

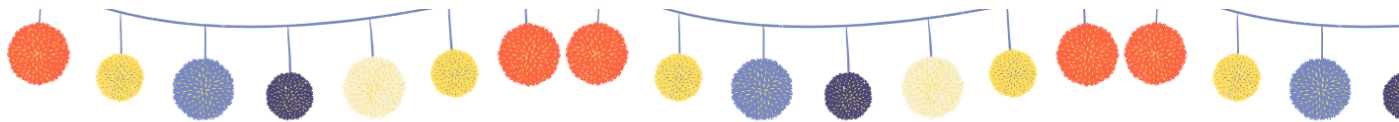
# Bulletin communal Moncontour

novembre 2022



Repas des aînés - 15 octobre 2022 au CAC





## Prendre un ancien par la main

*d'après une chanson d'Yves Duteil*









Prendre un ancien par la main  
Le soutenir en chemin  
Et le guider pour assurer son pas  
Prendre un ancien par le bras  
Prendre un ancien par le coeur  
Lui donner joie et bonheur,  
De la vieillesse soulager ses douleurs  
Etre pour lui un veilleur.

Prendre un ancien par la main  
Et lui chanter des refrains  
Lui donner de la gaité, de l'entrain  
Embellir son quotidien.  
De ses souvenirs d'antan  
Ce qui était le bon temps  
La nostalgie de cette vie passée  
Mais à jamais oubliée.

Prendre un ancien par l'amour  
Pour lui égayer ses jours  
Pour qu'il supporte mieux le poids des ans  
Prendre un ancien en l'aidant.  
Prendre un ancien tel qu'il est  
Et l'entourer de respect  
En pensant que pour vous viendra le jour  
D'être ancien à votre tour  
Tout en souhaitant que peut-être quelqu'un  
De vous viendra prendre soin

**Jean-Pierre KING**

# SOMMAIRE

	AGENDA _____	4
	ILS NOUS ONT QUITTÉS _____	4
	URBANISME _____	5
	LA VIE DE LA CITÉ _____	5
	NOS COMMERCANTS-ARTISANS & LEURS ACTUALITÉS _____	10
	NOS ASSOCIATIONS & LEURS ACTUALITÉS _____	10
	DU COTÉ DE L'ÉQUIPE MUNICIPALE _____	11
	LAMBALLE TERRE & MER & SON ACTUALITÉ _____	13

## Conception

Mairie de Moncontour.  
Tirage en 345 exemplaires

## Remerciements

Nous remercions les associations et les bénévoles qui offrent leur temps pour que notre cité soit si agréable à vivre.

## Prochain numéro

Envoyez vos articles (textes et photos) par email à [accueil@moncontour.bzh](mailto:accueil@moncontour.bzh)

