

la ga zette

Nov/Déc 25 // N°433

Toute l'information
de la ville de Ploufragan



LA VILLE EN ACTION | 07

Restauration scolaire : tri et biodéchets

8 | LA VILLE EN ACTION

Retour sur la Semaine Bleue

16 | REGARD SUR...

Deux sportifs solidaires



VILLE DE
Ploufragan



07|10

Conseil municipal des enfants. Les élèves des classes de CM1 de Ploufragan ont élu leurs conseillers, une fille et un garçon par école, les 6 et 7 octobre.



08|10

264 convives du repas des aînés ont salué les doyens de l'assemblée, Alice Lambert, qui a fêté ses 100 ans le 11 août, et Marcel Huet, 93 ans.



Pascal Dubrunfaut
Maire-adjoint
au développement et patrimoine culturels

Nouvelle saison culturelle : créativité et convivialité au programme

Le service culturel de Ploufragan élabore chaque année sa programmation avec l'idée que la culture est un levier essentiel pour l'épanouissement et la réussite des jeunes, ainsi qu'un droit et un outil pour former des citoyens éclairés et ouverts. En offrant à chaque Ploufranais un accès privilégié à la diversité artistique et patrimoniale, cette programmation 2025-2026 continue de semer les graines de la créativité, de l'esprit critique et de la compréhension mutuelle.

Au programme : une offre variée, riche et adaptée, incluant spectacles vivants (théâtre, musique), expositions, rencontres d'artistes, ateliers créatifs et bien évidemment les « Entrevues mirobolantes », qui sont de retour à l'espace Victor Hugo le samedi 6 décembre (cf. page 10). Cette soirée se déroulera sous la forme d'un parcours semé d'histoires, de jeux de mots, de musique, d'une drôle de conférence scientifique, de danses, de chansons, de sculptures végétales, d'un petit repas, d'un verre. C'est donc la promesse d'un moment de convivialité, de joie et de découverte.

Le jour J, laissez-vous embarquer par l'équipe qui vous guidera de salle en salle. Vous n'avez rien d'autre à faire que réserver votre soirée et prendre votre billet à l'espace Victor Hugo sans tarder car il n'y a que 120 places ! Ainsi, vous vous assurez d'une parenthèse enchantée au cœur de l'hiver.

Belle année culturelle à toutes et tous.

SOMMAIRE



4
LA VILLE EN ACTION
Retour sur la Semaine Bleue Brèves



5
LA VILLE EN ACTION
Plan des mobilités actives
Un pumtrack pour tous



6
LA VILLE EN ACTION
Projet école de La Villette
Travaux école des Villes Moisan



7
LA VILLE EN ACTION
Tri sélectif et lombricomposteurs
Infos vacances de Noël



8
LA VILLE AVEC VOUS
Label E3D pour deux écoles
Le World Cleanup day 2025



9
LA VILLE AVEC VOUS
Nouvelles activités économiques



10-11
S'ÉPANOUIR
ESPACE VICTOR HUGO



12
PRATIQUE ET UTILE
ÉTAT-CIVIL



13
S'ÉPANOUIR



14-15
L'AGENDA
DE NOVEMBRE & DÉCEMBRE



16
REGARD SUR...
Deux sportifs solidaires



Dépôt de la gazette :
Dans les services municipaux
et plus de **30** commerces.
Liste sur www.ploufragan.fr

Mairie de Ploufragan | 02 96 78 89 00 | www.ploufragan.fr | Ouvert le lundi et jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h | Mardi et mercredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 19h, vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30. Distribution de La Gazette : Mairie de Ploufragan (dépôts).

La gazette journal d'informations municipales - Édité par la Ville de Ploufragan | N°433 : Nov/Déc 2025 | Mairie de Ploufragan | 22 rue de la mairie - 22440 Ploufragan | Directeur de la publication : Rémy Moulin, maire de Ploufragan | Comité de rédaction : Bruno Beuzit, Xavier Bizot, Laurence Cotinaux, Mari Courtas, Pascale Gallerne, Annie Labbé, Maryse Laurent, Nathalie Lermé, Emmanuelle Le Bellego, Marie-Ange Le Flanchec, Fabian Lowczyk, Annick Moisan, Christine Orain-Grovalet, Guénola Rousseau, Jérôme Tréton | Rédaction : service communication | Rédactrice en chef : Christine Hélayr | Mise en page et infographies : Anne Marlier | Crédit photo : Anne Marlier, Christine Hélayr, Valérie Desmoulin, José Romussi, Francesca Mantovani | Impression : Anthéa/Guivarch | 3 200 exemplaires | Dépôt légal : à parution



VU SUR LES RÉSEAUX | J'aime



Mais c'est garanti ma passion elle est toujours là !

03|10

Bravo aux commerçants qui relancent une association sur Ploufragan de manière dynamique et originale ! Retrouvez toutes leurs vidéos de présentation de commerçants sur Facebook et Instagram "Les commerçants de Ploufragan"



13|10

Le SPRS renoue avec l'aventure européenne ! Assistez au match du 15 novembre à Ploufragan. Facebook : SprsPloufragan

suivez-nous...



RETOUR SUR LA SEMAINE BLEUE 2025

Focus sur le gallo

À travers une exposition, un film et des animations, la Semaine Bleue a mis en lumière la langue gallo, dite gallo, encore parlée par les anciens Ploufraganaï, ainsi que le patrimoine qui l'accompagne. Retour en images.



