

Bulletin d'information

Décembre 2021 - n° 11

- La vie communale p 2
- La vie des écoles p 4
- La vie associative p 7
- Agenda p 8



 **MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE ET DE L'ALIMENTATION**
*Libérer l'Élevage
Pratiquer*

Déclarez vos ruches

entre le 1^{er} septembre et le 31 décembre



Une procédure simplifiée de déclaration en ligne

mesdemarches.agriculture.gouv.fr

CAST Samedi 18 décembre
Salle municipale

Professeur Guillaume présente :
« Porte ouverte à l'école de magie »



Spectacle à 17h00

Spectacle gratuit pour les enfants de Cast et leurs parents
Offert par le comité d'animation

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.

Pour l'Echo de Saint Hubert de janvier, la date limite sera le 5 décembre.



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
Site Internet : 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

Naissances :

Awena MOCELLIN, née à Quimper le 3 novembre 2021

Cérémonie du 11 novembre 2021

A l'occasion de la journée de commémoration de la Victoire et de la Paix, les représentants de la FNACA et de la municipalité de Cast se sont joints au Maire pour rendre hommage à tous les « Morts pour la France ».

La cérémonie de commémoration a eu lieu le 11 novembre, à Cast.



Coordonnées utiles

EAU POTABLE

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

Plateforme internet : https://www.service.eau.veolia.fr/home/nous_contacter.html

ASSAINISSEMENT COLLECTIF

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

Pannes de courant : contactez votre fournisseur d'électricité pour déclarer tout incident :

Exemple : Enedis : 09 726 750 29

Pannes de téléphone : contactez votre opérateur (voir coordonnées figurant sur vos factures). **Exemple : Orange : 39.00**

CCPCP - service public d'élimination des déchets

Horaires des déchetteries

(horaires d'hiver, du 1er octobre au 31 mars):

Plonévez-Porzay (Croix-Neuve)

Fermeture le mardi et le dimanche

lundi, mercredi, jeudi, vendredi, samedi :

9 h 30 - 12 h / 13 h 30 - 17 h

Châteaulin (Péren)

Fermeture le jeudi et le dimanche

lundi, mardi, mercredi, vendredi, samedi

9 h 30 - 12 h / 13 h 30 - 17 h

Redevance d'enlèvement des ordures ménagères : mise à jour de vos informations

Il est important de signaler tout changement de situation familiale (déménagement, nombre personnes aux foyers, etc.....) au service de la REOM par courrier au siège de la CCPCP :

rue Camille Danguillaume
29150 Châteaulin

ou par mail : christine.kermorgant@ccpcp.bzh

en accompagnant votre message des justificatifs correspondants.

(notice jointe à la facture, également disponible sur le site internet : www.ccpcp.bzh).

Cela permet d'éviter une facturation erronée ainsi que des relances de la part du trésor public.

Recensement militaire



Depuis 1999, tous les jeunes français (filles et garçons) ont l'obligation légale de se faire recenser à la mairie de leur domicile, dans les **3 mois suivant leur 16ème anniversaire**. Il leur suffit de se présenter en mairie, muni de leur carte d'identité et de leur livret de famille. Dans les mois suivants, les jeunes sont convoqués pour accomplir une Journée Défense et Citoyenneté.

Pour en savoir plus : www.defense.gouv.fr/jdc

Ou Mairie de Cast : 02.98.73.54.34

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

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 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

Tél. : 02.98.73.58.78 pour prise de rendez-vous permanences Mardi - vendredi de 7h30 à 8h30

Csaba Kincses, masseur kinésithérapeute : 09.86.44.14.51

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

Marchés, place St Hubert :

Les mardis, de 9h à 12h : marché alimentaire (légumes, viande)

Les Paniers Castois : légumes bio, paniers à 8 €, 11 €, 15 € - le samedi de 10 h 30 à 11 h 30

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

Herbes et compagne

Plantes aromatiques et médicinales (tisanes, sirops, huile, aromates...) **Contact:** Maelenn Lastennet 06.62.42.96.76

Un chien dans le marais : alimentation et accessoires pour chiens et chats. www.unchiendanslemarais.com

Contact : Tél. 06.18.83.14.74

Ferme de Lamharo Vend colis de porc (\pm 7 kg) à 11€/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 13 €/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

Institut de beauté mobile Elixir des Sens :

vente de produits et soins ; tous les jeudis sur la place St Hubert de 9h45 à 19h30.