# AGENDA

Vendredis 04 novembre et 02 décembre

## **Conciliateur de justice**

De 14h à 17h

Sans rendez-vous

Mardi 08 novembre

## **ALEC**

De 14h00 à 17h00

Uniquement sur rendez-vous – 02 96 32

96 66

Vendredi 11 novembre

## **Commémoration de l'Armistice**

de la Guerre 14-18

À 11h30

Mardi 22 novembre

## **SOLIHA**

De 9h30 à 12h30

Uniquement sur rendez-vous – 02 96 32

96 66

Mercredis 09 novembre et 21 décembre

## **Permanence ABF**

9h30 à 12h30

Réservation en mairie au 02 96 73 41 05

Mardis 15 et 29 novembre

## **Assistante sociale**

De 9h à 12h30

Uniquement sur rendez-vous – 02 96 50

10 30

Vendredis 18 et 25 novembre

## **Ateliers Mémoire**

De 9h30 à 12h00

Contact 02 98 85 79 25

Lundi 21 novembre

## **Conseil Municipal**

20h30

Salle du conseil

Tous les jeudis

## **Permanence des impôts**

Uniquement sur rendez-vous

au 02 96 73 41 05

## ILS NOUS ONT QUITTÉS

★ Mme Annie RAOULT  
HSTV

★ Mme Marie-Thérèse LE JOLLY  
Épouse de M. HENRI PINCEMIN  
HSTV

★ M. Henri GAUTHIER  
Époux de Mme Marie COUSIN  
HSTV

★ Mme Marie-Thérèse GIBET  
Veuve de M. Jean-Baptiste PELLAN  
HSTV



## URBANISME

 **BARTHES Denis**

5 rue du Docteur Sagory  
Restauration d'un mur d'enceinte, travaux extérieurs

 **COADIC Romain**

31 rue Veillet Dufrêche  
Installation d'une prise de rechargement de véhicule électrique

 **LETANG Isabelle**

1 rue de la Poterie  
Remplacement à l'identique de la toiture de l'habitation



## LA VIE DE LA CITÉ

### ÉCOLE LA PROVIDENCE

#### Sortie en forêt

Dans le cadre d'un travail sur l'automne, les 25 élèves de la classe de maternelle de l'école La Providence se sont rendus mardi dans les bois pour observer la forêt à l'automne.

Les enfants ont ainsi pu ramasser des feuilles, des bogue de châtaignes, des glands... Cette récolte a ensuite servi de support pour des séances de vocabulaire et a été également exploitée dans le cadre des activités artistiques.

La semaine de l'automne s'est terminée pour les maternelles avec la réalisation d'une soupe automnale et d'un crumble aux pommes en classe. Quel régal !



## La nouvelle cantine

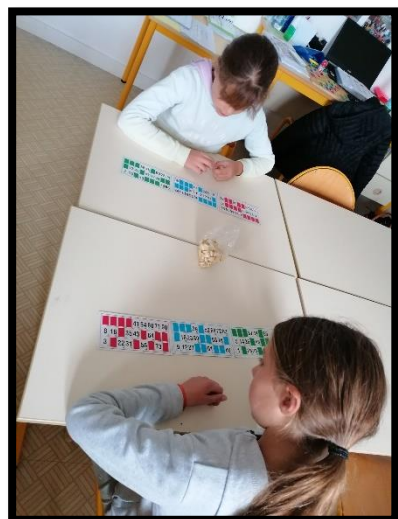


Depuis la rentrée, la cantine se trouve dans les locaux de la paroisse. Pour le confort des enfants et celui du personnel, la mairie a réalisé des travaux d'insonorisation durant l'été. Le repas se déroule en deux services : le premier de 12 h à 12 h 45 pour les enfants de maternelle et de CP et le deuxième de 12h45 à 13h20 pour les enfants du primaire. Chaque classe peut ainsi profiter d'un temps de récréation avant ou après le déjeuner. Meci à la municipalité pour la mise en place de ce projet.

## Après-midi « Jeux de Société »

Les enfants de la grande section au CM2 ont participé à un après-midi « jeux de société » sous forme d'ateliers. Chaque enfant a pu en effet s'inscrire dans les ateliers de son choix.

Au programme : Petits chevaux, Dames, Loto, Echecs mais aussi des jeux plus récents comme le Dooble ou le Uno. Un moment d'échange apprécié de tous.



## Sport avec Julien

Les GS CP CE1 ont participé durant cette période à un cycle de jeux de « lancer » avec Julien Pellan : bumball, torball, tchoukball et parcours masqués étaient au programme.

## Quart d'heure lecture

Le 14 octobre à 13h51, l'académie de Rennes s'est arrêtée durant 15 minutes pour se plonger dans une lecture silencieuse. Tous les élèves, étudiants, personnels, ainsi que les partenaires

ont été invités à partager un quart d'heure de lecture. Un temps pendant lequel les participants cessent toute activité pour se consacrer en silence à une lecture de leur choix.

Pour la 3ème année consécutive, l'académie de Rennes propose cette opération dont l'ambition est de généraliser la pratique de la lecture dans l'ensemble des écoles, collèges et lycées de Bretagne.

