



# L'ECHO ALBANAIS

## LE MOT DU MAIRE

Après un printemps humide et froid, nous venons de passer un été exceptionnel sur le plan ensoleillement et chaleur. Il faut sans doute remonter assez loin dans le temps pour trouver l'équivalent.

Néanmoins, nous voici déjà au mois de septembre qui comme chacun le sait est synonyme de rentrée. Nous pensons tout d'abord à la rentrée des classes des élèves et des enseignants. Il ne faut pas oublier toutes les personnes qui contribuent à la réussite de cette reprise en commençant par la garderie périscolaire et la tenue du restaurant scolaire et les différentes activités de services. La rentrée scolaire s'est déroulée dans d'excellentes conditions dans les deux écoles et les effectifs sont en légère progression. Pour les entreprises, c'est également la reprise après des congés pris en général au mois d'août.

Durant tout l'été, les bénévoles des associations ont animé la commune et le public était au rendez-vous des différentes fêtes proposées qui ont toutes été couronnées de succès. Bravo et un grand merci à tous les bénévoles et leurs responsables pour l'organisation de toutes ces festivités.

Notre bourg, très bien fleuri a fait l'admiration de tous, non seulement des albanaises et albanais, mais aussi des touristes de passage, venus visiter les monuments de la commune et sillonner celle-ci en empruntant les sentiers de randonnées et surtout la vallée de la Flora. Le marché du dimanche matin est très apprécié et a trouvé son rythme de croisière et attiré de plus en plus de clients à la grande satisfaction des commerçants.

### Travaux :

- La garderie périscolaire avance bien et la finition est prévue pour la fin de l'année.
- Le bitumage des routes en enrobé doit-être réalisé courant de ce mois pour la voie allant de la chapelle St Jacques à la départementale D17A ainsi que la Place de Bel-Air et le parking Bel-Air.
- La route de l'Hôtel Gouret suivra après le changement de la canalisation de l'eau potable.

Bonne Rentrée à tous !

Le Maire  
André GOMET

## GYMNASTIQUE FEMININE ALBANAISE



Reprise des cours de gymnastique le mercredi matin 18 septembre de 9 h 30 à 10 h 30, cours de gym entretien ; le jeudi 19 septembre de 19 h 30 à 20 h 45, cours de gym tonic varié avec également cours de zumba inclus. Certificat médical obligatoire. 2 cours gratuits sont offerts pour découvrir nos séances. Plus amples renseignements au 02.96.93.81.54. ou 06.77.17.84.67. Accepte les bons ANCV et les chèques vacances. Possibilité de régler en 2 fois. Réduction de 15 € à toute adhérente née en 1995, 1996, 1997 et 1998.

## ENTENTE CYCLOTOURISTE ALBANAISE

Sorties programmées au mois de Septembre : Départ 8 h 30

**Dimanche 22 : 85 km** - Saint-Alban - Les Rigaudais - Coron - La Vallée - Quintenic - Plédéliac - St Igneuc - L'Epine - Le Boissy - Bréhand - Trégenestre - Pommeret - Les Landes - Andel - Ferme du Laboureur Planguenoual - Quéré - St Alban.



**Dimanche 29 : 75 km OU Virades de l'Espoir à Erquy** - Planguenoual - La Vollée - St. Aaron - La Bouillie - St.Jean - Fréhel - Plévenon - Cap Fréhel - Vieux Bourg - Plurien - La Himbert -La Bouillie - Coron - La Ville Cochard - La Croix des Landes - Les Galimènes - La Vallée - St. Alban .

## UTL

Les activités de l'association ont repris courant septembre. Prochaine conférence réservée aux adhérents **le 26 Septembre à la Salle des Fêtes de Planguenoual** : "La révolution galiléenne, ou la naissance de la science moderne : le passage d'un monde à un autre" par Jean Charles SACCHI, professeur en philosophie. Une interrogation sur les fondements de la "rationalité" de la science .

Possibilité de s'inscrire à partir de 14 h. Pour tout renseignement complémentaire, veuillez, adresser un mail à la présidente : mf.michel@hotmail.fr ou la secrétaire gisele.brueel@free.fr.



## CLUB DES AÎNÉS DE LA FLORA : Activités de septembre

**Marche douce** : les lundis 23 : Oriolo/Le Bois de Coron, 30 : Sables d'or. Rendez-vous sur le parking de la salle des fêtes, départ à 14 h 30.

