

*Kannadig Plouie*

 [www.mairie-plouye.bzh](http://www.mairie-plouye.bzh)

*Édition janvier 2023*

*Le Bulletin municipal*

**PLOUYÉ**

*Magazine édité par la commune de Plouyé - Directeur de la publication : Grégory Le Guillou*



**Fin des travaux de rénovation  
thermique à l'école :  
Une rentrée  
au chaud pour les élèves !**

# SOMMAIRE

## EN COUVERTURE

- École primaire



- 003** Mot du Maire / Octobre Rose
- 004** 11 novembre / Grippe aviaire
- 005** Notre bulletin récompensé
- 006** Point travaux / Bilan sécheresse
- 007** Rénovation thermique école
- 008-009** École activités / C.C.A.S.
- 010-011** Dictée Plaisir / LASPHÈRE
- 012-016** Associations
- 017** Ker Is : nouveau commerçant
- 018** Alecob : bons gestes à faire
- 019** Monts d'Arrée Cté / Recette
- 020** Casse-tête / Point bibliothèque



## Vie communale

Le mot du maire.

Plouyé, s'engage en couleur contre le cancer du sein.

Commémoration : un peu d'histoire pour ne pas oublier.

Notre bulletin élu meilleur bulletin du Finistère !



## Dossier Travaux

Le point sur les travaux routiers et le déploiement de la fibre.

Bilan sécheresse et réhabilitation du château d'eau.

Rénovation thermique de l'école : une rentrée au chaud pour les élèves !



## École

Une nouvelle équipe pédagogique pour les 42 écoliers de la commune.

Spectacle de Noël : Confidences au Père Noël et spectacle en rythme.



## Actions du C.C.A.S, Associations, Loisirs & Infos pratiques

Temps forts des actions menées par le C.C.A.S : Colis de Noël l'anniversaire de notre doyen.

Coup de projecteurs sur les actions menées par nos associations.

Ker Is : nouveau commerçant à Plouyé !



## Le mot du maire

Bonjour à toutes et à tous,

Après un été chaud et très sec, voici le froid de l'hiver bien présent. Cet été a été marqué par les incendies des Monts d'Arrées tout près de chez nous, suivi d'une baisse notable de la production d'eau de nos captages.

Suite à notre communication dans vos boîtes aux lettres de la mi-août, sur la possible rupture en alimentation en eau potable, je tenais à vous remercier et vous féliciter chaleureusement car vos efforts ont porté leurs fruits très rapidement et ont permis la stabilisation du niveau du château d'eau.

Depuis cet épisode, nous étudions des solutions d'interconnexion avec plusieurs communes voisines et lançons une procédure de recherche en eau sur les sites des captages via d'éventuels forages pour ne plus revivre une telle situation.

En cette fin novembre, nous avons réceptionné les travaux de rénovation énergétique et thermique de l'école qui en avait bien besoin.

Les classes de Maternelles et CP prendront possession des lieux ces premiers jours de janvier. Il ne vous a pas échappé que les coûts de l'énergie ont flambé et dans ce contexte, on ne pouvait pas mieux trouver que cette rénovation pour faire des économies.

Les consultations des entreprises pour la transformation de la vieille école des filles en halle ouverte sont lancées.

La réouverture de la bibliothèque est aussi dans les projets en 2023. Nous voudrions que les dossiers avancent plus vite, mais les étapes administratives, les autorisations nécessai-



res et les imprévus font que, parfois, des retards s'accumulent indépendamment de notre volonté et nous affrontons les obstacles avec détermination.

Tout ceci pour démontrer que nous ne comptons pas notre temps pour le dynamisme de notre commune et il ne s'agit là que de la partie visible du travail accompli.

Avec toute l'équipe municipale, nous vous donnons rendez-vous à la maison de associations **samedi 7 janvier à 18h30** pour peut-être, que la cérémonie des vœux de la municipalité puisse enfin avoir lieu.

Grégory LE GUILLOU.

## Octobre Rose 2022

### *Luttons ensemble contre le cancer du sein*

Chaque année en octobre, la campagne de lutte contre le cancer du sein organisée par l'association Ruban Rose propose de lutter contre le cancer du sein en informant, en dialoguant et en mobilisant.

Pour l'association qui œuvre toute l'année pour soutenir la recherche et informer le plus grand nombre, Octobre Rose est une occasion de mettre en lumière celles et ceux qui combattent cette maladie, d'intensifier l'information et la sensibilisation et de réunir encore plus de fonds pour aider les chercheurs, les soignants.

Octobre 2022 célèbre la 29ème campagne d'information sur le dépistage précoce et de lutte contre le cancer du sein.



**1 femme sur 8 risque de développer un cancer du sein.**

**L'information sur le dépistage précoce permet de sauver des milliers de vie.**

## Cérémonie du 11 novembre



Le départ du cortège s'est effectué, comme à l'accoutumée, depuis la mairie en présence, notamment, de Monsieur le Maire et de nos deux porteurs Monsieur Blanchard et Monsieur Deniel, toujours fidèles au rendez-vous.

Il s'agissait cette année, **de la 104ème commémoration de l'Armistice de 1918.**

***Mais savez-vous quand la journée du 11 novembre est devenue une journée de commémoration ?***

*L'idée d'honorer un soldat inconnu est lancée le 20 novembre 1916, au moment de la bataille de Verdun. Le 8 novembre 1920, une loi est votée pour qu'un hommage soit rendu aux restes d'un soldat non identifié "mort au champ d'honneur".*

*Représentant anonyme de la foule des "Poilus", le Soldat inconnu est inhumé le 28 janvier 1921 sous la voûte de l'Arc de Triomphe à Paris.*

*Le 11 novembre 1923, le ministre de la guerre et des pensions, André Maginot, allume pour la première fois une flamme du souvenir. Depuis, elle est ravivée tous les soirs à 18h30.*

*Un premier défilé militaire commémoratif est organisé le 14 juillet 1919. Il célèbre la victoire des armées françaises sur l'ennemi.*

*L'hommage rendu le 11 novembre 1919 est discret. Une minute de silence est organisée en l'honneur des personnes tombées pendant la Grande Guerre. La cérémonie se déroule dans la chapelle des Invalides en présence du maréchal Foch.*

*L'année suivante, la cérémonie prend une dimension nationale avec la volonté d'honorer tous les soldats morts aux combats. Par la suite, les anciens combattants insistent pour que le Parlement déclare le 11 novembre comme fête nationale.*

***C'est l'objet de la loi du 24 octobre 1922.***

## Grippe aviaire en Finistère



La situation sanitaire au regard de l'influenza aviaire continue à se dégrader ces dernières semaines.

Le nombre de foyers d'influenza aviaire en élevage et dans la faune sauvage progresse encore en France métropolitaine et en Europe.

Face à un risque de contamination accru du fait de la baisse des températures et de la forte activité migratoire des oiseaux sauvages, le niveau de risque a été relevé de "modéré" à "élevé" sur l'ensemble du territoire métropolitain. À compter du **11 novembre**, la protection des élevages de volailles est renforcée et les mesures de prévention sont généralisées.

Ainsi, toutes les volailles doivent être mises à l'abri sur l'ensemble du territoire et les rassemblements de volailles sont interdits.

À la date du 11 novembre, 52 foyers en élevage ont été confirmés depuis le 1er août dernier.

Dans le Finistère, le 16 novembre dernier, un nouveau foyer d'influenza aviaire, à fort caractère pathogène, a été détecté dans un élevage de dindes sur la commune de Taulé.

L'abattage dans l'élevage concerné a été réalisé dans la journée.

D'une manière générale, et afin de limiter la diffusion du virus, qui peut avoir d'importantes conséquences économiques, il est rappelé à l'ensemble des professionnels de la filière volaille et aux particuliers détenteurs de volailles de respecter strictement les mesures de biosécurité (notamment la mise à l'abri), sur l'ensemble du département, de rester extrêmement vigilants et d'informer leur vétérinaire sanitaire ou la DDPP en cas de mortalité anormale constatée.

**La surveillance de la mortalité de l'avifaune sauvage est également renforcée et la découverte d'oiseaux sauvages morts doit faire l'objet d'une déclaration auprès de l'Office français de la biodiversité (OFB) - Service départemental du Finistère au 02 98 82 69 24.**

**Pour rappel, la consommation de viande, foie gras et œufs, et plus généralement de tout produit alimentaire à base de volailles, ne présente pas de risque pour l'Homme.**

# Notre bulletin récompensé !

*Premier prix remporté : un beau travail d'équipe*



Monsieur le Maire en présence des autres grands gagnants et de Monsieur Dominique CAP, Président de l'AMF 29, au centre de la photo.