Contact : rendez-vous, renseignements par téléphone, au 06.58.69.38.45

Les caves de Saint-Gildas : ouvert du mardi au samedi de 9h à 12h30 et de 15 h à 19h30 ; le dimanche matin de 10 h à 12h30.

Tél. 02.98.73.54.65

EVEN AGRI

Bricolage, Jardinage, Alimentation animale, Elevage, Matériaux - Magasin ouvert à tous.

Horaires : du lundi au vendredi : 8h30-12h 13h30-17h et le samedi matin 9h-12h

Epicerie communale - dépôt de pain

5 rue Kreisker - tél. 02.98.73.55.73

Lundi : Fermé (dépôt de pain au Coup de Tabac)

Mardi, Mercredi, jeudi, vendredi et samedi : 7h-12h30 et 16h-18h

Dimanche : 7h - 12h

Salon de coiffure

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

Contact : tél. 02.98.73.54.62

LA BEL'VERTE, maraîcher bio à CAST, vente de légumes bio à la ferme samedi de 15h à 18h au Lieu-dit Croas Lahinec. *Vous pouvez composer votre panier à l'avance jusqu'au jeudi midi en appelant Daphney au :* 06.20.45.85.66.

Educateur canin - comportementaliste chiens / chats / chevaux. Problème d'agressivité, fugue, malpropreté, hyperactivité, stress, destruction, ...

Contact : Cédric Robitzer tél. : 06.64.20.58.10.

cedricrobitzer.ceephao.fr

Taxi Peron : toutes distances , transports médicaux assis (consultations, hospitalisations), aéroports, gares, scolaires, restaurants, etc. Véhicule aménagé pour fauteuil roulant.

Contact : tél 06.19.17.01.17 / 02.98.81.54.08

mail : taxiperon@gmail.com

Florian DORVAL, conseiller immobilier, secteur de Cast

Tél : 06.65.29.81.22

E-mail : florian.dorval@kwfrance.com

Kw Océan - Keller Williams immobilier.

28 Quai Charles de Gaulle, 29150 Châteaulin

La bulle qui roule

8 massages bien-être, épilations, soins visages et corps. Produits bio et naturels.

Sur rendez vous au : tél. 06.45.63.55.12

bonjour@labullequiroule.com

<https://www.labullequiroule.com>

Adresse : Cottornec, 29150 Cast

● Annonces

- **Nounou expérimentée**, je suis à votre disposition pour garder votre enfant dans un cadre familial et accueillant. Eveil, jeux et jardin à volonté !
Pour tout renseignement vous pouvez me contacter au 02.22.12.47.84 ou steph.2006@live.fr
- **Assistante maternelle agréée** (7 ans d'expérience), maison avec jardin proche de deux écoles, dispose de place pour accueillir votre enfant. Diverses formations dont : initiation au langage des signes, CAP petite enfance, éducation bienveillante et secourisme. Je propose des activités selon l'âge et l'éveil de l'enfant.
Contact : 06.75.36.08.44
- **Assistante maternelle agréée** à CAST, maman de 2 enfants. Je dispose d'une maison spacieuse avec jardin et de tout le matériel nécessaire au bien être de votre enfant. Dynamique, attentive et organisée, je respecte le rythme de chacun. Je propose des activités manuelles et de découverte adaptées à l'âge. Balade et jeux extérieurs sont au programme lorsque le temps le permet. N'hésitez pas à me contacter au 06.29.92.55.47
- **Assistante agréée** (23 ans d'expérience) dispose de 2 places pour garder enfants à temps complet. Disponible tout de suite. Titulaire d'un CAP petite enfance et d'un Certificat Prévention et Secourisme (CPS). Maison avec Jardin. Promenade, éveil, jeux et activité diverses suivant l'âge de votre enfant.
Contact : 06.45.74.56.82 ou 09.66.87.61.94
- **Service ménage occasionnel** : grand ménage ; maison, appartement avant vente ou location ; entretien résidence secondaire (hors vacances). Règlement chèque CESU.
Contact : 06.20.48.43.33
- Besoin d'un baby-sitter ? Pensez au fichier du PIJ !
Contact : 02 98 86 13 11 / 06 40 05 45 42
pij@polysonnance.org
- **Enseignante** de nationalité allemande donne cours allemand tous niveaux.
Contact : 02.98.16.06.46
- **Vends** : terrain constructible de 1442 m² situé chemin de Pen ar Vur, à Cast. Certificat d'urbanisme opérationnel établi. Prix : 25€ le m².
Contact : 06.16.13.69.30 ou 06.24.91.80.96
- **Vends** : terrain constructible, secteur Kergaradec, 885 m²
Contact : 06.26.83.48.38 ou 02.56.45.40.81
- **Vends** : table en bois massif (1,50 m x 0.93 m, rallonge 40 cm) et chaises bretonnes ; bon état. A retirer sur place. Prix : 80 € négociable.
Contact : 06.72.44.45.62
- **Vends** : téléphone sans fil (Gigaset AS690A), neuf, garanti 2 ans, 40 €.
Contact : 02.98.16.06.56

