

MUTUELLE JUST

Guingamp-Paimpol-Agglomération a négocié avec cette mutuelle afin de permettre au plus grand nombre de souscrire à cette offre de complémentaire santé. Sans limite d'âge ni de conditions de ressources, elle s'adresse à tous.

Pour tout renseignement : 06 07 62 26 24 ou e.mager@just.fr

Les dates de permanence restent à fixer pour les mois de mars et avril.

Sur rendez-vous.

PROPOSEZ VOS PHOTOS

Merci de nous proposer vos prises de vue, de bonne définition et en format portrait, afin de faire la une de L'Écho des falaises ou de Plouézec Info.

ATELIER MÉMOIRE

Une conférence publique prévue le 24 avril à l'Ostrea abordera un sujet nous préoccupant tous : la mémoire.

Ouvert à tous, cette conférence sera suivie d'ateliers pouvant recevoir une quinzaine d'inscriptions. Ces ateliers hebdomadaires auront lieu tous les mardi, du 29 avril jusqu'au 1er juillet, soit 10 séances.

PERMANENCES DES PORTS

Pour tout renseignement concernant les ports de Boulgueff et Port Lago, vous pouvez prendre rendez-vous auprès de Carole, les mardis et vendredis après-midis, au 02 96 20 64 90.

Pour le port de Bréhec, vous pouvez contacter Julien par mail : portdebrehec@gmail.com

FAITES-LE VOUS-MÊME : LE GÂTEAU DE CRÊPES AU CHOCOLAT

Découvrez une autre façon de manger des crêpes...

1 pincée de sel

40 g de beurre

1 cuillère à soupe de sucre en poudre

100 g de farine

3 œufs : pour des crêpes plus légères, séparez les jaunes des blancs. Montez vos blancs en neige.

25 cl de lait.

200 g de chocolat noir

200 g de crème liquide

Mélangez la farine, les jaunes d'œufs, le sucre et le sel. Ajoutez le lait froid. Battez jusqu'à ce que la pâte soit fluide. Incorporez le beurre fondu et refroidi. Rajoutez délicatement les blancs battus en neige. Laissez reposer environ 2 heures.

Pour la ganache chocolat : faites bouillir la crème à feu doux et rajoutez-y le chocolat en morceaux en fouettant jusqu'à obtenir une crème lisse et brillante.

Faites cuire vos crêpes.

Divisez la ganache en deux parties. Fouettez-en une au batteur afin de la rendre plus mousseuse.

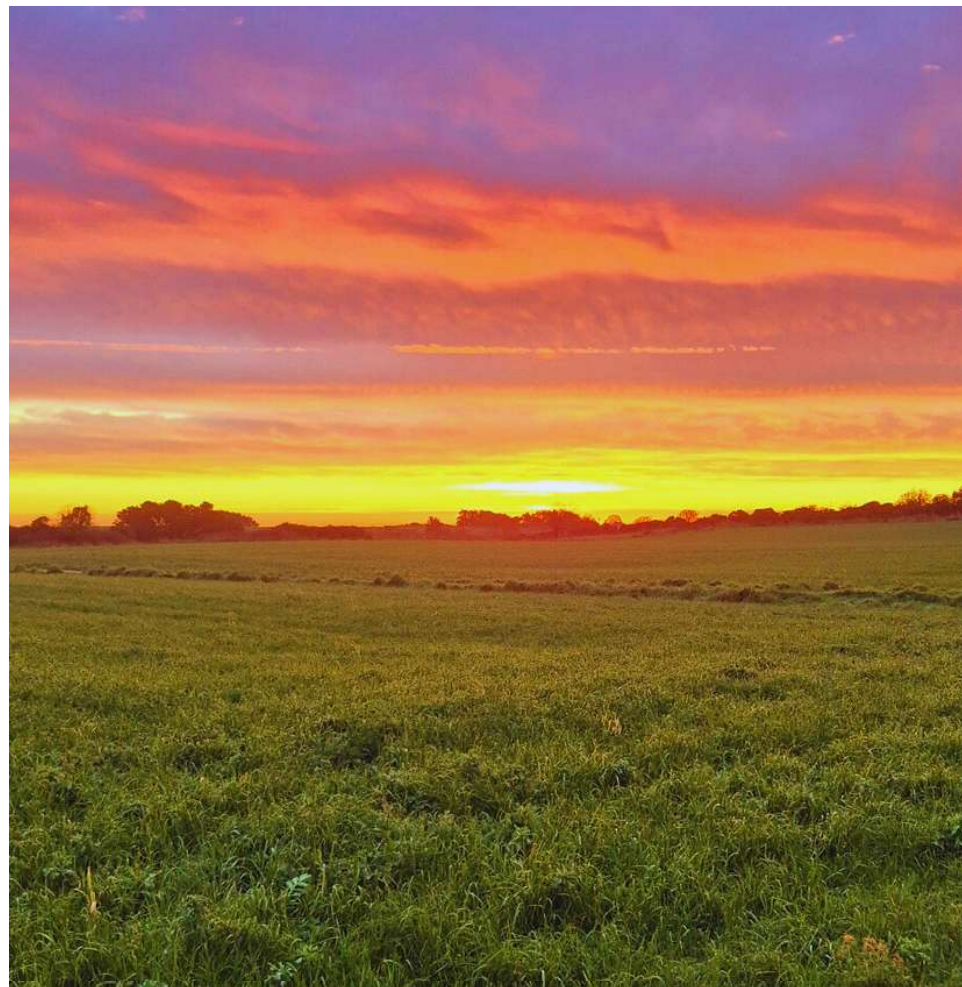
Beurrez un moule à manquer. Alternez les couches : une crêpe et une bonne épaisseur de ganache fouettée. Puis continuez en alternant une crêpe et une couche de ganache non battue, et terminez par une crêpe. Gardez 3 h au frais recouvert d'un film protecteur.

