Saint Thonan
LA COMMUNE OÙ IL FAIT BON VIVRE

MOUEZ
SANT-TONAN

N° 603 – NOVEMBRE 2026

Contactez-nous

Mairie
Place des noyers
29800 SAINT-THONAN
02 98 40 13 33
mairie@saint-thonan.fr
saintthonan | www.saint-thonan.fr

Horaires

Lundi :	8h30 à 12h / 13h30 à 17h.
Mardi :	8h30 à 12h.
Mercredi :	8h30 à 12h / 13h30 à 17h.
Jeudi :	8h30 à 12h.
Vendredi :	8h30 à 12h / 13h30 à 17h.
Samedi :	10h à 12h.

Les élus à votre écoute

Le Maire

Eric Mével > samedi de 10 h à 12 h et sur rendez-vous.

Urbanisme et cadre de vie

Les adjoints et leurs fonctions

Administration générale.
Laurent Berthevas > sur rendez-vous.

Enfance - Jeunesse.
Maryse Allaire > sur rendez-vous.

Vie associative - Animation
Alexandra Berthévas > sur rendez-vous.

Patrimoine - relations aux ainés - communication.
Jean-Luc Vincent > sur rendez-vous.

Equipements communaux et technologies de l'information.
Sébastien Lambert > sur rendez-vous.

Le CCAS > sur rendez-vous.

Distribution du Mouez

Le Mouez de décembre prochain ne sera plus distribué dans votre boite à lettres pour des raisons budgétaires et environnementales.
Nombreux d'entre vous consultent déjà le bulletin communal sur l'un des trois outils numériques disponibles : site internet, intramuros ou facebook, mais la municipalité tenait impérativement à la pérennité du format papier.
Dorénavant, tous ceux qui souhaiteront conserver le bulletin imprimé pourront se le procurer dans l'un des points de distribution répartis sur la commune dans des boîtes étanches extérieures ou à l'accueil de la mairie, à la bibliothèque, au salon de coiffure Studio Laurâme, ou chez ST Food.

Les emplacements des boîtes extérieures seront positionnés comme suit :

- Mairie (boîte en façade)
- Maison de l'enfance (boîte en façade)
- Pen Ar Quinquis près de l'hôtel à insectes (boîte sur support)
- Intersection Cosglouet / Lesnon (boîte sur support)
- Intersection rue de Kersaos Bras / rue Streat Goz (boîte sur support)
- Rue de Kerjégu près du panneau Saint-Thonan (boîte sur support)
- Intersection Pen ar Hoas / Kergac—abri de bus (boîte sur support)

Le plan ci-joint vous permettra d'identifier précisément les implantations.

Le Protectomètre

À l'approche de la Journée internationale pour l'élimination de la violence faite aux femmes (25 novembre), la question de la bienveillance et du respect dans les relations quotidiennes se pose avec une acuité particulière. Reconnaître une situation insidieuse ou un comportement toxique n'est pas toujours simple.
Dans le cadre d'un couple, d'un cercle amical ou professionnel, la frontière entre une simple tension et un comportement inacceptable peut parfois sembler floue.
Pour aider chacun et chacune à se situer en toute autonomie, des outils d'auto-évaluation ont été développés.

La Communauté Professionnelle Territoriale de Santé du Bassin de l'Elorn a édité le **PROTECTOMÈTRE** : une règle de graduation créée à l'origine en Amérique latine et adaptée en France sur le modèle du violentomètre que nous joignons à ce numéro de novembre.

Cet outil pédagogique simple et visuel présenté sous la forme d'une règle graduée, permet d'évaluer la qualité d'une relation à travers des exemples concrets du quotidien.
L'outil s'articule autour de trois zones de couleur :

Vert — Profite / Orange — Vigilance / Rouge — Danger

Cet outil n'a pas pour vocation de juger, mais d'offrir un repère objectif pour préserver sa liberté et sa sécurité.

