

- La vie communale p2
- Informations pratiques p4
- La vie des écoles p5
- La vie associative p7
- Agenda p8

## Bulletin d'informations

AVRIL 2020 - n°4

**Informations coronavirus disponibles sur :**

<https://bretagne.ars.sante.fr>

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

*Bulletin mis à jour le 18/3/2020*



AGENCE FRANÇAISE  
POUR LA BIODIVERSITÉ  
ÉTABLISSEMENT PUBLIC DE L'ÉTAT

ÉCOPHYTO  
JEVI

BIODIVERSITÉ  
TOUTES VÉGÉTALES

Pour annoncer un événement, publier un article, une affiche ou une petite annonce dans l'Echo de St Hubert, pensez à envoyer vos textes et images avant le 5 du mois précédent la parution.

**Exemple :** pour parution en mai  
date limite d'envoi : pour le 5 avril



**COVID-19**

**FACE AU CORONAVIRUS :  
POUR SE PROTÉGER  
ET PROTÉGER LES AUTRES**

- Se laver très régulièrement les mains**
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir**
- Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter**
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades**

**Numéros d'urgence :**

SAMU	15
POLICE	17
POMPIERS	18
TOUTES URGENCES	112
(numéro prioritaire fonctionne avec les fixes et mobiles)	
SMS OU FAX	114
(pour les personnes ayant des difficultés à parler ou à entendre)	

*Mairie*

Du Lundi au Vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h

Tél. : 02 98 73 54 34 - Fax : 02 98 73 62 87

Email : [mairie.de.cast@wanadoo.fr](mailto:mairie.de.cast@wanadoo.fr)

Site Internet : [www.mairie-cast.com](http://www.mairie-cast.com)

*Agence Postale*

Du Lundi au Samedi de 9h à 12h

Tél. 02 98 73 54 06

« L'Echo de St Hubert » est également téléchargeable en couleur sur le site Internet.



# LA VIE COMMUNALE



## ETAT CIVIL

### Naissance :

LE GALL-TURCOT Capucine, née le 27 février 2020



## Compte rendu du conseil municipal du 2 mars 2020

Le 2 mars 2020, à 18h30, le conseil municipal de CAST, légalement convoqué le 24 février 2020, s'est réuni en Mairie, sous la présidence de Jacques GOUEROU, Maire.

Etaient présents : Tous les conseillers municipaux en exercice à l'exception de Marianne PHILIPPE et Sébastien LE BRIS, excusés.

Procurations : Sébastien LE BRIS à Roger MAUGUEN

Secrétaire de séance : Stéphane BOURLES

### DELIBERATION N° 1-2020 : COMPTES DE GESTION 2019

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à la majorité et 2 abstentions de Frédéric LAMBALLE et Sheilla LACUSSE-LE NOST :

-D'approuver le compte de gestion du receveur municipal, pour l'exercice 2019, pour la comptabilité générale, le service des eaux, le service d'assainissement collectif, l'épicerie communale et le lotissement Polusson.

### DELIBERATION N° 2-2020 : COMPTES ADMINISTRATIFS 2019 – BUDGET PRINCIPAL

Le Maire se retire à l'extérieur de la salle du Conseil pour ce vote.

#### BUDGET GENERAL

		Dépenses	Recettes
Fonctionnement	Exercice 2019	826 717.17 €	1 226 946.57 €
	Solde 2018		104 024.68 €
	Total réalisations 2019	826 717,17 €	1 330 971.25 €
	Résultat de clôture 2019		504 254.08 €

		Dépenses	Recettes
Investissement	Exercice 2019	234 368.16 €	562 047.26 €
	Solde 2018	5 333.60 €	
	Total réalisations 2019	239 701.76€	562 047.26 €
	Résultat de clôture 2019		322 345.50 €

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à la majorité et 2 abstentions de Frédéric LAMBALLE et Sheilla LACUSSE-LE NOST :

D'approuver les comptes administratifs de l'exercice 2019 tels que présentés pour le budget général.