Démoulez votre gâteau et recouvrez-le avec le reste de ganache.



PLOUÉZEC INFO

L'agenda des manifestations



RÉUNION PUBLIQUE

Monsieur le maire et le conseil municipal vous invitent à participer à cette réunion. Toutes vos questions pourront être posées à cette occasion. L'équipe sera à votre disposition pour y répondre. Rendez-vous le 28 mars à 20 heures à l'Ostrea.

FÉVRIER

LUN 10 EXPO DE PATCHWORK

Bibliothèque. Aux heures d'ouverture

Pour le plaisir des yeux, l'exposition des ouvrages est visible les lundis de 16 h 30 à 18 h 30, les mercredis de 10 h à 12 h et les samedis de 9 h 30 à 12 h. N'hésitez pas à pousser la porte...

VEN 14 SOIRÉE MUSICALE

Ostrea, à 20 h 30, gratuit

La chorale Ar Kastellerien, dirigée par André François, vous invite à cette soirée. La chorale "L'air de rien" dirigée par Rob Mitchell se produira en première partie de leur prestation.

DIM 16 LOTO DE LA SAINT-VALENTIN

Ostrea, à 14 h, ouvert à tous

De nombreux lots à gagner au cours de ce loto annuel organisé par Ar Kastellerien. Le prix des cartons est fixé à : 3 € l'un, 8 € les 3, 15 € les 7, 23 € les 10. Buvette et crêpes sur place. Loto annulé en cas d'intempéries.



MER 19 PERMANENCE MUTUELLE JUST

En mairie, de 9 h à 12 h, pour tous

Une conseillère se tient à votre service afin de répondre aux questions que vous pouvez vous poser sur cette complémentaire santé. Sur rendez-vous au 06 07 62 26 24.

SAM 22 SOBRIÉTÉ NUMÉRIQUE

Salle du conseil, de 10 h à 12 h

Cette démarche vise à réduire l'impact environnemental du numérique en limitant ses usages, et constitue l'un des aspects de l'informatique durable. Ouvert à tous.

SAM 22 ATELIER APPPLBK

Foyer de stade, à 14 h, sur inscription

La sensibilisation aux gestes de premiers secours sera animée par Patrick Vantomme. Conduite à tenir en cas d'urgence absolue, massage cardiaque, utilisation d'un défibrillateur, et situations d'urgence propres au monde de la mer seront les maîtres mots de cet atelier. Merci de vous inscrire auprès de serge.morvan31@gmail.com

DIM 23 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Ostrea, 10 h 15

L'Amicale des marins et marins anciens combattants (Les Cols-Bleus) de Plouéguez vous invitent à cette AG. Elle sera suivie d'un repas pris en commun dans cette même salle à 12 h 30. Prix du repas : 17,50 euros. Réservation avant le 20 février à 12 h au 06 08 58 92 54 auprès de Gilles Rivoal.

VEN 28 KARAOKÉ À L'OSTREA

Ostrea, 19 h 30, entrée libre

Jack N'Kryss propose aux participants un panel de plus de 1 500 chansons des années 50 à nos jours. À vos micros... Organisé par Les Voix de Plouéguez. Réservation : 09 75 44 08 13.

MARS

SAM 01 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Ostrea, 10 h 30, pour tous

L'association humanitaire Terre d'Espoir Armor présente son bilan 2024 et ses projets. Pour rappel, les dons 2023 finançant le développement de trois écoles de la vallée de l'Everest au Népal. Les 6700 € versés ont permis le règlement des salaires et l'achat de matériel scolaire pour une cinquantaine d'élèves. N'hésitez pas à la contacter pour les aider. Courriel : contact@terredespoirarmor.org

SAM 01 SPECTACLE HUMORISTIQUE

Ostrea, 20 h 30, 12 €

L'association des nouveaux arrivants de Paimpol organise un spectacle d'humour décalé proposé par Jean Martiny. L'entrée est gratuite pour les moins de 10 ans. Réservation : 06 27 27 09 07.

DIM 02 SPECTACLE HUMORISTIQUE

Ostrea, 15 h 30, 12 €

Voir encart ci-dessus.

LA BIBLIOTHÈQUE À DOMICILE

Pour rappel, l'association Page 33, qui gère la bibliothèque municipale, propose le dépôt de livres à domicile à l'attention des personnes seules, isolées ou dans l'incapacité de se déplacer. Merci aux intervenant(e)s à domicile qui connaîtraient des personnes intéressées d'en faire part à la bibliothèque (aux heures d'ouverture, ou en déposant un message au 02 96 27 31 05, ou par mail à l'adresse : asso.33page@gmail.com).

Restez informés

Téléchargez gratuitement CityAll puis sélectionnez Plouéguez



SAM 08 RETRANSMISSION MATCH DE RUGBY

Ostrea, à partir de 14 h 30, entrée libre

Ambiance garantie pour la retransmission du match de rugby. Le XV de France rencontre l'Irlande dans ce match des Six Nations. La rencontre Écosse-Pays de Galles sera retransmise à la suite. Le comité de jumelage vous propose de partager ce moment en direct sur grand écran. Petite restauration et buvette sur place.



MODIFICATION DU STATIONNEMENT

Le stationnement aux pointes de Bilfot et Minard soulève des réflexions. De nombreux camping-cars se garent en bout de parking, entraînant un désagrément visuel sur ces magnifiques points de vue. Des gabions seront positionnés de façon réversible afin d'empêcher ces stationnements gênants. Leur installation se fera au début du printemps.