Des aides concrètes à l'échelle locale et nationale existent.

Si vous vous posez des questions sur votre situation ou celle d'un proche, ou si vous ressentez le besoin d'échanger, des structures d'écoute anonymes et gratuites existent sur Landerneau et Brest (verso du protectomètre).

URBANISME

Déclaration préalable

Demandées et accordées :

- Chemin des Pépinières, construction d'un abri de jardin.
- Hameau des Camélias, construction d'un abri de jardin.
- Allée des Anémones, ravalement des façades d'une maison d'habitation.
- Allée des Primevères, édification d'une clôture.
- Rue de Pen Ar Quinquis, remplacement des menuiseries.
- Le Clos Rupont, édification d'une clôture.
- Dourguen, extension d'habitation.
- Lesnon Izella, division parcellaire en vue de construire.
- Kersaos, construction d'un abri de jardin.
- Rue des Bruyères, construction d'un abri de jardin.
- Chemin des Pépinières, édification d'une clôture.

Demandées :

- Créac'h Coadic, création d'ouvertures, remplacement de menuiseries, décaissement du terrain, création d'un accès piétons.
- Rue des Capucines, construction d'un abri de jardin.
- Cosglouet, modification d'une ouverture en façade.

Permis de construire

Demandés :

- Allée de Park Kerilis Bras, 7 constructions de maison d'habitation.
- Kerilis Bian (modificatif), remplacement de la porte du garage par une fenêtre et agrandissement de la porte de service.

Demandés et accordés :

- Rue de Park Kerilis Bras, 1 construction de maison d'habitation.

Accordés :

- Impasse du Marais, construction d'un bâtiment artisanal.
- Allée de Park Kerilis Bras, 5 constructions de maison d'habitation.

Directeur de publication : Eric Mével.
Ont collaboré à ce numéro :
Jean-Luc Vincent, Cathye Salaun, Fabienne Person.
Impression : Mairie de Saint-Thonan.

Commémoration de l'armistice

La Première Guerre mondiale a laissé derrière elle un bilan humain effroyable. Pour la France, près de 1,4 million de soldats sont morts ou ont disparu, plus de 3,5 millions ont été blessés, dont environ 1,1 million sont devenus invalides. À cette tragédie s'ajoutèrent environ 600 000 veuves et 760 000 orphelins.
Aujourd'hui, alors que les derniers témoins directs de cette période ont disparu, la transmission de cette mémoire nous appartient.



Le rassemblement devant notre monument aux morts sera ainsi l'occasion de rendre hommage à tous ceux dont les noms y sont gravés, mais aussi à leurs familles.

Rendez-vous devant la mairie **mercredi 11 novembre à 09h45** pour un début de cérémonie à **10h00** aux monuments aux morts.

Journée citoyenne du patrimoine

Le **samedi 7 novembre** aura lieu la 5ème, et dernière de l'année 2026, journée citoyenne du patrimoine.

Ce sera l'occasion de terminer la première tranche de travaux d'entretien et de rénovation prévue cette année dans l'église Saint Nicolas, à savoir la rénovation du mobilier de la sacristie et des portes de l'édifice (hors porte principale).



Les travaux de la journée : peinture des portes, nettoyage des objets du culte.

Nous vous donnons **rendez-vous à 08h45 au club house ENOSEIS** autour d'un café—croissants.

La municipalité remercie tous les bénévoles pour leur participation active.

Nutrition et diététique des seniors

Vendredi 6 novembre, 14h00 à la salle polyvalente



La municipalité organise, avec le concours du **Marsoins du Bout du Monde** un forum destiné aux aînés de la commune pour présenter l'ensemble des actions de prévention de santé qui leurs sont proposées et une animation portant sur la nutrition et la diététique des seniors avec des conseils, des échanges et également des rencontres, en tête à tête, avec diététiciennes nutritionnistes, médecins et infirmiers. Venez nombreux !