● LA VIE DES ECOLES

● Ecole publique

Visite au domaine des Pins par les PS

Le mardi 19 octobre, les élèves de la classe de PS sont allés visiter le verger et nourrir les animaux chez Maxime, un élève de la classe.

Sa maman nous a accueillis au domaine des Pins à Cast. Nous avons commencé par faire le tour des animaux. Chaque élève a pu nourrir et caresser les poules. Puis nous avons rendu visite aux poulains fraîchement arrivés. Nous avons pu rentrer dans l'enclos des deux chèvres Bibi et Moka, leur donner quelques feuilles et des pommes et surtout les caresser. Pour finir notre tour des animaux, nous sommes allés nourrir les lapins.

Ensuite nous avons dégusté du jus de pomme du domaine ainsi que goûté de bonnes pommes du verger. La matinée s'est terminée par la récolte de pommes et de poires directement dans le verger. Un matinée bien remplie et très appréciée de tous. Merci à la famille de Maxime pour son accueil.



La semaine du goût des MS-GS

La semaine du 18 octobre avait pour thème les légumes en dessert. Mardi, les élèves de MS ont préparé une purée de patates douces. Chacun a alors roulé une boulette dans la poudre de noix de coco. Ce dessert d'Indonésie a été diversement apprécié, à cause de la noix de coco.



Jeudi, les élèves de GS ont réalisé un cake au potiron et pépites de chocolat. Un succès pour ce délicieux dessert ! Enfin vendredi, les élèves ont bu, à l'aveugle, des jus ... de légumes : jus de carottes, de tomates, de carottes-oranges-citron. Ce dernier a été bien plus apprécié !

Tous les élèves ont fait l'effort de goûter. Ils ont essayé de donner un avis.

La semaine a donc été riche en sensations, gestes techniques, vocabulaire, langage ... au-delà de la sensibilisation au goût.

Des « Blob » en classe



Retenus lors d'un appel à projet du CNRS et du CNES, les élèves de CE2 et CM1 accueillent cette année des blobs dans leur classe.

Le Blob (de son nom scientifique *Physarum Polycephalum*) est un organisme unicellulaire naturellement présent dans nos forêts, capable de se déplacer, de choisir la meilleure nourriture pour son développement et d'apprendre. Tout cela sans cerveau !

Accompagnés par la chercheuse toulousaine Audrey Dussutour, biologiste et éthologue spécialiste de cet organisme, qui a fourni de nombreux protocoles de recherche et des blob en dormance, les élèves ont pu réveiller leur Blob, le voir grandir et se déplacer vers sa nourriture.

Ils ont également réalisé les mêmes expériences que Thomas Pesquet dans l'ISS pour tenter d'observer l'impact de la pesanteur dans le comportement du blob. Les résultats obtenus en classe seront analysés par Audrey Dussutour et son équipe pour aboutir à une publication scientifique.

A la rentrée, ils se pencheront sur la nutrition chez *Physarum Polycephalum* et tenteront de définir les préférences alimentaires de cet organisme.

Au printemps, les CE2-CM1 participeront à une autre étude sur l'impact du réchauffement climatique sur le blob.

