

- La vie communale p 2
- Informations pratiques p 3
- La vie des écoles p 5
- La vie associative p 6
- Agenda p 8

## Bulletin d'information Septembre 2022 - n° 8

**REPAS DU CCAS**  
**Samedi 24 septembre - salle communale**  
**Pour les 70 ans et +**

Inscriptions obligatoire auprès de la mairie,  
avant le **31 août 2022**

**FORUM DES ASSOCIATIONS**  
**Samedi 3 septembre 2022**  
**CAST**



De 10 h à 12 h 30 - salle communale  
entrée libre et gratuite

**Fêtes Communales**  
**CAST**  
**10 et 11 septembre**

**Samedi 10**  
Au terrain des sports, à 14 h : concours de pétanque  
à la salle municipale :  
À 16 h,  
• Concours de dessins pour les enfants (jusqu'à 12 ans)  
• Tictée - ccquine - pour les adultes.  
• **A partir de 19 h, crêpes** (renas formule cu à l'unité)

**Dimanche 11**  
À partir de 14 h 30  
Divers jeux et concours pour enfants, pour familles ou  
entre amis, par équipe de € (2 de 10 ans et moins,  
2 de 11-15 ans, 2 de + 15 ans.)

**Et tout le week-end, fête foraine**



Organisation : comité des fêtes de Cast. Renseignements auprès de l'association ou aux 06 70 05 66 41, 07 83 31 05 30

**les Vaches folks**  **le retour!**  
concerts assis

**RAIN CHECK**  
**+ LULU'S CRUSH**  
**+ SOON**

**22 octobre 2022**  
**20h30**  
**CAST**



 lesvachesfolks  les\_vaches\_folks



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 d'octobre, la date limite sera le 5 septembre.



### 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

Gabriel MOYSAN, né à Quimper le 29 juin 2022  
Alwena TREANTON, née à Quimper le 2 juillet 2022  
Lisenn DARCILLON, née à Quimper le 21 juillet 2022

### Décès

Denise LE PAGE, décédée à Quimper le 14 mai 2022  
Pierre PHILIPPE, décédé à Douarnenez le 12 juillet 2022  
François CADEC, décédé à Douarnenez le 26 juillet 2022

## Repas du CCAS

Le CCAS de Cast invite tous les habitants de 70 ans et plus à partager tous ensemble un repas à la salle communale de Cast, le samedi 24 septembre 2022, dans la convivialité.

Les Castois concernés ont reçu une invitation par voie postale. Les coupons pour s'inscrire au repas doivent être retournés impérativement **avant le 31 août 2022**.

Si vous avez l'âge requis, mais que vous n'avez pas reçu d'invitation (si vous avez emménagé récemment sur la commune, par exemple), vous pouvez vous inscrire en mairie.

**Date limite d'inscription : 31 août 2022**

[mairie.de.cast@wanadoo.fr](mailto:mairie.de.cast@wanadoo.fr) ; 02.98.73.54.34

## Animaux en divagation

Les propriétaires de chiens doivent veiller à ce que leurs animaux ne circulent pas librement sur la voie publique ou sur des propriétés privées.

Ils doivent être tenus en laisse et sous surveillance.

Laisser son animal en divagation représente un risque pour les biens et les personnes : celui-ci peut provoquer des accidents de la route, avoir des comportements agressifs vis-à-vis des passants et des animaux (bétail par exemple), sans oublier le risque sanitaire lié aux déjections non ramassées.

**Dans le cas de dommages causés par leur animal, la responsabilité des propriétaires est engagée.**

## Bus de l'emploi

Le **Bus de l'emploi** est un bureau itinérant qui vous propose de vous renseigner sur l'emploi et la formation professionnelle. N'hésitez pas à venir pour échanger sur votre projet de retour à l'emploi lors d'un entretien individuel dans le Bus.

Le Bus de l'emploi vous accueillera à Cast le **vendredi 2 septembre** de 10 h à 12 h sur la place Saint Hubert.

Tél. : **06.77.38.07.83**

### Bus de l'emploi

Bureau mobile de renseignements sur l'emploi et la formation

N'hésitez pas nous sommes là !