Action sociale . Repas des aînés

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) organise le traditionnel repas des aînés, le **vendredi 13 novembre à 12h00** à la salle polyvalente pour les personnes nées avant le 31 décembre 1956.

Si vous n'êtes pas encore inscrits, ne tardez pas, la clôture des inscriptions est fixée au **5 novembre** (02.98.40.13.33 ou mairie@saint-thonan.fr).

Les conjoints(es) nés(ées) à partir du 1er janvier 1957 peuvent participer au repas moyennant une participation financière de 25,50 euros.

Les personnes de 80 ans et plus qui ne peuvent participer au repas et souhaitent bénéficier du colis, doivent **impérativement s'inscrire** en mairie.



Maison de l'enfance—Atelier du Père Noël

- Pour une bonne organisation du service au niveau de l'encadrement et de la prévision des repas, il est impératif de s'inscrire une semaine avant la date retenue :
  - Permanence les mardis et vendredis de 13h30 à 16h
  - Via le portail famille : http://saint-thonan.portail-defi.net
  - Par mail : maison.enfance@saint-thonan.fr
  - Par téléphone : 02.98.40.18.60—06.07.73.23.15
- Horaires d'ouverture de 7h à 19h—Accueil de l'après-midi à 13h30.

Accueil de loisirs sans hébergement

- Programme du 4 novembre au 25 novembre 2026 :
  - Mercredi 4 novembre : Lutin barbu—Arche de l'atelier
  - Mercredi 18 novembre : Calendrier de l'Avent—Peinture féérique
  - Mercredi 25 novembre : Boule géante—Salon des lutins

Relais petite enfance « Vallée de l'Elorn »

Le Relais Petite Enfance est accessible à tous gratuitement du lundi au vendredi à partir de de 9h00.

- Renseignements par téléphone, en contactant les animatrices Célia Moalic Coquil et Céline David :

06 79 78 75 70 - rpe.vdle@epal.asso.fr

Bibliothèque

- Les bénévoles de la bibliothèque vous accueillent :
  - Les mardis et jeudis de 16h30 à 18h00,
  - Les mercredis et samedis de 10h30 à 12h00.
- *Vous pouvez vous inscrire tout au long de l'année.* La cotisation à la bibliothèque est de 15€ par famille pour 1 an.
  La boîte à livres est à votre disposition en dehors des horaires d'ouverture (uniquement nos livres, pas de dons. Merci).
  - ▸ *Adresse mail : bibliotheque.saintthonan@orange.fr*
  - ▸ *Portail : https://www.bibliotheque-saintthonan.fr*
- **Animation « Bébés Lecteurs »: vendredi 13 novembre.**

Vie paroissiale

- Messes du mois de novembre :

▸ Dimanche 1er novembre, messe à 10h30 à l'église de Saint-Divy.

Célébration pour les défunts à 14 h 30 à La Forest-Landerneau et à Saint-Thonan.

▸ Dimanche 22 novembre, messe à 10h30 à l'église de Saint-Thonan.

SERVICE ENVIRONNEMENT

Ordures ménagères

▸ Les lundis 2, 16 et 30 novembre

Emballages et papier

▸ Les lundis 9 et 23 novembre

Déchetterie

Déchetterie de St-Eloi - Plouédern

▸ lundi au samedi : 9h/12h— 14h/17h30

SERVICES DE SANTE

Médecine générale

Docteur COLINAS
89, Kerilis Bras • 02 98 40 16 70
Consultations sur rendez-vous tous les jours de 8h à 20h, fermé les mercredis et samedis après-midi (médecin de garde sur le répondeur).