**Piscine et Aquagym** : les mardis : 17 ,24 septembre et 1<sup>er</sup> octobre de 16 h à 17 h et comme chaque année pour les adhérents inscrits.

**Club du jeudi** : le club reprend ses activités, à la salle des fêtes, comme à son habitude, au rythme de deux jeudis par mois.

### Evénements :

**Paëlla** : cette année, le club organise cette journée le jeudi 26 septembre. Vous pouvez d'ores et déjà vous inscrire en vous acquittant de la somme de 13 € pour les adhérents et de 16 € pour les non adhérents. Tél. : 02.96.32.96.59 ou 02.96.32.43.62.

**Cochon grillé** : le mercredi 2 octobre, le club organise une sortie d'une journée dans les départements de la Loire-Atlantique et du Morbihan avec un déjeuner "cochon grillé" à l'auberge de Grand Baud à Nivillac (56). Les inscriptions sont toujours ouvertes en raison des quelques places restantes.

**Concours de belote** : le mardi 15 octobre, le club organise un concours de belote à l'Attraction. Comme chaque année nous vous y attendons nombreux.

**Le Tarn et l'Albigeois** : Du lundi 19 au dimanche 25 mai 2014, le club organise un voyage de 7 jours pour visiter les merveilles du Tarn et de l'Albigeois. Vous pouvez vous renseigner et vous inscrire dès maintenant auprès de Claude BOUCHER au 02.96.63.10.01.

**Contact du club par mail** : clublaflora@gmail.com, Alain MARIE au 02.96.32.96.59. ou Jacques LEFEUVRE au 02.96.32.43.62.

## COMMUNAUTÉ DE COMMUNES CÔTE DE PENTHIEVRE

### • Compostage et Jardinage au naturel...

Les ateliers «Compostage et Jardinage au Naturel...» redémarrent pour l'automne. Vous souhaitez découvrir ou vous perfectionner au compostage, aux pratiques du jardinage au naturel et trouver des solutions pour valoriser vos déchets verts : rendez-vous à la Pépinière Herbarius à Planguenoual les samedis 14 septembre, 12 octobre et 23 novembre. Les ateliers se dérouleront de 14 h à 16 h 30 dans le jardin.

*A l'attention des personnes déjà équipées d'un composteur de la Communauté de Communes, des aérateurs sont disponibles Afin de faciliter l'aération de votre compost, la Communauté de Communes vous propose gratuitement un mélangeur. Sa forme, similaire à celle d'un harpon, permet d'oxygéner votre produit et ainsi de favoriser sa transformation. Pour cela, il vous suffit tout simplement de l'enfoncer dans votre pile de compost et de le retirer. La configuration de son embout permettant pas ce biais de créer des canaux d'aération. Grâce à ces deux reposeurs, cet appareil permet aussi de ventiler le contenu de votre bac lorsque ce dernier est trop humide. N'hésitez pas à venir vous en procurer un dans la limite des stocks disponibles : un seul sera remis par foyer.*

*Trucs et astuces : Faut-il utiliser des activateurs ? Utilisés pour accélérer la transformation des déchets dont la décomposition est lente (feuilles mortes, carton non coloré en morceaux...), ils ne sont en principe pas indispensables à la réalisation d'un bon compost. Néanmoins, si votre tas de compost manque de déchets azotés (humides/verts/mous) ou si vous souhaitez l'enrichir en micro-organismes décomposeurs et humidificateurs, voici deux solutions simples et naturelles. La première consiste à lui apporter de jeunes orties ou de la consoude, bruts ou sous forme de purin, ou de l'enrichir d'algues marines lavées de leur sel par la pluie. Attention aux dosages excessifs qui risqueraient de créer de nouveaux déséquilibres ! La seconde nécessite l'apport de compost mûr, de fumier ou de bonne terre de jardin.*

Plus de renseignement auprès de la Communauté de Communes Côte de Penthièvre au 02.96.32.98.90. ou en ligne : [www.cdc-cote-penthièvre.fr](http://www.cdc-cote-penthièvre.fr)

### • Cours de danse hip hop année scolaire 2013/2014

La Communauté de Communes organise des cours de danse hip hop, le vendredi de 18 h 30 à 19 h 45 (débutant) et de 19 h 45 à 21 h (première année), à Erquy, de septembre 2013 à juin 2014. Tarif : 60 €, public : collégien/lycéen. Pour s'inscrire : appeler le service Jeunesse Communauté de Communes Côte de Penthièvre au 02.96.32.98.90.

