

L'ÉCHO 67 ALBANAIS

NOVEMBRE 2022



DU NOUVEAU À LA BIBLIOTHÈQUE

INFOS PRATIQUES

Mairie

Lundi, mardi, mercredi et vendredi :
8h30 - 12h et 13h30 - 17h15

Jeudi : 8h30 - 12h

Samedi : 9h - 12h

Le service urbanisme est ouvert :

Lundi : 9h - 12h et 13h30 - 17h15

Mardi : 9h - 12h

Vendredi : 13h30 - 17h15

Tél. 02 96 32 98 98

Fax. 02 96 32 98 22

www.saintalban.fr

mairie@saintalban.fr

Agence Postale

Du lundi au vendredi : 8h30 - 12h

Samedi : 9h - 12h

Tél. 02 96 32 98 98

Cybercommune

Mardi : 14h - 16h

Dimanche : 10h30 - 12h

et sur rendez-vous en appelant

le **06 72 67 12 01** ou

le **06 51 11 36 50** ou **02 96 93 88 05**

(aux heures de permanences)

Bibliothèque

Nouveaux horaires de la bibliothèque :

Mercredi : 15h30 - 18h

Vendredi : 16h30 - 18h

Dimanche : 10h30 - 12h

Tél. 02 96 93 88 05

Service portage des livres

Tél. 02 96 93 88 05

Urgences médicales

Tél. 15

Pharmacie

Déplacez-vous à la pharmacie la plus proche de chez vous, les coordonnées de la pharmacie de garde y seront affichées.

En cas d'urgence, **Tél. 15 ou 3237**

Permanences Puéricultrice PMI et Assistant Social

• Mme Gaëlle MOTHAY, puéricultrice mardi de 14h à 16h30 sans rendez-vous sur le site de Lamballe Terre & Mer à Saint-Alban.

Tél. 02 96 50 10 30

• Madame Laurianne BERTRAND, assistante sociale, sur rendez-vous les mardis et jeudis matins (Rue Clemenceau à Pléneuf-Val-André).

Tél. 02 96 50 10 30

France Alzheimer

Tél. 02 96 60 85 42

alzheimercotesdarmor@orange.fr

www.francealzheimer.org/cotesdarmor



Le Plan Local d'Urbanisme (P.L.U.) a été évoqué à plusieurs reprises dans l'Echo Albanais. Nous avançons dans les travaux. Le débat sur le Plan d'Aménagement et de Développement Durable se tiendra en Conseil Municipal d'ici la fin de l'année 2022. Une réunion publique devrait avoir lieu dans le courant du premier trimestre 2023.

La loi « Climat et Résilience » fixe, pour la période 2021-2031, une division par deux de la consommation foncière des dix dernières années (consommation constatée entre 2011 et 2021). Cela signifie concrètement que les extensions, (qu'elles soient dédiées à l'habitat, à l'économie ou aux infrastructures) sur les Espaces Naturels Agricoles et Forestiers devront être très limitées. Une nouvelle logique d'aménagement va donc devoir être mise en place. Dans les espaces déjà urbanisés, le potentiel foncier devra être mobilisé à chaque fois que cela sera possible (division de terrains par exemple). Dans les nouveaux espaces ouverts à la construction, de nouvelles formes urbaines vont apparaître afin d'accroître la densification (petits collectifs avec étage par exemple). Dans ce contexte, sur le territoire des 38 communes de notre communauté d'agglomération, par la solidarité et la contribution de tous, l'aménagement du territoire doit se poursuivre pour continuer notamment d'accueillir des entreprises, de produire du logement social et accessible, de rendre notre territoire toujours attractif. Notre commune doit s'inscrire dans cette démarche car il est aussi de notre responsabilité de freiner l'étalement urbain et le prélèvement sur les terres agricoles.

Le foncier est une des ressources que nous devons préserver mais ce n'est pas la seule. L'été que nous avons traversé nous rappelle que la ressource en eau doit également faire l'objet de toute notre attention tant sur sa qualité que sur sa quantité. Enfin, la consommation d'énergie doit être contrôlée voire limitée. C'est ainsi que nous avons pris la décision d'avancer, depuis le 15 octobre, l'heure d'extinction de l'éclairage public (modalités exposées dans la rubrique « Tour d'Horizon »). Dans ce domaine, d'autres dossiers sont à l'étude notamment sur les consommations d'énergie dans nos bâtiments publics. La réfection du restaurant scolaire est un des exemples déjà réalisés. Nous devons poursuivre dans ce sens.