Jeudi 6 octobre dernier, se déroulait à l'Arena à Brest, la remise des prix des meilleurs journaux de collectivités en Finistère dans le cadre du Carrefour des maires. Cette année, il y avait 9 lauréats au palmarès.

À cette occasion, notre commune a remporté le prix dans la catégorie des communes de moins de 1000 habitants (ex æquo avec la commune de La Feuillée). Le jury a été particulièrement touché par notre édition biannuelle très illustrée, qu'il a jugé moderne, ludique et surtout adaptée à tous les publics.

Depuis l'arrivée de la nouvelle équipe municipale, en juillet 2020, le bulletin a connu une véritable refonte graphique, celle-ci dans le but de valoriser notre commune et de la rendre plus attractive.

Dans son discours, Monsieur le Maire a salué le travail de son équipe, toujours volontaire et ayant à cœur de chercher à satisfaire les plouyziens en les informant, le mieux possible, des actions menées sur notre territoire. Il a également remercié la personne en charge de la communication et de la mise en page pour son implication. Enfin, il a tenu à rappeler que cette équipe se charge de tout : de la conception à la distribution dans les boîtes aux lettres des habitants.

Seule l'impression est confiée à un imprimeur extérieur afin d'obtenir un meilleur rendu sur papier recyclable rendant la lecture plus agréable.

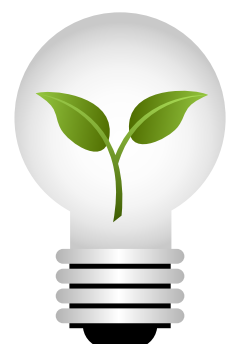
## Éclairage public

### *Changement des horaires*

À compter du **1er janvier 2023**, les horaires de l'éclairage public seront modifiés de la manière suivante en soirée :

- **extinction à partir de 21h00 du dimanche soir au jeudi ;**
- **extinction à partir de 22h30 du vendredi au samedi ;**
- **extinction à 21h00 pour le lotissement Kerjean tous les jours de la semaine.**

Outre la réduction de la facture de consommation d'électricité, cette action contribue également à la préservation de l'environnement par la limitation des émissions de gaz à effet de serre et la lutte contre les nuisances lumineuses.



# Retour travaux 2022

## Un budget raisonné

Il a été procédé à la rénovation de la Route de Kerjean. L'aire de déchetterie à l'entrée du bourg a été bitumée, afin de rendre plus accessibles les containers divers en place. Des travaux de réfection de la chaussée ont également été réalisés dans le village de Coat Kod.



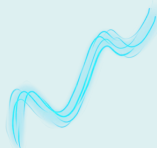
Travaux village de Coat Cod



Travaux route de Kerjean

### Déploiement de la fibre :

Le déploiement de la fibre sur la commune a été réalisé sur la partie Nord de la commune et le raccordement est possible auprès de vos fournisseurs d'accès internet.



Le site de l'ARCEP ( <https://www.arcep.fr> ), vous permet de connaître l'avancée des travaux réalisés en consultant la carte fibre de votre village.

Au cours de l'été 2022, le Finistère a connu un très fort déficit pluviométrique obligeant le préfet à placer notre département en état de crise sécheresse (niveau 4 sur 4) suite à la promulgation de l'arrêté préfectoral du 10 août 2022.

Notre commune ne fut pas épargnée par cette crise sans précédent. Nos deux captages ne parvenant plus à fournir la commune en quantité suffisante et malgré l'apport continu de la commune du Huelgoat, la société Eau du Ponant, gestionnaire de notre réseau d'eau, fut contrainte de convoier l'eau par camions le 11 et 12 août. Au total, ce n'est pas moins de cinq camions de 29000 litres qui furent ainsi dépêchés.

Si cette solution a permis de sécuriser ponctuellement la distribution d'eau potable, elle ne pouvait être maintenue dans la durée. En effet, chaque camion coûte environ 700 € HT, soit 25 € / m<sup>3</sup>.

Pour faire face à cette crise, la municipalité avait adressé un courrier à l'attention de tous les habitants de la commune, afin de les informer sur les restrictions quant à la consommation d'eau au quotidien.

Les élus se sont mobilisés durant le week-end 15 août pour vous distribuer ce courrier.

Dès la semaine suivante, la baisse de la consommation avait permis de maintenir le service de distribution d'eau potable dans tous les foyers.

Aujourd'hui la situation est revenue à la normale mais les changements climatiques font craindre pour les années à venir que le manque d'eau potable ne devienne récurrent.

Aussi nous travaillons à rechercher des solutions pour pallier ces situations de crise.

Le réseau d'alimentation en eau potable est en bon état. Il n'y a pas de fuites. Nous devons donc soit améliorer notre production d'eau soit créer des interconnexions avec les réseaux des communes voisines. Ces solutions seront étudiées sans tarder.

Par ailleurs, nous avons analysé l'exécution du précédent contrat de délégation de service public en vigueur entre 2017 et 2021. Les sommes récupérées auprès de l'entreprise qui assurait alors la distribution d'eau, nous permettent de couvrir les dépenses de l'été.

## Été 2022 : Bilan d'une sécheresse historique

### Un comportement exemplaire !



Non seulement, la facture d'alimentation par camions citernes sera réglée sans surcoût pour vous, usagers, mais de manière exceptionnelle le conseil municipal a voté pour 2023 une diminution de la part communale de l'abonnement à l'eau potable.

**La part fixe communale de l'abonnement en eau passe donc exceptionnellement de 40 € HT à 30 € HT pour l'année 2023.**

Merci à tous pour vos efforts !

# Rénovation thermique de l'école

*Une rentrée au chaud pour les élèves !*



Gros œuvre avril 2022



Septembre 2022

Depuis le 1er décembre 2022, date de la réception des travaux, l'un des chantiers phares de notre commune, cette année, est enfin terminé. Les photos ci-contre, vous donnent un aperçu de l'avancée des travaux, pas à pas.

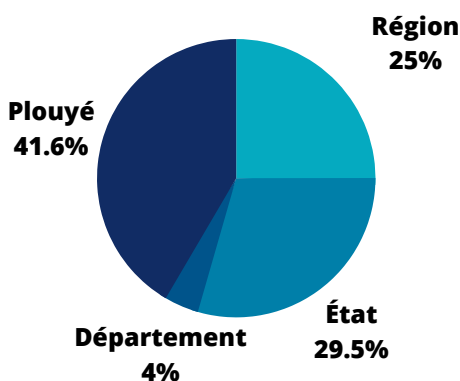
Les enfants et l'équipe pédagogique, devraient donc, faire leur rentrée de janvier, dans des locaux fraîchement rénovés, plus chaleureux et adaptés à leurs besoins au quotidien.

Comme vous le savez, ce chantier avait débuté en avril dernier et avait nécessité de déplacer les élèves dans la partie du bâtiment non impactée par les travaux.

Ces travaux d'isolation thermique rendus indispensables, au regard des équipements existants et pour le bien-être de nos enfants nous permettront de réaliser de belles économies en électricité et d'alléger nos factures, avec, notamment, l'installation d'une chaudière à granules capable d'alimenter toute l'école.

Ce chantier était supervisé par Monsieur Pierre Dilasser de la **SAS Betdi Dilasser** de Carhaix, notre maître d'œuvre, que nous remercions au passage pour son professionnalisme.

Le coût total de cette opération s'élève à 437 318,00€ HT, coût auquel il faut enlever les subventions accordées par l'Etat, au titre de la DSII (Dotation de Soutien à l'Investissement Local) pour 127 000€ (soit 29.47%) mais aussi par la Région, dans le cadre du dispositif "Bien vivre partout en Bretagne" avec 109 253€ (soit 24.98%) et 21 500,00€ (soit 4%) accordés par le Département dans le cadre du volet n°1 du Pacte 2030 intitulé "Petits projets communaux réalisés dans l'année".



L'équipe lors de l'installation de la chaudière

# École primaire

## Une nouvelle équipe pédagogique depuis la rentrée

Quarante-deux écoliers ont fait leur rentrée, jeudi 1er septembre, à Plouyé, avec une toute nouvelle directrice pour les accompagner.

Madame Iona Burac, qui était auparavant en poste à Mayotte, remplace Madame Pola Blaize en prenant en charge 23 élèves en classe de maternelle et de CP.

Madame Marine Briand, quant à elle, s'occupe des 19 élèves de CE à CM. Madame Élodie Le Bris a retrouvé sa place d'ATSEM pour le plus grand plaisir des enfants.