Permanence sur votre commune :

**Le vendredi 02/09 de 10h00 à 12h30**

**Place Saint Hubert 29150 CAST**

<https://www.dorbosco.asso.fr/> / [smalgorn@dorbosco.fr](mailto:smalgorn@dorbosco.fr)

## Compte rendu du conseil municipal du 28 juin 2022

Réunion du 28 juin 2022

Le 28 juin 2022, à 20h30, le conseil municipal de CAST, légalement convoqué le 21 juin 2022, s'est réuni en la mairie de Cast, sous la présidence de Monsieur Jacques GOUEROU, Maire de Cast.

*Etaient présents : Tous les conseillers municipaux en exercice à l'exception de Michel LE PAGE, excusé, Simon BOUGUYON et Isabelle RIOU*

*Procurations : Michel LE PAGE à Roger MAUGUEN*

**Secrétaire de séance :** Nathalie GAONAC'H

### DELIBERATION 28-2022 : REGULARISATION DE L'ACQUISITION D'UNE PARCELLE DE 79M<sup>2</sup> CADASTREE ZL309

Monsieur le Maire rappelle les échanges qui avaient eu lieu entre la commune de Cast et Monsieur FLOC'H propriétaire de la parcelle limitrophe au lotissement Polusson dont les travaux ont été achevés l'année dernière. Il avait été convenu de la cession d'une bande de terrain d'une superficie de 79 m<sup>2</sup>.

Un bornage a été réalisé en 2013 mais aucun acte n'a été pris à l'époque pour régulariser cette cession et il convient aujourd'hui de finaliser la démarche avec Monsieur FLOC'H.

Monsieur le Maire revient sur la délibération n°24-2022 en date du 23 mai 2022 par laquelle le conseil municipal de Cast acceptait l'acquisition à l'euro symbolique de la parcelle ZL 309.

Monsieur FLOC'H a souhaité modifier les conditions d'acquisition et propose de porter le prix du terrain à 1€ par m<sup>2</sup>.

Aussi est-il nécessaire de prendre une nouvelle délibération pour valider ces nouvelles conditions

Le Conseil Municipal décide à l'unanimité :

D'autoriser l'acquisition de la parcelle ZL 309 d'une surface de 79m<sup>2</sup> pour 1 € par m<sup>2</sup> , soit un total de 79 €;

D'autoriser le Maire à signer tous les actes relatifs à cette acquisition

### DELIBERATION 29-2022 : ACQUISITION D'UN TRACTEUR POUR LES SERVICES TECHNIQUES

La commune doit renouveler le matériel des services techniques et, compte-tenu des impératifs budgétaires, il est proposé de faire l'acquisition d'un nouveau tracteur.

Une consultation a été lancée auprès des fournisseurs via la plateforme Megalis et la commune a reçu des réponses de 8 entreprises.

Après avis de la commission Travaux, réunie le 14 juin

2022, et analyse des propositions par la commission d'appel d'offre réunie le 17 juin 2022, la proposition formulée par Armoricaine Sera 3000 apparaît la plus adaptée aux besoins de la commune.

Elle se présente ainsi :

Tarif net HT pour l'achat du véhicule neuf : 69 500 €

Reprise de l'ancien véhicule nette exonérée de TVA : 16 000 €

Le Conseil Municipal décide à l'unanimité :

D'accepter la proposition formulée par la Société ARMORICAINE SERA 3000 ;

D'autoriser le Maire à signer tous les actes relatifs à cette affaire

### DELIBERATION 30-2022 : CONSTRUCTION D'UN PUMPTRACK – DEMANDES DE SUBVENTIONS

Lors des précédentes réunions du conseil municipal, l'opportunité de la construction d'un pumtrack a été discutée.

Une étude a été réalisée pour établir un prévisionnel des dépenses et des contacts ont été noués auprès d'entreprises spécialisées dans ces structures.

Ainsi la société USE a formulé une proposition d'aménagement sur le terrain situé près de la cantine et du centre de loisirs. Le montant prévisionnel des travaux s'élève 110 000 € HT et USE peut accompagner la commune dans le cadre d'une mission de maîtrise d'œuvre pour 13 700 € HT.

La commune peut bénéficier de subventions dans le cadre du programme des 5 000 équipements sportifs 2022-2024 mais éventuellement aussi dans le cadre d'autres dispositifs tels que la DETR.

