



### Repas des aînés !

Belle journée pour nos aînés. Environ 150 personnes étaient présentes au Sémaphore pour le repas annuel concocté par le Chef Pierrot de Trégastel et l'animation était assurée par Sandie et son Homme.

Ce repas a été l'occasion de fêter les 71 ans de mariage de Monsieur et Madame Kirchner.

### Entraîner sa mémoire, Tout en prenant plaisir.

« Où ai-je bien pu mettre mes clés ? » « Qu'est-ce que je suis venu chercher ici ? » ou encore « Ah ! Comment s'appelle cette comédienne ? », « J'ai le mot sur le bout de la langue ! ».

Autant de situations du quotidien qui nous interpellent, nous inquiètent et finissent par nous faire douter de notre mémoire. D'où viennent ces petits trous de mémoire tellement agaçants ? Pourquoi avons-nous l'impression de moins bien mémoriser avec l'âge ?

Pour y répondre, la commune de Trébeurden, en partenariat avec l'association Brain Up, vous invite à assister **le mardi 7 novembre 2023 à la conférence sur le thème « Ma mémoire, pourquoi et comment la stimuler ? »** pour mieux comprendre comment pallier ces difficultés et rendre notre mémoire plus efficace. **Elle aura lieu de 09h30 à 11h30, à la salle Dour Ar Barz, rue Dour Ar Barz.**

A la suite de ce temps de présentation, vous pourrez vous inscrire à un cycle de 6 ateliers "Entraîner sa mémoire tout en prenant plaisir" qui se dérouleront les mardis 14, 21, 28 novembre, 5, 12 et 19 décembre 2023 de 09h30 à 11h30. Vous apprendrez les méthodes et les techniques pour entraîner et préserver votre mémoire grâce à des jeux d'attention et d'observation, à des exercices de logique et de vocabulaire. C'est aussi l'occasion de partager vos expériences de vie et d'être conseillé par un professionnel en psychologie qui répondra à toutes vos questions sur le fonctionnement de la mémoire et sur les effets de l'âge.

L'ensemble du programme est **gratuit et est financé grâce au soutien de Pour Bien Vieillir Bretagne et de la Conférence des Financeurs des Côtes d'Armor.**

Inscription obligatoire auprès du CCAS de Trébeurden : **02 96 15 47 87.**

## Inscription de la campagne de piégeage de frelon 2024.

Inscrivez-vous dès maintenant et avant fin décembre 2023 par courrier électronique uniquement à cette adresse : [frelon.asiatique@trebeurden.fr](mailto:frelon.asiatique@trebeurden.fr)

Les pièges seront distribués **au cours de la réunion de lancement le 5 mars 2024**, la campagne débutera ensuite courant mars - début avril suivant la météo

Bien que le nombre de nids détruits en 2023 soit à ce jour environ 30 % inférieur à celui de 2022, nous avons besoin de plus de piégeurs **dans les quartiers les plus touchés par les frelons asiatiques en 2023**. Aidez-nous à y trouver des piégeurs volontaires !

Il s'agit notamment :

- **Centre bourg** : Rue Trovern Bihan — Rue de la Chapelle — Rue Guy le Borgne - Rue Dour Ar Barz - Chemin du Poulicia - Cité Morgane – Rue du Pouldu.
- **Lan Kerellec** : les Allées — Roch Ascoat — Rue de Kerellec — Mez Poul Gat — rue du Quellen.
- **Le haut de Crec'h Hery** : Allée de Mezo Guen – Rue de Garen Glas – Rue des Plages – Rue de Kerwenet.
- **Après le cimetière** : Rue de Kerglet — Rue Félix le Dantec – Route de Pleumeur Bodou.
- **Penvern** : le triangle Corniche Goas Treiz - la rue de l'Armor - la Chapelle de Penvern
- **Du côté de la rue de Kerariou** : Chemin de Crec'h Hellen — Goas Treiz.
- **Pors Mabo** : le triangle Gavel - chemin de Poul ar Christenien - Corniche de Pors Mabo

Retrouvez tous les informations : <https://www.trebeurden.fr/actualite/lutte-contre-le-frelon-asiatique/>



### Ile Milliau

Le vendredi 20 octobre 2023 les agents du service espace naturel de Trébeurden ont mené à bien une opération de destruction de la fougère aigle. Cette intervention faisait partie des actions prévues pour répondre aux objectifs de restauration des landes et pelouses littorales et de lutte contre la fougère ptéridaie dans le cadre de la convention Natura 2000.