Durant ce premier trimestre, les activités n'ont pas manqué. Entre les ateliers artistiques et les plantations à la serre notamment, les enfants n'ont jamais démerité, comme en témoigne les photos ci-dessous :



De gauche à droite : Mesdames Burac, Le Bris et Briand.  
Photo source Le Télégramme





# École : spectacle de Noël

*Vendredi 15 décembre*



HO-HO-HO!



Sur un air de Madison...



Le Père Noël est passé à Plouyé !

## C.C.A.S.

### *Distribution des colis de Noël aux personnes âgées de 90 ans et plus*

Comme chaque année, l'équipe du C.C.A.S. s'est une fois de plus mobilisée en cette fin d'année, pour distribuer aux personnes âgées de 90 ans et plus, le traditionnel colis de Noël.

Les sourires étaient sur tous les visages selon les membres du C.C.A.S., mais c'est avant tout l'occasion de prendre des nouvelles de nos aînés pour les équipes en charge, et l'occasion d'une visite chaleureuse pour nos anciens qui peuvent ainsi discuter de leurs attentes, des difficultés qu'ils rencontrent parfois et du bonheur de voir les petits enfants pour les fêtes.

Les colis ont été très appréciés, et pour cause ! Petites douceurs, lichouseries et chocolats, il y en a pour tous les goûts pourvu que l'on soit un peu gourmand. Le panier garni de produits locaux (tous les produits viennent de la boutique des 4 Saisons située au Vieux Tronc à Poullaouën) a apporté joie et chaleur à ses heureux bénéficiaires.



Une partie de l'équipe lors des préparatifs

# Dictée Plaisir

## Le beau bourg de Plouyé...

Quand vous arrivez au bourg de Plouyé, la première chose qui vous frappe est la beauté pure de son clocher effilé, pointant fièrement sa flèche vers un ciel très souvent dégagé.

Vous êtes ensuite attirés par la belle harmonie des placettes - dont l'une porte le nom de l'héroïne locale, Catherine Guern, chanteuse bretonnante de kan ha diskant et autres gwerzioù dans les années 1950/1960, à la gouaille et à l'esprit frondeur sans pareils - qui encadrent cette belle église, et par la préservation patrimoniale totalement réussie de l'ensemble formé par les vieilles maisons et le pourtour de la mairie, qui fut, par le passé, le presbytère.

C'est donc ce bourg admirablement restauré que je fréquentais pendant mes jeunes et belles années, armé de mon biniou koz, quand, avec mon partenaire talabarder Daniel, trop jeune disparu, nous venions coanimer les festoù noz organisés chez Anna Provost ou chez la famille de Michel Bidan, à une époque où le cercle celtique local était florissant et "nationalement" connu grâce à l'impulsion dynamique de Jannig Jeffroy et des sœurs Provost, égéries moins célèbres mais tout aussi sympathiques que les sœurs Goadec de Treffrin .

C'est ici qu'allait à nouveau s'installer une initiative en passe de devenir tout à fait originale dans un kreiz Breizh où la vie culturelle a tendance désormais à devenir "planétaire" totalement imbibée de Vieilles Charrues et maintenant de Motocultor, fidèle en cela à notre regrettable appétence à copier bêtement tout ce qui vient d'une Amérique en pleine décadence culturelle...

Un monde effectivement sépare ces démonstrations médiatisées à grand cri où l'argent coule à flot, et ce modeste projet qui allait se mettre en place, fin d'année 2017, dans la torpeur et la douce chaleur d'une cheminée un peu poussive et qui enfumait beaucoup, le tout accompagné de la subtile saveur d'une pinte de stout Coreff, bue suavement, lentement et avec délectation.

Nous étions, vous l'auriez deviné, à la tavern "Ty Elise" tenue de main de maître par notre regretté gallois local et désormais légendaire, Bynn Walters.

Après une première expérience au café librairie "L'autre rive" à Berrien, entre 2015 et 2016, j'avais définitivement abandonné l'idée de relancer le projet de dictées plaisir quand ...

Quand quelques amis présents, m'encouragèrent à remettre le couvert, mais cette fois-ci à Plouyé.

Premières démarches incontournables : obtenir l'accord du premier magistrat et trouver un local adapté.

L'accord fut vite obtenu sachant que Marcel, le maire de l'époque, et moi-même, nous connaissions et nous apprécions, approfondissant et renforçant si besoin était, notre amitié, dans l'ambiance "euphorisante" du syndicat d'électrification - qui regroupait à l'époque 22 communes dont justement Plouyé et Carhaix - célèbre par le sérieux de ses réunions mais aussi et surtout par la qualité, propice à la convivialité, de ses libations à la romaine (Vorgium n'est pas si loin ...).

Notre deuxième chance fut l'adhésion spontanée et terriblement efficace de Geneviève qui, élue et directrice d'école, nous facilita grandement la tâche.



Tout était en place, restait à donner le signal du départ pour une première séance tenue le 27 janvier 2018, salle polyvalente, cette salle accueillante qui allait nous devenir de plus en plus familière au gré de nos rendez-vous mensuels.

J'étais ce jour-là quelque peu anxieux en débouchant de Carhaix. Aurions-nous un peu de monde ?

Surpris par le nombre de voitures garées, je crus tout d'abord qu'il s'agissait du club de pétanque ou de ping-pong local cher à notre ami Jean-Pierre.

Mais non, tout ce monde était venu pour la dictée, à telle enseigne que je fus surpris par la forte représentation carhaisienne dans laquelle la profession enseignante était très représentée.

Sans mentir, les nouveaux élèves étaient environ une trentaine.

La surprise passée, nous devions nous ressaisir. Ce qui fut très vite fait grâce à un auteur peu connu mais précieux, Jules Vallès, et un texte bien choisi, "Le respect du pain".

Un beau texte, un superbe écrivain, une ambiance d'embrée détendue : le ton était donné, le projet démarrait sous de bons auspices.

L'impulsion donnée ce jour-là fut si forte que 2018, 2019, 2020, voyaient s'égrener les dictées pour atteindre le chiffre record de 30, le 25 novembre 2020 avec un texte sur " Notre-Dame de Paris " (qui, entre nous, fait pâle figure par comparaison avec l'église et le clocher de Plouie).

Sachez simplement que nous avons côtoyé les plus grands : VALLÈS, MAUPASSANT, ZOLA, SAND, CHATEAUBRIAND, VOLTAIRE, HUGO, SAINT-EXUPÉRY, FLAUBERT, CAMUS... mais aussi des auteurs moins connus ou moins célèbres mais tout aussi intéressants comme HÉLIAS, PAGNOL, RAYNAUD Fernand, ou encore de ROSIÈRE Jean, journaliste retraité ou COLOMBANI Laetitia pour son merveilleux roman intitulé " La Tresse "...

Puis arrivèrent les mois sombres, ceux qui, pour cause de covid-19, allaient nous priver de mobilité et nous forcer à interrompre nos belles rencontres.

Notre peine était réelle, tout comme celle de tous nos compatriotes confinés.

J'essayais tant bien que mal de pallier à cette privation par un substrat sous forme de " chasse aux fautes " via internet : de la "télé-dictée" en quelque sorte.

Mais cela ne pouvait compenser la joie naturelle et le chaleureux réconfort de nos quatre rendez-vous trimestriels habituels.



Puis, tel le soleil après l'orage, les beaux jours revinrent.

La Covid semblait, tout comme dans "La Peste" oranaise du grand Camus, s'essouffler, nous autorisant à repartir.

Entre-temps des élections municipales avaient eu lieu : Marcel n'était plus là, remplacé par un jeune homme enthousiaste et affable, Grégory.

Après une visite protocolaire dans le bureau du nouveau maire, et muni du précieux visa, obtenu avec le sourire en prime, l'aventure pouvait repartir...

Nous avions sauté 2021 et atterri en 2022, Hélène ayant accepté de remplacer Geneviève à la logistique.

Entre temps aussi, nous avons réfléchi à une nouvelle approche de l'exercice : pour garder du plaisir à nos dictées, il fallait innover et nous détacher des conceptions classiques ou un peu rigides des anciens "hussards noirs" ou de monsieur Bernard Pivot.

Pour cela rien ne valait un bon texte : bon pour ses difficultés orthographiques certes (sinon point de mérite) mais aussi pour la valeur et l'intérêt des idées exprimées.

Et, divine surprise là encore : non seulement la nouvelle formule allait plaire, mais mieux, elle en libérait beaucoup

qui d'ordinaire timides, avec aisance et ton libre prenaient la parole dans une ambiance faite de respect et de grande tolérance.

Du coup le transfert s'opérait entre les grands classiques de notre littérature et des "petits" auteurs moins connus mais à la modernité stimulante voire décoiffante.