Nous aurons l'occasion de revenir vers vous régulièrement sur ces sujets.

Nathalie BEAUVY,
Maire de Saint-Alban

Directeur de la publication : Nathalie Beauvy, Maire

Ont participé à ce numéro : Cindy Guichard, Séverine Bocher, Claude Grogneuf, Monique Hourdin, Magalie Houzé, Clarisse Milleville, Kristell Jumilus.

Crédit Photos : Sophie Odet

Conception, réalisation graphique et impression : Roudenn Grafik.

CONSEIL MUNICIPAL

DU 19 SEPTEMBRE 2022

RENOUVELLEMENT DES MEMBRES DU BUREAU DE L'ASSOCIATION FONCIÈRE DE REMEMBREMENT.

Le bureau de l'Association Foncière est composé de :

- Mme Magalie HOUZE, représentant le maire de la commune ;
- un délégué du directeur départemental des territoires et de la mer des Côtes d'Armor ;
- quatre propriétaires désignés par le conseil municipal : M. Gérard MEUNIER, M. Marcel GICQUEL, M. Bertrand HOUZE, M. Mathieu LANGLAIS ;
- quatre propriétaires désignés par la Chambre d'agriculture des Côtes d'Armor : M. Jean-Noël CORNILLET, M. Arnaud TOUBLANC, M. Daniel ROUXEL, M. Michaël AVELINE.

PERSONNEL : MODIFICATION DU TABLEAU DES EFFECTIFS

RÉNOVATION DU FOYER RUE DE TOURNEMINE : COMMANDE AU SDE

RÉNOVATION DU RESTAURANT SCOLAIRE : AVENANT AU LOT N°1- SARL VILLESALMON

BUDGET GÉNÉRAL : DÉCISION MODIFICATIVE N°2

L'intégralité des délibérations est consultable en Mairie ou sur le site internet : www.saintalban.fr

URBANISME

PERMIS DE CONSTRUIRE

- **POIRRIER Christophe**
2 A, Chemin des Clos - Maison
- **SCI ELAM – JOUAN Eric**
5, Rue de la Tourelle
Extension bâtiment artisanal

DÉCLARATIONS PRÉALABLES

- **GORIN Magalie**
20, Rue des Potiers
Abri de jardin et modification d'ouvertures
- **BENOIT Joël**
25, Rue du Chemin Ferré
Clôture
- **BOUDARD DI FIORE Nicole**
22, Saint-Jacques
Terrasse aérienne
- **LATOUCHE Joël**
1, Les Mares
Agrandissement fenêtres et changement des menuiseries

ANTENNE RELAIS



Pour permettre le déploiement de la 5G et garantir le bon fonctionnement des réseaux mobiles, la société Orange va procéder à la modification d'une antenne-relais située Rue du Gros Tertre - D791.

La date prévisionnelle de début des travaux est fixée au 11 janvier 2023 pour une date de fin de travaux au 13 février 2023 et une mise en service le 14 juin 2023.

Le dossier complet est consultable en mairie.

ÉTAT CIVIL

NAISSANCE

- Le 19 septembre : Enzo DAHALANI
M'ZE GLARDON



MARIAGE

- Le 1^{er} octobre : Marion ANDRÉ et Alexandre FORGE

L'AGENCE POSTALE COMMUNALE

Aux termes de la loi du 2 juillet 1990 relative à l'organisation du service public de la poste et des télécommunications, la Poste a reçu une mission de contribution à l'aménagement du territoire. La loi prévoit que « La Poste contribue, au moyen de son réseau de points de contact, à l'aménagement et au développement du territoire national, en complément de ses obligations de service universel ». C'est dans ce contexte qu'en 2006, afin de maintenir un service de proximité, le Conseil Municipal a décidé la création d'une Agence Postale Communale (A.P.C.). Une convention a ainsi été conclue avec la Poste fixant les modalités d'exercice et de fonctionnement de cette agence postale. Depuis le 1^{er} novembre 2021, dans le cadre de la réorganisation des services mais avec le souci constant de maintien d'un service de proximité, l'Agence Postale Communale a été transférée au sein de la Mairie.