Depuis la fin des activités agricoles sur l'île, les landes et pelouses littorales ont tendance à disparaître au profit de la fougère ptéridaie et de certains ligneux. La commune de Trébeurden a donc fait appel à l'entreprise Etudes et Chantiers afin de préserver ces milieux qui accueillent des espèces au fort intérêt patrimonial comme la fauvette pitchou qui aime se réfugier dans les landes d'ajoncs et de bruyères. Cette entreprise est spécialisée dans les chantiers de génie écologique et prend soin de préserver la biodiversité lorsqu'elle intervient. L'exportation des rémanents étant particulièrement complexe sur l'île, il a été décidé qu'une partie serait brûlée afin de favoriser un bon développement de la végétation par la suite.

## Renan LUCE & Christophe CRAVERO - Relectures.

Ces trois dernières années, Renan Luce, a partagé la scène en quintet ou en version orchestrale autour de textes plutôt intimes et poétiques. Parmi les musiciens qui l'ont accompagné, une connivence toute particulière s'est établie avec le pianiste Christophe Cravero, artiste aux talents multiples.

C'est tout naturellement que l'artisan des mots tendres et nostalgiques a eu l'envie de partir seul en tournée avec ce grand artiste qui a déjà accompagné le violoniste Didier Lockwood, les chanteuses Clarika ou Jane Birkin, les chanteurs Dick Annegarn, Thomas Fersen et bien sûr Sanseverino.

En ligne de mire de ce voyage musical, nous découvrirons des climats riches et vivants, des emprunts au jazz, à la musique romantique, au folk ... Le tout, avec une furieuse envie de partage et de liberté. **Mercredi 8 novembre 2023 à 20h30.** Renseignements : [accueil.semaphore@trebeurden.fr](mailto:accueil.semaphore@trebeurden.fr) / 02 96 15 44 11

Chanson Française / Piano. 90 min. Tout public à partir de 10 ans

## **Aide au covoiturage : le dispositif évolue.**

À compter du 16 octobre 2023, le dispositif incitatif mis en place sur l'application mobile Klaxit évolue. Lannion-Trégor Communauté prolonge l'expérimentation, avec de nouvelles modalités pour les conducteurs et les passagers, en privilégiant l'aide aux nouveaux utilisateurs.

### UN CHANGEMENT DE TARIFICATION À COMPTER DU 16 OCTOBRE 2023

Depuis le lancement de l'expérimentation en 2019, Lannion-Trégor Communauté et Klaxit ont travaillé main dans la main pour encourager le covoiturage sur le territoire et offrir une solution de mobilité économique et durable. Grâce au soutien financier de l'Agglo, les automobilistes sont incités à partager leurs trajets du quotidien avec Klaxit, permettant ainsi de réduire leurs coûts de déplacement et de diminuer leur empreinte carbone. À partir du 16 octobre 2023 :

> Le conducteur recevra une compensation de 2 € à 3 € par trajet et par passager, selon la distance parcourue.

> Pour les passagers, les 10 premiers trajets seront offerts, puis ils bénéficieront d'un tarif réduit (0,50 € par trajet), grâce au soutien de l'Agglo.

Tous les trajets au départ ou à l'arrivée de l'une des 57 communes du territoire de Lannion-Trégor Communauté sont éligibles à ce dispositif.

### 100€ DE PRIME COVOITURAGE POUR LES CONDUCTEURS

Les automobilistes qui changent leurs habitudes de déplacement en partageant leurs trajets peuvent également recevoir la « Prime Covoiturage de 100 € » mise en place en janvier 2023 dans le cadre du plan national du covoiturage du quotidien. Les conducteurs peuvent en bénéficier en partageant pour la première fois dix trajets sur l'application Klaxit. Ce montant s'ajoute aux économies déjà réalisées en covoiturant.