C'est ainsi qu'arrivèrent nos "petits" nouveaux : Romain GARY, Sylvain TESSON, Jules RENARD, Simone de BEAUVOIR, Claire ETCHERELLI sans oublier, pour ne pas rompre avec les "anciens", FLAUBERT pour son perroquet et ses phrases courtes, PROUST pour ses phrases longues et sa drôle de lettre.

Nous voilà maintenant arrivés en novembre 2022.

Bientôt nous soufflerons nos cinq ans d'existence orthographique et notre quarantième dictée à Plouyé.

Que de visages transfigurés par leur bon résultat, que de postures d'adultes devenus subitement et par miracle enfants, que d'anecdotes non oubliées, que de bons mots candidement lâchés. Moments de grâce par milliers...

Roger, animateur dictées plaisir Plouyé.



Photo source Le Télégramme

## REMERCIEMENTS

Les Membres de l'association "LASPHERE", les Adhérents, les Bénévoles et les Artistes, tiennent à remercier : le Comité des Fêtes, l'Amicale Laïque, la Mairie et ses employés municipaux pour leur soutien à notre A.G. du 10 Septembre dernier.

Nous tenons également à remercier la TTAL Huelgoat-Plouyé, pour nous avoir fait confiance à l'occasion du Pardon de Plouyé du 27 août.

Notre prochaine A.G. se tiendra le **08 septembre 2023**.

"LASPHERE" vous souhaite à toutes.s une bonne et heureuse année 2023 !!!

C'hoant o deus izili ar gevredigezh « **LASPHERE** », tud a youl vat hag an arzourien en o zouez da drugarekaat Poellgor ar Festoù, ar Strollad liik, an Ti-Kêr hag e implijidi evit bezañ roet sikour d'an E.M. d'an 10 a viz Gwengolo 2022.

Fellout a ra dezho ivez trugarekaat KLTT An Uhelgoad-Plouie evit o fiziañs da-geñver Pardon Plouie d'ar 27 a viz Eost.

Dalc'het e vo hon E.M. a zeu d'an 8 a viz Gwengolo 2023.

Bloavezh mat d'an holl a-berzh « **LASPHERE** » !!!



# Amicale Laïque

## Un nouveau bureau

Le nouveau bureau de l'Amicale laïque a été élu le 20 octobre dernier :

- **Karine Hermen et Léa Durand co-présidentes.**
- **Maude Fer secrétaire et Melitta Le Bolloc'h secrétaire adjointe.**
- **Sabine Demeuré trésorière et Rozenn Le Bras trésorière adjointe.**

L'opération des sapins a été reconduite cette année avec l'entreprise Le sapin Glazick à Briec.

L'amicale laïque a organisé un marché de Noël le samedi 3 décembre de 10h à 17h30, sur lequel se sont rejoints 15 exposants (décoration, plantes, bougies, encens, bijoux, prêt-à-porter créateur, sous-vêtements, peintures, livres, cosmétiques, bijoux, miel, bières, savonnerie) dans la salle polyvalente, ainsi que 2 exposants extérieurs qui permettaient de se restaurer (producteurs bovins avec burgers et saucisses frites, spécialités asiatiques).

À cette occasion, l'Amicale proposait également des crêpes sucrées, gâteaux, buvette avec vin chaud. Le père Noël était également présent sur ce marché.

Les sapins commandés étaient également à retirer ce jour-là aux horaires du marché de Noël. La collecte de journaux a été faite de 10h à 12h le 3 décembre au local habituel.

Un goûter de Noël a été proposé aux enfants de l'école à la suite du spectacle proposé par les enfants et de la visite du père Noël.

L'Amicale finance la sortie pour les enfants de l'école organisée le vendredi 16 décembre au matin, à l'espace Glenmor de Carhaix, durant laquelle les enfants ont profité d'un spectacle de Noël.

Un repas tartiflette est proposé le samedi 4 mars 2023 au soir. L'amicale fait appel aux bénévoles pour que celui-ci puisse être tenu sur place. Sinon, la tartiflette sera proposée à emporter et en livraison.

Une chasse aux œufs est proposée le samedi 8 avril 2023 de 10h à 12h.

La date de la kermesse reste à définir mais elle aura lieu vers la mi-juin, suivi d'un repas.

L'Amicale prévoit l'envoi des journaux à Cellaouate de Plourin-lès-Morlaix au cours du 1er trimestre 2023.

Enfin, l'Amicale prévoit également un bal costumé après la rentrée scolaire 2023 dont la date reste à définir.



Les membres du nouveau bureau

## COLLECTES DE JOURNAUX

Comme chaque année l'Amicale organisera plusieurs collectes de journaux pour financer les différents projets de l'école.

Vous pouvez donc déposer vos journaux à l'ancienne salle de gouden en face de l'école de 10h à 12h aux dates suivantes :

- Samedi 4 février 2023
- Samedi 8 avril 2023
- Samedi 10 juin 2023
- Samedi 2 septembre 2023
- Samedi 4 novembre 2023



Merci pour votre participation

Amicale Laïque  
de  
Morgé

Karine Hermen et Léa Durant -  
Co-Présidentes de l'Amicale laïque

06.79.69.23.11 (Karine)  
06.50.39.54.94 (Léa)



# Tennis de table / TTAL Huelgoat Plouyé

## Objectif jeunesse

Le club de Tennis de Table Huelgoat- Plouyé a démarré sa nouvelle saison 2022-2023 en septembre avec de multiples objectifs. L'un d'entre eux est le maintien de toutes les équipes et surtout d'axer l'effort sur la formation des jeunes.

Cette saison l'effectif est passé de 34 à 38 licenciés. Les quelques départs ou arrêts ont été largement compensés par 11 nouvelles arrivées en majorité des jeunes.

Trois équipes adultes et une équipe jeunes sont engagées en championnat.

L'équipe A composée de Christian Rosconval, Adrien Plassart, Yoann Toux et Laurent Le Bris joue en Pré Régional qui est le plus haut niveau départemental. En terminant à la 4ème place de son groupe, elle a assuré son maintien.

La B avec Clément Plassart, Jordan Ritz, Olivier Le Fur, Lukas Roignant et Yann Nicolas évolue en D2. Après un début de saison compliqué, elle a réussi à se maintenir en se classant 5ème.

L'équipe C avec entre autres Catherine Héréus et Antoine Claustre, évolue en D4. L'amalgame entre anciens et jeunes a permis à cette équipe de bien se comporter et d'accrocher la 5ème place synonyme de maintien.

L'équipe des jeunes tous formés au club termine invaincue en championnat de D2. En janvier, pour la seconde phase, elle évoluera en D1.

La satisfaction des dirigeants est de voir que le nombre important de jeunes inscrits à l'école de tennis de table est en progression (+10). Les séances sont dispensées tous les mardis de 17h30 à 19h pour les plus confirmés qui sont encadrés par Catherine Héréus. Le jeudi de 17h30 à 19h les débutants (6 ans à 10 ans) sont pris en charge par Laurent Le Bris.

Pour la première fois cette saison quatre jeunes participent au Circuit Jeunes, une compétition réservée uniquement aux jeunes nés en 2012 et 2013.

A noter également qu'aux championnats départementaux féminins Catherine Héréus obtient la médaille d'argent et se qualifie pour le championnat de Bretagne.

La section loisirs continue à fonctionner le samedi matin de 10h à 12h.

Il est toujours possible (jeunes et adultes) de venir découvrir le tennis de table :

**Contact** : Adrien Plassart au 06 37 73 57 96 ou Laurent Le Bris au 06 16 18 41 05.



Équipe première évoluant en pré-régionale



## Pardon 2022

### Des tournois pour la bonne cause



"Cette année, à l'occasion du pardon de Plouyé, le TTAL a organisé son habituel tournoi le vendredi soir. Une vingtaine de joueurs, débutants et confirmés, jeunes et moins jeunes ont pu s'affronter tout au long de la soirée sous les applaudissements des supporters venus profiter du spectacle.

Le samedi, le PMU s'est associé avec le club de pétanque pour organiser un tournoi.

Une trentaine de doublettes se sont affrontés tout l'après-midi sous un soleil de plomb.

Les bénéfices de ce tournoi ont été reversés à l'association **"Pour Valentin"**.

À la suite du tournoi de pétanque, le TTAL avait préparé 2 cochons grillés pour rassasier les Plouyéziens et leurs voisins. Lors de cette soirée, 240 repas ont été servis. Les convives ont pu profiter de l'ambiance musicale assurée par l'association **LASPHÈRE**.

Je tenais à remercier tous les bénévoles, sans qui, ce pardon ne pourrait pas exister."