Cabinet infirmier

Lydia BOLZER - Elodie LARDIÈRE
75, Rue de Pen ar Quinquis
09 83 29 39 08
Soins à domicile et au cabinet 7j/7 sur rendez-vous. Prises de sang, injections, pansements, soins d'hygiène…

Cabinet de kinésithérapie

Nicolas MALVILLE
76, rue de l'église
Du lundi au vendredi de 8h30 à 19h30
Kiné active, hypnose et massage chinois.
Contact et prise de rendez-vous sur doctolib ou au 09 83 75 83 86

Cabinet d'ostéopathie

Tanguy CALVARIN
76 rue de l'église
Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h00 à 19h00
Techniques de manipulation et de mobilisation, techniques douces adaptées à chacun.
Contact et prise de rendez-vous sur doctolib ou au 07 82 48 72 29
ou par mail :calvarinosteo@gmail.com.

Pharmacie

Composer le 3237, pour connaître la pharmacie de garde.

Toute l'actualité de la commune dans votre poche avec Intramuros !

L'application Intramuros est gratuite et téléchargeable sur l'App Store ou Google Play.

Une fois installée, sélectionnez la commune de « Saint-Thonan ».

Vous accédez à l'ensemble des actualités et des informations pratiques de la commune.

Belle découverte !



Disponible sur App Store — DISPONIBLE SUR Google Play

Marché de Noël



Petite annonce

Monsieur LE MOIGNE, jardinier, vous propose ses services pour l'entretien de votre jardin : tonte, taille de haies et d'arbustes, divers travaux de jardinage.

Intervention sur le secteur de Saint-Thonan et alentours ; le règlement se fait en CESU. Tel : 06.89.54.55.64

Nouvel artisan

L'entreprise d'électricité ESYELEC, créée par Monsieur **Sébastien LE VEN** vient de s'installer en septembre sur la commune de Saint-Thonan.

Prestations de service pour les particuliers et professionnels :

- Travaux neufs
- Rénovation électrique
- Mise en conformité
- Borne de recharge de véhicule (agréé Qualifelec)
- Vidéosurveillance
- Contrôle d'accès

07.66.65.39.04 / contact@esyelec.bzh



En novembre, la moustache s'affiche, la santé masculine se dévoile

https://movember.com

Evènement international dédié à la santé masculine

Café des aidants

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge, le CLIC organise des rencontres « café des aidants », gratuites et sans inscription, chaque mois autour d'un thème :

« Aider seul ou à plusieurs? »

Jeudi 5 novembre	Vendredi 6 novembre	Vendredi 20 novembre
De 14h à 16h	*De 14 h à 16 h*	*De 14 h à 16 h*
« Coffee-shop Tasse de Mémé »23, Quai de Cornouaille Landerneau	*Bar-épicerie « Les Orties » Le Tréhou*	*Café - pub « Le Paul Art's » Daoulas*

Café de la post-aidance - Vendredi 13 novembre de 14h à 16h
Café - pub « Le Paul Art's » - Daoulas

▶ *Contact : CLIC Pays de Landerneau-Daoulas - 02 98 85 99 08 - clic@ccpld.bzh*

Génération mouvement club Saint-Nicolas

Programme du mois de novembre :

- Jeudi 5 novembre : interclubs dominos/pétanque à Guipavas.
- Samedi 7 novembre : soirée loto de Gmouv29, organisée par le Club Saint Nicolas à Saint Ernel—Landerneau.

Repas de Noël animé le 10 décembre à la salle polyvalente de Saint—Thonan. Inscriptions auprès du bureau avant fin novembre.



Mignouned Solidarité Rwanda

L'association Mignouned Solidarité Rwanda organise son repas annuel le **dimanche 8 novembre**, à partir de 12h à la Maison du Temps libre à Bourg Blanc, ou à emporter à Saint-Thonan, entre 11h30 et 12h30, à la salle polyvalente. Au menu : nems, poulet coco/ris, flan (15€/adulte—7€/enfant).