Le Conseil Municipal décide à l'unanimité :

De valider le projet de construction d'un pumtrack tel que présenté ;

De valider le montant prévisionnel des travaux ;

D'accepter la proposition de la société USE pour la mission de maîtrise d'œuvre au montant de 13 700 € HT ;

D'autoriser le Maire à déposer la demande d'urbanisme nécessaire à la création de cette structure ;

D'autoriser le Maire à solliciter une subvention auprès de l'Agence Nationale du Sport dans le cadre du programme 5 000 équipements sportifs 2022-2024 ;

D'autoriser le Maire à solliciter une subvention au titre de la DETR 2023 si le projet y est éligible.

### QUESTIONS DIVERSES

Madame Laurence LE BERRE informe le Conseil Municipal que le CCAS a sélectionné les sociétés AXA et GROUPAMA pour proposer une mutuelle de village aux habitants de Cast. Les offres sont en effet complémentaires et permettront de toucher un public plus large. Les conventions sont en cours de signature et la mise en œuvre en est pré-

vue à la rentrée scolaire. Des réunions publiques auront lieu avec chacune de ces sociétés au début du mois de septembre et les personnes intéressées pourront prendre rendez-vous auprès de la mutuelle qui aura retenu leur attention.

Laurence LE BERRE, Emilie ARZUL et Caroline HASCOET reviennent sur l'animation autour du graffiti qui s'est déroulée mercredi 22 juin 2022 à côté du terrain multisports. Les jeunes ont répondu présents en nombre et c'est avec enthousiasme qu'ils ont préparé la surface qui doit accueillir la création réalisée avec des artistes professionnels. Une vingtaine de jeunes ont ainsi participé à cette première initiation, rejoints par les enfants du centre de loisirs. D'autres séances sont programmées sur les mercredis qui viennent pour finaliser les dessins puis passer à la réalisation de la fresque.

André RANNOU fait part des sollicitations qu'il a reçu concernant la prolifération des choucas. Cette espèce cause encore de nombreux dégâts sur les cultures mais aussi sur les habitations. Monsieur le Maire fait état de la récente décision du Tribunal Administratif de Rennes qui a suspendu les arrêtés préfectoraux d'abattage des choucas dans le Finistère, les Côtes d'Armor et le Morbihan. Le Maire reste attentif aux dégâts et il soumettra au conseil toute délibération permettant un meilleur contrôle de la population de choucas et des dégâts occasionnés.



## INFORMATIONS PRATIQUES



### Permanence numérique



Vous souhaitez bénéficier d'une aide ponctuelle dans l'usage du numérique (boîte mail, internet, tablette, etc.) ? La conseillère numérique de **France Services** vous propose des **séances d'accompagnement individuel**, dans votre commune, sur rendez-vous. Les séances se déroulent le 3e vendredi du mois à la mairie de Cast.

4 créneaux de rendez-vous sont possibles, durant la matinée (accompagnement individuel de 40 minutes). Prochaine permanence : **vendredi 16 septembre de 9 h à 12 h**.

**Contact, réservations : 02 98 16 14 20.**

## 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**

### Santé

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](http://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 vendredi 18 h - 19 h

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

**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.

**Contact** : Bruno HASCOET au 06.08.25.45.13 ou [lafermedelamharo@orange.fr](mailto:lafermedelamharo@orange.fr)

**Hipster Burger** (restauration à emporter)

Le jeudi midi, place Saint Hubert ; contact tél. 06.22.99.94.13, page facebook l'Hipster Burger

### Nouveau à Cast

**Sophrologue - hypnothérapeute**

Nancy Gutierrez - certifiée RNCP

**Contact** : 17 chemin de Pennavur 29150 CAST,

Site internet : [www.nancygutierrez-sophrologue.com](http://www.nancygutierrez-sophrologue.com)

**Tél. 06.19.65.61.23** (se déplace également à domicile)

**Maïté Lacroix**

Naturopathe, consultations privées et activité de groupe : pilates, yoga, Cardio, renforcement musculaire

Contact: 44 rue Penn ar Prat, à Cast

**Tél : 06.82.90.94.80**

**Sophrologue - Laëtitia Decodts**

Tél. 06.59.35.63.85

[www.rendezvous-equilibre.fr](http://www.rendezvous-equilibre.fr)

**AJ Rénovation**

Agencement, menuiserie, isolation, cloison sèche, parquet.