### DELIBERATION N° 3-2020 : COMPTES ADMINISTRATIFS 2019 – SERVICE DES EAUX

Le Maire se retire à l'extérieur de la salle du Conseil pour ce vote.

#### SERVICE DES EAUX

		Dépenses	Recettes
Fonctionnement	Exercice 2019	162 317.44 €	152 394,42 €
	Solde 2018		29 799.33 €
	Total réalisations 2019		182 733.75 €
	Résultat de clôture 2019		182 733.45 €

		Dépenses	Recettes
Investissement	Exercice 2019	192 294.67 €	78 843.08 €
	Solde 2018		402 393.08 €
	Total réalisations 2019		481 236.16 €
	Résultat de clôture 2019		288 941.49 €

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à l'unanimité :

D'approuver les comptes administratifs de l'exercice 2019 tels que présentés pour le service des eaux.

### DELIBERATION N° 4-2020 : COMPTES ADMINISTRATIFS 2019 – ASSAINISSEMENT COLLECTIF

Le Maire se retire à l'extérieur de la salle du Conseil pour ce vote.

#### ASSAINISSEMENT COLLECTIF

		Dépenses	Recettes
Fonctionnement	Exercice 2019	90 363.55 €	98 246.89 €
	Solde 2018		19 302.34 €
	Total réalisations 2019		117 549.23 €
	Résultat de clôture 2019		27 185.68 €

		Dépenses	Recettes
Investissement	Exercice 2019	54 607.35€	47 306.25 €
	Solde 2018		132 325.19 €
	Total réalisations 2019	54 607.35 €	179 631,44 €
	Résultat de clôture 2019		125 024.09 €

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à l'unanimité :

D'approuver les comptes administratifs de l'exercice 2019 tels que présentés pour le service assainissement collectif.

#### **DELIBERATION N° 5-2020 : COMPTES ADMINISTRATIFS 2019 – EPICERIE COMMUNALE**

Le Maire se retire à l'extérieur de la salle du Conseil pour ce vote.

		Dépenses	Recettes
Fonctionnement	Exercice 2019	5 905.93 €	20 826.04 €
	Solde 2018		0 €
	Total réalisations 2019	5 905.93 €	20 826.04 €
	Résultat de clôture 2019		14 920.11 €

		Dépenses	Recettes
Investissement	Exercice 2019	0 €	0 €
	Solde 2018		0 €
	Total réalisations 2019	0 €	0 €
	Résultat de clôture 2019		0 €

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à la majorité et 2 abstentions de Frédéric LAMBALLE et Sheilla LACLOSSE-LE NOST :

D'approuver les comptes administratifs de l'exercice 2019 tels que présentés pour l'Épicerie Communale.

#### **DELIBERATION N° 6-2020 : COMPTES ADMINISTRATIFS 2019 – LOTISSEMENT POLUSSON**

Le Maire se retire à l'extérieur de la salle du Conseil pour ce vote.

#### **LOTISSEMENT POLUSSON**

		Dépenses	Recettes
Fonctionnement	Exercice 2019	5 905.93 €	20 826.04 €
	Solde 2018		0 €
	Total réalisations 2019	5 905.93 €	20 826.04 €
	Résultat de clôture 2019		14 920.11 €

		Dépenses	Recettes
Investissement	Exercice 2019	0 €	0 €
	Solde 2018		0 €
	Total réalisations 2019	0 €	0 €
	Résultat de clôture 2019		0 €

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à l'unanimité :

D'approuver les comptes administratifs de l'exercice 2019 tels que présentés pour le Budget lotissement Polusson.

#### **DELIBERATION N° 7-2020 : AFFECTATION DU RESULTAT POUR LE BUDGET EPICERIE COMMUNALE**

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à la majorité et 2 abstentions de Frédéric LAMBALLE et Sheilla LACLOSSE-LE NOST :

De répartir ainsi que suit l'excédent global de clôture de la section de fonctionnement des comptes administratifs de l'épicerie communale de 2019 :

Section de fonctionnement (article 002) :  
14 920.11 €

#### **DELIBERATION N° 8-2020 : BUDGET PRIMITIF 2020 POUR L'EPICERIE COMMUNALE**

Est présenté au Conseil Municipal le projet de budget primitif hors taxe pour l'épicerie communale préparé par le Maire et la commission des finances pour le budget général.