Pour l'inauguration, des personnes ont lu ou chanté en gallo. Louis Grosvalet et Françoise Lainé ont présenté un dialogue en gallo d'une scène quotidienne.



Voir toutes les photos sur ploufragan.fr



Pendant l'exposition, le collectionneur Frédéric Raffray a présenté ses coiffes et costumes.



La Marche bleue en musique est chaque année un moment apprécié par les participants.



DANSE-THÉRAPIE À L'EHPAD FOYER D'ARGOAT

Le 17 septembre, les résidents de l'Ehpad Foyer d'Argoat ont découvert une nouvelle activité : la danse-thérapie. Les volontaires ont fait leur première séance avec Clémie Alzon, formée à l'art-thérapie. Tous les quinze jours sur une année, la praticienne leur proposera de la danse centrée sur la joie et les jeux, avec deux objectifs : se rencontrer différemment et développer plus de confiance.

NOËL EN APPROCHE

En décembre, la grande boîte aux lettres du Père Noël apparaîtra à nouveau devant la mairie, pour le bonheur des enfants. Elle sera accompagnée d'un décor illuminé sous lequel vous pourrez prendre des photos souvenir et d'un traîneau et de ses rennes en bois créés par des élèves de la section menuiserie du lycée Jean Monnet à Quintin.



NI PAIN NI TONTES DE PELOUSE POUR LES MOUTONS

20 moutons et 6 chèvres entretiennent plus de deux hectares d'espaces difficiles d'accès sur Ploufragan. Certains habitants leur apportent du pain ou des tontes de pelouse. Ce geste généreux peut pourtant leur être fatal. Ils perturbent leur digestion et bloquent la rumination jusqu'à provoquer des intoxications parfois mortelles. Chèvres et moutons font le bonheur des promeneurs, préservons-les.



PLAN DES MOBILITÉS ACTIVES DE PLOUFRAGAN

Place au vélo

25 kilomètres de voies aménagées ou apaisées sont recensés à Ploufragan. Ce n'est qu'un début. Le plan des mobilités actives qui vient d'être adopté dessine le réseau cyclable de demain. L'objectif : tripler les kilomètres cyclables aménagés d'ici 15 ans.

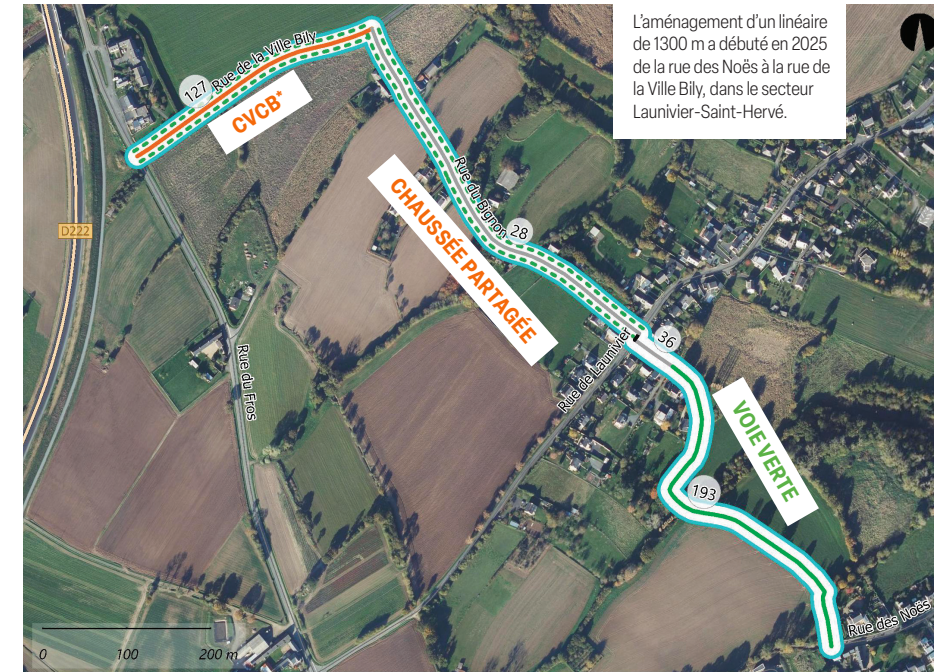
Un diagnostic partagé

La réflexion a commencé en 2024 avec le programme AVELO3 de l'ADEME*, dont Ploufragan était lauréate. La Ville a retenu le cabinet Immergis, spécialisé dans les aménagements cyclables, pour l'accompagner dans l'élaboration de son plan afin que les cyclistes circulent de manière sécurisée sur notre territoire et vers les communes voisines. Un diagnostic approfondi a suivi : balades de terrain, enquête en ligne, relevés techniques et ateliers de concertation avec notamment, le Comité Ploufragan 2050. De cette phase d'écoute se sont dégagés une stratégie et un plan d'actions pour mailler le territoire avec un réseau structurant vers les lieux les plus fréquentés (collège, écoles, gare, pôles d'activités) et un réseau secondaire pour accéder aux commerces et loisirs reliés par un réseau tertiaire.

Et maintenant ?

Pour faciliter dès à présent les trajets du quotidien, le jalonnement des itinéraires existants est programmé en 2026. Les services municipaux aménageront tous les ans un ou plusieurs tronçons. La Ville travaillera en collaboration avec Saint-Brieuc Armor Agglomération et le Département, qui gèrent une partie de la voirie de la commune.