**Contact** : 21 rue d'Armor, à Cast. Tél. : 07.54.36.24.37

## 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](mailto: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 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  
[pjj@polysonnance.org](mailto:pjj@polysonnance.org)
- **Enseignante** de nationalité allemande donne cours allemand tous niveaux.  
**Contact** : 02.98.16.06.46
- **Vends** : VTT, H/F bon état 60€  
**Contact** : 02.98.16.06.56
- **Vends** : terrain constructible de 1442 m<sup>2</sup> situé chemin de Pen ar Vur, à Cast. Certificat d'urbanisme opérationnel établi. Prix : 25€ le m<sup>2</sup>. 36 050 m<sup>2</sup>  
**Contact** : 06.16.13.69.30 ou 06.24.91.80.96
- **Vends** : terrain constructible, secteur Kergaradec, 885 m<sup>2</sup>  
**Contact** : 06.26.83.48.38 ou 02.56.45.40.81

## A noter

### 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 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](http://www.saurclient.fr)

### Coupures d'électricité

En cas de panne de courant, contacter votre distributeur d'électricité - par ex. **ENEDIS : 09 726 750 29** (n° de téléphone pour les particuliers) .

Voir coordonnées figurant sur les factures.

### Pannes de téléphone / internet

En cas de panne de téléphone / internet, contactez votre opérateur en utilisant les coordonnées qui figurent sur vos factures.

Orange : **39.00**

## Menez Hom en fêtes

Du jeudi 8 au jeudi 15 septembre 2022

Au programme : animations et activités autour du Menez Hom (balades contées, animations botaniques, randonnées accompagnées, visites guidées de chapelles, conférences, ateliers etc.)

Contact : *Office de Tourisme Menez Hom Atlantique*

<https://www.menezhom-atlantique.bzh/>

Tél : 02.98.81.27.37

## LA VIE DES ECOLES



Cette année, la rentrée des classes aura lieu le jeudi 1er septembre 2022.

Bonne rentrée à tous !

## Ecole Publique

### RENTREE 2022

Pour tout renseignement concernant l'école publique de Cast, contacter Madame Calvar

directrice : [ec.0290622U@ac-rennes.fr](mailto:ec.0290622U@ac-rennes.fr),

Tél. 02.98.73.55.95 ou 06.71.25.96.83

## Ecole Notre Dame

### Visite de la ferme des Plomarc'h

Vendredi 17 juin, nous avons pris la direction de Douarnenez pour nous rendre à la ferme des Plomarc'h. Durant cette jolie promenade, nous avons rencontré les différents animaux de la ferme qui avaient été étudiés en classe par les élèves de maternelle.



### Les CE CM partent en voyage

Les 22, 23 et 24 juin derniers, la classe de CE CM est partie à la découverte de la région de Saumur. Accompagnés de la classe de CE2 CM de l'école du Juch, nous nous sommes rendus au Cadre Noir de Saumur. Nous avons continué par la visite des châteaux d'Azay-Le-Rideau et de Villandry. Pour terminer notre périple, c'est à la champignonnière et au Musée Pierre et Lumière que nous nous sommes rendus. Après avoir été reporté deux fois, ce voyage a été très apprécié par l'ensemble des élèves qui sont revenus avec plein de souvenirs.



## Célébrons la fin de l'année !

Vendredi 1er juillet, toute l'école s'est rendue à pied à la Chapelle Saint Gildas, comme un petit pèlerinage. Après un pique-nique et un temps de jeu, nous nous sommes tous retrouvés dans la chapelle Saint Gildas pour un temps de célébration avec le Père Christian Le Borgne. Cette journée marquait la fin de notre année pastorale. Ensemble, nous avons célébré notre année qui a été pleine de projets.



## Un tour du monde à Océanopolis

Lundi 4 juillet, c'est à Océanopolis de Brest que nous sommes allés. Grâce aux trois pavillons, nous avons fait un tour du monde en découvrant les différents poissons, crustacés et autres, du monde entier.

Durant cette 5ème période, les élèves de CE CM ont travaillé sur un projet « Tour du monde » en littérature. Cette belle visite est venue conclure ce grand projet.

## Présentation d'Hervé Gueguen, nouveau chef d'établissement et de la nouvelle équipe

Mardi 5 juillet, avait lieu la présentation d'Hervé Gueguen, futur chef d'établissement de l'école Notre Dame de Cast. A la rentrée de septembre, l'école sera organisée en multisite. Hervé GUEGUEN, actuel chef d'établissement de l'école Notre Dame du Menez Hom de Plomodiern prendra la direction de l'école Notre Dame de Cast en plus de celle de Plomodiern. Il viendra enseigner à CAST en classe de CE/CM. Hervé a à cœur de créer une dynamique dans ce nouveau multisite par de nombreux projets entre les deux écoles.