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à la majorité et 2 abstentions de Frédéric LAMBALLE et Sheilla LACLOSSE-LE NOST :

D'approuver le budget primitif de l'épicerie communale de l'année 2020 tel que suit :

Section de fonctionnement : 129 920,11 €  
Section d'investissement : 6 000 €

#### **DELIBERATION N° 9-2020 : ASSUJETISSEMENT DU BUDGET LOTISSEMENT POLUSSON A LA TVA**

Monsieur Le Maire rappelle la délibération 19-2018 par

laquelle le conseil municipal de Cast a créé le budget annexe « Lotissement Polusson ».

Dans la mesure où l'assujettissement à la TVA est de plein droit dans le cadre des budgets de lotissement,

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à l'unanimité : D'assujettir le budget « Lotissement Polusson » à la TVA.

#### **DELIBERATION N° 10-2020 : ADMISSIONS EN NON-VALEURS**

Monsieur le comptable du Trésor a adressé une liste de pièces irrécouvrables pour lesquelles il lui est impossible d'effectuer les poursuites. En effet les créances en question ont fait l'objet d'une décision de justice pour surendettement et d'une décision d'effacement de la dette. Il s'agit de la liste n° 4085800831 d'un montant de 2 995,15 € sur le budget principal.

Après délibération, Le Conseil Municipal décide, à l'unanimité : D'admettre en non-valeur la somme de 2 995,15 € sur le budget principal

#### **DELIBERATION N° 11-2020 : RENOVATION DES ANNEXES DU PRESBYTERE – AUTORISATION DE DEPOSER UN PERMIS DE CONSTRUIRE**

Le Maire rappelle que par délibération 03-2018 en date du 6 février 2018 le Conseil Municipal a autorisé l'acquisition de l'ancien presbytère de la commune. Par ailleurs, et par délibération 02-2019 du 23 janvier 2019, le Conseil Municipal a autorisé le Maire à présenter une demande de DETR au titre de l'année 2019 pour financer les travaux de création de salles associatives dans les annexes de ce bâtiment.

Une esquisse a été produite par le Cabinet AEC pour la restructuration de ces annexes.

Le montant de ces travaux est estimé à 100 000 € HT, auquel doivent être ajoutés les missions de coordination SPS (Sécurité et Protection de la Santé), de contrôle technique, dont la somme est estimée à 3 000 €, ainsi que la mission de maîtrise d'œuvre assurée par AEC pour un taux de rémunération de 11% de l'enveloppe travaux.

Après avis favorable de la commission travaux réunie à ce sujet les 28 août et 17 octobre 2019 et après avoir présenté les esquisses,

Le Conseil Municipal décide, à l'unanimité :

De valider les esquisses présentées ;

De prévoir au budget 2020 le montant des travaux et des missions SPS, Contrôle technique et maîtrise d'œuvre ;

D'autoriser le Maire à déposer un permis de construire sur la base des esquisses présentées.

#### **QUESTIONS DIVERSES :**

Monsieur le Maire évoque une sollicitation qu'il a reçu de la part d'un Castois. Cette personne s'est plainte de la présence d'arbres sur le domaine communal le long de sa propriété. Les feuilles que perdent ces arbres quelques semaines dans l'année occasionneraient des nuisances pour ce propriétaire. En effet elles viendraient dans sa cour et boucheraient ses gouttières. Cet habitant a par ailleurs menacé de les couper lui-même si la situation perdurait. Monsieur le Maire relate cet échange et précise qu'il a rappelé à cette personne le cadre légal qui protège ces arbres qui sont un bien public. Les membres du Conseil municipal signifieront leur accord avec le Maire et font part de leur souhait de voir ces arbres conservés. Monsieur le Maire indique enfin que, si les circonstances venaient à l'exiger, des travaux d'élagages pourraient être envisagés.