### • Accompagnement pour vos travaux d'économie d'énergie



Réunion publique d'information à Saint-Alban le 2 octobre prochain à 20 h – dans les locaux de la Communauté de communes Côte de Penthièvre (rue Christian de la Villéon 22400 SAINT-ALBAN). Soutenu par la Communauté de communes Côte de Penthièvre, « Vir'volt-ma-maison » est le nouveau dispositif local pour encourager les propriétaires de maison chauffée à l'électricité à réaliser des travaux de rénovation thermique. Les

avantages sont convaincants : aides financières, prêts bonifiés, primes, réalisation des travaux avec des entreprises et artisans locaux labellisés, conseils techniques avec accompagnement gratuit de A à Z par un conseiller de l'Agence Locale de l'Énergie du Pays de Saint-Brieuc.

Une question ? Un projet de rénovation ? C'est l'occasion de rencontrer l'équipe de l'Agence Locale de l'Énergie du Pays de Saint-Brieuc. Contact : Agence Locale de l'Énergie du Pays de Saint-Brieuc, 14 bis rue de Gouédic 22000 St-Brieuc, Tél. 02.96.52.15.70. [virvolt@ale-saint-brieuc.org](mailto:virvolt@ale-saint-brieuc.org)



## MUTUALITE FRANCAISE : Prévention des maladies cardio-vasculaires

Bien que les maladies cardio-vasculaires soient de mieux en mieux prises en charge, il n'en reste pas moins qu'elles continuent de tuer. Deuxième cause de mortalité chez l'homme (juste après le cancer) et première cause chez la femme, elles touchent tous les âges, du fait de l'augmentation des risques que sont le tabagisme, l'obésité, la sédentarité et le stress. C'est pourquoi, la Mutualité Française Bretagne et ses partenaires s'investissent dans la prévention des risques cardio-vasculaires et proposent un ciné-débat sur ce thème au travers de la diffusion du film "c'était un jour d'avril" (d'André CLAMAGIRAND). Dans ce film dont les maîtres-mots sont sensibilisation et prévention de l'insuffisance cardiaque, l'auteur partage une expérience humaine : celle de la maladie dont il a ignoré les signes et celle de cette nouvelle vie qui s'offre aux insuffisants cardiaques à qui la médecine cardiovasculaire offre une seconde chance. Il suscitera des questions auxquelles pourront répondre 5 professionnels de la santé : Dr Cazenave, Cardiologue au Pôle de Santé de Guingamp, Lydie Floury, diététicienne, Maguelone Vallée, animatrice d'activités physiques adaptées, Nathalie Hamon, Infirmière spécialisée en Education Thérapeutique du Patient, et une infirmière tabacologue. Cette soirée débat, dont l'entrée est libre et gratuite, aura lieu au Théâtre du Champ au Roy de Guingamp, **le 26 septembre 2013 de 20 h à 22 h.**

Suite à cette conférence, 3 ateliers auront lieu sur inscription : le 1<sup>er</sup> octobre "une activité physique facile à mettre en œuvre au quotidien", atelier animé par Maguelone Vallée animatrice en activité physique adaptée sur le programme Actimut ; le 3 octobre "les bénéfices pour la santé d'une alimentation équilibrée", atelier animé par Lydie Floury, diététicienne ; le 8 octobre "les outils d'accompagnement sur le sevrage tabagique", atelier animé par une infirmière tabacologue.

Contact : Véronique DIABONDA - Tél. : 06.81.77.04.50 - Courriel : vdiabonda@bretagne.mutualite.fr



## CAVALES D'AUTOMNE 2013

Les Cavales d'Automne reviennent avec une 5<sup>ème</sup> édition qui se tiendra en Pays de St-Brieuc du **samedi 31 août au dimanche 18 octobre**. Coordinée par le Syndicat Mixte du Pays de Saint-Brieuc, elle mettra à l'honneur le cheval et notamment la race bretonne à travers une multitude de rendez-vous équestres et culturels. Ce festival révélera au grand public l'un des patrimoines vivants du territoire : le cheval, les activités et savoir faire hérités et perpétués autour de lui.

