

Communiqués de la mairie

Fermeture de la mairie et de l'agence postale

Compte-tenu de l'indisponibilité d'une partie du personnel, la mairie et l'agence postale seront fermées les samedis matins jusqu'à nouvel ordre.

Elagage

L'élagage automnal se poursuit par notre prestataire ETA Iroise dès la semaine prochaine. Merci de votre vigilance sur les routes.

Repas annuel des aînés

Le repas annuel des aînés sera servi le mercredi 8 novembre 2023, à 12h, à la salle Océane. Les personnes qui désirent participer à ce repas sont invitées à s'inscrire à la mairie de Ploumoquer, pour le mardi 31 octobre. Ce repas est réservé aux personnes âgées au minimum de 70 ans, à leur conjoint ainsi qu'aux veufs ou veuves de moins de 70 ans dont les conjoints décédés auraient eu 70 ans ou plus. Une participation de 10€, à régler en mairie lors de l'inscription, sera demandée au conjoint âgé de moins de 70 ans.

A la une de Mon Village



SPORT & BIEN-ÊTRE

Quinzaine Bien-être

Description de l'évènement

Une série d'ateliers bien-être, en individuel ou en collectif, proposée sur la commune.

Profitez de multiples astuces et techniques pour conforter, améliorer votre bien-être à l'entrée de l'automne et de l'hiver.

Vous trouverez l'affiche et le planning en images.

Inscriptions et renseignements à vielocale@ploumoquer.bzh
Gratuit

RETROUVEZ
L'ENSEMBLE DES
ACTIVITÉS
QUINZAINE
BIEN-ÊTRE SUR :



PLOUMOGUER.BZH

ET SUR



Informations communautaires



Face aux arnaques à la rénovation énergétique, soyez vigilant.

Pour un conseil neutre et gratuit, contactez **Tinergie**, membre du réseau **France Renov'** et service public de la rénovation énergétique du Pays de Brest au :

02 98 33 20 09



Conférence UTL en Iroise

Le cinéma de Marcel Pagnol, l'homme et ses films par Hussam HINDI
Professeur chargé de cours Cinéma—
Université de Rennes 2—Ancien directeur du festival du film britannique de Dinard
Espace Culturel à Saint-Renan le mardi 17 octobre à 14h.

Société de chasse de Saint-Renan

En raison du trail du 15 octobre à Ploumoquer, la chasse sera interdite dans les secteurs Bourg Kerouzien, Kerandraon, Porsmoguer et Kerhornou-le bourg.

Activités et loisirs

LES ALLUMES
de la grande toile



Vendredi 13	20h30 Nouveau départ			
Samedi 14	18h Le procès goldman	20h30 Nouveau départ		
Dimanche 15	11h Le château solitaire dans le miroir (VF)	15h30 AP Les trolls 3	18h AP Une Année difficile	20h30 Le procès goldman
Mardi 17	20h30 We have a dream (vost)			
Mercredi 18	10h30 Ciné lecture et atelier La colline aux cailloux	20h30 Bernadette		
Judi 19	10h Ciné biberon Les <u>Tourouges</u> et les <u>Toubeus</u>	20h30 Le règne animal		

Du 11 au 17 octobre	Me 11	J 12	V 13	S 14	D 15	L 16	M17
LE PROCÈS GOLDMAN	20h30		14h15			20h30	
LE RÈGNE ANIMAL !		17h30	20h30				20h30
DOGMAN !		20h30			17h30		17h30
TANT QU'IL Y AURA DES ÉTOILES Séance gratuite / LE JOUR DE LA NUIT				17h30			
JEANNE ET LE GARÇON FORMIDABLE - Rencontre avec Olivier Ducastel				20h30			
L'ARBRE AUX PAPILLONS D'OR	17h				20h30		

Atelier Creatif :

prochain atelier jeudi 19 octobre à partir de 13h45.

Aquarelle et Peinture sur porcelaine :
prochain rdv le vendredi à partir de 14 h.
Inscription toujours possible pour les 2 ateliers, au 06 31 79 71 94 ou au 06 71 95 04 35.

Paroisse Saint-Mathieu en Pays d'Iroise Horaires des Messes

Samedi 14 octobre

18:00 : Saint-Renan

Dimanche 15 octobre

10:30 : Trézien, Lanrivoaré (Pardon), Plougonvelin

La Run'Ploum 2023

L'équipe d'organisation invite les bénévoles commissaires à un briefing à la salle omnisports à 16h samedi. L'école Saint-Joseph remercie à l'avance tous les bénévoles !

Club des Bruyères

Marche : mardi 17/10 : - Départ de la salle Océane à 13h45 pour le parking de Kerhornou (parking du haut).
-Circuit : Kerhornou , Locméven, Brenterch, Illien, retour Kerhornou.
-Circuit des 4 kms : Mêmes horaire et point de départ.
-Run'Ploum : Les personnes du club voulant faire les 4 kms ensemble peuvent se retrouver à 09h45 pour le départ.

Agenda du week-end Mon Village



Ploum-Pudding
Ploumoguier -

SPECTACLE & THÉÂTRE & CINÉMA

Un après-midi théâtral à Ploumoguier : ne ratez pas ça !

dimanche 15 octobre 2023
15h30

Salle Océane
29810 Ploumoguier

10€/5€

<http://www.Ploum-Pudding.fr>



ASP Foot
Ploumoguier -

Planning FOOT des 14 et 15/10

Samedi 14 octobre : U6 / U7 : plateau à Brélès. RDV à 13h15 au stade. U8 / U9 : entraînement à 13h45. U13 : match de coupe, à domicile, contre Guilers 3. RDV à 13h15. U15A : repos. U15B : match à Plougonvelin, à 15h30, contre Gouesnou. U17 : match à Plougonvelin, à 14h30, contre St Martin 2 sur synthétique. Départ de Ploum à 13h15.

Dimanche 15 octobre : Seniors B : 13h00 match contre Guilers à domicile. Seniors A : 15h00 match de coupe de district contre PLR.



APEL OGEC École St Joseph
Ploumoguier -

SPORT & BIEN-ÊTRE

La Run'Ploum

dimanche 15 octobre 2023
08h30 - 14h00

Salle Omnisports
29810 Ploumoguier

Trail : 11€, Course nature 9€, Marches 4€80

Atelier médiation L'ombre du cerisier

dimanche 15 octobre 2023
09h45 - 11h45

Salle Ar Chapel
29810 Ploumoguier

15 €

Description de l'évènement

Pour faire écho à la quinzaine bien-être, l'ombre du cerisier propose un atelier médiation au prix de 15 € (paiement sur place). L'inscription se fait directement sur leur site internet : www.lombreducerisier.fr.