* Ademe : Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie



L'aménagement d'un linéaire de 1300 m a débuté en 2025 de la rue des Noës à la rue de la Ville Billy, dans le secteur Launivier-Saint-Hervé.

* CVCB : chaussée à voie centrale banalisée appelée aussi chaussidou.

OBJECTIFS D'ICI 15 ANS



75 km de voies aménagées



464 places de stationnement de vélo



Prendre en compte la cohabitation piétons/cyclistes dans les futurs aménagements



Jalonner les itinéraires cyclables et piétons

COMPLEXE SPORTIF DU HAUT CHAMP

Un pumptrack pour tous

Au complexe sportif du Haut Champ, la Ville a entrepris cet automne la construction d'un pumptrack. Situé au centre de la piste d'athlétisme, il propose 290 mètres linéaires répartis sur trois pistes de niveaux de difficulté différents, identifiés par des couleurs distinctes. Cet équipement polyvalent rassemble les générations autour du vélo, de la trottinette, du roller ou du skate, des débutants aux sportifs confirmés.



Le pumptrack construit par l'entreprise CG Concept sera ouvert au public prochainement.



L'école de La Villette-Jean Dérian a plus de 50 ans. Malgré un entretien régulier, les choix d'aménagement des années 60-70 ne correspondent plus aux besoins d'aujourd'hui. Le site comporte des atouts : situé dans une zone dense en habitations, il jouxte des terrains municipaux disponibles ainsi qu'un plateau sportif partagé. Mais il connaît plusieurs contraintes : un accès difficile aux heures de pointe, peu de possibilités de stationnement pour les voitures et les deux roues et un accès peu aisé pour les piétons. Une réflexion approfondie est nécessaire pour « penser » la nouvelle école. Elle passe par la concertation. Dans un premier temps, les enseignants, les enfants de l'école et les agents municipaux sont consultés.

Un temps de concertation ouvert à tous

Les parents d'élèves de l'école et les habitants du quartier, ainsi que le comité Ploufragan 2050, ont pour leur part été invités à participer le 9 octobre à une soirée d'échanges et de réflexion. En petits groupes, ils ont imaginé l'école idéale en prenant en compte les besoins en locaux et en équipements, les conditions d'accès à l'école et les espaces extérieurs. « Cette soirée, c'est un pont entre

FUTURE ÉCOLE DE LA VILLETTE-JEAN DÉRIAN

Les Ploufragnais phosphorent sur le projet

l'histoire du quartier et l'histoire à écrire », a souligné Julie Marcuzzi, qui animait la soirée pour le cabinet Istor. Les participants se sont pris au jeu jusqu'à, par exemple, réfléchir de manière très précise à l'organisation du stationnement et des déplacements doux, schéma à l'appui. La sécurité a mobilisé leur attention, avec la volonté de bien séparer les entrées piétons, vélos et voitures. Ils ont différencié les locaux uniquement scolaires de ceux qui pourraient être partagés hors temps scolaire, comme une salle polyvalente mutualisée avec des associations, de manière sécurisée. Ils ont aussi songé à tirer parti de la pente du terrain pour créer un théâtre de verdure. La volonté générale portait sur un espace extérieur bien végétalisé qui comporte des zones pédagogiques (potager, animaux...) et des arbres pour ombrager la cour. « Nos discussions ont été très intéressantes, c'est important pour nous d'avoir exposé nos idées et pensé ensemble la future école », déclare en fin de soirée l'un des participants.

Prochaine étape : le bilan de cette concertation sera présenté début 2026 avant, ultérieurement, la présentation d'un ou plusieurs scénarios d'aménagement.

Travaux d'été À L'école des Villes Moisan

Les vacances estivales ont été mises à profit pour réaliser en régie d'importants travaux à l'école élémentaire des Villes Moisan. Les élèves ont investi avec plaisir leur nouvelle cour, totalement transformée par les services municipaux (environnement et voirie) pendant les congés d'été. Les derniers aménagements et les plantations seront terminés au cours de l'hiver. Les travaux des sanitaires démarrés cet été par l'équipe du service bâtiment sont achevés. L'ensemble a été refait à neuf, du sol au plafond. Les sanitaires filles et garçons qui étaient séparés sont maintenant mixtes, à la demande de l'équipe enseignante.



RESTAURATION SCOLAIRE

Des lombrics digèrent les biodéchets des restaurants scolaires



Un pas de plus sur la voie de la transition écologique. En septembre, des agents municipaux ont suivi une formation spéciale à la cuisine centrale municipale, qui prépare plus de 900 repas chaque jour : ils ont appris à gérer des composteurs d'un nouveau genre, dont les stars sont des lombrics. Les deux premiers ont été installés à la cuisine centrale et près du restaurant scolaire des Villes Moisan.

Comment ça fonctionne ?

Chaque bac, appelé lombricomposteur, est livré avec sa colonie de lombrics qui mange et digère les apports, pour les transformer en compost. Il permet de valoriser entre 600kg et 1 tonne de biodéchets par an (épluchures de fruits et légumes, coquilles d'œufs) mélangés avec des déchets « bruns » (essuie-tout, carton, feuilles mortes). « Le processus réduit les manipulations au maximum, explique Eric Gomit, responsable de la cuisine centrale. À part les apports de biodéchets les jours de repas, aucun brassage n'est nécessaire. Ce sont les lombrics qui font de travail, proprement et sans odeur ».