En classe de maternelle, c'est Auriane Guillemot qui prendra le poste de Béatrice Le Floch. En cette fin d'année scolaire, Béatrice fait valoir ses droits à la retraite. Auriane sera aidé en classe de Nadine Plouzennec qui remplace Sophie Herri, actuellement ASEM à l'école.



## VIE ASSOCIATIVE



### Comité d'animation

#### Cast en scène

Après plusieurs semaines et même mois de préparation, 3 jours de festival et une journée de rangement, la 17ème édition peut être classée parmi les meilleures. En effet, le vendredi soir, « réveil de dingue » se jouait à guichet fermé, un peu moins de monde le samedi soir pour « L'odeur de la guimauve » sans doute dû aux nombreuses animations dans les communes environnantes, et une salle encore bien remplie le dimanche soir malgré la fin du week-end et la reprise de l'école pour de nombreux élèves. C'est une grande satisfaction pour tous les bénévoles qui ne ménagent pas leur peine et pour les comédiens. Les « inter-spectacles » ont également été appréciés avec, le samedi, la chorale Kastell Roch de Châteaulin, un groupe très sympathique et dynamique et ô combien méritant, au répertoire varié. Le dimanche, les artistes de Art'Flex ont également bien animé la place St Hubert jusqu'à la reprise du dernier spectacle, « J'aimerais bien vous y voir ».

Dès le dimanche pour les uns et le lundi pour les autres, les comédiens ont repris la route (ou le train!) pour la suite de leurs activités, représentation à Nîmes, Festival d'Avignon, théâtre à Paris....

Les organisateurs remercient tous les partenaires, les sponsors, les spectateurs, et tous ceux qui les aident d'une façon ou d'une autre pour que le Festival du théâtre humoristique Cast en scène poursuive sa route commencée en 2005 et vous donnent rendez-vous pour la 18ème édition, les 30 juin, 1er et 2 juillet 2023 (sauf changement de date en cours d'année).

#### Fêtes de Cast

Programme des fêtes communales les **samedi 11 et dimanche 12 septembre**, sous réserve de modifications au cours du mois d'août.

#### Samedi :

Au terrain des sports, à 14 h : concours de pétanque

À la salle municipale :

**À 16 h, concours de dessins** pour les enfants (jusqu'à 12 ans)

**Dictée « coquine »** pour les adultes.

**A partir de 19 h, crêpes** (repas formule ou à l'unité)

#### Dimanche :

**À partir de 14 h 30 :** divers jeux et concours pour enfants, pour familles ou entre amis, par équipe de 6 (composition d'une équipe : 2 enfants de 10 ans et moins, 2 ados de 11 à 18 ans et 2 adultes de plus de 18 ans).

Tous les participants aux diverses animations se verront récompensés.

**Match de foot au terrain des sports à 15 h.**

*Fête foraine durant ces 2 jours.*

#### **BIBLIOTHEQUE JEANNE LAURENT**

**Fin des horaires d'été à partir du 1er septembre**

*mardi de 10h à 12h*

*Jeudi de 18 h à 19 h*

*samedi de 10h à 12h*

## ● Les Vaches Folks : le retour !

**Samedi 22 octobre 2022 – 20h30 – salle polyvalente de Cast**  
**Les vaches Folks** vous proposent un rendez-vous intime avec :  
**RAIN CHECK – LULU'S CRUSH – S ØON**

*3 ans déjà que le dernier concert des Vaches Folks avec Mr MAT, finaliste de The Voice 2022, a eu lieu !*

### Au programme :

**RAIN CHECK** Le duo Blues-Folk finistérien de **Brendan de Roeck** et **Raphaël Gouvy**.



Une découverte pour vous certainement. Mais pas deux inconnus. Rain Check est formé du guitariste de blues aux racines douarnenistes **Brendan De Roeck** : vous le connaissiez dans *Dizzy Town Blues*, le combo "Loïk le Funk Prigent" et avec la chanteuse **Violaine Fouquet** dans "Bobby & Sue", aventure qui s'est achevée pour des raisons familiales mais positives en juin 2019 après 3 albums et presque 13 ans de route.