Adrien PLASSART,  
TTAL Huelgoat/Plouyé

# La Pétanque Carhaisienne

## Une belle intégration à Plouyé

La saison 2023 redémarre sur les terrains offerts et installés par la commune de Plouyé. À cet égard, nous remercions la municipalité, Monsieur le Maire Grégory Le Guillou, pour nous avoir offert une structure qui nous satisfait, nous permettant d'organiser nos championnats par équipe, seniors et vétérans, en disposant de terrains, d'une buvette et d'un local pour faire notre table de marque.

Forte de ses 30 adhérents, féminins et masculins, la pétanque carhaisienne a organisé, dans l'année 2022, plus de 20 concours, championnat, coupe de France, coupe du Finistère, sans compter les 4 concours sauvages de juillet.



Contact : 06 14 62 10 39

### Résultats sportifs de l'année :

Le championnat par équipe, vétérans, finit 2ème à une victoire pour pouvoir accéder à la D2.

7 victoires sur 8 dans notre groupe, belle performance !

Au niveau du championnat par équipe seniors, nous sommes rétrogradé en 4ème division, pas par l'absence de jeux, mais en raison de l'absence de certains joueurs. La triplète vétérans, Le Roux Daniel, Cloarec Eric, Lepailleur Gérard, gagnent le concours de Lochrist, 56 sur 64 triplètes participantes.

La pétanque carhaisienne ouvre ses portes à toutes joueuses et à tous joueurs souhaitant venir nous rejoindre. Gens de Plouyé ou des communes limitrophes, nous les remercions par avance.

Le Président,  
Gérard LEPAILLEUR



# Le marché local associatif de Sainte Marguerite

## Le marché qui nourrit aussi les âmes

Un marché local associatif à l'année s'est installé auprès de la chapelle de Sainte Marguerite (Collorec) depuis le premier avril 2022 tous les vendredis de 16h à 20h en été et de 16h à 19h en hiver.

L'association du marché de Sainte Marguerite a pour objectif de soutenir les producteurs locaux tout en proposant un lieu familial de rencontre et d'échange convivial.

Vous y trouverez des légumes, du pain et brioche au feu de bois, des œufs, des légumes lacto fermentés, des plats préparés sucrés et salés (accras, pissaladières, produits végans dont des burgers, plats typiques roumains...), de la vannerie...

Une caravane épicerie, tenue par des bénévoles, vous propose des produits locaux (saucissons, beurre, fromages, rillettes, bières, farines, miel, savon...) ainsi qu'un arrivage de fruits frais.

Tous les 1ers vendredi du mois, présence de Pizz'Askya avec des Pizzas bio au feu de bois ainsi que Nomad'Tif avec sa caravane pour vous faire coiffer.

Le marché accueille également des commerces et des stands de manière ponctuelle comme :

- la caravane de Ty Récup
- Laurie et sa librairie roulotte itinérante

Vous y trouverez également un bar associatif et des animations hebdomadaires (musiques variées, théâtre...).

Du vin chaud est proposé pour la période hivernale. Un fest deiz a été organisé en fin d'été avec succès.

Les producteurs locaux souhaitant rejoindre le marché sont les bienvenus ainsi que toute association désireuse d'organiser un événement ou des ventes pour récolter des fonds (ex. : vente de gâteaux, galettes saucisses, marché de Noël...).

En espérant vous y croiser...



# "PLOUYÉ AUTREFOIS"

Exposition du 20 novembre 2022



Les organisateurs, M. Jean Guichoux et M. Michel Penven

Le dimanche 22 novembre la foule était au rendez-vous des souvenirs pour l'exposition organisée à la salle polyvalente par l'association « Sur les traces de François Joncour » à la découverte des dizaines de photos anciennes de 1900 à nos jours : écoles, noces, portraits, football, fêtes, agriculture, cercle celtique... émotion pour reconnaître parents et amis.

Des retrouvailles pour les habitants et ceux originaires de la commune venus spécialement de Vannes, Audierne... ! Les photos des pardons des trois chapelles ont permis de se replonger dans l'ambiance de la fête religieuse et profane avec les repas et les jeux. Les commentaires étaient unanimes pour féliciter l'équipe de l'association pour cette journée souvenirs, histoire et patrimoine. Les discussions se sont prolongées autour du café et des gâteaux.

Au stand, les brochures sur les communes ont été plébiscitées et notamment l'histoire de Plouyé en deux tomes qui sortaient à cette occasion : Plouyé au fil des archives du XIIIe siècle au XXe siècle par Jean Guichoux et Plouyé, documents pour servir à l'histoire - le XXe siècle par Michel Penven ; sans oublier les deux brochures de l'exposition de 2019 Plouyé villages, familles et professions de 1835 à nos jours et Pardons de l'Arrée d'hier à aujourd'hui où les pardons des chapelles de St Mathurin, St Salomon et St Maudez occupent une partie importante.

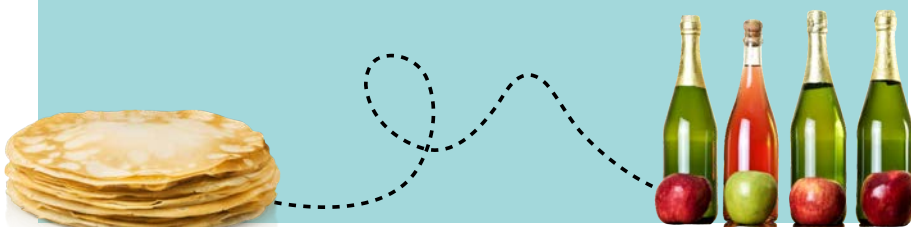


Un public très intéressé...

**« Crêpes, cidre et Patrimoine »  
Et pour vous... le Patrimoine...  
qu'est-ce que c'est ?**

*Plouyé a son histoire  
Plouyé nous lègue ses richesses  
Venez échanger vos idées autour de notre patrimoine commun  
Faisons-le vivre, préservons-le !  
Rendez-vous les 18 et 19 février 2023 de 14h à 18h30 à la salle  
polyvalente.  
Café, crêpes, cidre et bonne humeur vous y attendent !!!*

*La commission culture, patrimoine et randonnée*



**"Krapmouezh, chistr ha Glad "  
Hag ar Glad... petra eo an dra-se evidoc'h ?**

Pinvidik eo glad Plouie lezet deomp gant ar rummadoù o deus bevet amañ araokomp : ar savadurioù, ar maeziou, ar gwiskamant met ivez ar brezhoneg, ar c'han, ar pardonioù, ar ouiziegezhioù hag an doareoù ober hengounel. Afer pep hini eo ar mad boutin-se. Emañ an traoù bremañ o cheñch fonnusoc'h fonnusañ ha kred a ra deomp eo pouezus en em soñjal diwar e amzer dazont. Petra 'faot deomp (pe get) gwareziñ, kas war-raok, treuzkas ? Deuit da lâred ho soñj diwar-benn hor glad boutin d'an 18 ha d'an 19 a viz C'hwevrer 2023 etre 2 eur ha 6 eur hanter noz ba sal ar gumun. Kafe, krapmouezh chistr hag imor vat a vo ouzh ho kortoz !



English speaking people are very welcome too. Even if you don't master french nor breton, we'll manage in english.

## Le Club du 3ème âge

### Une dissolution regrettée



Une page se tourne, après 16 années à la présidence du club, Madame Yvette Le Jeune n'a pas souhaité renouveler son mandat.

Son départ, entraîne malheureusement, la dissolution du club.

Si aujourd'hui, le club ne compte plus que 20 adhérents, il faut savoir, qu'à son origine, en novembre 1979, avec à sa tête, Monsieur Yves Morvan, la réalité était toute autre. En 2001, on recensait encore 70 membres actifs, puis, doucement, les chiffres ont commencé à baisser, d'année en année, avec, par exemple, 50 membres de dénombrés en 2015.

Pourtant, les activités ne manquaient pas. Au fil des années : les bals, les lotos, les vide-greniers, les concours de belote, ou encore les sorties en car avec visites touristiques et / ou, repas conviviaux à la clé, n'ont cessé de s'enchaîner.

Un club méritant, apprécié de ses membres et de la communauté, indispensable à la vie communale pour sa solidarité et sa convivialité. D'ailleurs, dans les statuts de l'association, il est indiqué que celle-ci est basée sur l'amitié et l'entraide et que sa vocation est de favoriser les rapports entre les personnes âgées en développant des activités culturelles et ludiques notamment.

Aujourd'hui, nous lançons un appel aux bonnes volontés qui aimeraient s'investir dans la vie associative de la commune pour poursuivre l'aventure tout en proposant de nouvelles idées et ainsi conserver un dynamisme au sein de notre petite commune.