Dans les restaurants scolaires aussi

C'est toute une chaîne qui a été pensée attentivement. « En amont, nous avons installé des tables de tri dans les restaurants scolaires. Les enfants trient leurs déchets en fin de repas et les agents vidant le seau contenant les « bons » déchets dans le lombricomposteur installé près de la salle de restaurant ». Cette initiative s'inscrit dans une démarche globale anti-gaspillage des équipes de restauration municipale incluant un self participatif. Les enfants se servent eux-mêmes selon leur faim, quitte à se resservir, ce qui réduit le volume des déchets de chaque assiette. L'avantage est double : ce self favorise l'autonomie des enfants et les intègre dans un processus d'éducation à l'environnement.

Le compost produit sera directement récupéré par le service environnement pour les espaces verts communaux. Après une phase de test de plusieurs mois, le dispositif sera étendu aux autres restaurants scolaires de la ville.



L'idée vous intéresse ?

L'entreprise 100% bretonne Organic Worms fabrique aussi des modèles pour les particuliers : <https://www.organicworms.fr>

VACANCES DE NOËL Du 22 au 24 décembre

- Accueil de loisirs 3-12 ans (à la Vallée) et La Passerelle 9-12 ans, école Louis Guilloux.

- Loisirs animation jeunes (12-17 ans) au local jeunes du Pollen
Dates d'inscription et programme sur www.ploufragan.fr

ÉTÉ 2026 : RECRUTEMENT DES ANIMATEURS

**Centres d'été (3-6 ans et 6-12 ans),
Loisirs Été Jeunes (12-17 ans)**

La Ville de Ploufragan recrute des animateurs pour encadrer les accueils de loisirs municipaux d'été : Télécharger les dossiers de candidature sur www.ploufragan.fr, rubrique Les services / Jeunesse-éducation « Le Pollen ».

Date limite de dépôt des candidatures : 19 janvier 2026 (par mail, dépôt ou courrier)



Contact
enfance.jeunesse@ploufragan.fr
Service Jeunesse-éducation-Le Pollen,
esplanade de la mairie 22440 Ploufragan

DÉVELOPPEMENT DURABLE

Nos écoles montrent l'exemple



Récolte de pommes et de poires dans le verger de l'école, avec la classe de TPS/PS de l'école des Villes Moisan.

Deux écoles de Ploufragan viennent d'obtenir le label E3D*, décerné par l'Éducation nationale, qui fait de l'école un lieu d'apprentissage global du développement durable. Cette reconnaissance valorise les actions menées par l'école primaire Louise Michel et l'école maternelle des Villes Moisan qui impliquent élèves, enseignants, parents et personnel dans des projets concrets d'éducation environnementale. En pratique, ça se traduit comment ? La parole aux directrices.

« Le développement durable est déjà dans le projet d'école depuis quelques années, commence Anne-Sophie Rault. L'école maternelle des Villes Moisan a obtenu le niveau 2 du label sur 3. Il vient conforter ce qui est fait et nous motive à poursuivre. Certaines actions menées avec les enfants cochent même plusieurs cases de l'Agenda 2030 du développement durable**, comme le projet solidaire et humanitaire au Maroc qui associait solidarité, fournitures scolaires et lutte contre le changement climatique, avec la plantation d'arbres. » Entre autres actions (le travail sur la différence, le bien-être à l'école, etc.), l'objectif « vie terrestre » est aussi très présent avec la récupération d'eau, le compost ou encore la mise en place d'un verger (jusqu'à la transformation des fruits). À l'école primaire Louise Michel, Elise Lahais met en avant l'investissement de tous. « Les enseignants développent un axe important sur les sciences avec le cycle de l'eau, les énergies, le tri des déchets ou encore la sensibilisation aux milieux naturels.

En termes de pédagogie, plusieurs innovations ont été lancées : classe flexible en GS/CP, classe dehors en PS/MS, podcast sur les femmes inspirantes en CM1-CM2. De leur côté, les délégués du conseil des élèves de l'école portent les souhaits de leurs camarades. Par exemple, ils ont obtenu l'aménagement d'un potager ou encore proposé des pratiques mixtes sur le terrain de sport ».

Les deux directrices mettent également en avant l'importance des partenariats engagés pour pouvoir mener à bien de nombreux projets, que ce soit avec la mairie, d'autres partenaires publics, des professionnels ou des associations. « Le label E3D valorise tout ce travail collectif », conclut Elise Lahais.

* Label E3D : Écoles en démarche globale de développement durable.

** mis en place par les Nations unies en 2015.



Les élèves de l'école Louis Guilloux en action.

Ces écoles répondent à 10 des 17 objectifs de l'Agenda 2030 :

1. Pas de pauvreté
2. Faim zéro
3. Bonne santé et bien-être
4. Éducation de qualité
5. Égalité des sexes
- 6/7. Eau/Énergie propres
12. Consommation et production responsable
13. Lutte contre le changement climatique
- 14/15. Vies aquatique/terrestre
17. Partenariats pour réaliser les objectifs



World cleanup day 2025 : des jeunes motivés

Le 19 septembre, 300 élèves de l'école élémentaire Louis Guilloux, de la maternelle des Villes Moisan et des classes de 5^{ème} du collège de la Grande Métairie ont pris gants et pinces avec leurs enseignants pour ramasser les déchets autour de leur établissement. Depuis plusieurs années, des professeurs s'attachent à entraîner leurs élèves à leur suite pour faire un geste pour leur planète et les élèves se prennent au jeu. Le 10 octobre, c'était au tour des 175 élèves de l'école de La Villette d'agir. « Chaque élève d'élémentaire était associé à un élève de maternelle, explique Camille le Mestre, sa directrice. Les grands devaient veiller sur les petits et leur expliquer comment ramasser et trier ».