● Ecole Notre Dame

Parcours citoyen : Se connaître pour mieux vivre ensemble

Depuis le début de cette première période, nous avons engagé un travail sur la connaissance de soi en proposant aux élèves des activités de relaxation pour être l'écoute de son corps et de son esprit.

Nous avons poursuivi par un travail sur les émotions : savoir les repérer, les reconnaître et les nommer. Pour réussir à maîtriser et à accueillir ses émotions, il est important de savoir dire ce que l'on ressent et de poser des mots.

Ces différentes étapes nous ont permis d'aborder avec les enfants les messages clairs. Cette technique est utilisée dans la résolution de conflits. L'objectif est ici de présenter la situation conflictuelle, faire part à l'autre de son ressenti et de proposer une solution.

Dans la poursuite du parcours citoyen, la suite du projet s'articulera autour de la différence et l'acceptation de la différence. Un travail autour du handicap sera également proposé aux élèves.

Notre première période en photos :



● Ecole Notre Dame (suite)



L'école présente sur les réseaux

L'école Notre Dame possède un site Internet régulièrement mis à jour. Vous pouvez y découvrir les activités des élèves et la vie des classes.

Nous disposons également d'une page Facebook qui relaie les articles de notre site Internet et vous tient informée des actualités de l'école.

Site internet :

<https://ecolenotredamecast.toutemonecole.fr/>

Page Facebook :

<https://www.facebook.com/ecolenotredamecast>

● ALSH

Journée du mercredi 19 octobre , dernier mercredi avant les vacances

« Fiesta d'Halloween , déguisements, karaoké, chorégraphies, dégustation des gâteaux préparés le matin.... Petits et grands se sont bien amusés. »



A noter : le centre de loisirs de Cast est fermé pendant les petites et grandes vacances.

LA VIE ASSOCIATIVE

Atelier seniors : le bon usage des médicaments

CCAS Cast CLIC de Châteaulin

Atelier « du bon usage des médicaments »

Salle de la Rotonde à Cast Vendredi 17 décembre

Les médicaments, par leur efficacité et leur spécificité, ont amené de réels progrès de santé, de confort et de vie au quotidien. Avec l'âge, ils deviennent aussi une pièce maîtresse de la prévention des risques de maladies chroniques comme les risques cardiovasculaires. Pour autant la consommation régulière de plusieurs médicaments s'accompagne d'un risque accru d'interactions et d'effets indésirables. De plus, les modifications du fonctionnement liées à l'âge pour des organes comme le foie et les reins peuvent en perturber l'élimination. Et se pose en filigrane la relation entretenue avec ces produits : l'automédication ? le choix de traitements alternatifs ?

Pour faire le point sur l'usage approprié des médicaments, en partenariat avec l'association Brainup et le CLIC de Châteaulin, le CCAS de Cast vous propose de participer au programme "Du bon usage des médicaments".

Une première conférence « **mes médicaments et moi** » aura lieu le vendredi 17 décembre, de 10h à 12h à la salle de la Rotonde Place de la mairie à Cast. Elle sera animée par une infirmière.

A l'issue de cette conférence, vous pourrez participer à un atelier de 5 séances thématiques et qui se déroulera également à Cast.

Vous aurez la possibilité d'échanger avec un professionnel de santé sur les effets des médicaments et leurs interactions. Vous pourrez poser vos questions sur l'ordonnance et les posologies indiquées. Vous serez conseillés sur la manière d'identifier les symptômes de vigilance et d'en parler à votre médecin.

Le programme est gratuit et le nombre de places est limité. Les inscriptions sont obligatoires et se font auprès de la mairie de Cast au 02.98.73.54.34 ou auprès de M. Riou au 06.08.26.39.83.

Ce programme est financé grâce au soutien de « Pour bien vieillir en Bretagne, de l'ARS et de la Conférence des Financeurs du Finistère.

**Brain Up Association est une association loi 1901 qui conçoit, organise et déploie des programmes de prévention santé et d'accompagnement auprès de tout public (jeune, salarié, retraité).*

Plus d'infos : www.brainup.fr

Comité d'animation : spectacle de Noël

Le comité d'animation aura le plaisir d'offrir, à tous les enfants de Cast, un spectacle de magie avec "Professeur Guillaume" qui était déjà venu à Cast en 2016, avec "Une journée à l'école de magie", spectacle qui avait bien plu aux enfants ...et à leurs parents ! Cette année, ce sera "Porte ouverte à l'école de magie", avec encore de belles surprises !