## **INFORMATIONS PRATIQUES**



### **CCPCP**

*Communiqué du service déchets de la CCPCP :*

"Trier, c'est bien. Bien trier, c'est mieux ! »

Nous avons un très fort taux de **refus de tri** actuellement sur notre territoire. **Il est d'environ 20%**, ce qui est beaucoup comparé au **taux moyen national de 10%**.

En quelques mots, le refus de tri est un déchet qui ne peut pas être recyclé. Ces déchets sont refusés et ensuite sont envoyés à l'incinération, sans recyclage. Exprimé en pourcentage, le taux de refus de tri représente la part de ces volumes refusés dans les centres de tri. Cela a un impact important sur les coûts de traitement. En effet, ces déchets sont traités deux fois, une fois au centre de tri de Fouesnant et la seconde fois à l'usine d'incinération de Briec. C'est pourquoi, il est important de mettre les déchets en vrac (surtout pas dans des sacs) et de mettre que des emballages ménagers.

#### **Le bac jaune ne doit absolument pas contenir :**

- De sacs et cabas avec des déchets
- De jouets ou ustensiles en plastique
- De déchets verts
- De bois
- De gravats
- De déchets électrique et électroniques (petits et gros appareils ménagers)
- De textiles ( tissus, vêtements, chaussures, maroquineries, etc...)
- Du verre
- D'articles hygiéniques
- D'essuies-tout, mouchoir en papier
- De papiers peints, papiers cadeaux
- De cartons trempés
- De publicités emballées

Si votre bac jaune comporte des déchets non conformes, votre bac risque de ne pas être collecté. Nous travaillons sur un mode d'information clair pour vous indiquer la nature des refus qui sera prochainement mis en place.

Dans le contexte actuel, nous souhaitons insister sur les papiers hygiéniques et essuies-tout. **Il est IMPÉRATIF de les mettre dans des sacs fermés dans votre poubelle verte à destination des déchets ménagers résiduels.**

Vous en remerciant par avance pour l'ensemble du personnel travaillant à la collecte et au tri des déchets.

#### **EAU POTABLE**

**Veolia** : 09 69 32 35 29 (24 h sur 24 )

**Plateforme internet** : [https://www.service.eau.veolia.fr/home/nous\\_contacter.html](https://www.service.eau.veolia.fr/home/nous_contacter.html)

#### **ASSAINISSEMENT**

**SAUR** : **service clientèle** 02 77 62 40 09 (lundi-vendredi 8 h-18 h)

**Dépannage et urgences** (24 h / 24) : 02 77 62 40 09

**Plateforme internet** : [www.saurclient.fr](http://www.saurclient.fr)



## Commerces et professionnels

La liste des artisans, commerçants, producteurs, entreprises de services et professionnels de santé est disponible en **mairie** ou sur **notre site Internet [www.mairie-cast.com](http://www.mairie-cast.com)**

Horaires du **Docteur SABLON, médecin généraliste.**

Tél : 09.86.44.17.29 (*consultations sur rendez-vous uniquement*) : lundi, mardi, mercredi, vendredi : 9h à 12h et de 15h30 à 19h. Fermé le jeudi. Samedi matin de 9h à 12h

Horaires du **Docteur LOBJEOIS, médecin généraliste.**

Tél. 09.81.84.19.68.

Prise de rendez-vous sur [doctolib.fr](http://doctolib.fr) ou par téléphone.

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi de 9 h à 12 h 20 et de 14 h à 18 h 40. Fermé le mardi. Samedi matin de 9 h à 12 h.

**Permanence Cabinet Infirmier - Maison médicale**

Mardi - vendredi de 7h30 à 8h30 : 02.98.73.58.78

**Csaba Kincses**, masseur kinésithérapeute : 06.45.43.56.79

**Pharmacie Niquet (02.98.73.56.06)**

Ouvert du lundi au vendredi 9 h - 12 h et 14 h - 19 h ; le samedi 9 h - 12 h [www.pharmacie-niquet.fr](http://www.pharmacie-niquet.fr)

**Marchés, place St Hubert :**

Les mardis, de 9h à 12h : marché alimentaire (volailles, fruits-légumes, légumes bio, poisson, viande)

Les vendredis, de 10h à 11h : poisson

Les Paniers Castois : légumes bio, paniers à 8 €, 11 €, 15 €  
Tous les vendredis de 18h à 19h.