A ses côtés, le chanteur et guitariste **Raphaël Gouvy** qui a posé ses valises à Rosnoën (29). A 32 ans, il est le chanteur du groupe *Koto* qui nous doit un mini album sorti en juin 2018. Un duo qui se nourrit de 2 guitares, acoustique et électrique, de folk, de blues et des voyages de **Raphaël** et de sa voix qui n'a rien à envier à **Chris Isaak**, ou le chanteur du groupe nord-irlandais *The Catchers* dans les années 90.



**Lulu's Crush** Encore un duo finistérien, Folk – Pop , 100% filles, composé de **Lucie d'Almeras** guitariste et de **Lucy Vintenat** chanteuse.

Pour **Lucie d'Almeras** qui écrit les chansons dans le duo - comme "Drifting Away" et auteure des 4 autres titres en anglais parus sur leur 1er album EP

- la musique a toujours été dans sa vie. Quant à **Lucy Vintenat**, bilingue - sa mère est britannique et artiste - le chemin a été plus long vers la chanson. Elle a pourtant osé à lâcher son poste de chargée d'export pour l'Europe en robotique et automatisation dans l'agro- alimentaire...pour la musique.

**SØon** Son vrai Salomé, jeune chanteuse et pianiste castoise.

Elle chante depuis sa plus tendre enfance, accompagnée de son piano et de son ukulélé, un mélange d'interprétations et de mélodies pour vous emporter dans le voyage émotionnel des histoires qu'elle raconte.



### **Ouverture des portes : 20 h**

Tarif : 10€

Place assise / debout / non numérotée / Gratuit – de 12 ans

### **Lieux de vente :**

**Cast** : forum des associations le 3 septembre ; mairie et bar-presse « Le Coup de Tabac »

**Ploéven** : Bistro La Mère Margot

### **Sur place**

Plus d'infos sur : <https://www.facebook.com/lesvachesfolks/>

On vous attend nombreux pour ces retrouvailles !!

## ● Gymnastique d'équilibre, d'entretien et de bien-être

Nous avons clôturé la saison 2021-2022 par une séance de plein air. De l'avis de tous les participants c'était très agréable, et à renouveler plus souvent au cours de la saison, lorsque le temps le permettra.

Justement la prochaine saison offrira son lot de nouveautés.

Les ateliers se dérouleront toujours le **jeudi matin** mais de **10h30 à 11h45**, avec 2 parties distinctes.

Après un échauffement de mise en condition, la première de 45' sera plus consacrée aux exercices d'équilibre, de mémoire et de jeux sportifs. La seconde de 30' sera plus animée pour ceux qui veulent transpirer beaucoup. Bien entendu ceux qui le souhaitent pourront s'arrêter dès la fin du premier cycle s'ils ne veulent pas trop forcer. Nous pensons ainsi offrir à un plus grand nombre d'adeptes de bénéficier des bienfaits de la gymnastique.

Les séances se dérouleront toujours à la salle communale place Saint Hubert à Cast à compter du **jeudi 8 septembre 2022**. Il n'y a pas de séance pendant les vacances scolaires, ni sur les jours fériés.

La cotisation reste fixée à 80€ pour environ 35 séances, payable en deux fois pour ceux qui le souhaitent.

L'activité n'est pas limitée à la commune de Cast. Ceux qui résident dans les communes environnantes peuvent aussi participer.

Pour les nouveaux adhérents il est toujours proposé 2 séances gratuites.

**Vous pouvez vous inscrire lors du forum des associations ou auprès de Jean-Claude Horellou au 02.98.73.60.62.**

## ● Vita'Gym

L'association Vitagym a terminé sa saison 2021-2022 par une séance de step dynamique en extérieur sur le parking de la place de la mairie de cast, le mardi 05 juillet 2022, avant de prendre un pot offert par l'association, avec notre coach Sylvain, un moment convivial pour tous.

La reprise des cours est programmée pour le mardi 6 septembre 2022, à 19h15, à la salle municipale.

On vous propose un cours d'essai gratuit. N'hésitez pas à venir transpirer avec nous.

La cotisation annuelle est de 75 € ou la carte de 10 séances à 30 euros.

Les inscriptions peuvent se faire le jour du forum le **samedi 3 septembre de 10h à 12h30**, à la salle municipale, ou par mail à : [vitagymcast@gmail.com](mailto:vitagymcast@gmail.com), ou par facebook vita'gym cast.