### Calendrier des Manifestations :

- Du mercredi 18 septembre au dimanche 15 octobre à Erquy, St Brieuc, Quintin : le cheval s'invite au cinéma.
- Du 20 au 22 septembre à Erquy : jumping d'Erquy plage - concours de sauts d'obstacles.
- Du lundi 23 au samedi 28 septembre à Lamballe : la caravane du Penthièvre - randonnée itinérante.
- Samedi 28 septembre à Lamballe : randonnée vers les Mille Sabots ; en attendant les Mille Sabots - accueil des randonneurs, journée calèche ; finale des chevaux de sport trois ans montés.
- Dimanche 29 septembre à Lamballe : Mille Sabots - fête régionale du cheval.
- Du mardi 1<sup>er</sup> au vendredi 11 octobre à Lamballe : cavales buissonnières - opération pour les scolaires
- Samedi 5 et dimanche 13 octobre à Yffiniac : tous aux courses - courses hippiques.
- Dimanche 6 octobre à Plaintel : randonnée autour de Plaintel.
- Lundi 7 octobre à Plaintel : foire aux poulains.
- Pendant les Cavales d'Automne : exposition Agnès Roy à Lamballe.

Programme complet sur [www.cavalesdautomne.com](http://www.cavalesdautomne.com)



## FRELON ASIATIQUE

### Reconnaissance :

- Frelon asiatique : reconnaissable à sa couleur dominante noire, présence d'un unique anneau orangé, pattes de couleur jaune.
- Frelon européen : reconnaissable à la couleur de son abdomen à dominante jaune, sa tête jaune à brun-rouge.



### Risques et dégâts :

- Risque sanitaire, santé publique : le frelon asiatique est peu agressif lorsqu'il est seul, mais devient virulent à l'approche du nid. Les piqûres sont dangereuses et douloureuses.
- Dégâts sur les ruchers : les apiculteurs vont subir les attaques des frelons asiatiques qui tuent et consomment en masse les abeilles et les larves. La pollinisation peut-être affaiblie en cas d'impact important.

### Attitude à adopter en cas de présence du frelon asiatique ?

- Ne pas entreprendre de détruire le nid seul (démarche très dangereuse qui doit être réalisée par des professionnels).
- Signaler la présence : toute observation doit-être signalée en mairie ou à la FECODEC qui transmet l'information aux services départementaux concernés. Des mesures de vérification et de lutte pourront être ensuite entreprises.

### Plan de lutte et de surveillance

- Piégeage des fondatrices : action ciblée à certaines périodes de l'année (mars-juin) afin de limiter l'implantation de nouvelles colonies.
- Piégeage des ouvrières : le piégeage est réalisé du printemps à l'automne (gelées). Il permet de signaler la présence d'un nid, et affaiblit les jeunes nids.
- Destruction des nids : elle doit-être systématique et est efficace si elle est réalisée avant le départ des fondatrices (septembre).

N'hésitez pas à contacter la **FECODEC Côtes d'Armor** pour obtenir de plus amples informations : 13 rue du Sabot 22440 PLOUFRAGAN Tél. 02.96.01.37.90. - email : [fecodec22@gds.asso.fr](mailto:fecodec22@gds.asso.fr)

## ONAC&VG - Mémoire et Solidarité

**Vous êtes titulaire** d'un titre de reconnaissance de la nation, d'une carte d'ancien combattant, d'une carte de pupille de la nation ou d'orphelin de guerre **ou vous êtes** veuf(ve) d'un ressortissant de l'office national des anciens combattants et victimes de guerre. **Vous pouvez bénéficier des aides sociales et des avantages de l'ONAC & VG.** Pour tout renseignement contacter : Office National des Anciens Combattants et Victimes de Guerre, Service départemental des Côtes d'Armor 12 bis, Rue Notre-Dame 22015 St-Brieuc cédex 1 Tél. 02.96.68.01.44. Fax 02.96.68.01.22. ass.sd22@onacvg.fr