NOUVELLES ACTIVITÉS

VOTRE VOYAGE SUR MESURE DE A À Z



Marion de Lavenne a transformé sa passion en métier. Elle a créé « Archives de voyages » pour organiser des vacances sur mesure. Son master d'histoire en poche, la jeune femme a exercé les métiers d'archiviste et de bibliothécaire. Elle a déjà beaucoup voyagé avec son

conjoint (Amérique du sud, Asie, Afrique du nord, etc.), organisant tout à chaque fois, comme avec ses amies, ou encore pour sa famille. Elle vient de sauter le pas « pro » après une formation spécialisée.

« Les gens me disent : je veux un voyage qui me ressemble et qui sorte des sentiers battus ». La « Travel planner » (organisatrice de voyages) prépare des voyages sur mesure en termes d'hébergement, de transport, d'activités, etc. Lunes de miel, longs voyages, road-trips, voire voyages d'affaires, elle permet à ses clients de réduire leur charge mentale. « Tout est réalisable. Je trouve des alternatives en fonction des budgets de chaque personne. » Elle propose aussi des estimations budgétaires gratuites.

Le guide complet qu'elle prépare à ses clients, outil précieux pour leur séjour, devient à leur retour une archive de leur voyage.



06 33 82 15 84
archivesdevoyages@gmail.com
Instagram : archives_de_voyages

IN & OUT AGENCEMENT



Pierre Poilvet a créé son entreprise d'agencement intérieur et extérieur en septembre 2025. Après son BTS aménagement paysager et un CAP de menuiserie, il a travaillé quatre ans comme menuisier-plaquiste chez Reno Eco-Logis, à Quintenic, et a fait le choix de s'installer

à son compte. Il propose ses services en intérieur : pose de parquets, installation de cuisine ou de dressings, agencements sur mesure (aménagement de sous-escaliers et de dressings), pose de cloisons sèches.

En extérieur, l'artisan réalise des terrasses en bois, installe des panneaux brise-vue et des clôtures. Il pose également les menuiseries extérieures.



12 rue des Anémones
06 68 01 64 61
Facebook : In & Out Agencement
Instagram : in.and.out.agencement

BAR « CHEZ ROSALIE »



Ploufraganaise depuis toujours, Carole Saintilan a repris le bar « Le Central » qu'elle a rebaptisé « Chez Rosalie ». Pour la petite histoire, à 19 ans, Carole a travaillé pour Françoise qui a aussi tenu le Central, pendant 22 ans. Elle a poursuivi dans le métier et compte 25 ans d'expérience

en bar et en restauration. « Ce lieu, c'est un challenge pour moi. J'ai envie que les Ploufraganais s'y sentent comme chez eux. J'ai beaucoup de choses à partager, je suis passionnée de théâtre et de fléchettes électroniques qu'on trouvera ici. J'ai pensé « Chez Rosalie » comme un espace de culture vivante où je souhaite accueillir les artistes locaux pour exposer, jouer, chanter ». La scène qu'elle a fait construire recevra des stand-ups* et des concerts. Elle pense développer les after-works, organisera des goûters d'enterrement et pourra mettre la salle à disposition d'associations et d'entreprises. Elle accueille avec plaisir des clients avec leur sandwich car elle ne fait pas de restauration.

* Stand-up : spectacles d'humoristes seuls en scène.



8 rue de la mairie
02 77 13 14 77
Facebook : Chez Rosalie

PET'S FAMILY, UNE PENSION COMME À LA MAISON



Laura Pitois aime les animaux depuis son enfance et a créé sa pension pour chats et chiens, quelle que soit leur taille. Elle est titulaire de l'ACACED (Attestation de connaissances pour les animaux de compagnie d'espèces domestiques) et d'un bac professionnel canin-félin pour lequel elle a travaillé trois ans en alternance dans un élevage-pension canine à Hénansal. Elle accueille les animaux

des particuliers pendant leur absence ; pour les chats peu sociables, elle se rend chez eux quotidiennement. « J'en prends soin comme des miens ». Elle a quatre chats et un chien, Urus, un berger allemand très gentil, tous vaccinés et identifiés.

« Votre loulou passera ses vacances dans notre foyer, sans box, avec de l'attention, du jeu, des câlins et, pour les chiens, des sorties très régulières dans le jardin (700m² clôturés) ».

Les chiens disposent aussi d'une grande pièce spécifique.



2 rue du Tertre Bressin
06 87 72 67 07
petsfamilybzh@gmail.com
Instagram : pets_family_bzh

THÉÂTRE

L'infâme

Théâtre de l'Incendie



Tana, fuyant le domicile maternel, débute une formation en couture. Elle va quitter les terreurs de l'enfance pour affronter sa vie, affronter sa mère. L'infâme débute dans la honte de soi et s'achève avec la victoire d'une guerrière, ferme dans la volonté de se construire un avenir. Entre les deux, des histoires de brodeuses, de couturières, des histoires de fils noués et de fils coupés.