## **PCPGB : Vente de sapins.**

Prise des commandes du 5 au 19 novembre et distribution le 3 décembre de 13h30 à 18h00 sur l'esplanade du Sémaphore.

Une possibilité de retrait des sapins le lundi 4 décembre auprès de la menuiserie Saliou à Saint-Quay Perros, sera proposée sur les bons de commandes.

Il y aura 4 points relais (mise à disposition de bon de commande et dépôt de commande avec règlement) :

- Boulangerie pâtisserie La Trébeurdine à Trébeurden.
- Fleuriste au Nénuph'art à Pleumeur-Bodou.
- Boulangerie pâtisserie Le Vieux Fournil à Perros-Guirec.
- Vide grenier permanent Place des Chineurs à Lannion.

Des animations seront également proposées aux enfants et plus grands, de 13h30 à 18h00 :

- Une vente de décorations de Noël.
- Un spectacle de magie avec Florian Neicigam
- La présence du Père Noël.
- Un stand de maquillage.
- Une présentation de jeux et loisirs créatifs.

Toutes les informations dès le 5 novembre : <https://pcpqb.fr/>



## **Association Rendre à la Terre.**

À compter du 1er janvier 2024, conformément au droit européen et à la loi anti-gaspillage de 2020, le tri des biodéchets à la source est une obligation pour tous, particuliers, entreprises comme collectivités.

Dans cette perspective et pour la Semaine Européenne de la réduction des déchets, l'association Rendre à la Terre vous propose une formation de référent de site de compostage, le samedi 18 novembre de 9h30 à 16h30.

Cette formation débutera à la Maison des associations (impasse du vieux puits, près de la maison médicale). Elle se poursuivra par des visites de composteurs sur site.

Vous pourrez vous initier à la gestion domestique des déchets de jardin et déchets de cuisine : principes, les règles à respecter, les bases d'installation du composteur, les outils et techniques, problèmes et solutions et de la pratique.

Les places étant limitées (12 personnes), formation payante, merci de nous contacter pour des informations complémentaires. Inscription obligatoire.

Sandrine au 0616988669 ou [rendrealaterre@gmail.com](mailto:rendrealaterre@gmail.com)

## **Conférence sur la mer, l'homme et le plancton.**

Le plancton est aujourd'hui « un enjeu » planétaire et pas seulement un objet d'études naturalistes.

S'il est invisible à l'œil nu, le plancton n'en est pas moins un élément essentiel à l'équilibre de notre planète. Si le plancton disparaît, l'humanité disparaît aussi. Sa méconnaissance de la part du grand public est un facteur de sa fragilité. Il faudrait autant se mobiliser pour lui que pour la survie de l'ours blanc.

Aujourd'hui, l'ensemble des activités terrestres, en particulier le déversement de produits chimiques, de métaux lourds et l'excédent d'engrais provoquent la dégradation du plancton en quantité et en qualité.

Le conférencier présentera ce monde microscopique en rappelant son rôle capital dans notre écosystème, car s'il est à la base de la chaîne alimentaire marine, le plancton produit aussi la moitié de l'oxygène de la planète Terre et pourrait servir à l'alimentation humaine ; il contient des antibiotiques naturels et est très riche en vitamines et en oligo-éléments.

Il abordera également les nombreuses expériences menées de par le monde pour proposer plusieurs modes de sauvegarde du plancton et pour que le repeuplement des mers ne reste pas une utopie.

Pierre MOLLO, enseignant chercheur en biologie marine, est spécialiste du plancton. Il est réalisateur de documentaires sur l'écologie maritime et les métiers de la mer et co-auteur du livre « L'enjeu plancton, l'écologie de l'invisible » paru en novembre 2009 aux éditions Charles Léopold Mayer.

**Mercredi 15 novembre 2023 à 18h00**

Réservations par mail ou téléphone sous réserve de places disponibles : [accueil.semaphore@treburden.fr](mailto:accueil.semaphore@treburden.fr) / 02 96 15 44 11

Plus d'informations sur Armor Science sur le site internet : <https://www.armorscience.org/la-mer-lhomme-et-le-plancton/>

|

