



ULTRA TOUR DES CÔTES D'ARMOR
13 FÉVRIER 2022

Lannion Louanec Perros-Guirec Trégastel Pleumeur-Bodou Trébeurden

90 km 60 km 32 km 20 km 10 km 17,5 km

INFOS : WWW.UTCA.BZH INSCRIPTIONS SUR KLIKEGO

Organisation : «Comité Départemental d'Athlétisme 22» dimanche 13 février

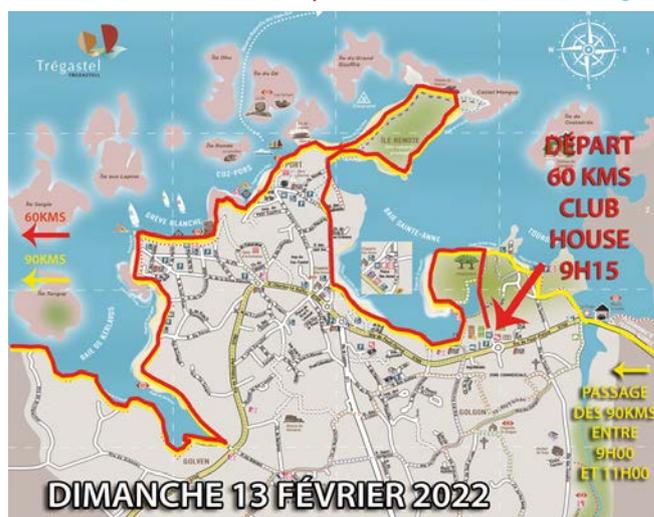
L'Ultra Tour des Côtes d'Armor est une épreuve créée en 2016 déclinée aujourd'hui en 6 formats de course afin que tout le monde puisse profiter de la fête du trail en Côtes d'Armor :

90km - 60km - 32km - 20km

Trail Girly 10km - Marche nordique 17,5km
Un parcours de rêve qui empruntera le GR34, le célèbre et fabuleux sentier des douaniers. Les coureurs longeront la côte de granit rose.

Au départ de Lannion, ils passeront par Perros-Guirec, Trégastel, l'Île-Grande, Ploumanac'h... puis Lannion pour l'arrivée !

• Informations / Inscriptions : athle22.athle.org



Enquête INSEE

ENQUÊTE INSEE

Entre février et avril 2022, l'Insee réalise une enquête sur les **Ressources et les conditions de vie** des ménages. Inscrite dans un dispositif statistique européen, cette enquête aborde des thèmes variés : les ressources et les charges des ménages, les conditions de vie, l'emploi, la formation, ou bien encore la santé, le bien-être et la participation à la vie sociale et culturelle.

A Trégastel, quelques ménages seront sollicités. Certains ont même déjà participé aux collectes précédentes et connaissent bien le dispositif, car cette enquête se déroule sur plusieurs interrogations

Si vous faites partie des ménages enquêtés, vous recevrez une lettre-avis et un enquêteur de l'Insee prendra contact pour obtenir un rendez-vous. Si la situation sanitaire le permet, il se présentera chez vous muni d'une carte officielle et l'entretien se déroulera en face-à-face. En cas de doute, il est également possible de se faire confirmer l'identité de l'enquêteur via le formulaire de contact <https://www.insee.fr/fr/information/2416123>, en précisant le nom et prénom de l'enquêteur, et dans la mesure du possible son numéro de téléphone et le nom de l'enquête. Un retour par mail sera fait dans les 48 heures.

Ressources et Conditions de Vie

Une enquête de l'Insee
Février à avril 2022



Abonnez-vous !

> Abonnez-vous gratuitement à la newsletter : sur www.tregastel.fr en bas de la page d'accueil cliquez sur «**S'abonner à la Newsletter**»
> Newsletter téléchargeable sur www.tregastel.fr/newsletter

Édition :
Mairie de Trégastel
Service communication
02 96 153 8 03
Directeur de la publication :
Xavier MARTIN

Rédaction / Conception
Réalisation / Impression :
Mairie de Trégastel
Tirage : 200 exemplaires
Diffusion : Email Facebook Cityall
Newsletter N°123 - 31 janvier 2022



Spécial Vacances d'Hiver

6 à 10 ans

mercredi 9 février - 10h00 à 11h30

Atelier créa'

«**Livre-jeu photo**»

Fabrication d'un «livre-jeu photo»
à la manière de Tana Hoban

*Sur inscription
jusqu'au 8 février*

3 à 6 ans

jeudi 10 février - 10h00 à 10h45

Une histoire, des histoires

«**Aglagla il fait froid**»

Une lecture d'albums, d'histoires et de
petits contes pour un moment de plaisir
et de découvertes pour les 3-6 ans

*Sur inscription
jusqu'au 9 février*

6 à 10 ans

mercredi 16 février - 10h00 à 11h30

Atelier créa'

«**Création d'une planche de BD**»

Grâce à l'application «BDnF-la fabriqué à BD» de la
BNF, viens créer des cases de BD sur tablette»

*Sur inscription
jusqu'au 15 février*

3 à 6 ans

jeudi 17 février - 10h00 à 10h45

Une histoire, des histoires

«**Amour, amitié**»

Une lecture d'albums, d'histoires et de
petits contes pour un moment de plaisir
et de découvertes pour les 3-6 ans

*Sur inscription
jusqu'au 16 février*

A partir
du CM2

jeudi 17 février - 14h00 à 16h00

Animation Ados

«**Escape game**»

Saurez-vous trouver le code pour stopper le virus
informatique et empêcher l'arrêt de tous les satellites ?