Goûter de Noël émouvant avec remise de cadeaux de départ à Madame Le Jeune



Repas de fin d'année au restaurant L'Aristide de Huelgoat le 8 décembre 2022

## Notre doyen fête son anniversaire

### 95 Printemps !



Samedi 10 décembre, Monsieur le Maire et Madame Labeyrie, 1ère adjointe en charge du C.C.A.S. de la commune, se sont rendus chez notre doyen, Monsieur Armand Cam, qui fêtait ses 95 printemps, afin de lui remettre, à lui et à son épouse Germaine, quelques douceurs, des produits locaux évidemment.

Monsieur Cam était un membre actif du Club du 3ème Âge. Il participe régulièrement aux concours de belote intergénérationnels et d'ailleurs, il a même remporté cette année, celui de Plounévezel.

Nous lui souhaitons un joyeux anniversaire et de belles victoires à la belote !



# Ker Is

## Nouveau commerçant à Plouyé

Je m'appelle Aurélien Roulland. J'ai 47 ans. Je parle français, anglais, un peu d'espagnol et de turc pour avoir vécu à Istanbul. J'ai connu Plouyé et les Monts d'Arrée lorsque je venais aux Vieilles Charrues quand j'étais jeune, autour des années 2000, les parents de mon ami d'enfance, Jérôme Le Cam, ayant leur maison familiale où ils habitent aujourd'hui à Locmaria-Berrien. J'ai eu une vie assez dure, et j'ai toujours aimé la Bretagne et surtout les Monts d'Arrée, parce que c'est une terre de caractère, sans faux semblants, avec une culture qui lui est propre, immensément riche, et qui me rappelle par instants le sud de l'Irlande où j'ai autrefois vécu.

Cela faisait quelques années que je voulais venir vivre dans les Monts d'Arrée et il y a 2 ans, les médecins m'ont dit que je devrais être transplanté suite à la dégénérescence attendue de ma cardiopathie congénitale. J'ai alors pris deux décisions : demander ma compagne en mariage et venir habiter dans les Monts d'Arrée. Nous cherchions un commerce, soit une librairie soit un bar, pour le gérer en associatif, parce que j'avais besoin de quelque chose pour me battre, et surtout, de pouvoir un peu rendre au collectif ce que le collectif m'a apporté. Finalement, nous avons pris un bar qui, parce qu'il a une deuxième pièce, nous permet de faire un coin librairie. Alors pourquoi un café librairie ? Tout d'abord parce que quand j'étais môme et que je vivais au fin fond de la Beauce, il y a avait par chez moi un vieux cafetier à l'ancienne - c'était d'ailleurs un Breton - qui me fascinait littéralement. C'était un café à l'ancienne où les personnages semblaient tous sortir des dialogues d'Audiard. J'aimais ce lieu où les gens venaient en famille à toute heure, boire un verre, surtout pour se rencontrer, un peu comme la maison du village. C'est quelque chose qui m'a beaucoup manqué dans ce monde où la mode est d'aller dans des Starbucks insipides.

Bref, mon frère a donc racheté il y a un an à Michel Cochenec le bar des sports - qu'avant lui, sa maman Louise tenait depuis au moins 1946 - afin que je le gère en associatif. C'est un mode qui me convient parce que je viens moi-même de l'associatif. Notre café librairie s'appelle le Ker Is. C'est un clin d'œil à la fois à la cité légendaire bretonne bâtie par le roi Gradlon pour sa fille Dahut qui était un lieu de fêtes païennes, et à ma femme qui est Kabyle et s'appelle Ismahan dont le diminutif est Is. (J'ai dit « ya ! » à Monsieur le maire cette année en mars). Malheureusement, elle ne sera pas très présente puisqu'elle fait ses études à Besançon.

Le Ker Is fonctionne sur le mode de l'économie sociale et solidaire. C'est-à-dire que le but du bar non pas de faire des bénéfices pour nous-mêmes, mais de reverser ces bénéfices afin de permettre un accès à la culture : pouvoir faire venir des artistes, des conférenciers, etc. Je ne me verse d'ailleurs pas de salaire (je vis de l'AAH qui me suffit amplement).

Au bar, nous proposerons des produits bios et locaux, autant que faire se peut pour toutes les bourses. D'une part, je pense que l'alimentation (ou la boisson) de qualité, devrait, comme l'instruction ou la santé, être accessible à tout le monde, même si pour cela nous devons renoncer à faire les marges que nous ferions avec des produits traditionnels. D'autre part, comme le disait une publicité « nos emplettes sont nos emplois » et l'achat local se fait ressentir dans des zones comme les nôtres classées ZRR (zones de revitalisation rurales) peut-être plus que partout ailleurs. Il me semble qu'il appartient à chacun de prendre conscience de cela et d'agir « selon ses moyens ». Nous pourrions par exemple très bien commercialiser des bières brassées en Alsace et en Belgique, mais ce serait à la fois une aberration écologique tout autant qu'économique, d'autant plus que nous avons ici dans les Monts d'Arrée et en Bretagne des produits de grande qualité, pour ne pas dire parfois d'excellence comme ceux de notre chèvrerie de Plouyé.

Mon grand espoir c'est, à terme, de pouvoir dégager un salaire pour une personne qui aurait localement besoin de trouver un travail. En attendant je suis aidé par ma famille et mes amis, et j'ai la chance d'être plutôt très bien entouré.

Nous avons donc ouvert le 4 novembre au soir à 18 heures. Il y a avait bien sûr au programme du kan ha diskant avec Jacqueline Cornec et Gaëlle Trebaol, et les musiciens de Re An Are. Évidemment, tous les Plouyéens étaient chaleureusement conviés à la fête.

Quant à l'avenir, je peux d'ores et déjà dire que Prince Ringard sera avec nous le 21 janvier à 21 heures pour un concert aux textes punk avec sa compagne Mousse à la musique de style folk rappelant Dylan ou Neil Young. Le but, c'est de varier les plaisirs, afin qu'il y en ait pour tous les goûts. D'ailleurs nous disposons d'un téléviseur dans la partie librairie et nous diffuserons les coupes du monde de foot et de Rugby pour les amateurs de sport. Je réfléchis à l'organisation de concours de cartes, de soirées jeux de société, ou d'après-midi rétro. Pour le reste, je suis ouvert à toutes les demandes des Plouyéens. Le Ker Is est, après tout, là pour que chacun puisse s'y sentir à l'aise.

### HORAIRES D'OUVERTURE

Du lundi au jeudi :  
11h00 - 14h00  
17h00 - 22h00

Vendredi :  
11h00 - 14h00  
17h00 - 02h00

Samedi :  
11h00 - 02h00

Dimanche :  
11h00 - 22h00

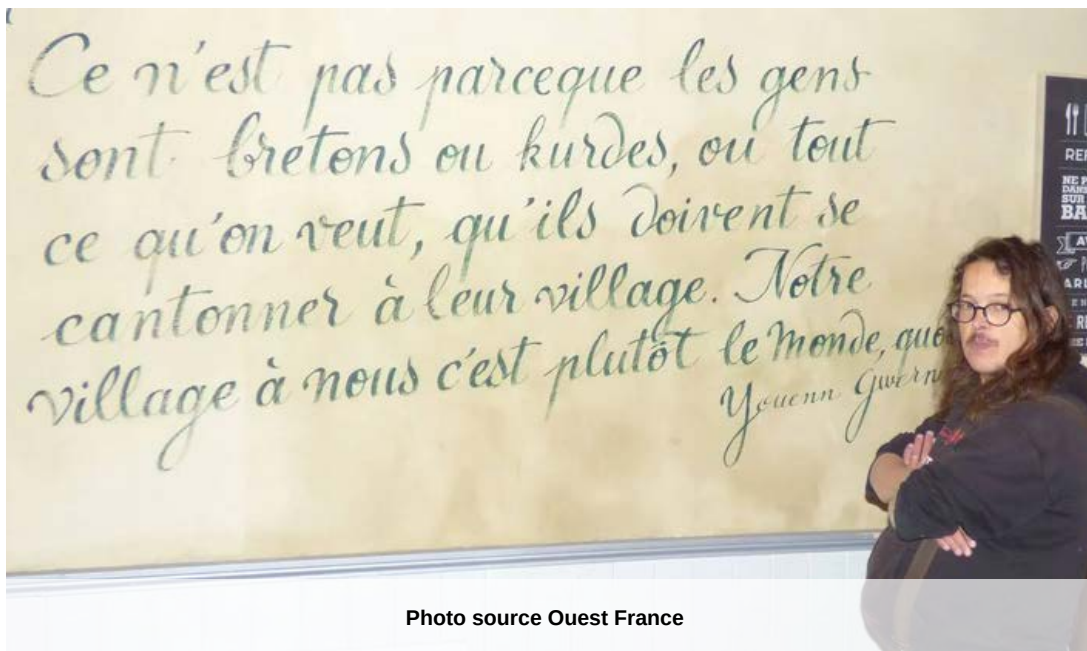


Photo source Ouest France

# Énergivore, le sèche-linge ?

Pour que les chaussettes de l'archiduchesse soient bien sèches, archi-sèches...