En classe, chacun s'est installé confortablement et s'est ainsi plongé pendant 15 minutes dans un ou plusieurs livres. Cette opération a rencontré un succès auprès des élèves et sera reconduite tous les vendredis en guise de temps calme.

## **CONCERT AMAURY VASSILI**

C'est avec une grande fierté pour nous, qu'Amaury VASSILI est venu chanter différentes chansons de son repertoire (mais pas que), le dimanche 23 octobre au sein de l'Église St Mathurin à MONCONTOUR.

Le concert complet a débuté par quelques morceaux de la batterie fanfare de MONCONTOUR. Merci à Mickaël LEDOUIT qui a permis ce beau moment au sein de notre petite cite de caractère. Merci à la batterie fanfare de sublimer cet instant musical. Et merci aux personnes qui ont oeuvré dans l'ombre.



## ÉCOLE LA FLEUR DES PRÉS

### Maternelles

**Mardi 4 octobre** : Sandrine (du Conservatoire de musique de Lamballe) a commencé ses séances d'éveil musical. Elle interviendra une fois par semaine jusque fin janvier.



### Vendredi 7 octobre

Sarah (de Lamballe Terre et Mer) est venue à l'école pour nous faire découvrir les vers de terre : recherche de traces et expériences pour découvrir son milieu de vie... Cette matinée a ravi les enfants. Après cette découverte, la maîtresse a décidé de réaliser un terrarium avec des vers de terre pour mieux les observer.



### CM1 / CM2 :

EPS : Le cycle d'initiation au torball s'est terminé par un grand tournoi 4 contre 4 (2 guides, 2 élèves masqués) où les équipes se sont affrontées les unes contre les autres.

Place maintenant à la découverte de l'escrime pour une classe, trail pour l'autre classe. Fin novembre, les séances à la piscine de Moncontour reprendront.



## Association des Parents d'Elèves du RPI de Bréhand-Moncontour

L'école publique vous accueille dès à présent ! Même si la rentrée est récente, nous pensons déjà à celle de 2023. Pour vos enfants nés en 2020, contactez les mairies dès maintenant pour retirer votre dossier d'inscription. Les effectifs sont revus en novembre prochain.  
Contact mail : ape.rpi.bm@gmail.com ; groupe fb : APE RPI Bréhand Moncontour



# Des nouvelles *Du jardin des écoliers*

## Les enfants de l'école de La Fleur des Prés!

Un des objectifs éducatifs du projet pédagogique de l'accueil périscolaire est de développer l'éco responsabilisation des enfants avec ce projet "De la graine à l'assiette" :

La culture directe de légumes et de fruits est proposée sur les temps périscolaires du midi et du soir afin que les enfants puissent suivre l'évolution des pousses jusqu'à la culture. En lien avec la restauration scolaire les fruits et légumes seront apportés à Frédéric afin de les cuisiner et de les servir le midi.

Dans la continuité du projet pédagogique de l'année dernière, pour la rentrée de septembre les enfants de l'école ont pu constater l'évolution de leur jardin.  
De juin à début juillet 2022, les enfants ont pu goûter à les fraises et les radis qu'ils ont eux-mêmes plantés, arrosés, récoltés et préparés.  
Les épinards plantés en septembre n'ont malheureusement pas poussé.

Cet été, le soleil nous a beaucoup chauffé et la pluie ne s'est pas montrée.  
Mais l'avantage est que dès 13h, le jardin est à l'ombre du bâtiment.

Résultat: -Les fraises ont réussi à mûrir  
-Les carottes qui ont poussé sont de petite taille  
- les radis restant sont montés en graine  
- les framboisiers ont continué à fructifier  
- les plans de potiron, le persil et la ciboulette ont fané.

En ce moment et se avant l'hiver, les enfants préparent le jardin:  
- en taillant le romarin, les fleurs fanées, les framboisiers.  
-en arrachant les mauvaises herbes,  
-retournant la terre et paillant pour l'hiver.

La suite au prochain épisode...

LE BESCOT Marina  
Responsable accueil périscolaire  
Ecole la fleur des prés.