## ● Groupes de marche

### CIRCUITS DE RANDONNEES

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

#### MARDI 6 Septembre 2022

Circuit de Lestrevet/Pentrez : 7kms

Départ du parking de Lestrevet par la plage jusqu'à Pentrez. Monter la rue d'Ys et à droite la route du Manoir jusqu'au Béniel. Prendre le chemin de terre à gauche vers Cosquérou et rejoindre la chapelle de St-Côme. A gauche, puis à droite pour revenir par le chemin de Liaven, Passé le camping, tourner à gauche pour rejoindre Lestrevet

Balisage : Aucun

Difficulté : Aucune

#### MARDI 13 Septembre 2022

Circuit à Châteaulin : 7kms

Départ du parking de la Résistance. Prendre le canal par la ville vers PORT LAUNAY. Monter la rue des 3 frères pour rejoindre la ligne de chemin de fer. A la petite gare, monter vers la grande rue pour la descendre, rue Fénigan pour rejoindre le parking.

Difficulté : Aucune

Balisage : Aucun

#### MARDI 20 Septembre 2022

Sortie à la journée/ : Le tour de Primelin

#### MARDI 27 Septembre 2022

Circuit du bois du NEVET : 6kms5

Départ du parking côté LOCROGAN . Suivre l'orée du bois vers la chapelle St Pierre.

Difficulté : Montées

Balisage : aucun

#### MARDI 4 Octobre 2022

Circuit à Quéméneven. 5kms5

Départ du parking près de la mairie

Prendre la route de Kérampape à gauche et tourner à droite vers Kerlignonan. Prendre Pont Gwen vers Coatsquiriou, descendre vers le bourg pour rejoindre la gare du Nord et passer par l'église pour revenir au parking

Difficulté : Aucune

Balisage : Aucun

#### Sortie à Rumengol

Le 28 juin, une vingtaine "Ruz Botou" ont pris la direction de RUMENGOL pour une randonnée à la journée. Malgré un départ hésitant pour retrouver le circuit, nous voilà dans la bonne direction dans les chemins creux, le passage du ruisseau, le bois, pour arriver derrière la zone du Faou. Nous



avons rejoint Rumengol par la route des pèlerins : 8 Kms. Anne Marie nous avait réservé une salle à la mission STE THE-RESE pour notre pique nique. Merci à elle et surtout à cette mission. Après ce bon repas arrosé et fêté car Josette prenait un an de plus, nous avons repris un autre circuit pour digérer. Là encore, il n'a pas été facile de le trouver. Un brave monsieur nous a fait savoir qu'il serait bientôt signalé. Chaque chose en son temps. Un circuit ombragé et bien agréable de 3kms6. Pas mal pour des "Ruz Botou". Au retour, un arrêt s'imposait au Pont De Buis pour se rafraîchir pour 6 "Ruz Botou" seulement. Une très belle journée sans pluie est toujours bien agréable. Nous avons clôturé notre année scolaire 2021/2022. La reprise se fera au mois de septembre".

## ● Cap sur la danse

L'association Cap sur la Danse remercie tous ses élèves pour leur prestation lors du gala de danse 2022 intitulé "Respire" Nous serons présents au forum des associations le samedi 3 septembre 2022.

Les personnes intéressées par les danses académiques (classique, modern jazz, contemporain) peuvent nous contacter via l'adresse :

[capsurladanse@outlook.fr](mailto:capsurladanse@outlook.fr)



## ● Dojo du Porzay

C'est la rentrée ! Le judo à Cast reprend le **mercredi 7 septembre 2022** de 14h à 15h pour tous les enfants dès 6 ans ! N'oubliez pas de vous munir de votre [bulletin d'inscription](#) même pour les essais le premier jour.

Tous les documents et informations sont disponibles sur le site internet du club <http://www.dojuduporzay.fr>

### Agenda (sous réserve de modifications)

#### Septembre

**Vendredi 2** : bus de l'emploi— 10-12 h place Saint Hubert

**Samedi 3** : forum des associations—10 h-12 h 30, salle communale

**Dimanche 4** : assemblée générale - société de Chasse

**Samedi 10, dimanche 11** : fêtes de Cast - Comité d'animation

**Samedi 24** : repas du CCAS

**Dimanche 25** : Cast Hell Trail - Elan du Porzay

#### Octobre

**Samedi 8** : Soirée crêpes—APEL Ecole Notre Dame

**Mercredi 12** : assemblée générale - FNACA

**Samedi 22** : Les Vaches Folks—salle communale, 20 h 30

#### Novembre

**Vendredi 11** : commémoration armistice

**Samedi 12** : rougail saucisse—RCP