Réservations au 02.98.40.13.82 (J.Huon) ou 02.98.40.13.96 (N.Roué)

Information énergie

Tinergie, le service public de la rénovation énergétique du Pays de Brest,propose un accompagnement neutre et gratuit pour les projets de rénovation énergétique de l'habitat.

Des permanences sont organisées à la Maison des Services Publics, située au 59 rue de Brest à Landerneau, **mercredi 4 et 18 novembre 2026.**

Prévention des actes de malveillance

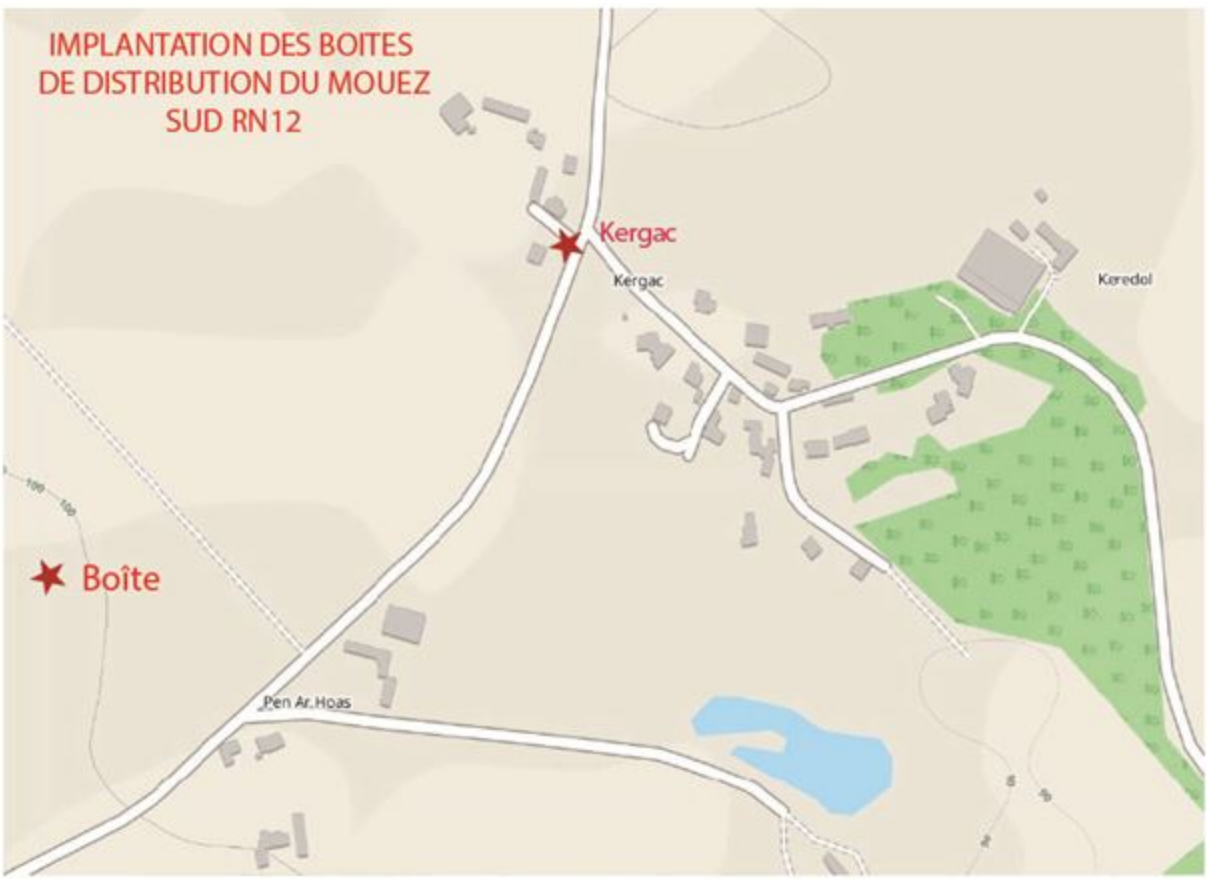
La municipalité, en partenariat avec la gendarmerie nationale, organise une réunion **d'information et de prévention des actes de malveillance au profit des seniors** en abordant plusieurs thématiques .
Les personnes âgées sont souvent la cible de personnes mal intentionnées. Il existe des actes élémentaires de prévention à connaître et à mettre en oeuvre pour limiter voire empêcher ces actions délinquantes.