## NOS COMMERCANTS – ARTISANS & LEURS ACTUALITÉS

### LES PÂT' À DA : PASSAGE À L'HEURE D'HIVER



Le restaurant crêperie et pâtes fraîches sera fermé dorénavant les lundis soir, mardis soir, mercredi journée complète et samedi midi.

Vous pourrez nous retrouver sur le marché place de Penthièvre le mardi soir. Nous vous proposerons galettes, crêpes, pâtes fraîches crues ainsi que des chips de galette. N'hésitez pas à commander en amont par téléphone au 02 96 73 49 10 ou par mail [lespatada@gmail.com](mailto:lespatada@gmail.com)

## NOS ASSOCIATIONS & LEURS ACTUALITÉS

### VIS COMICA

Philomina a déménagé. Sa maison est en chantier et se trouver de nouveaux amis dans une nouvelle école n'est pas une mince affaire Et puis elle se gratte, se gratte encore. Les mots se mettent à lui échapper. Qu'importe ! Philomina, en s'emparant de bâches plastiques, crée son royaume à elle : un Roi et sa fille, une princesse et son père. Dans son monde en mouvement, le bégaiement fait naître une langue poétique et le grattement ouvre au voyage. En classe, une amitié profonde se tisse avec Yuliz, enfant réfugié. Le parcours de celui-ci résonne avec l'étude du voyage d'Ulysse.



Petite restauration sur place

Informations et réservation : [www.viscomica.org](http://www.viscomica.org) - [info@viscomica.org](mailto:info@viscomica.org) - 02 96 42 55 24 - 07 70 53 52 23

Vendredi 25 novembre à 19h30

Au Théâtre du Bas Chemin

Le Roi des Croûtes, Compagnie À vue de Nez

À partir de 8 ans

12€ | 8 €



### **Le guide du Circuit d'Interprétation du Patrimoine fait parchemin neuf !**



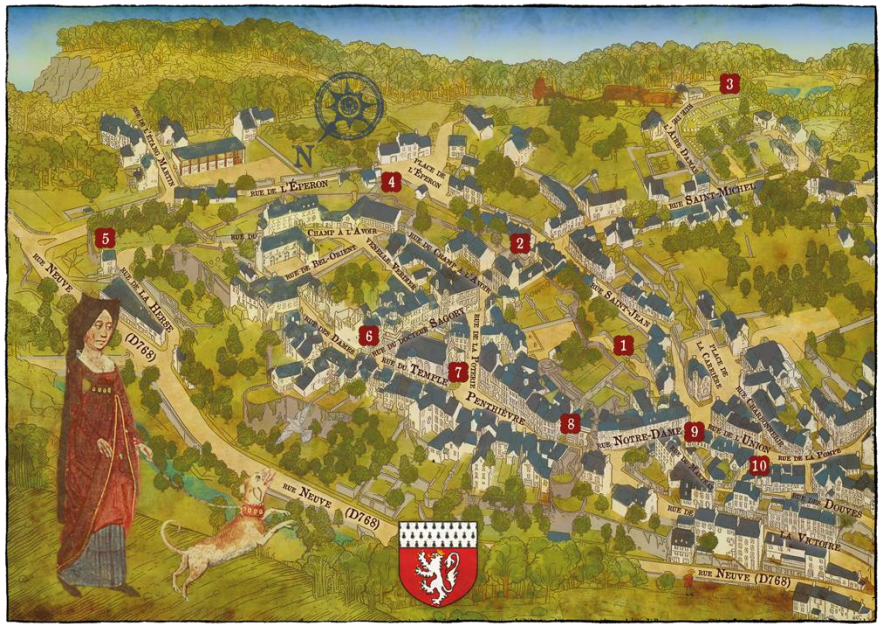
Inauguré en 2010, le circuit d'interprétation du Patrimoine est constitué d'une série de panneaux explicatifs installés aux endroits clefs de Moncontour. Ils abordent tous un aspect particulier de l'histoire de la ville en lien avec l'endroit dans lequel ils sont installés et permettent de se plonger dans le Moncontour médiéval.