Les services proposés sont les suivants :

Acheter : timbres, emballages pour vos colis, enveloppes prêt-à-poster,

Déposer : lettres, colis,

Retirer : lettres recommandées, colis,

Effectuer : opérations financières de dépannage, remise de chèque, retrait et versement d'espèces.

Toutes les autres opérations doivent être effectuées au sein d'un Bureau de Poste (bureau le plus proche : Pléneuf-Val-André).

AGENCE POSTALE DE SAINT-ALBAN

Horaires d'ouverture :

Du lundi au vendredi : 8h30 – 12h
samedi : 9h – 12h

Fermée l'après-midi

19 rue de l'Eglise
Tél : 02 96 32 98 98

Heure levée du courrier

Lundi, mardi, mercredi, jeudi,
vendredi, samedi : 12h00.

Agents guichet :

Mme Kristell Jumilus et
M. Quentin Pivron

INAUGURATION DES TERRAINS DE TENNIS ET DU RESTAURANT SCOLAIRE

Les inaugurations des terrains de tennis et du restaurant scolaire ont eu lieu le samedi 8 octobre.

CEREMONIE DU 11 NOVEMBRE

La cérémonie du 11 novembre aura lieu à 10h30 au monument aux morts à Saint-Alban. Toutes les associations des anciens combattants, les Albanaises et les Albanais, et tout particulièrement les jeunes, sont invités à cette cérémonie.





PÉDIBUS

C'est avec beaucoup de plaisir que petits et grands ont repris le chemin de l'école à pied deux fois par semaine. Mais à l'approche d'un temps plus incertain, le pédibus a fait une pause le 20 octobre. Il reprendra en avril 2023.

Pour tous renseignements, vous pouvez contacter l'accueil de la Mairie au 02 96 32 98 98 ou accueil@saintalban.fr

CONVENTION DE STÉRILISATION ET D'IDENTIFICATION DES CHATS ERRANTS

AVEC L'ASSOCIATION « L'ÉCOLE DES CHATS LIBRES DU PENTHIEVRE »

Les communes ont la possibilité de faire face à la problématique prégnante des chats errants en contrôlant la population féline. L'association « L'école des chats libres du Penthievre », en tant qu'association de protection animale, a reçu une subvention France Relance, lui permettant ainsi de stériliser 700 chats sur le territoire de Lamballe Terre et Mer jusqu'à la fin 2023.

La signature de la convention de stérilisation et d'identification des chats errants entre la commune et l'association donnera l'autorisation à l'association d'intervenir sur la commune qui s'engage à participer financièrement à l'identification et au nourrissage des chats à hauteur de 60 € par chat.

MODIFICATION DE L'ÉCLAIRAGE PUBLIC



Depuis le 15 octobre, l'éclairage public est réduit afin de réaliser des économies d'énergie et de limiter l'impact environnemental.

La commune investit dans le domaine des économies d'énergie au travers de différentes actions depuis plusieurs années (isolation des bâtiments, rénovation des foyers d'éclairage public...). Bien qu'étant vigilante, elle est confrontée à une hausse des dépenses énergétiques du fait de la conjoncture actuelle. Elle doit donc s'adapter et continuer à faire évoluer ses pratiques.

L'éclairage public sur l'ensemble du territoire sera interrompu de 21h à 6h30 du matin, excepté au niveau du Rond-Point du Poirier.

CONFÉRENCE DU DOCTEUR ANNE TAQUET

LE 25 NOVEMBRE À SAINT-ALBAN



PulsCircula
LE MARCHÉ EN PROPULSION

La prévention est-elle sous chacun de nos pas ?



Classés par ordre d'importance, nos besoins sont en priorité l'oxygène, puis l'eau et enfin la nourriture. Parce qu'elle apporte l'oxygène à nos cellules, la circulation du sang est vitale. Il n'y a pas de mauvaises circulations, mais de mauvaises habitudes corporelles qui empêchent le bon fonctionnement de nos organes et de nos métabolismes, sources de maladies.

Le docteur Anne Taquet, angiologue, présentera au cours de sa conférence les modifications en moindre effort à apporter à nos habitudes et gestes. En montrant la dynamique de la circulation sanguine à l'aide d'un Echo-Doppler, le docteur Anne Taquet vous convaincra de l'efficacité immédiate de gestes simples. Ces modifications permettent à chacun de (re)devenir acteur de sa propre santé. Elles constituent la base d'une démarche personnelle de prévention. Cela commence dès le matin et à chacun de nos pas.