Selon l'ADEME, près d'un foyer sur trois est équipé d'un sèche-linge.

Avec une consommation moyenne estimée à 350 kWh / an, cet appareil serait parmi les plus gourmands en énergie dans le logement.

Hors chauffage, cette consommation représente environ 15 % de la facture d'électricité des ménages français.

D'après les spécialistes, « un panier de linge mouillé contient environ 2 litres d'eau ».

Faire sécher son linge en intérieur apporte logiquement un excès d'humidité dans l'air du logement. D'après une étude écossaise (Mackintosh School of Architecture, Glasgow 2011), **ce taux d'humidité du logement augmente de 30 % le jour où le linge mouillé est étendu à l'intérieur.**

Au cours des jours suivants, ce surplus d'humidité serait maintenu à plus de 15 %. En d'autres termes, faire sécher son linge à l'intérieur entraîne un risque de dépasser le taux d'humidité idéal du logement, compris entre 40 et 60%.

Les conséquences d'une humidité trop prononcée portent sur le bâti comme sur la santé. Une habitation trop humide devient un terrain favorable au développement des moisissures et des acariens.

En plus d'une sensation d'inconfort, liée notamment à des problèmes d'odeurs, ses occupants s'exposent alors à des affections respiratoires, des manifestations allergiques, de l'asthme voire à des infections chez les sujets les plus fragiles.

Aussi, est-il important de connaître et d'appliquer les bons gestes :

## Si je sèche mon linge à l'intérieur

- J'aère quotidiennement mon logement pour renouveler l'air
- Si les textiles le permettent, j'opte pour un essorage maximum en machine : moins humide, mon linge séchera plus rapidement
- J'évite de trop serrer mes articles sur le fil ou de trop charger mon étendoir, afin que l'air circule mieux
- Je les attache sous le fil à l'aide de pinces à linge car à cheval sur le fil, il sera moins en contact avec l'air et séchera donc moins vite
- Dès qu'un vêtement est sec, je le retire pour aérer ce qui est encore humide, je repositionne ou retourne les pièces les plus mouillées
- J'évite de placer le linge devant une source de chaleur : pour des raisons d'humidité excessive (l'eau s'évaporera plus rapidement, mais en contrepartie le taux d'humidité augmentera encore plus vite dans la pièce ! ) et pour des raisons énergétiques (car la chaleur se propagera moins bien)
- Je le place dans un coin frais et sec, idéalement près d'une fenêtre ouverte et exposée au soleil, ou au moins dans une pièce équipée d'une VMC ou grille d'aération
- J'évite de placer mon linge dans une pièce humide (le linge séchera mal et sentira le moisi) ou dans une pièce de vie (chambre, salon)
- Je peux éventuellement opter pour un absorbeur d'humidité



## Quelques gestes simples pour diminuer notre consommation d'énergie

Dans le contexte énergétique inédit que nous traversons, chaque geste compte pour réaliser collectivement des économies d'énergie.

C'est notamment le cas pour le chauffage pour lequel vous pouvez d'ores et déjà adopter des éco-gestes simples au sein de votre établissement. Par exemple, vous pouvez :

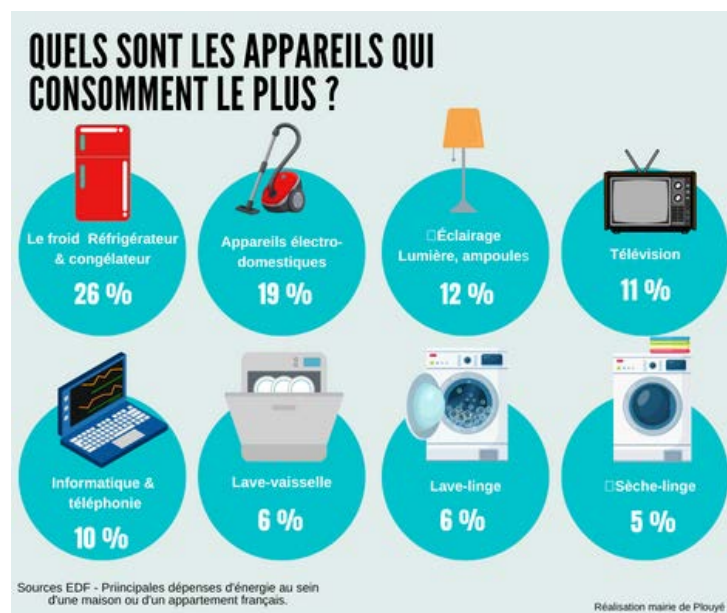
- Adapter la température ambiante : 19°C pour les pièces occupées, 16°C hors période d'occupation, 8°C si les lieux sont inoccupés plus de deux jours. Car 1°C de moins, c'est 7% de consommation de chauffage en moins
- Vérifier les joints et ferme-portes pour préserver au maximum la température à l'intérieur de vos locaux.
- Nettoyer et entretenir les filtres de vos équipements de chauffage/climatisation (production et distribution) pour optimiser la durée de vie de votre matériel et garantir ainsi la qualité de l'air dans vos locaux.

Pour aller plus loin et réduire davantage vos consommations d'énergie, vous pouvez :

- Entretenir régulièrement votre chaudière pour éviter une augmentation potentielle de ses consommations d'énergie entre 8% à 12% et prolonger sa durée de vie.

• Désembouer les circuits de chauffage (purge des réseaux) pour prévenir une perte d'efficacité d'environ 17%. La mise en place d'un désemboueur apporte une solution semi-automatisée plus pérenne.

• Étudier la possibilité d'installer un pilotage centralisé et automatisé du chauffage pour réduire jusqu'à 20% le gaspillage énergétique.



# Monts d'Arrée Communauté

## Les Rendez-vous des Monts d'Arrée

L'accueil Ti Li@mm (la maison du lien) a ouvert ses portes du 22 novembre au 09 décembre place de l'église à Plouyé. Les habitants qui le souhaitaient pouvaient se faire aider aux démarches administratives via les outils numériques proposés dans l'espace de la tiny-house. Cécile Meunier, qui remplace notre conseillère numérique Anne Proux-Girard, pouvait également accompagner dans l'utilisation des appareils numériques tels que les smart-phones ou les tablettes. Des habitants de Plouyé ainsi que d'autres communes de Monts d'Arrée Communauté ont bénéficié du service durant ces trois semaines.

Un café des habitants a également été tenu et a permis à l'équipe des Rendez-Vous des Monts d'Arrée de présenter leurs propositions d'animations mais surtout de recueillir la parole des habitants présents. Le tout dans la convivialité évidemment !

Ti Li@mm sera présent à Lopérec pour cette fin d'année. Elle reviendra courant 2023 à Plouyé. Vous pouvez également prendre un rendez-vous si besoin.

Pour recevoir la lettre d'information des Rendez-Vous des Monts d'Arrée, contactez-nous au **07 89 73 83 05** en nous transmettant votre adresse mail ou à [evs@epal.asso.fr](mailto:evs@epal.asso.fr). Vous pourrez également trouver le programme à la mairie.

Nous remercions la municipalité pour son accueil et vous souhaitons de bonnes fêtes de fin d'année.

L'équipe des "Rendez-Vous des Monts d'Arrée"



## Recette : Bœuf & riz lok lak

**Temps de préparation : 15 à 20 minutes**

### INGRÉDIENTS (pour 2 personnes)

#### Pour le riz sauté :

- 200 gr de riz
- 1 CaS de concentré de tomate
- 1 CaS de sauce de soja
- 1 petit oignon
- 2 gousses d'ail hachées

#### Pour les oignons marinés :

- 1 oignon de petite taille
- vinaigre de riz
- 2 morceaux de sucre

#### Pour le Bœuf :

- 300 gr de bœuf (bœuf à fondue, Filet ou Faux Filet)
- 1/2 à 1 CaC de poivre moulu (selon vos goûts)
- 2 CaS de sauce huître
- 1 CaS de sauce soja
- 2 CaS de coulis de tomate
- 1 CaC de sucre roux
- 2 tomates
- un peu de coriandre ciselée

### HISTOIRE

Le bœuf Lok Lak est d'origine indochinoise. La présence française en Asie du Sud-Est, (Indochine) a introduit d'autres habitudes alimentaires, telles que la consommation de steak de bœuf. Steak qui s'est retrouvé coupé en petits morceaux pour faciliter la saisie de la viande avec les baguettes. Puis l'adaptation aux goûts locaux a fait son effet, en rajoutant d'autres sauces, d'autres ingrédients. Bref !