Il n'y aura pas de goûter cette année ! mais on espère que le Père Noël sera là pour la distribution de friandises à la fin du spectacle !

Nous demanderons aux enfants d'être à la salle municipale à 16 h 45 afin que le spectacle puisse commencer à l'heure. Les consignes sanitaires seront à respecter suivant les directives du moment : masque et pass sanitaire pour les adultes sans aucun doute !



Comité d'animation : assemblée générale

L'assemblée générale du comité aura lieu :

le vendredi 7 janvier 2022 à 18 h30

salle 1 ou dans la rotonde .

Les président(e)s et membres des associations et toutes les personnes intéressées par l'animation de la commune, sont cordialement invités à y assister, en appliquant les règles sanitaires en vigueur à cette date.

● Groupe de marche

CIRCUITS DE RANDONNEES

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

MARDI 14 décembre 2021

Circuit du bois de Nevet vers Kerlaz : 6 kms7

Départ du parking du bois du Nevet/Kerlaz
Prendre la route vers le vieux Chatel, descendre Kergwenan et remonter vers le bois du Névet.

Continuer vers Locronan et au Nevet, revenir au parking par l'orée du bois.

Difficulté : valonnée

Balisage : aucun

MARDI 21 décembre 2021

Départ du parking de la chapelle à St Gildas : 6kms

Prendre la route pour rejoindre une partie du circuit de St Gildas, à droite sur la route de Ménez Quélec'h, descendre le Grannec et revenir par la station de pompage et Penbis.

Après avoir traversé la route, prendre le chemin de terre pour rejoindre le parking,

Difficulté : aucune

Balisage : aucun (début jaune)

MARDI 28 décembre 2021

Pas de randonnée.

Repos de Noël.

MARDI 4 janvier 2022

Circuit à la plage de Sainte Anne La Palud pendant 1h30

Départ du parking de la plage

Difficulté : Aucune

Balisage : aucun

Après, nous nous retrouverons 15 h 45 au bar du PMU à Plonévez-Porzay pour une collation et voir les projets de la nouvelle année.



« Lors de notre randonnée à Landrévarzec, nous avons eu le plaisir de répondre à 2 charmants garçons qui faisaient un reportage pour le JT de 13h sur TF1.

Ce reportage a été diffusé le mardi 2 novembre. Beaucoup d'entre vous ont dû le voir.

Nous avons eu droit à 2 minutes d'antenne : on a chanté "sous le pont d'Avignon", on a dansé.

On a pu le voir en replay pendant 12 jours. »

● Pause couture

Une association de couture à CAST !

« **Pause Couture** » est une association Castoise, qui propose aux couturières amatrices, de se réunir pour réaliser leur projet de couture.

Nous souhaitons préciser que ce ne sont pas des cours de couture, mais bien des moments conviviaux autour de la couture, pour soi, pour réaliser ses projets avec son matériel.

Le principal objectif de cette association est de s'accorder une « Pause Couture » en groupe dans la bonne humeur.

L'avantage de coudre à plusieurs, est de se donner des idées et des conseils.

Il reste des quelques places disponibles.

Les séances se déroulent dans la Rotonde,

le mercredi de 19h45 à 23h.

Le pass sanitaire est demandé pour accéder à la salle.

Contact : Mail pausecouture29@gmail.com

Tél : 06.79.53.59.59

● Bibliothèque

BIBLIOTHEQUE JEANNE LAURENT

Le site en ligne de la bibliothèque liste tout le catalogue. Il est accessible à tout le monde de chez soi :

<http://www.bibliotheque-cast.fr>



HORAIRES D'OUVERTURE

mardi de 10h à 12h

Jeudi de 18h à 19h

Samedi de 10h à 12h

Nouvelles acquisitions : la bibliothèque enrichit régulièrement son catalogue. N'hésitez pas à venir découvrir les nouvelles références disponibles.

● Agenda

Dates susceptibles d'être modifiées en fonction de l'évolution de la situation sanitaire et des directives gouvernementales.

DECEMBRE 2021

Samedi 4 : distribution de sapins - APE Ecole Publique

Samedi 18 : spectacle de Noël des enfants - Comité d'animation