Accessible à tous, la conférence aura lieu à la salle des fêtes de Saint-Alban, le vendredi 25 novembre à 20h.

ENFANCE-JEUNESSE

INFO JEUNES – LE NOUVEAU PROGRAMME EST DISPONIBLE

La structure Info Jeunes propose des ateliers tout au long de l'année : 1^{er} CV, recherche de stage, babysitting, BAFA, logement...

Retrouvez le programme dès à présent sur le site de lamballe-terre-mer.bzh/vivre-habiter/enfance-jeunesse/infojeunes/infojeunes

Renseignements et inscriptions :

Tél. 02 96 50 87 90 | Courriel : sij@lamballe-terre-mer.bzh

RETROUVE L'IJ DANS TON LYCÉE



Les animateurs Info Jeunes de Lamballe Terre & Mer tiennent une permanence mensuelle sur le temps de midi dans les lycées suivants :

- au lycée de La Ville Davy à Quessoy le 2^{ème} mardi du mois
- au lycée Saint-Joseph à Lamballe-Armor le 3^{ème} mardi du mois
- au lycée Henri Avril à Lamballe-Armor le 2^{ème} vendredi du mois

SPORT

PISCINE DE LAMBALLE-ARMOR DEUX NOUVEAUX TARIFS SONT APPLICABLES DEPUIS LE 1^{ER} SEPTEMBRE

Un tarif réduit unique à 3.90€ sur l'entrée individuelle pour les enfants (4-16 ans), les étudiants, demandeurs d'emploi, les familles nombreuses et les personnes en situation de handicap, uniquement sur présentation d'un justificatif.

Un tarif "accès douche" à 2€, accessible dans le cadre d'une pratique sportive effectuée à l'extérieur, pour une durée de 20 minutes, temps de déshabillage/habillage compris.



RÉSEAUX SOCIAUX

LAMBALLE TERRE & MER OUVRE SON COMPTE INSTAGRAM

Vous pouvez désormais suivre les actualités de Lamballe Terre & Mer sur ce nouveau réseau social : [@agglolamballetteremer](https://www.instagram.com/agglolamballetteremer)

HABITAT

AIDE À LA CONSOMMATION EAU/ÉNERGIE

Des difficultés pour payer vos factures d'énergie et continuer à vous chauffer confortablement ?

Lamballe Terre & Mer vous accompagne et vous propose des visites Eau Énergie.

Ces visites sont destinées aux ménages modestes, propriétaires ou locataires sur Lamballe Terre & Mer. Le but de ces visites est de conseiller les personnes qui rencontrent des difficultés pour se chauffer ou qui se questionnent sur l'énergie dans leur logement.

Lors de ces visites, qui ne sont ni des diagnostics ni des audits énergétiques, le logement est abordé dans son ensemble :

- les usages,
- les factures,
- les équipements.

Des premiers conseils sont donnés pour diminuer les consommations et améliorer le confort des personnes. Dans le cadre de ces visites, l'installation gratuite de petit matériel économe est également possible.

Pour bénéficier d'une visite, faites une demande d'aide au dispositif SLIME (Service Local d'intervention pour la maîtrise de l'énergie) via le site de Lamballe Terre & Mer :

<https://www.lamballe-terre-mer.bzh/accueil/vivre-habiter/bonjour-habitat/le-dispositif-slime>

Vous pouvez également contacter BONJOUR HABITAT au 02 96 52 56 50

BIBLIOTHÈQUE

NOUVEAUX HORAIRES

Bibliothèque de Saint-Alban (impasse Forestier)
Mercredi : 15h30 – 18h
Vendredi : 16h30 – 18h
Dimanche : 10h30 – 12h



CLUB DE LECTURE

Que vous aimiez échanger ou juste écouter, venez partager vos coups de cœur (enfants, ados, retraités)
Rendez-vous le samedi 26 novembre 2022 à 14h30 à la bibliothèque de Saint-Alban.