Dans le cadre du festival De Beaux Lendemain (25 au 30 novembre).

VENDREDI 28 NOVEMBRE | 20H | AUDITORIUM.

TOUT PUBLIC, À PARTIR DE 13 ANS. DURÉE : 45 MN

TARIFS : DE 5€ À 6,50€ | RÉSERVATION : 02 96 78 89 24

DÉAMBULATION

Les Entrevues Mirobolantes



► 16h : Petit prélude familial aux Entrevues Mirobolantes

« Le Manipophone » de la Compagnie La Pou-pée qui brûle. Tour de chant marionnettique où vous pourrez revoir ou découvrir les grands classiques de la chanson.

DURÉE : 50 MIN | TOUT PUBLIC | À PARTIR DE 8 ANS | TARIFS : DE 5€ À 6,50€.

► 18h45 : Entrevues Mirobolantes, 11^{ème} édition. Petites formes artistiques pluridisciplinaires dans l'espace Victor Hugo.

DURÉE : 4H | TOUT PUBLIC À PARTIR DE 10 ANS
TARIFS : DE 21€ À 24€ (repas inclus).

Au programme de la soirée :

• *Le Manipophone* (cf. ci-dessus) / *Le pont* de la Compagnie La Bricole – Pont entre danses traditionnelles et danse contemporaine / *Classe express* – Humour, poésie et jeux de mots de et avec Clotilde de Brito / *Moscas* de la Compagnie Tro Héol – Conférence décalée par deux experts des diptères / *Calico Drive* – Folk Roots Songs.

SAMEDI 6 DÉCEMBRE | ESPACE VICTOR HUGO

RÉSERVATION INDISPENSABLE : 02 96 78 89 24 OU CENTRE.CULTUREL@PLOUFRAGAN.FR

Tout le programme...

— ploufragan.fr —

CENTRE CULTUREL

02 96 78 89 24

centre.culturel@ploufragan.fr

MÉDIATHEQUE

02 96 78 89 20

mediatheque@ploufragan.fr

Horaïres de Noël

LA MÉDIATHEQUE SERA FERMÉE LES
26 & 27 DÉCEMBRE, 2 & 3 JANVIER.

RENCONTRE-ATELIER
AUTEURE JEUNESSE

Delphine Jacquot

La médiathèque reçoit l'illustratrice d'albums et de contes pour la jeunesse pour un atelier créatif : un étonnant Père-Noël ! Découverte de ses techniques d'illustration : papiers découpés, collage, dessin...
En partenariat avec le Salon du livre jeunesse de Ploufragan du 3 au 6 décembre.

Mercredi 3 décembre | 14h | Médiathèque

À partir de 6 ans. Sur inscription.

12 places. Gratuit.

ÉCOLE DE MUSIQUE

Concerts des élèves de l'école de musique :

• Mercredi musical

26 nov | 14h30 | hall espace Victor Hugo.

• Jeudi zic aussi "spécial Noël"

18 déc | 18h | hall espace Victor Hugo.

TRICOT & CROCHET

• Mardi 4 nov | 17h/19h

• Mardi 2 déc | 17h/19h

À la Médiathèque



DES LIVRES ET DES TÉTINES

Historiettes et chansonnettes.

• Mercredi 26 nov | 11h/11h30 |

Avec Les conteuses « De Bouche à Oreille ».

• Samedi 20 déc | 11h/11h30.

INSCRIPTIONS MÉDIATHEQUE : 02 96 78 89 20.



CAFÉ MUSIQUE

Une écoute de nouveautés et de coups de cœur musicaux sélectionnés par l'espace musique et par les participants.

Samedi 6 déc | 10h30/12h30 | Médiathèque.

GRATUIT. RÉSERVATION CONSEILLÉE.



EXPOSITION

« Juste végétal » de Sibylle Besançon

Sibylle vit dans un petit village des Côtes-d'Armor, sur les bords de la Rance. Son jardin est foisonnant, le vivant s'y développe. Les plantes sont sa principale source d'inspiration, elle travaille avec elles : de la ronce, des siliques de radis, des pailles, des herbacées, des tiges de toutes sortes. Elle construit, elle joue avec les lignes, les rythmes, les accumulations. Elle donne de l'épaisseur au minuscule, donne à voir le peu visible et partage d'autres visions du vivant.

DU 25 NOV. AU 13 DÉC | GALERIE D'EXPOSITION | ESPACE VICTOR HUGO
ENTRÉE LIBRE.



MOIS DU FILM DOCUMENTAIRE

Entrée libre. Réservation 02 96 78 89 20 ou mediatheque@ploufragan.fr

LES SIRÈNES DE DIEPPE

De Nicolas Birkenstock et Nicolas Engel



À Dieppe, au cabaret « La Sirène à Barbe », Diva Beluga et ses Drag Queens font le show. Le lieu se bat chaque jour pour exister et survit grâce à l'énergie, la persévérance et la foi inébranlable de son équipe. Derrière la fête et les paillettes grondent luttes et résistances.

Projection suivie d'une rencontre avec le réalisateur.

MARDI 4 NOVEMBRE | 20H | AUDITORIUM.

LE VILLAGE QUI VOULAIT REPLANTER DES ARBRES

De Brigitte Chevet



Dans un village breton, la municipalité soutient la replantation de haies. Les arbres ont été arrachés 40 ans plus tôt, lors du remembrement. Avec la technicienne bocage se dessine le rôle fondamental des arbres pour la qualité de l'eau et des sols, la biodiversité, le climat et l'indépendance énergétique.