Le visiteur est emmené de panneau en panneau par la petite mascotte « Robin le ménestrel » par le biais d'un guide papier dans lequel était insérée une carte de la ville et grâce à des plots en bronze fixés au sol.

Nous avons profité de l'épuisement du stock de guides papier pour procéder à une refonte complète du support. Aux 20 pages ont succédé un format A3, plus économique et plus facile à consulter.

Le graphisme a été entièrement refait et le petit Robin s'est vu attribuer de nouveaux habits pour l'occasion. Les illustrations proviennent pour la plupart d'un manuscrit enluminé conservé à la Bibliothèque Nationale de France et qui date des années 1475. Le plan, quant à lui, a été entièrement refait dans un style proche des enluminures, à partir du plan cavalier de Moncontour.

À destination principalement des familles, les textes abordent l'histoire de Moncontour au Moyen Âge, mais on y trouve aussi des anecdotes locales authentiques et pittoresques, des jeux et même la recette sans alcool de l'hypocras, célèbre vin médiéval épicé !



Pour celles et ceux qui souhaiteraient redécouvrir le circuit d'interprétation et flâner dans les rues tout en apprenant davantage de choses sur l'histoire de la ville, le guide est disponible à l'Office de Tourisme et à l'accueil de l'Hôtel de Ville.

Il sera également disponible sur le site internet de la commune de Moncontour.

Nous vous invitons également à consulter le nouveau support de Découverte du Patrimoine de Moncontour édité à l'initiative de l'association des Petites Citées de Caractère. Les textes de ce dernier ont été corrigés et augmentés à l'occasion là aussi, de la nouvelle impression.

À vous maintenant de redécouvrir la ville !

## Le CMB offre son enseigne de style médiéval à la commune



Lors son départ de la ville cette année, le CMB a fait retirer ses enseignes et parmi lesquelles, l'enseigne de style médiéval, une des plus photographiée de Moncontour.

Nous sommes alors entrés en contact avec la direction du CMB pour tenter de retrouver la trace de l'enseigne. Après quelques échanges de mél, un accord a été trouvé et le CMB a généreusement accepté de faire don de l'enseigne à la commune. Cette dernière a été livrée le 18 octobre dans les locaux de la Mairie et attend désormais d'être mise en valeur. Un patrimoine à protéger.

Ces enseignes, installées pour l'essentiel dans les années 1990, font désormais partie du patrimoine

de la ville en ce sens qu'elles participent pleinement de son identité, tout comme dans de nombreuses cités bretonnes. Uniques, elles ne passent pas inaperçu et sont systématiquement prises en photo par nos visiteurs chaque année. Les voir disparaître des façades au fur et à mesure du temps est un réel crève-cœur et nous souhaiterions à l'avenir davantage protéger et promouvoir ce patrimoine qui nous vaut parfois d'être contacté par d'autres villes qui souhaitent s'en inspirer.

Aussi, nous incitons tous les dépositaires et détenteurs d'enseignes à les entretenir et en cas de remplacement, à en faire don s'ils le souhaitent à la commune dans le cadre du programme d'inventaire et de protection des enseignes de Moncontour que nous lançons dès à présent. Si vous avez des questions ou des suggestions, n'hésitez pas à contacter l'accueil de la Mairie ou Enguerrand Rouzic, Conseiller Municipal en charge du Patrimoine.



### < Culture

#### Éveil musical

Autour de comptines aux milles petites histoires, les tout-petits, accompagnés d'un adulte, découvrent la musique lors d'un joli moment de partage.