Contact : Patricia au 06.47.60.35.43 ; Frédéric au 02.98.73.67.07 ; Maurice au 06.81.89.51.99.

**Herbes et compagnie**

Légumes bio et plantes aromatiques et médicinales (tisanes, sirops, huile, aromates...)

Vente à la ferme le samedi de 10h à 12h30. Au marché le mardi matin.

Contact: Maelenn Lastennet 06.62.42.96.76

**Car'Os au poil** : toilettage pour chien, sur rdv le jeudi place St Hubert. *Contact* : tél. 06.37.40.19.60

**Un chien dans le marais** : alimentation et accessoires pour chiens et chats. [www.unchiendanslemarais.com](http://www.unchiendanslemarais.com)

**Contact : Tél. 06.18.83.14.74**

**Ferme de Lamharo** Vend colis de porc ( $\pm$  7 kg) à 10€/kg : Animaux élevés sur paille, nourris à base d'aliments sans OGM et enrichis en graine de lin.

- Vend steaks hachés : lot de 16 (2 kg pour 24€) ou lot de 8 (1 kg/13€)
- Vend colis de viande bovine ( $\pm$  11 kg) à 12€50/kg : Animaux élevés entièrement à l'herbe. Tout est

emballé sous vide. Possibilité de livraison à domicile.

**Contact : Bruno HASCOET** au 06 08 25 45 13 ou [lafermedelamharo@orange.fr](mailto:lafermedelamharo@orange.fr)

**Les caves de Saint-Gildas**, ouvert du mardi au samedi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 19h30 ; le dimanche matin de 10 h à 12h30. Tél. 02.98.73.54.65

**EVEN AGRI** : Bricolage, Jardinage, Alimentation animal, Elevage, Matériaux ; horaire à partir de Novembre : 9h - 12h / 13h30 - 17h30 du lundi au vendredi; 9h - 12h le samedi. Magasin ouvert à tous.

**Epicerie communale - dépôt de pain**

5 rue Kreisker

Lundi : Fermé

Mardi, Mercredi, jeudi, vendredi et samedi : 7h-13h et 16h -18h45

Dimanche : 7h - 13h

**Le relais de Saint Gildas**

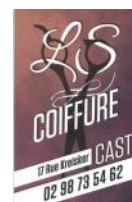
Paëlla le jeudi soir à emporter - 10 € la part ; à commander jusqu'à mercredi. Sangria maison 3€ le verre et toujours des pizzas du dimanche soir au jeudi soir. Tél. 02.98.73.54.76

**Salon de coiffure**

Retrouvez le nouveau salon de coiffure de Cast sur facebook : page « LS Coiffure CAST ».

*Renseignements et rendez-vous : tél.*

02.98.73.54.62



*En raison du manque de place disponible, nous ne sommes pas en mesure de publier la rubrique « annonces » du mois d'avril. Vous retrouverez cette rubrique le mois prochain. Merci de votre compréhension.*



## LA VIE DES ECOLES



### Ecole Publique



**Les élèves de l'école publique se mobilisent pour les enfants hospitalisés**

Les élèves ont participé à l'opération solidaire Les Pièces jaunes du 6 janvier au 14 février. Par cette action ils ont découvert la vie d'enfants hospitalisés et les améliorations apportées à leur quotidien grâce à la collecte (jeux, activités, décoration ...).

Ce sont les élèves de GS-CP qui ont déposé les tirelires de toutes les classes à l'agence postale. Plus de 7 kg ont ainsi été récoltés !

## ● Ecole Notre Dame

### Le théâtre

Depuis le mois de Janvier, les élèves de la petite section au CM2 font leurs premiers pas en tant que comédien. Avec Sabine, qui intervient toutes les deux semaines, ils découvrent les différentes techniques de mise en voix, d'expression corporelle avant de travailler sur la pièce de théâtre finale.