*Sur inscription
jusqu'au 16 février*

Toutes les animations sont gratuites

Contact / Inscription :

bibliotheque@tregastel.fr

02 96 15 91 51



PROGRAMME «CAP VACANCES HIVER»

DU 7 AU 18 FÉVRIER 2022



Outre son accueil de loisirs traditionnel, le SEJS (Service Enfance Jeunesse et Sports) de la mairie de Trégastel organise un programme d'activités sportives et culturelles à destination des 7/17 ans

Retrouvez-nous sur notre page Facebook >>> et sur www.tregastel.fr/Programme-Jeunesse-90

>>lundi 7

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 12h00	FUTSAL	Apprentissage des techniques de bases (contrôle, passe, tir...) à travers des jeux, des défis et des petits matches. Il ne s'agit pas d'un tournoi. Prévoir une tenue adaptée à la pratique en salle.	DORIAN CAMPOS	7/11 ans**	4 PY	Salle Omnisports
14h00 18h00	"AMONG US" Grandeur Nature	Among Us est un jeu d'ambiance multijoueur dans lequel vous incarnerez soit le rôle d'un imposteur ou d'un membre de l'équipage. Vous devrez réaliser des missions tout en essayant de démasquer l'imposteur, sans vous faire éliminer avant!	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	6 PY	Espace Jeunes

>>mardi 8

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 12h00	PATISSEZ	Venez mettre votre fibre culinaire au défi avec la conception d'un gâteau au chocolat, avec glaçage et décoration. Chacun repart avec un morceau à la fin.	VALENTINE RAOULT	7/11 ans**	4 PY	Hall d'accueil - Ecole Pichere
13h30 17h30	WING SPEED	Le wing speed est une activité avec une sorte de skate adapté à la plage et où vous êtes propulsé à l'aide d'une aile tenue à la main. Prévoir tenue et chaussures de rechange, serviette et maillot de bain.	FX TOULARASTEL	12/17 ans	10 PY	Rdv Espace Jeunes > déplacement Centre Nautique de Plestin-les-Grèves

>>mercredi 9

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 12h00	GOLF ARCHERY	Activité à mi-chemin entre le Golf et le Tir à l'arc, où il s'agira de réaliser un parcours à l'aide de son arc et d'une flèche adaptée. Jeux et défis collectifs sont également au rendez-vous!	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	4 PY	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
14h00 18h00	CARTE BLANCHE	Accès libre à l'Espace Jeunes et toutes ses possibilités : jeux de société, babyfoot, fléchettes, discussions, jeux vidéo, activités créatives, internet...	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit	Espace Jeunes

>>jeudi 10

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 11h00	TIR A L'ARC	Apprentissage des techniques de base du tir à l'arc à travers de jeux et des défis sur cible.	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	3 PY	Salle Omnisports
11h15 12h15	TIR A L'ARC	Apprentissage des techniques de base du tir à l'arc à travers de jeux et des défis sur cible.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	3 PY	Salle Omnisports
15h00 17h00	APPRENDS A GREFFER UN ARBRE FRUITIER	La greffe est une méthode de multiplication permettant de reproduire une plante, tout en conservant ses caractéristiques. La technique consiste à "souder", à associer, un greffon de la plante que l'on veut reproduire sur un porte-greffe (qui doit être compatible). Possibilité de repartir avec un arbre fruitier.	FX TOULARASTEL et JEAN BARREAU	7/17 ans	Gratuit ***	Jardin partagé - Résidence Autonomie

>>vendredi 11

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 12h00	MAGIE ET MENTALISME	Apprentissage de différents tours de magie et de mentalisme faciles à reproduire à la maison ou auprès de ses ami(e)s.	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	4 PY	Hall d'accueil - Ecole Pichere
14h00 18h00	APRES-MIDI JEU DE SOCIETE	Après-midi jeux de société en tout genre (stratégie, ambiance, ...) avec possibilité d'amener ses propres jeux. Dégustation de gaufres au goûter...	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	6 PY	Espace Jeunes