Pour les enfants de 0 à 3 ans

Gratuit, places limitées, inscription auprès des bibliothèques

Mercredi 16 nov. Médiathèque - Plénée-Jugon 10h - 02 96 30 25 82 - [mediatheque@plenee-jugon.fr](mailto:mediatheque@plenee-jugon.fr)

Mercredi 30 nov. Bibliothèque - Saint-Glen 10h - 02 96 42 77 17 - [bibliothequedesaintglen@orange.fr](mailto:bibliothequedesaintglen@orange.fr)

### < La Boussole - Centre Social Intercommunal

#### Anim'& Vous

#### JAPON ET ORIGAMI

Fabienne Lesvenan, bibliothécaire du Blé en Herbe, vous accueillera par un temps de lecture pour une découverte de la culture japonaise. Puis, Miyuki Matsushita vous fera découvrir l'art traditionnel japonais : l'origami.

Binômes parent / enfant (à partir de 8 ans)

Mercredi 23 novembre - 14h

Bibliothèque le Blé en Herbe - 1 rue Guérinet - Erquy

Gratuit - Places limitées - Sur inscription - 06 20 86 00 74

### < Déchets ménagers

#### Bilan des 8 premiers mois de la Redevance Incitative

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2022, la redevance incitative a été étendue à l'ensemble du territoire communautaire, un bilan positif des 8 premiers mois de collecte a pu être dressé.

Grâce à l'implication des habitants, les tonnages des ordures ménagères et des apports en déchèterie sont en baisse.

Comparaison entre les tonnages collectés sur les 8 premiers mois de 2021 et ceux collectés en 2022 :

- Baisse de 8 % des tonnages collectés en ordures ménagères,
- Augmentation de 2 % des tonnages collectés en déchets sélectifs,
- Baisse de 8 % des tonnages collectés en encombrants amenés en déchèteries,
- Baisse de 18 % des tonnages collectés en gravats amenés en déchèteries.

Contact : Service déchets ménagers Lamballe Terre & Mer  
02 96 50 13 56 | [contactdechets@lamballe-terre-mer.bzh](mailto:contactdechets@lamballe-terre-mer.bzh)

### < Environnement

A l'aide ! Il y a une araignée dans ma maison !

Pas de panique... Les araignées sont un atout pour notre maison !

Bien que plusieurs d'entre nous frissonnent à l'idée d'apercevoir une araignée chez soi, ces arthropodes sont en réalité un atout pour notre maison. Insectivores et grands prédateurs, elles s'occupent d'éliminer les insectes comme les moustiques, les mouches, cafards ou blattes de nos maisons.

Que faire pour les éloigner de moi ?

Si toutefois votre peur persiste, veillez à ne surtout pas les tuer... ni à les mettre dehors, car elles ne survivraient pas ! Il existe d'autres moyens de ne plus croiser chez soi ces petites bêtes, essentielles pour l'équilibre écologique de votre maison. Déplacez-les, plutôt, à l'aide, par exemple, d'une feuille cartonnée et d'un verre, dans une autre pièce de la maison (garage, buanderie, grenier...) que l'on fréquente peu.

### < Enfance-Jeunesse

Vacances d'hiver (19 décembre au 2 janvier) : inscriptions aux accueils de loisirs et aux animations 11-17 ans

- Inscriptions ALSH 3-11 ans : du 18 novembre au 7 décembre.
- Inscriptions 11-17 ans : à partir du 2 décembre.

Toutes les informations (contacts et lieux d'inscriptions, programmes) sont en ligne sur le portail activités enfance jeunesse de Lamballe Terre & Mer.

### < Petite-Enfance

Relais Petite Enfance : Journée nationale des assistants maternels et assistantes maternelles  
Dans le cadre de la journée nationale des assistants maternels et assistantes maternelles, l'agglomération de Lamballe Terre & Mer propose une conférence gratuite à tous les assistants maternels et assistantes maternelles de son territoire.

Cette conférence sur la communication bienveillante, intitulée « Communiquer avec bienveillance au travail, l'écoute au service de la relation salariés/employeurs : par Bérangère Baglin, formatrice et conférencière en communication relationnelle, se tiendra le samedi 19 Novembre 2022 de 9h à 11h.

Un temps convivial sera également proposé à l'issue de cette dernière.