Ces interventions ont lieu le mardi matin pour les maternelles/CP et le vendredi après-midi pour les CE/CM. Sabine VOETGLIN est comédienne professionnelle de l'association Dynamo de Dinéault. Elle interviendra à l'école jusqu'au mois de juin.



### Le judo

Depuis le mois de janvier, les enfants de l'école découvrent le judo avec Jérôme Cailliau, professeur de Judo du Dojo du Porzay. Au cours de six séances, petits et grands apprennent les bases de ce sport de contact. Les séances de 45min à 1h se déroulent à Cast dans la salle ping-pong. Avides de nouveautés et de découvertes, chacun se montre sérieux et impliqué dans la pratique.

Dans l'esprit du projet d'établissement, l'équipe pédagogique souhaite développer le respect et l'écoute de l'autre à travers le sport. Cette initiation se conjugue avec la pratique du théâtre du volet culturel du projet d'établissement.



### CE/CM – Un projet sur les émotions

Chaque lundi après-midi depuis le mois de novembre, Marie BENNOUR (enseignante spécialisée) et Clémentine, ont proposé aux enfants un grand projet sur les émotions. L'objectif : reconnaître ses émotions et réussir à les gérer. C'est par la mise en scène de situations du quotidien que les élèves ont réussi à comprendre ce qui pouvait se jouer à l'intérieur d'eux. Ce projet a permis de travailler l'expression orale et corporelle mais aussi le vivre-ensemble. Ce travail s'est achevé par la création d'un petit dépliant des recettes qui permettent de gérer ses émotions.

Marie est également intervenue en ateliers auprès de petits groupes d'élèves jusqu'aux vacances de février, les lundis et vendredis.



### CM2 – Une journée au collège

Jeudi 13 février, les cinq CM2 de l'école se sont rendus au collège St Louis avec les élèves des écoles du secteur (Plomodiern, Plonévez-Porzay, Chateaulin, Dinéault et Hanvec). Au cours de la matinée, ils ont découvert les différentes matières enseignées au collège ainsi que les professeurs (physique, technologie, Histoire-Géographie...). Après un déjeuner au self, ils ont passé l'après-midi au gymnase autour de trois ateliers : basket, arts du cirque et gymnastique. C'est avec un grand sourire qu'ils sont rentrés, impatients de devenir de véritables collégiens.



### Intervention de l'association AKA auprès des élèves de CP, CE et CM

Mardi 3 mars dernier, Romuald Le Meur est intervenu auprès des élèves de CP, CE, CM pour présenter l'association Kengoazell Afrika (AKA), dont il est membre. L'association a pour objectif l'éducation des enfants par le sport. Créée depuis 2 ans, elle agit en Côte d'Ivoire, au Rwanda et au Sénégal pour apporter des équipements et des installations sportives aux enfants.

Les élèves de l'école Notre Dame ont pu découvrir les actions réalisées par l'association mais aussi la culture et la vie des jeunes africains par les témoignages de Mr Le Meur. Grâce à cette rencontre, ils se sont mis en route vers le projet de course solidaire qui aura lieu à la fin de cette période avec les écoles du secteur. Les enfants ont donc pour mission de récolter de l'argent et ainsi apporter leur contribution à la réalisation des futurs projets de l'association.





## VIE ASSOCIATIVE



### Les choumi - raid en solidarité avec Maëlyne

« Nous nous présentons: Carole Kervennic, 42 ans, assistante commerciale & Emmanuelle Mauguen, 39 ans, monitrice éducatrice auprès d'adolescents à déficience intellectuelle. Nous sommes toutes les deux mamans de deux enfants. Nous faisons partie de l'association de course à pieds, L'Elan Du Porzay.



Ensemble, nous avons participé à beaucoup de courses, toujours dans cet état d'esprit. Ensemble, nous formons une bonne équipe. Depuis quelque temps, participer à un raid nous trottait vraiment dans la tête. Fin septembre, l'envol de la petite Maëlyne fut un effroi pour tout le secteur. Nous avons tous été très touchées par sa disparition.