Ce plat est un bel exemple de melting pot culinaire. Bœuf Lok Lak, Riz Lok Lak, Bœuf Luc Lac, Riz Loc Lac sont quelques-uns des noms utilisés pour désigner cette recette. C'est un plat très intéressant par ses origines car on le retrouve dans pas mal de pays de l'Asie du Sud-Est. Chinois, Cambodgiens et Vietnamiens réclament la paternité de ce plat. Côté vietnamien, ce plat est accompagné d'une coupelle de jus de citron vert mélangé à du sel et du poivre. Le bœuf est plongé dans le jus avant d'être consommé. Cela apporte une belle fraîcheur.

### MODE OPÉRATOIRE

Rincez abondamment le riz puis cuisez-le. (1 dose de riz pour 1 dose d'eau dans l'autocuiseur)

Découpez le bœuf en dés d'un centimètre.

Déposez les morceaux de bœuf dans un saladier.

Ajoutez la sauce huître, la sauce soja, le sucre et la sauce tomate roux, poivrez.

Laissez mariner au minimum 10 minutes.

Épluchez et émincez finement l'oignon, mettez dans un bol et mouillez à hauteur avec le vinaigre de riz, ajoutez le sucre, mélangez et laissez mariner.

Découpez les tomates en rondelles et réservez-les. Ciselez finement l'autre oignon et réservez-le.

Dès que le riz est cuit, aérez le, égrainez le en le mélangeant. La cuisson du riz peut se faire bien avant, voire la veille.

Dans un wok ou une sauteuse, faites chauffer un peu d'huile. Dès que le wok est bien chaud, rajoutez l'ail haché et la viande.

Saisissez rapidement à feu vif pendant 4 à 5 minutes. Réservez.

Dans le wok contenant les sucs de la viande faites réchauffer un peu d'huile. Rajoutez l'oignon ciselé. Dès que l'oignon prend une belle coloration, rajoutez le riz. Bien mélangez. Rajoutez 1 CaS de soja et le concentré de tomate. Faites sauter le riz 4 ou 5 minutes. Si le concentré de tomate a du mal à se délayer rajoutez un peu d'eau.

Il ne reste plus qu'à dresser!

Formez une rangée de tomate. Égouttez légèrement les oignons marinés. Formez un lit d'oignon. Mettez le riz moulu dans un petit bol, puis déposez le bœuf autour. Parsemez le tout de coriandre ciselée.

Votre Bœuf et votre riz Lok Lak sont prêts à être dégustés !  
Bon appétit !



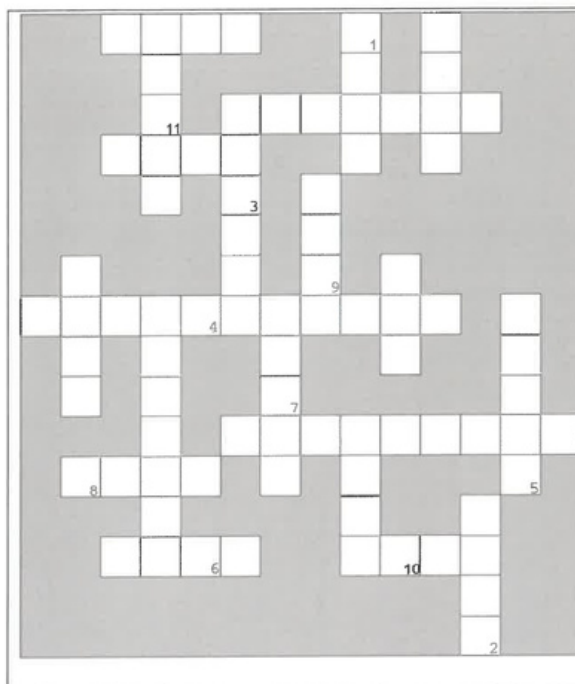
# C'hoari torr-penn / Casse-tête

*En arriverez vous à bout ?*



**Setu amañ 20 ger liammet gant an amzer hag ur gael gerioù-kroaz hep termenadur ebet. Deoc'h-c'hwi da skrivañ ar gerioù er gael. Ma vint plaset mat e c'hallit sevel ur frazennig gant al lizherennoù niverennet.**

Voici 20 mots en rapport avec le temps qu'il fait et une grille de mots croisés sans définition. Écrivez les mots dans la grille. Si vous les placez bien, vous pourrez composer une petite phrase avec les lettres numérotées.



**3 LIZHERENN/LETTRES**

YEN

**4 LIZHERENN/LETTRES**

HEOL            FALL  
RIOU            GLAV  
AVEL            SEC'H  
GLAV            GLEB  
TOMM           ERC'H

HAÑV

**5 LIZHERENN/LETTRES**

AMZER  
LATAR  
GOAÑV

**6 LIZHERENN/LETTRES**

KLOUAR

**7 LIZHERENN/LETTRES**

KAZARC'H  
KOUMOUL

**9 LIZHERENN/LETTRES**

NEVEZHAÑV

**11 LIZHERENN/LETTRES**

DISKARAMZER

**FLASHEZ CE QR CODE POUR DECOUVRIR LA SOLUTION**



**Ar frazenn / La phrase**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

**« C'H »**

Dizemglev 'zo etre ar re a ra gant « c'h » hag ar re ne fell ket dezho. Evit ar re a skriv « c'h » eo ul lizherenn deirgrafek. N'eo ket anavezhet gant ar poellad a zo bet implijet evit sevel ar c'hoari. Dav e vo deoc'h skrivañ an tri ger hep skrap hag ul lizherenn dre gombod.

Kavit un nebeut displegadennoù war wikipedia da skouer : <https://br.wikipedia.org/wiki/C%27h>

L'écriture de « c'h » est sujet à polémique. Ceux qui l'utilisent le considèrent comme une lettre composée de trois signes. Le logiciel qui a servi à fabriqué ce jeu ne connaît pas la lettre « c'h ». Vous devrez donc écrire les mots sans apostrophe et une lettre dans chaque case.

Vous trouverez quelques explications sur wikipedia par exemple : <https://fr.wikipedia.org/wiki/C%27h>

## Des nouvelles de notre bibliothèque

Le projet de faire revivre notre bibliothèque pourra s'accélérer l'année prochaine. Vous êtes 38 à avoir répondu à notre enquête lancée au début de l'été, et nous vous en remercions. Vos réponses et suggestions nous fournissent une bonne base pour rebondir. La Bibliothèque du Finistère / Levraoueg Penn-ar-Bed sera notre alliée précieuse. Le 5 décembre dernier, Madame Nadia Berrabah, référente du secteur Monts d'Arrée & Poher, nous a rendu visite une nouvelle fois et a réitéré ses encouragements de la première réunion du mois d'avril. Une petite bibliothèque dans une petite commune peut être aussi dynamique (voire ... !) qu'une grande médiathèque, si elle propose des animations et des collections variées dans un lieu accueillant. Et des exemples existent !

Ne nous berçons pas d'illusions, tout ceci n'est pas gratuit. Notre local n'est plus adapté à l'accueil de tous les publics sans distinction ni à la conservation des collections : quelques travaux seront nécessaires afin de le transformer en un véritable lieu de vie. Nous devons également mettre en place son informatisation et le renouvellement de ses collections.



Le coût de toutes ces interventions pourra être considérablement allégé grâce à des partenariats. Dans ce sens, le Conseil a validé, le 14 décembre dernier, une convention entre notre Municipalité et le Conseil Départemental du Finistère pour une durée de six ans.

C'est ainsi que le Département et la Bibliothèque du Finistère accompagneront l'ensemble de notre projet par le conseil, l'aide à l'équipement, le prêt de collections (1000 documents à l'ouverture de la bibliothèque !), la formation (gratuite !) des animateurs bénévoles et l'action culturelle.

Quelques personnes nous ont signalé qu'elles participeraient volontiers à l'aventure en tant que bénévoles. Elles peuvent contacter Katalin Boronkai par mail : [KataLenn@gozmail.bzh](mailto:KataLenn@gozmail.bzh) pour convenir d'une date de réunion.

**Vous n'êtes pas en retard pour répondre à notre enquête toujours en ligne (sous l'onglet « Vie locale »). Alors, à vos claviers !**

Imprimé sur papier recyclé



Mairie de Plouyé - 5 rue de la mairie 29690  
[contact@mairie-plouye.fr](mailto:contact@mairie-plouye.fr)



SCANNEZ MOI

Téléphone : 02 98 99 70 07  
Site internet : [www.mairie-plouye.fr](http://www.mairie-plouye.fr)