@orange.fr](mailto:syndicat-mixte-leon@orange.fr)  
<http://www.syndicat-mixte-leon.com>



## le C.L.I.C Animations

Centre de Loisirs (3 - 12 ans), Passerelle  
(8 - 12 ans), les z'ados (12 - 18 ans).

Rens : **Stéphanie PAUGAM** au  
02 98 68 66 35 ou 06 99 55 70 00

Programmes et renseignements  
disponibles sur  
le site du centre :



<http://alshlampaul.jimdo.com/>

## Couscous

L'Amicale Laïque de  
l'école publique organise  
un repas couscous



le **Dimanche 7 Février** 2016 à la **Salle de la  
Tannerie, à partir de 12 h.**

Possibilité de repas à emporter (prévoir récipients).  
Menu : couscous, dessert et café.  
Repas adulte : 12 € et 11 € sur réservation - Repas  
enfant : 6 € et 5 € sur réservation.

Le règlement s'effectuera directement sur place  
(pour les plats à emporter, le règlement  
se fera au stand « Drive »).

**Réservation** auprès de Mme Guivarch Marie au  
0662668485/0981132111 ou Mme Robquin Cindy au  
0750228700/0965127057. **Venez nombreux.**

## Associations de Vie

### GENERATIONS LOISIRS PARTAGES

Rens : **Janine ABGRALL**  
(02 98 68 71 38) et  
**André NOLIER**  
(02 98 68 61 15)

**Bonne et heureuse année 2016 à vous tous et à  
votre famille.**

L'Assemblée Générale est prévue **le jeudi 28 janvier.**

L'achat des timbres se fera à partir de 13 h 30 au club.  
L'Assemblée Générale débutera à 14 h 30 et elle sera  
suivie d'un goûter.

Le club est ouvert les lundis et jeudis à partir de 13 h 30.



## Bibliothèque Médiathèque Ludothèque



02 98 68 67 95

Lundi - 10h/12h et  
16h30/18h  
Mardi - 16h30/18h  
Mercredi - 13h30/17h30  
Jeudi - 16h30/18h  
Vendredi - 16h30/18h30  
Samedi - 10h/12h30



**COMITE DE LECTURE - 12 janvier** à la Bibliothèque

### PETITS BOUQUINEURS

**Les vendredis de janvier**

**08/01** - Psychomotricité, **15/01** -  
Histoires, **22/01** - Arts plastiques,  
**29/01** - Histoires.

**BONNE ANNEE**

**2016**



## Journées Contre l'Indifférence 2016

**Choix des associations**

**Vendredi 15 janvier**

à 20h00 à la Maison des Associations

**LAMPAUL ART & BRICOLAGE - Rens : Jeanine ANDRE**  
(02 98 68 75 38) et **Madeleine NEDELEC** (02 98 68 04 42)

### Gym

Lundis **04, 11, 18 et 25/01**,  
18h/19h, Rens : 02 98 68 75 65  
(ou 06 59 92 27 26). Gym Pilates, les  
jeudis **07, 14, 21 et 28/01**,  
18h/19h.

### Relaxation

Lundi (19h30/20h45). Rens :  
Guylaine Picard, 06 45 64 84 84.  
**Peinture/porcelaine**  
1er lundi du mois (9h30/16h30).  
2ème et 4ème mardi (10h/17h).  
En libre tous les mardis de 14h à  
17h et de 20h à 22h.  
Rens. : 02 98 68 04 42.

### Peinture à l'huile

Les vendredis (14h/17h), rens :  
Lucie LE GALL (02 98 68 60 36).  
**Art floral**  
**Vendredi 08/01** (14h/16h).  
Rens. : Jeanine ANDRE  
(02 98 68 75 38).

### Art floral

### Cours de cuisine

**Mercredis 06/01 et 03/02**  
(16h/19h30). Rens : 02 98 68 04 42.



**DANSE BRETONNE**

Rens. : Bernard MINGAM au 02 98 68 75 48 ou François NICOLAS au 02 98 68 76 56.

