CONSEIL CITOYEN

Les agglomérations de plus de 50 000 habitants sont dans l'obligation de se doter d'un conseil de développement. À Guingamp-Paimpol Agglomération (GPA), il s'agit du Conseil Citoyen. Il permet aux habitants de débattre, donner des avis et formuler des propositions pour que les projets de l'agglomération répondent au mieux aux besoins des habitants, professionnels et associations.
Guingamp Paimpol Agglomération lance une campagne jusqu'au 30 octobre 2026, pour renouveler les membres du conseil. Pour les personnes physiques, il faut avoir plus de 16 ans et résider sur l'agglomération GPA. Pour les personnes morales, être le représentant d'une association ou d'un organisme local (social, culturel, environnemental, économique, etc.).
Pour candidater : par téléphone au 02 96 13 59 59, par email : conseil.citoyen@guingamp-paimpol.bzh, ou sur place au 11 rue de la Trinité à Guingamp.





EXPOSITION EXTÉRIEURE

L'association Récifs du Goëlo vous invite à découvrir les fonds marins à travers une quinzaine de prises de vue des récifs artificiels situés au large du Mez Goëlo. L'exposition est visible autour du Taurel pour une durée indéterminée.

FAITES-LE VOUS-MÊME : GÂTEAU AU CHOCOLAT

Très surprenante recette de la part de Catherine.
Vous le croyez ? Un gâteau au chocolat sans beurre ni huile ajoutée, sans œuf, sans farine, sans sucre... Parfait pour les régimes sans gluten.
Voici le secret de cet incroyable régal pour tous.

Prendre un potimarron de taille moyenne et le cuire à l'eau après l'avoir épépiné.
Bien le mouliner.
Faire fondre au bain-marie une plaque de 200 g de chocolat pâtissier (plus ou moins selon votre goût). Mélanger bien les deux ingrédients et les verser dans un moule.
Placer au réfrigérateur 24 h au minimum avant dégustation.

Responsable de publication : Gilles Pagny. Comité de rédaction : Christine Fauennec, Pierre Wellecan.
Couverture : Dominique Thomas. Maquette : Pierre Wellecan. 2ème édition. ISSN 3098-8128.
Pour contacter la rédaction : info@plouezec.bzh. Imprimé par nos soins en 300 exemplaires. Ne pas jeter sur la voie publique.

PLOUÉZEC INFO

L'agenda des manifestations



OCTOBRE ROSE

Le mois d'octobre est consacré à la sensibilisation au dépistage du cancer du sein, l'une des principales causes de mortalité par cancer chez les femmes.

OCTOBRE

DIM 11 ATELIER FASCIAS

Ostrea, de 10 h à 12 h. Gratuit.

L'association Armo'nie propose un atelier ouvert à tous afin de découvrir les pratiques enseignées à l'année.
Au programme : initiation au travail des fascias et au Qi Gong de santé.
Apportez tapis, serviette, bouteille d'eau et chaussures de salle.
Renseignements et inscriptions par mail : armonie@kaz.bzh

SAM 17 SÉRAPHINE LE FILM

Ostrea à 16 h. Pour adulte. Gratuit.

Dans le cadre de la santé mentale, ce film de 2 heures aborde la différence.
C'est dans le cadre de la santé mentale que le film dont le rôle titre est tenu par Yolande Moreau vous est proposé. La projection sera suivie d'un débat sur la santé mentale. Cet évènement s'inscrit dans le cadre de la Toile citoyenne portée par le conseil citoyen.



SAM 24 CONCERT IRLANDAIS

Ostrea à 20 h 30. 10€, pour tous.

Composé de cinq musiciens, le groupe brestois propose une animation autour de la musique et des chansons d'Irlande, apportant une ambiance festive aux soirées. Inspirés par des groupes comme Djiboudjep, Dannan ou Bothy Band, les musiciens chanteurs proposeront leurs propres créations dans cet univers de musiques irlandaises bien rythmées.
Réservation : comiteplouezecballinamore@gmail.com
Prix : 10 € - Adhérents : 8€, gratuit pour les moins de 12 ans. Buvette , sandwichs et gâteaux sur place.

ATELIER ÉCRITURE NATHALIE DE BROC

Du vendredi 30 octobre au 1er novembre, l'association Terre de Femmes invite l'autrice Nathalie de Broc à une retraite d'écriture. Ouverte à tous, cette rencontre est rythmée par des ateliers ludiques, des jeux d'écriture, des surprises et des fous rires n'en doutons pas.
Tarif : 180€. Contact : infoterredefemmes@gmail.com facebook.com/terredefemmesplouezec

EXPOSITION EN MAIRIE

Jusqu'au 15 novembre vous pouvez découvrir les mandalas d'Hermine van der Sanden.
Les réalisations d'Erwan Trévison seront ensuite exposées pour un mois.
Si vous désirez exposer vos ouvrages, rapprochez-vous de l'accueil de la mairie.

DIM 25 JEUX À RUN DAVID

Run David, à partir de 14 h, gratuit.

L'association Les jeux de l'arrière salle organise une recontre ludique. Plus de 200 jeux sont à votre disposition. Vous pouvez également apporter les votres.

MAR 27 CONFÉRENCE CYBERMOIS

Salle François Druel à 14h, gratuit.

Comme chaque année, le Conseiller Numérique organise une conférence dans le cadre du Cybermois. Il vous montrera comment repérer les menaces reçues par emails, et comment l'IA a modernisé les attaques.



SAM 31 ATELIER APPPLLBK

Foyer du stade, gratuit, pour tous.

Pour sa reprise, l'association vous propose un atelier sur l'entretien du matériel de pêche. Prolongez ainsi la vie de vos cannes à pêche, moulinets, leurres, etc.

MUTUELLE JUST

Le CIAS de Guingamp-Paimpol Agglomération s'associe à la mutuelle Just afin de vous offrir une mutuelle intercommunale solidaire et avantageuse. Une conseillère vous accueille pour répondre à vos questions les mardis 6 et 20 octobre, 3 et 17 novembre, entre 14 h et 17 h. Contact et prise de rdv au 08 09 54 60 00 ou sur le site de la mutuelle http://www.just.fr

OSTRÉ'ART

L'association Plouézec Actif vous invite à rencontrer 27 artistes plasticiens lors de son exposition du 31 octobre au 1er novembre de 11 h à 18 h.