Nous avons alors regardé les raids existants et l'un deux nous a vraiment tapé dans l'œil : Le Raid « La Saharienne »

C'est un évènement SOLIDAIRE qui nous ressemble : SOLIDARITÉ, valeur que nous incarnons !

Notre projet est de participer à ce Raid en soutenant l'association Maëlyne Pour demain, l'avenir et tous les enfants atteints par le DIPG, le cancer pédiatrique en général. Ce Raid est une épreuve de 5 jours qui aura lieu du 11 au 18 décembre 2020 au Costa Rica. 70 équipes féminines y participeront. Cet événement est composé d'épreuves de trail, course d'orientation, VTT, kayak, « swimrun », « bike and run », tir à l'arc. Nous dormirons en bivouac. Nous allons nous préparer physiquement toute l'année sur chacune des disciplines.

Afin de nous aider à réaliser notre projet, c'est aujourd'hui 14 sponsors qui nous soutiennent. Grâce à eux et la cagnotte en ligne que nous avons mis en place, nous allons bientôt pouvoir nous inscrire à cet événement. Retrouvez-nous sur Facebook ou Instagram, page "Les Choumi"

Vous souhaitez apporter votre soutien en apportant une contribution? Retrouvez-nous sur :

<https://www.leetchi.com/c/les-choumi-pour-maelyne>

Vous souhaitez nous sponsoriser : email [leschoumi29@gmail.com](mailto:leschoumi29@gmail.com)



## Comité d'animation

Le comité d'animation propose la mise en place d'un « atelier crêpes » ouvert à tous ceux (celles) qui souhaitent s'initier (ou se perfectionner) à la confection des crêpes sur bilig.

Les dates seront à définir suivant les disponibilités des candidats.

Inscriptions et renseignements auprès du comité d'animation au 06.70.05.66.41 ou en mairie.



## Yattra Yoga

### Cours suspendus jusqu'à nouvel ordre

**Cours de Yoga: NOUVEAUX HORAIRES !**

Mardi à 10h15 et jeudi à 18h30.

Les cours sont composés de méditation, d'exercices de respiration, de postures et relaxation sur 1h15. La séance du matin est dynamique et renforce le corps, celle du soir est relaxante et travaille la souplesse.

Cours pour tous les niveaux, enfants acceptés à partir de 12 ans. La séance découverte offerte.

Tarifs:

A l'année 231 € (30 cours)

Au trimestre 93.50 € (11 cours)

10 € la séance.

Inscription et renseignements: merci de contacter Mélody au 06 75 33 69 63 ou [yattrayoga@gmail.com](mailto:yattrayoga@gmail.com)

### Atelier bien-être pour enfants.

Les ateliers proposent aux enfants un ensemble de pratiques bien-être pour avoir confiance en eux, apprendre à s'occuper d'eux, être bien dans leur tête, dans leur corps et dans leur cœur, mais aussi de leur donner des outils pour être heureux dans leur quotidien et toute leur vie. Les enfants vivent ainsi un moment enchanté, magique, ludique, dans lequel ils se détendent et s'amuse.

#### Les ateliers:

Chaque atelier de 1h15 propose l'exploration d'une thématique (émotions, 5 sens, confiance en soi, animaux, super pouvoirs, couleurs, imaginaire...), déclinée autour de 9 rituels bien-être qui sont : centrage & lecture / cercle de parole / la minute gratitude / la ronde de l'énergie / exercice de respiration / posture de yoga / la minute défoulage / expression dessinée des émotions / relaxation finale.



Les ateliers MMM sont réservés aux enfants de 6 à 12 ans.

Les ateliers ont lieu le mercredi après-midi de 15h00 à 16h15 :

Pensez à réserver, atelier limité à 8 places.