GARDERIE

Départ de montgolfières réalisé par les enfants de la garderie au mois de septembre



Atelier marionnette



ÉCOLE FRANÇOIS LEVAVASSEUR



« AINSI FONT, FONT, FONT, LES PETITES MARIONNETTES... »

Les élèves de TPS, PS et MS fabriquent des marionnettes à partir de matériaux familiers qu'ils mettent en scène. Ainsi, les petites mains des enfants s'agitent devant celles de leurs camarades de l'école donnant vie à des personnages inventés, développant ainsi leur imagination et leur créativité.

Un projet qui s'articule pleinement avec celui entamé depuis ce début d'année par la création d'un musée à l'école autour des 5 sens.

Support de valorisation, le label PEAC (parcours d'éducation artistique et culturelle) obtenu l'an passé témoigne de la forte implication de l'équipe enseignante de valoriser la culture et les arts à l'école.

INSCRIPTIONS

Votre enfant a 2 ans ou aura bientôt 2 ans, il est né en 2020, des visites de l'école sont régulièrement proposées.

Pour tout renseignement, merci de contacter la directrice au 02 96 32 90 90.



ÉCOLE SAINT-GUILLAUME

OPÉRATION
NETTOYONS LA
NATURE

En incontournable de l'année, rendez-vous très attendu par les enfants, l'Opération Nettoyons la Nature a eu lieu ce matin du vendredi 23 Septembre.

Petits et grands se sont équipés de gants épais et de chasubles bien visibles pour arpenter les rues et les espaces de la commune et les libérer des déchets qui les abîment. La chasse aux papiers est toujours un grand succès, et source de discussion sur base d'écologie et bel esprit.



NOUVEAUTÉ POUR CETTE ANNÉE

Les CM ont associé l'opération à leurs cours de géographie sur le thème des paysages et de la rivière. Mais avant de remonter les rives de la Flora, ils sont descendus à Dahouët en Distribus ! L'occasion d'apprendre son fonctionnement aux futurs collégiens et de les motiver à privilégier les transports collectifs.

Petite pause achat de brioches pour prendre des forces avant de remonter la Flora !

LE CLUB DES AÎNÉS DE LA FLORA

VOS ACTIVITÉS EN NOVEMBRE

MARCHE DOUCE

Les lundis 7, 14, 21 et 28 novembre. Rendez-vous à 14h sur le parking du Poirier pour se rendre sur un parcours de marche douce.

PISCINE - AQUAGYM

Les mardis 8, 15, 22 et 29 novembre de 16h à 17h à la piscine des Monts Colleux à Pléneuf-Val-André.

CLUB DU JEUDI

Les jeudis 10 et 24 novembre pour les jeux de cartes, de société et de boules le tout agrémenté du goûter réservé aux adhérents du club.

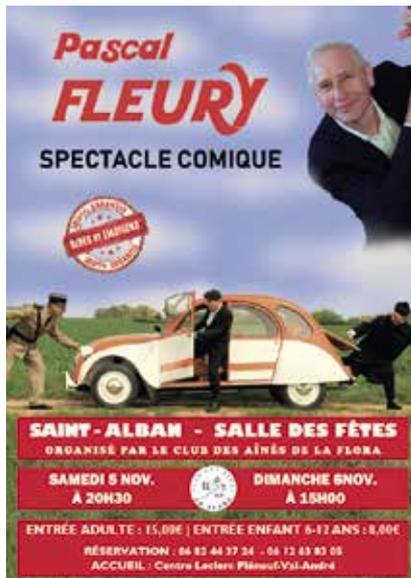
SPECTACLE COMIQUE DE PASCAL FLEURY

Le club des Aînés de la Flora organise les 5 et 6 novembre, un week-end avec Pascal FLEURY artiste aux multiples facettes. Il chante les plus grands succès de nos chanteurs connus. Il transforme nos banalités quotidiennes en grands moments d'hilarité contagieuse. À travers ses personnages, Pascal FLEURY offre un regard à la fois tendre et plein de dérision sur la société d'aujourd'hui. Jeux de mots, gags, quiproquos s'enchaînent sans relâche. Un show qui rappelle le music-hall, un vrai régal ! Prix des places 15 euros adulte et 8 euros enfant de 6 à 12 ans.