## ANNONCES

### VENTE

- Poussette trois en un excellent état, vêtements de 3 mois à 6 ans petit prix, combinaison hiver bébé, pantalon et veste de camouflage (idéal pour la chasse), meubles bas de buffet : 1 en chêne et 1 en merisier. Tél. : 02.96.34.03.16. heures des repas.
- Touran TDI confort de 2005, 144 100 km, diesel 5 places, 6 vitesses, kit distribution, pompe à eau, courroie alternateur fait à 120000 km. Bloc cadran changé en 2009. 2 pneus quasi neufs. Barres de toit et attache remorque. 7 990 €. Tél. : 06.10.24.40.09 ou 09.63.61.63.81.
- Vends, cause déstockage, poêle à bois, modèle "le Norvégien" marque GODIN, puissance 10,5 kw régulation thermostatique, neuf, dans son emballage d'origine. Possibilité de montage (entreprise agréée Qualibois 2012) et éligible au crédit d'impôt. Prix de vente du poêle HT 890 €. Renseignements au 06.64.86.70.12.
- Polo Volkswagen essence de 1995, 123 000 km, contrôle technique OK. Prix à débattre. Tél. : 06.72.80.72.79.
- Foin en round baller sur St-Alban. Tél. : 02.96.32.98.43.
- Un matelas neuf jamais servi 140 x 190 120 €, 3 tabourets dessus cuir l'ensemble 130 €, 1 plaque vitrocéramique 3 feux marque Rosières 200 €. Prix à débattre. Tél. : 02.96.32.21.82. ou 06.33.24.21.03.
- Maïs ensilage. Tél. : 02.96.32.98.43.
- Pommes de terre 100 % bio. Particulier tél. : 02.96.93.87.28 ou 06.63.95.74.40.
- Nintendo DS d'occasion première génération, couleur noire, prix de base à négocier 39 € - piscine familiale gonflable neuve et jamais utilisée Marque Zwenbad family dimension 260\*173\*52 cm, prix à négocier à 30 € - bateau gonflable marque BESTWAY 1 place voire 2 places, état neuf et jamais utilisé, dimension 186\*100 cm équipé de 2 rames, prix à négocier à 30 € - 2 sièges auto junior de marque GRACO maxi peacoat, bon état général, siège composé d'un réhausseur et d'un dossier renforcé les 2 sont dissociables, destinés aux enfants entre 15 et 36 kg, couleur 1 noir et rouge, l'autre gris et noir, prix neuf vendu environ 120 €, prix à négocier et vendu 55 € l'unité. Tél. : 06.71.80.58.83.
- Pantalons de cheval taille 6, 8,10 et 12 ans 3 € la pièce - 1 bombe 52-56 cm réglable marque Oxyrane 8 €, le tout en très bon état. - Vêtements fille du 5 au 8 ans 1 € la pièce. Contacter le 06.20.81.06.65.
- Scooter 50 cc Yamaha Aerox et antivol. Etat neuf 2093 km visible St Alban 1350 €. Tél. : 06.80.60.82.92.

### EMPLOI

- Sylvie au 07.86.97.30.16., recherche ménage, repassage à faire pour début septembre.

### DIVERS

- Auteur compositeur interprète, donne cours de guitare enfant, adolescent, adultes. L'apprentissage de la musique est dans ce cours comme un loisir culturel qui permet de s'épanouir. Après avoir pris goût à la musique, le travail de l'instrument et l'acquisition des notions théoriques indispensables à la progression, sont grandement facilités. Cette approche convient à un éventail plus large d'individus que l'approche dite «classique» où les résultats ne se font véritablement «entendre» qu'après plusieurs années de travail : apprentissage divertissant avec des chansons actuelles, tablatures, accords, composition, improvisation, accompagnement vocal, exécution musicale en groupe, chant, évolution à un rythme personnel, horaires adaptables, CESU acceptés, prix attractif, paiement souple. Pour 2013/2014, inscription pour Septembre 2013. Réserver vos places immédiatement car les places sont limitées. Renseignements Hervé au 06.50.21.06.13. Siret 342 362 514
- Handball Hénansal - Erquy, pour la saison 2013-2014, le club propose les catégories suivantes : école de hand filles et garçons nés en 2006 /2007, 10 ans mixtes nés en 2004 /2005, 12 ans mixtes nés en 2002 /2003, 14 ans garçons et filles nés en 2000/2001, 16 ans garçons et filles nés en 1998/1999, 18 ans garçons et filles nés en 1996/1997, seniors filles nées en 1996 et avant (l'équipe évolue en pré régionale), seniors garçons nés en 1996 et avant, (l'équipe 1 évolue en honneur régionale et l'équipe 2 en honneur départementale). Nous recrutons dans toutes les catégories. Renseignements auprès de Loïc GOUR au 06.81.35.45.55.
- Mèche à Mèche - Coiffure à domicile : nouvelle tendance, nouveau look ! Profitez des prestations de coiffure et de conseils personnalisés. Contacter Caroline au 06.14.36.70.72.



**Le prochain écho paraîtra le 1<sup>er</sup> Octobre 2013,**  
**les annonces seront à déposer impérativement avant le jeudi 19 septembre à 12 h.**