Projection suivie d'une rencontre avec la réalisatrice.

JEUDI 20 NOVEMBRE | 20H | AUDITORIUM.

RENCONTRE AUTEUR

CARYL FÉREY

Le dernier roman « Grindadrap » de Caryl Férey est un thriller intense qui plonge le lecteur dans l'univers sombre et brutal de la chasse aux cétacés aux îles Féroé. L'intrigue mêle enquête policière, critique sociale et description saisissante des traditions locales, offrant une réflexion sur la violence et la survie. Un récit à la fois captivant et dérangeant, typique du style percutant de l'auteur.

Caryl Férey s'est imposé comme l'un des meilleurs auteurs français de thrillers.

Échanges animés par l'association « Fureur du noir », organisatrice du salon « Noir sur la Ville ». Rencontre suivie d'une vente-dédicaces.

SAMEDI 15 NOVEMBRE | 10H | AUDITORIUM.

Entrée libre. Réservation 02 96 78 89 20 ou mediatheque@ploufragan.fr



EN BREF...

INFO

1000€ POUR ATOUTAGE



Jeudi 25 septembre, l'association Atoutage a reçu un chèque de 1000€ du Crédit mutuel de Bretagne. L'association, composée de résidents et de bénévoles, œuvre pour créer du lien social à l'Ehpad Foyer d'Argoat. Cette somme va permettre de reconduire des actions comme la médiation animale ou des sorties en triporteurs, mais aussi de proposer des animations tout au long de l'année.

NOV/DÉC AU TREMLIN

Permanences

- **UDAF - Point conseil budget :** Vendredi 28 novembre. Sur rendez-vous au 02 96 33 40 76 ou 06 23 57 81 95.
- **Juriste du CIDFF (Centre d'information des droits des femmes et de la famille) :** Jeudis 20 novembre et 18 décembre. Sur rendez-vous au 02 96 78 47 82.

Don du sang

Sensibilisation au don du sang et de plasma par l'Établissement français du sang. Mardi 2 décembre, 9h30-12h au Tremplin.

Formation PSC1 « Ados »

Formation aux gestes simples de premiers secours à travers des mises en situation pour obtenir un certificat de compétences (encadrée par un pompier professionnel). Samedi 15 novembre, 10h-18h, au Tremplin. À partir de 11 ans.

Être parent aujourd'hui

Soirées échanges-débat, animées par des professionnels de santé :
- Le mal-être adolescent, comment le

repérer et l'accompagner au mieux ?

Mardi 25 novembre, 19h-21h.

- **Comment évoquer la puberté avec son enfant ?**

Mardi 2 décembre, 18h30-20h30.

Inscription au Tremplin : 02 96 01 52 10.

AIDE NUMÉRIQUE

• Atelier numérique

Accompagnement personnalisé par des bénévoles (2 à 4 séances par personne) aux personnes souhaitant se familiariser avec internet (ordinateur à disposition) ou à l'utilisation de leur matériel (portable et tablette).

Les mardis 10h-12h. Sur inscription.

• Médiateur numérique :

Un professionnel vous accompagne, dans le respect de la confidentialité, pour réaliser vos démarches en ligne.

Les lundis 14h-17h.

Sur rendez-vous au 02 96 01 52 10.

COMMÉMORATION 11 NOV. 1918

La cérémonie commémorative de l'Armistice de la Première Guerre mondiale aura lieu mardi 11 novembre : 11h monument des Fusillés, rue des Fusillés, 11h30 monument aux morts du centre-ville. Fermeture de la rue de la Poste et de celle de la Mairie, du giratoire du Grimolet à l'intersection des rues de la Fontaine et du Calvaire, de 11h30 à 12h15.

ENVIRONNEMENT

COLLECTE DES DÉCHETS

Poubelle marron (déchets résiduels en sacs) : mercredis 5 et 19 novembre, 3, 17 et 31 décembre.

Poubelle jaune (emballages en vrac) : 12 et 26 novembre, 10 et 24 décembre.

Poubelle verte (verres en vrac) : vendredis 28 novembre et 26 décembre. Direction prévention et valorisation des déchets : 02 96 77 62 65.

Attention ! **Le calendrier de collecte des déchets 2026** sera disponible courant décembre dans les mêmes lieux publics de dépôt que la Gazette (liste sur www.ploufragan.fr).

CIMETIÈRE

Renouvellement des concessions : les titulaires de concessions funéraires sont invités à vérifier la validité de leur titre (durée) pour leur éventuel renouvellement auprès du service administration générale de la mairie. Une liste est affichée à l'entrée du cimetière.

En l'absence de renouvellement, à l'expiration du délai légal de 2 ans, la Ville est en droit de récupérer l'emplacement conformément à la réglementation.



NAISSANCES

Mattia Demissy Gomes ; Eren Demont Mace ; Alyana Devos ; Maël Diallo ; Rosa Dias Moriceau ; Maé Hervé ; Calie Le Gall Pearson ; Sacha Le Normand Colnot ; Maïlys Le Verger ; Mustafa Yahia Haroun ; Imram Zouhar ; Maloya Rouvrais Billiou.