CONCERTS AVEC GÉRARD JAFFRÈS



Le club des Aînés de la Flora organise les 19 et 20 novembre un week-end avec Gérard JAFFRÈS : deux concerts de cet artiste que beaucoup de personnes, fans pour la plupart, aimeront voir ou revoir. Il saura vous donner la meilleure prestation avec ses musiciens dans une



LOISIRS ET COUTURE

Le club «Loisirs et Couture» a repris ses activités le mardi après-midi à la salle de la Marelle. Si vous désirez partager un moment de détente, si vous voulez faire de la couture, du tricot, du patchwork ou divers travaux manuels, les membres vous accueilleront avec grand plaisir. Pour tout renseignement, vous pouvez joindre Arlette au 02 96 72 92 08.

COMITÉ DES FÊTES

La 4^{ème} édition de la Soirée Disco est programmée le samedi 26 novembre ! Vous serez accueillis à partir de 21 heures, dans la salle municipale. C'est l'occasion de ressortir votre tenue disco préférée !

ambiance dont il a le secret. Prix des places 20 euros adulte et 10 euros enfant de 6 à 12 ans. Les places sont disponibles auprès du 06 82 44 37 24 ou 06 12 63 83 05 et les jeudis de club à la salle des Fêtes.

Pour contacter le Club :

Mail : Clublaflora@gmail.com
Téléphone :
- Alain MARIE : 02 96 32 96 59
- Jacques LEFEUVRE : 02 96 32 43 62
- Martine LAPLANCHE : 06 23 75 02 31

DONNEURS DE SANG

En 1959, âgé de 18 ans, secouriste de l'antenne croix rouge de Pléneuf-Val-André, Jean-Claude MICHEL intègre l'Amicale des Donneurs de Sang des Côtes du Nord en août. Il effectue, avec le consentement de ses parents, son premier don de sang.

Animé par des valeurs de solidarité d'humanisme et de lien social, il renouvelle ce geste 68 fois sur une période de 30 années. Contraint d'abandonner pour raison de santé, il adhère en 1999 à l'Association des Donneurs de Sang Bénévoles de la Côte de Penthièvre. Membre du conseil d'administration, il est élu trésorier puis président en 2005. Poste qu'il vient de transmettre à deux Co-Présidentes :

Patricia DAVID et Marjorie LEHN.

Ces valeurs qu'il a eu le bonheur de pouvoir partager durant 54 années lui ont permis d'apprécier la grandeur de l'engagement pris de servir cette cause humanitaire, basée essentiellement sur la protection de la vie d'autrui et il ne peut qu'encourager les jeunes à œuvrer pour cette belle et noble cause.

Les nombreuses décorations reçues ont largement récompensé son engagement :

- Le 29 novembre 1986 : Insigne argent des Donneurs de Sang délivré par le ministère de la Santé
- Le 14 avril 1993 : Insigne or des Donneurs de Sang délivré par le ministère de la Santé.



- Année 2007 : Croix de Chevalier du Mérite du sang délivrée par la FFDSB.
- Année 2013 : Croix d'Officier du mérite du sang délivrée par la FFDSB.
- Année 2017 : Insigne et diplôme de Donneur de Sang émérite décernés par le ministère de la Santé.

UTL

Le 10 novembre à la salle du cinéma d'Armor Ciné (1A rue du chemin vert à ERQUY)

« *La comédie italienne au cinéma* » par M. Hussam HINDI - chargé de cours à l'université de Rennes 2- professeur de mise en scène à l'Esra - conférencier. Politiquement incorrecte, la comédie italienne des années 50, 60 et 70 renonce à présenter de pauvres gens opprimés, prêts à souffrir en silence et fait place à la satire sociale, l'ironie féroce et la farce grotesque. Ne se souciant pas des bornes du bon goût, elle se révèle plus profondément iconoclaste et libératrice. Elle fonctionne d'abord sur la présence d'acteurs tels que Toto, Alberto Sordi, Vittorio Gassman, Nino Manfredi. Cette conférence illustrée fera le point sur ces films où le rire est roi.

Le 24 novembre au Cinéma du Casino de PLÉNEUF-VAL-ANDRÉ

« *L'anglophobie française de la Guerre de 100 ans au Brexit...* » par M. Jean GUIFFAN - agrégé d'Histoire, professeur honoraire de khâgne, chargé de cours à l'université de Nantes. Pour bon nombre de Français, ce sont toujours les Anglais qui sont les véritables ennemis héréditaires. La persistance de cette anglophobie latente n'est-elle pas à rechercher dans l'histoire des relations franco-britanniques depuis la Guerre de Cent Ans ? La décision prise par le Royaume-Uni de quitter l'Union européenne ne va-t-elle pas renforcer cette vieille tradition ?