Lieu de la conférence : Espace Lamballe Terre & Mer, Bâtiment Penthièvre, 41 Rue St Martin à Lamballe-Armor

Compte tenu du nombre de places limitées, les inscriptions sont obligatoires en amont de la conférence auprès de votre référente RPE ou via le formulaire sur [lamballe-terre-mer.bzh](http://lamballe-terre-mer.bzh).

## < Économie

Développement Durable : L'agglomération soutient la colivraison de marchandises entre producteurs

Dans le cadre de son Projet Alimentaire Territorial, l'agglomération de Lamballe Terre et Mer avance sur des 1 ères actions permettant d'améliorer la distribution des produits locaux.

L'une des actions phares est le partenariat avec l'entreprise Coclicaux pour le développement de la colivraison et du costockage de marchandises entre producteurs locaux, dans le but de livrer la restauration collective, commerciale et la petite épicerie (remise directe).

Concrètement, la collectivité verse 15 € pour chaque colivraison de denrées alimentaires effectuée sur le territoire de l'agglomération de Lamballe Terre & Mer, dans une limite de 200 colivraisons faites via la plateforme Coclicaux.

Ce coup de pouce financier vise à impulser une dynamique de « covoiturage » entre les producteurs du territoire, partant du constat que leurs véhicules ne sont pas pleins quand ils livrent leurs produits mais aussi réduire notre impact environnemental.

Pour les producteurs et les productrices, la colivraison permet à la fois de réduire leur coût logistique, mais aussi d'offrir de nouveaux débouchés potentiels en offrant de nouveaux circuits de livraison.

Pour chaque parrainage mis en place avec un nouveau producteur ou une nouvelle productrice, une aide supplémentaire de 50 euros sera également versée au parrain ou à la marraine.

En tant que producteur ou productrice, si vous êtes intéressé-e par la démarche, n'hésitez pas à contacter Nicolas

Bonnet de l'entreprise Coclicaux au 06 75 57 93 19 ou par mail : [contact@coclicaux.fr](mailto:contact@coclicaux.fr) pour plus de renseignements.

## < Sport

La Piscine de Lamballe-Armor

1. L'adaptation du confort thermique par la réduction de ½ degrés pour le bassin sportif et de plongée (27,5 à 27°C) pour le bassin ludique et le spa (29,5 à 29°C). Un abaissement de 32 à 29°C sera mis en place pour la pataugeoire en semaine. L'air ambiant passera de 27 à 26°.

2. L'adaptation de l'amplitude d'ouverture de l'équipement. Fermeture à la période de Noël de l'équipement (19 décembre au 3 janvier) ainsi que sur des jours fériés à faible fréquentation.

3. Un ajustement de certains espaces de pratiques avec l'ouverture de l'espace « Bien-être » uniquement les vendredis à partir de 12h jusqu'aux dimanches à 17h30.

Piscine La Tourelle à Montcontour (en délégation de service public avec Prestalis) :



1. L'adaptation du confort thermique par la réduction au minimum de ½ degrés sur les différents bassins et de 1 degré d'air ambiant.

2. L'adaptation de l'amplitude d'ouverture de l'équipement avec la fermeture à la période de Noël de l'équipement (19 décembre au 3 janvier)

Autres équipements sportifs (gymnases communautaires, complexe sportif du Penthièvre) :

1. Fermeture à la période de Noël des équipements : gymnases communautaires (23 décembre au 3 janvier)

2. Éclairage d'appoint de la piste d'athlétisme afin d'éviter les grands projecteurs

## **RAPPEL**

### **< CIAS**

Le CIAS recrute, rejoignez-nous !

Vous avez l'envie d'aider et recherchez un métier où vous vous sentez utile ?

Vos qualités humaines, d'empathie, d'accompagnement peuvent être valorisées dans les métiers de l'aide à domicile.

Le CIAS prend soin de nos aînés, leur permet de vivre chez eux, grâce aux agents du domicile qui remplissent cette mission chaque jour.