Tous les jeudis, à 20h30 à la Maison des Associations



**LES ETINCELLES (Majorettes) - rens. Laëtitia TOUROLLE, 06 51 42 31 97 et 06 52 75 96 70.**

etincelleslampaul@free.fr . **Entraînement : Les lundis :** Moyennes (9/11), 18h30/19h30. **Les mardis :** Minis (3/5), 17h45/18h15 - Petites (6/8), 17h45/18h30 - Ados/Adultes, 18h30/19h30.



**E.S.L FOOTBALL - rens. : Patrice MOBIAN (06 60 27 92 76) et Fabien LE REST (06 79 77 75 51)**

mail - eslampaulaise@yahoo.fr - Site Internet : [www.eslampaulaise.fr](http://www.eslampaulaise.fr)

**Sen A - 24/01**, reçoit Plouzévéde A.S. 1.

**Sen B - 24/01**, reçoit Landi F.C. 3.



**Landi/Lampaul-HANDBALL Rens. :**

**Jean Marc AMIS (02 98 68 27 02)**

<http://landilampaulhandball.com/>

**SF1 - 09/01 à 20h30** à Landivisiau - reçoit AULNAY HANDBALL.

**16/01** à 20h30 à Landivisiau - reçoit AS MONTIGNY-LE-BRETONNEUX HB



**DOJO LAMPAULAIS - rens. : Jean Yves LESCOP**

(02 98 68 76 18) - <http://www.dojolampolais.jimdo.com>

**Judo**

*Mardi*, 18h-19h de 5 à 7 ans / 19h-20h15 de 8 à 12 ans

*Mercredi*, 17h-18h de 5 à 7 ans / 18h15-19h15 de 8 à 12 ans

*Vendredi*, 18h15-19h15 de 8 à 12 ans / 19h15-20h30 + de 13 ans

*Samedi*, 10h-11h 5 à 7 ans -

**Self défense - Jeudi**, 19h15-20h45

et *Mardi*, 20h30-21h45

**Aikido - Lundi**, 19h45-21h15,

*Mercredi*, 19h45-21h15 et *Samedi*,

11h15 à 12h15 (7/14 ans)

**Musculation**

*Lundi*, 19h00-20h00

*Mercredi*, 18h00-19h00



**LAMPAUL COURSE AVENTURE**

rens. : Philippe MORVAN (02 98 68 62 21)

**Site :** <http://lampaul-course-aventure.e-monsite.com>. Sorties tous les mercredis soirs à 18h30 et tous les dimanches matins à 9h30. Mardi et jeudi à 18h45 à la piste de Landivisiau (séance de fractionné).



**LAMPAUL-GUIMILIAU VTT rens. Eric JESTIN (02 98 67 81 48 ou 06 47 93 97 43)**

email : lampaulvtt@club-internet.fr - **Site :** [www.lampaul-vtt.e-monsite.com](http://www.lampaul-vtt.e-monsite.com)

**Samedi 9 janvier - Vœux** à la Maison des associations



**TENNIS CLUB et Badminton - rens. : Eric NEDELEC (02 98 68 61 36)**

**Tennis :** Entraînements - Jeudi 18h30/19h30 (jeunes) et 19h30/21h30 (adultes) - Samedi 9h/10h et 12h/13h (adultes) et 10h/12h (jeunes) - **Badminton :** Entraînements le lundi et le vendredi de 20h à 22h.



**TENNIS de TABLE des ENCLOS LAMPAUL/LOCMELAR - rens. Eric GARZUEL**

(06 84 08 14 66) ou **Rémy LE GUERNIC (06 23 35 50 53)** [www.ttenclos.fr](http://www.ttenclos.fr).



**AR STREAT COZ Rens. : Marche et VTC - J-Y MIOSSEC (02 98 68 76 48)**

**Le mercredi - marche à 14h** - départ de la salle Omnisports (randonnée d'environ 2 heures)

**17/01** 8h30, Plougourvest (secteur sud).

**24/01** 8h30, Plouezoc'h (le Cairn de Barnévez).

**31/01** 8h30, Saint Sève (Tro San Séo).

**07/02** 8h30, Plouzévéde (sentier des Moulins).



**Dimanche 10 janvier 2016**  
Maison des associations, à 18h00,  
**vœux**, suivi de la galette des rois

**VTC - tous les dimanches matin**