FNACA DE SAINT-ALBAN

L'assemblée générale aura lieu le vendredi 25 novembre à la salle de la Marelle à 11 heures. Remise des cartes à 10h30.

Le tirage de la souscription départementale a eu lieu au siège le mardi 22 avril 2022. Le possesseur du billet n° 0335 a gagné une bouteille de champagne.

LES CHEVRONS DU PENTHIÈVRE

SORTIE DU 4 SEPTEMBRE : DIRECTION COMBOURG

C'est dans 9 « 2CV » et dérivés que 17 adhérents ont répondu présents pour une balade à Combourg située à 82 km de leur café / brioche de bienvenue.

Direction les routes de campagne vers Quintenic, Pleven, la traversée de l'Arguenon et le barrage de pont Ruffier construit en 1974. Puis arrivée à Bobital, pays du festival breton, pour la pause « casse-croute pâté » sur la place de la mairie.

Après cette restauration rapide, direction le Hinglé, l'étang de Bétineuc, l'écluse d'Evran, Pleugueneuc avec un arrêt photo au château de la Bourbansais, puis direction Combourg pour découvrir le pays de François-René de Châteaubriand. C'est lui qui a donné le nom du lac tranquille à cet endroit magnifique où s'est déroulé le pique-nique.

La visite du château du XIIème siècle, berceau du romantisme, était prévue dans l'après-midi. Mais une rencontre



imprévue de Jean-Paul a permis d'avoir l'accord de la châtelaine pour rentrer les voitures dans le parc, au pied du château et donc faire de magnifiques photos.

Après avoir pris un verre dans le parc et remercié Isabelle de sa gentillesse, retour vers Lanvallay, Dinan où les adhérents ont traversé la Rance par le petit pont. La journée a été clôturée par la dégustation du far breton de Myriam lors du dernier arrêt à Trégon. Ce sont 164 km qui ont été parcourus.

L'ENTENTE CYCLOTOURISTE ALBANAISE

PARTICIPATION ACTIVE DE L'ECTA A LA 83^{ÈME} SEMAINE FEDERALE INTERNATIONALE DE CYCLOTOURISME



La 83^{ème} Semaine Fédérale Internationale de cyclotourisme s'est déroulée cette année dans les Côtes d'Armor à LOUDEAC. L'ECTA en collaboration et sous la directive du club cyclo de LANGAST, a contribué activement à la gestion

REPAS BOURGUIGNON

Le samedi 12 novembre, l'entente cyclotouriste albanaise aura le plaisir de vous proposer son traditionnel bourguignon.

Cette année encore, seule la formule à emporter sera privilégiée face aux incertitudes sanitaires qui pourraient peser au moment de l'évènement.

du Camping Fédéral (CF1) accueillant environ 4000 personnes réparties sur 1700 emplacements.

Les bénévoles ont ainsi accueilli et accompagné les 4000 participants sur leur emplacement avant de leur distribuer leur dossier. Les missions de la semaine consistaient à l'entretien global du camping et à assurer les services complémentaires : commande de pain, service bar, recharge des batteries pour les VAE...

BRAVO à tous les participants du club (licenciés ou pas) et à Jean et Marylène Macé du Club de Planguenoual !

Le tarif pratiqué restera le même que l'année précédente à savoir 12 €. A noter que l'année dernière vous étiez 368 à bénéficier de leur prestation toujours très appréciée.

Ils comptent sur votre participation...

Contact : Henri SUHARD au 06 31 67 23 72 (heures de repas).

AGENDA

- **5 et 6 novembre** : Spectacle comique de Pascal Fleury organisé par le Club des Aînés de la Flora
- **12 novembre** : Repas bourguignon à emporter de l'Entente Cyclotouriste Albanaise
- **19 et 20 novembre** : Concert avec Gérard Jaffrès organisé par le Club des Aînés de la Flora
- **25 novembre** : Assemblée générale de la FNACA de Saint-Alban
- **26 novembre** : Club de lecture de la Bibliothèque (à 14h30)
- **26 novembre** : Bal disco du Comité des Fêtes (à partir de 21h)

ANNONCES

- « Fabrice à domicile »

Dans le cadre du développement de son activité, afin de favoriser la transition écologique, mais aussi lutter contre l'obsolescence programmée, Fabrice à domicile reconstruit des produits pour leur donner une deuxième vie sur son dépôt de Saint-Alban Chemin Romain.