Pour un travail permanent ou saisonnier, contactez le CIAS Lamballe Terre & Mer - 02 96 50 73 20

Plus d'informations sur [www.lamballe-terre-mer.bzh](http://www.lamballe-terre-mer.bzh)

### **Emploi : Habitats partagés**

Vous êtes intéressé pour accompagner, au quotidien, 3 jeunes adultes en situation de handicap ?

Aidez-les, chez eux, à leur domicile en colocation (horaires de jour et de nuit).

Au sein du CIAS et de son équipe d'intervenants en habitats partagés de Lamballe-Armor (Lamballe), votre objectif est de répondre aux besoins des habitants en respectant leurs rythmes de vie et leurs projets individualisés.

Renseignements :

Carmen LE COUEDIC - 02 96 50 73 20 ou [cias@lamballe-terre-mer.bzh](mailto:cias@lamballe-terre-mer.bzh)

### **< Eau & Assainissement**

Économisons notre eau

Notre territoire connaît actuellement une période de sécheresse intense. Malgré la pluie de ces derniers jours, cela ne suffit pas encore à alimenter nos réserves d'eau potable, l'alerte sécheresse est toujours maintenue. Pour vous accompagner, nous vous proposons un visuel regroupant différentes astuces pour économiser l'eau.

Pour plus d'informations : <https://www.lamballe-terre-mer.bzh/accueil/actualites/1476-62098/lalerte-secheresse->



UNE JOURNÉE DE  
**TRAIL**



**3 DEC.  
2022**  
23<sup>e</sup> ÉDITION



**Le samedi 3 décembre prochain un peloton de 2800 coureurs débarque dans les rues de Moncontour...Le Menestrial organise 8 courses qui animeront notre belle cité !!**

<u>MATIN</u>	<u>APRÈS-MIDI</u>
<b>5h00</b> Ouverture des portes,	<b>14h00</b> Ministrial 10/12 ans, 1 km
<b>5h30</b> Départ du Grand Menestrial féminin (54 kms)	<b>14h10</b> Ministrial 8/9 ans, 1 km
<b>6h15</b> Départ du Grand Menestrial masculin	<b>14h20</b> Ministrial 13/15 ans, 4 km
<b>7h30</b> Passage des premiers du GMT au gymnase	<b>15h00</b> Départ du Tour du Courtil (8 kms)
<b>9h00</b> Départ Rando au Gymnase	<b>16h30</b> Départ de la Cambrousse (34 kms)
<b>10h00</b> Départ du Menestrial (24 kms)	<b>17h00</b> Départ de la Crapahute (14 kms)
<b>10h30</b> Arrivée des premiers du Grand Menestrial	<b>17h45</b> Arrivée des premiers de la Crapahute
<b>11h30</b> Arrivée des premiers du Menestrial	<b>19h00</b> Arrivée des premiers de la Cambrousse
	<b>23h00</b> Arrivée des derniers coureurs.

Les circuits seront affichés dans vos commerces afin que vous soyez tenue au courant des blocages de rue occasionnés lors du passage des coureur.se.s.

Afin d'accueillir les sportif.ve.s venant de toute la Bretagne, de la France et même de l'étranger, nous vous invitons à mettre une petite lumière à votre fenêtre afin qu'ils sentent la chaleur Moncontouraise. Venez les encourager !!!  
Merci pour votre accueil et votre compréhension.

*L'équipe du Menestrial.*



Pour plus d'informations

Envoyez un message à :  
[infos@menestrial.bzh](mailto:infos@menestrial.bzh)

Pour devenir bénévole :

Envoyez un message à :  
[benevoles@menestrial.bzh](mailto:benevoles@menestrial.bzh)



**MENESTRIAL**

LA NUIT, LE VENT, LA BOUE...

**UNE  
JOURNÉE  
DE TRAIL**

**PAYS DE  
MONCONTOUR  
(22)**



**NOZ  
AVEL  
FANK**



**3 DÉCEMBRE 2022  
23<sup>e</sup> ÉDITION**

**+ D'INFOS SUR : [WWW.MENESTRIAL.BZH](http://WWW.MENESTRIAL.BZH)**

PHOTO: GUY AERTS



**MÉGA+**