Pour plus de renseignements sur les prix ou autres, merci de contacter Mélody de Yattra Yoga au 06 75 33 69 63 ou par courriel: [melody.p@monmomentmagique.com](mailto:melody.p@monmomentmagique.com)

Mise à jour du 18/3/2020

Les activités et réunions des associations sont suspendues jusqu'à nouvel ordre. La bibliothèque et tous les équipements publics sont fermés au public, en raison de l'épidémie covid -19



## ● Groupes de marche

### CIRCUITS DE RANDONNEES

Départ à 14 heures du parking des anciens combattants au bourg de CAST

**MARDI 7 avril 2020**

**Circuit du Telgruc /sur mer : 7kms**

**Départ du parking char à voile à Trez Bellec :**

monter vers la maison en pierre et prendre le chemin de terre, tourner premier chemin à gauche, puis à gauche pour rejoindre la route, à l'intersection à gauche, puis à droite un chemin de terre qui arrive au village de Luzéoc, à droite et à gauche rue Park Me pour descendre, tout droit entre le camping pour rejoindre la rue de la plage, descendre à gauche vers le camping le panoramique, descendre vers le ruisseau par le chemin de terre et rejoindre la plage pour le retour.

Balisage : aucun

Difficulté : montées.

**MARDI 14 avril 2020**

**Circuit à St-Coulitz. 6,5/7 kms**

**Départ du parking de coa-tigrac'h :** monter vers le bourg, après le garage de travaux agricoles prendre le petit chemin, continuer à droite, tourner à Ty André, Pen al leurguer, et prendre le chemin caillouteux à droite pour arriver sur la départemental, traverser pour rejoindre le Loc'h, puis Banine, la rue Jean Jaurès. Traverser la route pour rejoindre le contre halage pour le retour;

Difficulté : montées

Balisage : aucun

**MARDI 21 avril 2020 « mer, vacances »**

**Circuit de Lestrévet/Plomodiern : 6,5/7 kms**

**Départ du parking de Lestrévet :** longer la plage jusque Pentrez. Monter la route de Bernal, prendre la rue Gradlon, tourner 1ère route à droite pour rejoindre la route de Bernal et traverser pour passer par les Hameaux de Kervengard, descendre un chemin herbeux à droite et au rond-point à gauche la route du Manoïr jusque la route de Bremellec. Tourner à droite jusqu'au ruisseau et remonter la route de Polébret. Prendre à droite un chemin de terre et rejoindre la route de Kergors pour aller au parking

Balisage : aucun

Difficulté : aucune

**MARDI 28 avril 2020 « terre »**

**Circuit au Juc'h : 7 Kms 5**

**Départ du parking au bas du bourg (aire de jeux) :** monter vers le bourg par un chemin de terre qui rejoint l'église. Prendre la route à droite pendant 1 km, puis à droite jusque la route de Kervéoc'h à Douarnenez, des-

prendre sur la ligne de chemin de fer pour le retour, traverser après la

gare, prendre le chemin Hent ar Veil à droite pour revenir, et redescendre par l'église pour rejoindre le parking.

Balisage : aucun

Difficulté : aucune

**MARDI 5 mai 2020**

**Circuit sur Ménez Quelec'h : 7/8 kms**

**Départ de l'intersection de Châteaulin/Cast/Pen ar zuil**

Balisage : aucun

Difficulté : aucune

## ● Cast VTT

Après 13 ans à la tête du club de vtt de la commune Mr Ferec Stéphane passe la main à 5 membres du club qui continueront à faire briller les couleurs de l'association sportive. A sa tête on trouvera Gildas Quiviger au poste de président, à ses côtés, Julien Scordia, vice-président, Alexandre Le Grand au poste de secrétaire, puis Pichon Killian à la trésorerie. Et Romain Petitjean qui lui s'occupera à développer le point accueil jeune et le partenariat avec l'organisation des Roc'h des monts d'Arrée.

Photo : de gauche à droite :

Scordia Julien, Ferec Stéphane, Quiviger Gildas et Le Grand Alexandre



## ● Chorale FASILA

### Cours suspendus jusqu'à nouvel ordre

Répétitions le jeudi de 20 h à 22 h, à la salle communale de Cast. « Si vous aimez chanter, n'hésitez pas à venir ! »

**Contact : Maurice au 06.81.89.51.99**