Il propose à la vente : Lave-linge / Lave-vaisselle / Réfrigérateur / Congélateur / Four / Plaque de cuisson / Micro-onde / Hotte / Sèche-linge. L'objectif est de donner une deuxième vie à des appareils dans le cadre de l'économie circulaire, de favoriser des foyers modestes pour qu'ils puissent accéder à des produits garantis et fonctionnels. Dans le cadre de son activité, « Fabrice à domicile » recherche un technicien. Tél. 06 09 75 29 51

COMMENT ÉCONOMISER L'EAU ET L'ÉNERGIE ?

POUR RÉDUIRE LES FRAIS, QUELQUES ACTIONS TRÈS SIMPLES PEUVENT ÊTRE MISES EN PLACE. LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE, ON A TOUS À Y GAGNER.

DES GESTES SIMPLES POUR ÉCONOMISER

Choisir des lampes à LED

Éteindre les veilles dès que possible

Baisser le chauffage de 1 °C

Une box allumée 24h/24 = la consommation d'un réfrigérateur

-10% d'électricité consommée

-7% d'énergie consommée

Dégivrer son réfrigérateur

Couvrir les casseroles pendant la cuisson

Laisser sécher le linge à l'air libre

Laver son linge à 30 °C

Privilégier le programme « Éco » du lave-vaisselle

4x moins d'électricité ou de gaz consommés

3x moins d'électricité qu'à 60 °C

-45% d'électricité consommée



BIEN ENTREtenir SES APPAREILS, ÇA COMPTE AUSSI !

Garder son lave-vaisselle 14 ans au lieu de 11 ans, c'est :

105 € économisés

150 € économisés pour un lave-vaisselle A+ et A++

250 € économisés pour un lave-vaisselle A+++

DES PETITS INVESTISSEMENTS ASTUCIEUX

POUR RÉDUIRE

LA CONSOMMATION D'ÉLECTRICITÉ



Un thermomètre pour régler votre réfrigérateur, vos radiateurs.

< 10 €



Une multiprise à interrupteur pour éteindre simultanément tous vos équipements en veille.

5 à 15 €



Une prise programmable mécanique pour automatiser la mise en marche/l'arrêt de vos appareils électriques.

< 10 €



Un wattmètre relié à une prise, pour vérifier la consommation de vos appareils électriques.

20 € environ

POUR RÉDUIRE

LA CONSOMMATION D'EAU



Un mousseur (ou aérateur) réduit de 30 à 50% le débit du robinet.

< 10 €



Un sablier ou un minuteur pour ne pas dépasser 5 mn sous la douche.

< 10 €



Une douchette économe : à la clé, jusqu'à 75% d'économie d'eau.

25 à 45 €

Une astuce pour repérer les fuites

1 Relevez les chiffres inscrits sur votre compteur d'eau juste avant d'aller vous coucher.

2 A votre réveil, si ces chiffres ne sont pas identiques et que personne n'a utilisé d'eau dans la nuit, cherchez la fuite !

POUR ALLER PLUS LOIN

Profitez des informations et conseils des guides de l'ADEME sur www.ademe.fr/guides-fiches-pratiques
Faites-vous accompagner gratuitement par les conseillers FAIRE :

pour trouver le conseiller le plus proche de chez vous ☎ 800 800 700 Service gratuit www.faire.fr



sarl Fabrice à domicile



06 09 75 29 51
fabriceadomicile@outlook.fr



Ne jetez plus, faites réparer !

- Dépannage électroménager toutes marques
- Ventes Produits neufs Produits reconditionnés Pièces détachées

• Vide-maison (gîtes) le 15 novembre à la Ville Es Cotard sur rendez-vous. Tél. 02 96 32 91 67

• Recherche personne intéressée par un jardin qui saura le cultiver et l'entretenir afin qu'il ne reste pas en friches. Quelques légumes de votre production suivant saisons seront les bienvenus. Très bonne terre. Jardin situé proche du bourg de Saint-Alban. Merci de vous adresser au 02 96 32 91 35

Annonces à déposer avant le 30 novembre pour le bulletin de janvier