>> lundi 14

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 12h00	BRICOLAGE	Fabrication d'une mangeoire à oiseaux avec des matériaux de recyclage. Chacun repartira avec son projet finalisé et une réserve de graines.	VALENTINE RAOULT	7/11 ans**	4 PY	Hall d'accueil - Ecole Pichereil
14h00 18h00	LASER TAG ET NERF	Jeu avec arme Nerf Rival (ou laser tag) où vous devrez défier vos adversaires en individuel ou par équipe autour de différents scénarios de jeu (capture de drapeau, conquête de base, death match...)	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	6 PY	Rdv Espace Jeunes

>> mardi 15

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 12h00	COURSES DE VOITURES	Apprentissage des bases de la voiture radiocommandée autour de jeux collectifs, défis et courses endiablées. Possibilité de ramener sa propre voiture et mise à disposition de matériel pour les autres.	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	4 PY	Salle Omnisports
14h00 18h00	COUTURE	Apprentissage des bases de la couture autour de projets simples à réaliser (trousse, smooth, ...) à travers lesquels vous pourrez apprendre quelques techniques et utiliser une machine à coudre. Possibilité pour les plus habiles de travailler sur d'autres projets de leur choix.	FX TOULARASTEL et MAXELLENDÉ CHIROL	11/17 ans*	6 PY	Espace jeunes

>> mercredi 16

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 11h00	TENNIS DE TABLE	Apprentissage des règles et techniques de bases à travers des jeux, des défis et des matches.	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	3 PY	Salle Omnisports
11h15 12h15	TENNIS DE TABLE	Apprentissage des règles et techniques de bases à travers des jeux, des défis et des matches.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	3 PY	Salle Omnisports
14h00 18h00	CARTE BLANCHE	Accès libre à l'Espace Jeunes et toutes ses possibilités : jeux de société, babyfoot, fléchettes, discussions, jeux vidéo, activités créatives, internet...	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit	Espace Jeunes

>> jeudi 17

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h00 12h00	VTT	Apprentissage des techniques de bases autour de défis/jeux de maniabilité et d'équilibre sur VTT ou VTC suivi d'une balade sur Trégastel. Prévoir son vélo et un casque (possibilité de prêt de casque si besoin mais pas de vélo).	FX TOULARASTEL et DORIAN CAMPOS	7/11 ans**	4 PY	Rdv Salle Omnisports
14h00 17h00	ESCAPE GAME "Satellites en danger"	L'escape game est un jeu d'enquête collaboratif qui se déroule dans un temps imparti. Plongés au coeur d'une histoire, les joueurs doivent résoudre une série d'énigmes pour mener à bien leur mission avant la fin du compte à rebours.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit ***	Rdv Espace Jeunes

>> vendredi 18

Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Public visé	Tarif	Lieu d'animation
10h30 12h00	ROLLER	Apprentissage des techniques de base à travers des jeux et des défis.	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	4 PY	Salle Omnisports
14h00 18h00	APRES-MIDI RETRO GAMING	Venez tester différentes consoles : Super Nes, Megadrive, Playstation 2, XBOX 360... autour de différents jeux multijoueurs.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	6 PY	Espace Jeunes

*: Activités ouvertes aux élèves de CM2 / **: Activités ouvertes aux élèves de CP / ***: Réservation obligatoire, nombre de places limitées

>> tarifs

Accueil de Loisirs					Activités et Espace jeunes	
Tranches	Quotient familial mensuel	1 journée	1/2 journée	1/2 journée	PY	Prix du PY «Point Yaouank»
1	0 à 512 €	5€00	3€00	2€00	PY	0€75
2	513 à 720 €	8€00	5€50	3€50	PY	0€85
3	721 à 929 €	10€	6€00	4€50	PY	1€00
4	930 à 1 138 €	13€00	7€50	6€00	PY	1€10
5	+ 1 138 €	15€50	8€00	7€50	PY	1€30

Pour établir votre Quotient Familial Mensuel fournir le numéro d'allocation CAF ou bien Attestation CAF ou MSA
Le cas échéant, la tranche 5 sera appliquée.

>> modalités d'inscription

Pour accéder aux différentes prestations du SEJS, il convient de remplir un dossier d'inscription unique ou de vérifier que toutes vos informations sont à jour : vaccinations, changement d'adresse...etc.

● **Inscriptions aux Activités : François-Xavier TOULARASTEL**

02 96 15 92 38 - 07 62 32 61 79 - sportjeunesse@tregastel.fr

● **Début des inscriptions le mardi 1er février à partir de 10h00.**

Inscriptions à la mairie : de 10h à 12h du mardi 1er/02 au vendredi 4/02. Mais également les lundis 7/02 et 14/02 de 10h à 12h.

Sinon, inscriptions par mail ou SMS en dehors de ces horaires avec validation selon les disponibilités de l'animateur.

>> moyens de paiement

● Chèques (à l'ordre du Trésor public) ● Espèces ● Chèques vacances ANCV ● Chèques loisirs CAF
● Pour l'«Accueil de Loisirs» -> facturation après période : règlement Trésor public ou Virement bancaire (si RIB)

>> nos partenaires



Côtes d'Armor.fr