Ce sera l'occasion d'échanger avec les représentants de l'ordre et de rappeler quelques réflexes face aux faux conseillers bancaires, faux gendarmes, démarchages frauduleux, arnaques téléphoniques et autres tentatives d'escroquerie....

Vendredi 4 décembre 2026, salle polyvalente.

En fonction de l'espace disponible, la Mairie se réserve le droit de réduire la longueur des articles. Les annonces pour le Mouez du mois de décembre sont à déposer en Mairie ou par courriel pour le **15 novembre 2026.**


IMPLANTATION DES BOITES
DE DISTRIBUTION DU MOUEZ
NORD RN12
Kersaos
Cosglouet
Cosglouet
Mestallic
Rue de la Fontaine
Rue de Kersaos
Rue Streat Goz
Per Nevez
Kerlis
Kerlis Blan
Rue de Kerlis
Mairie
ALSH
Boîtes
Studio Laurame
ST Food
Lotissement Clos des Chênes
Kervesquen
Kerjegu
Route de Kerjegu
Pen Ar Prat
Route de Pen Ar Prat
Pen Ar Quinquis
Rue de Pen ar Quinquis


IMPLANTATION DES BOITES
DE DISTRIBUTION DU MOUEZ
SUD RN12
Kergac
Kergac
Keredol
Boîte
Pen Ar Hoas



Bien vieillir ne se résume pas à vivre plus longtemps !
C'est aussi pouvoir continuer à bouger, bien manger, préserver son autonomie et entretenir ses liens avec les autres.

Le CCAS de la commune en partenariat avec l'Association Siel Bleu, Nutricia et Danone Ecosystem propose un programme de prévention conçu pour et avec les seniors.

Ce programme se nomme CARMEN et a été développé en partenariat par l'Association Siel Bleu qui, depuis 1997, développe des programmes d'activité physique adaptée pour améliorer la santé physique, mentale et social ; l'association Danone Ecosystem qui développe des projets ayant un impact positif sur la santé et la planète ; et Nutricia, marque spécialisée dans la nutrition médicale.

Le programme associe trois dimensions essentielles du bien vieillir :

- l'activité physique adaptée,
- la nutrition
- le lien social.

Avec l'avancée en âge, certains facteurs peuvent fragiliser progressivement l'autonomie : baisse de l'activité physique, risque de dénutrition, chutes ou encore isolement social. CARMEN propose une approche différente : agir en prévention, avant que les difficultés ne s'installent, en donnant aux seniors des clés concrètes pour rester acteurs de leur santé. Le programme repose sur trois piliers complémentaires :

• BOUGER : Des activités physiques adaptées pour entretenir l'équilibre, mobilité, force et confiance en soi.

• BIEN MANGER : Des conseils et des temps d'échange autour de l'alimentation pour mieux comprendre ses besoins, préserver son énergie et prévenir la dénutrition.

• GARDER LE LIEN : Des activités collectives et des temps de convivialité pour favoriser les rencontres, lutter contre l'isolement et maintenir une vie sociale active.

Le programme s'adresse à des personnes de 60 ans et plus.

Il se déroulera chaque lundi matin de 09h00 à 10h30 à la salle Ile de Batz durant 24 semaines. Le planning précis des ateliers sera diffusé à l'avance pour une bonne organisation de chacun.

Une réunion d'information pour présenter le projet et la prise des inscriptions est prévue le :

LUNDI 16 NOVEMBRE 2026

14H00 - SALLE ILE DE BATZ