MARIAGE

**Castelo Kiala Tchakussanga Neoracio et Luisa David Kelly
Jérémy Bolloch et Sandrine Prestot
Mylène Vernichon et Mathieu Javelier
Axelle Cassaigne et Guillaume Davoine
Aurélien Guiho et Paula Dias Loulé.**

DÉCÈS

Jean Le Tual, 89 ans
Daniel Fiatte, 87 ans
Michel Messier, 90 ans
Vivienne Joabsing veuve Derrien, 84 ans
Christelle Lucas, 50 ans
Emilie Beyt, 35 ans
Marie Le Mignot, 66 ans
Marie Le Borgne veuve Ramoné, 89 ans
Louis Clarck, 90 ans
Claudine Rault épouse Pinçon, 70 ans
Gaëlle Thibault, 62 ans
Jean-Luc Esnault, 74 ans
Ginette Lamonnier veuve Charles, 95 ans
Méhenna Harrache, 92 ans
Thérèse Roussel, 93 ans
Bernard Richomme, 74 ans
Marie-Louise Serier veuve Serre, 89 ans
Suzanne Gestin veuve André, 89 ans
Madeleine Departout veuve Coualan, 94 ans.

26ÈME ÉDITION DU SALON DU LIVRE JEUNESSE

Avec 22 auteurs, illustratrices et illustrateurs de littérature dont l'invitée d'honneur Sophie Adriansen, autrice de livres jeunesse.

Journée de ventes-dédicaces : **samedi 6 décembre, école Louis Guilloux, 9h30-12h et 14h-18h.**
Entrée libre et gratuite.



Plus d'infos

Facebook @SalondulivrejeunessePloufragan
salondulivrejeunesseploufragan.jimdo.com



NOV/DÉC AU TREMLIN

Sur inscription au 02 96 01 52 10. Gratuit.

• Ateliers parent/enfant, grand-parent/petit-enfant

- Atelier massage des mains
Samedi 8 novembre, 10h15-11h30.
- Création en argile
Mercredi 19 novembre, 17h30-19h30

• Soirée « Pot au feu »

Venez partager un repas seul(e) ou en famille. Possibilité d'apporter un dessert.
Vendredi 21 novembre, 18h30.

• Réalisation de décorations de Noël

- Boules de Noël en crochet
Lundis 17 et 24 novembre, 14h-16h30.
- Calendrier de l'avent, étoiles en papier
Jeudi 27 novembre, 14h-16h.
- Compositions florales, 14h-16h.
Samedi 13 décembre : couronne de Noël
Mardi 16 décembre : centre de table.

• Spécial « Ados »

Repas spectacle
Repas avec sa préparation puis spectacle « L'infâme ».
Vendredi 28 novembre, 17h.
Réunion choix du menu : 12 novembre à 17h.

• Fête de Noël

Vendredi 19 décembre, 16h30-19h30.
Place d'Iroise.
Animations pour les enfants, maquillages, déambulations, spectacle de feu, etc.
Distribution de gourmandises de Noël et boissons chaudes, visite du Père Noël.

EXPOSITION À L'EHPAD

Le lieu d'exposition du Foyer d'Argoat accueille l'exposition photos « Retour de pêche » du briochin Michel Dhainault, photographe professionnel en retraite.
Tout le mois de novembre.
Ehpad Foyer d'Argoat, aux heures d'ouverture. Entrée libre.

OPÉRATION « BOÎTE DE NOËL »



Offrez un cadeau aux plus démunis. Dans une boîte à chaussures mettez un produit chaud, un produit d'hygiène ou de beauté, un loisir, quelque chose de bon, un petit mot ou dessin réconfortant et précisez si c'est pour un homme, une femme ou un enfant.
Organisation : association ELHEA.
A déposer chez Breizh my phone, rue du Calvaire jusqu'au 18 décembre.
contact.boites.22440@gmail.com.

LE TÉLÉTHON À PLOUFRAGAN

Organisé et coordonné par le comité de Ploufragan.

Samedi 6 décembre, salle des Villes Moisan :

- **Marche de l'EPMM sport** pour tous (7km). Départ à 9h.
- **Démonstration de danses** par les Danses Bretonnes de Saint-Hervé, à 11h.
- **Repas dansant** animé par l'orchestre Les retrouvailles, à partir de 12h, salle des Villes Moisan. Menu : jarret ou jambon à l'os frites, fromage, dessert, café. Prix du repas : 16€ (repas à emporter : 15€).

Vente des tickets repas à l'espace Victor Hugo : jeudis 27, vendredi 28 novembre et lundi 1er décembre 15h-18h.

- **Sortie vélo** du Stade ploufraganais cyclotourisme, départ à 14h30.

► Voir aussi les animations du Téléthon pages 14 et 15, surlignées en jaune.



AGENDA

C Culture **L** Loisirs **SO** Solidarité et santé **SP** Sport **T** Transitions **D** Divers

- **Sorties Escap'âges** : inscriptions au 02 96 78 89 27 à partir du 29 octobre.
- **Activités du Centre social Le Tremplin** : inscriptions au 02 96 01 52 10 (fermeture du Tremplin du 25 déc. au 4 janv. inclus).
- **Tous les mercredis, jeux de société** : espace Victor Hugo, 15h-17h.
- **Les animations organisées dans le cadre du Téléthon sont surlignées en jaune**

NOVEMBRE

L **Tout le mois de novembre** : exposition photos de Michel Dhainault, Ehpad (cf.p13).

Mardi 4

T **Atelier lactofermentation de Vert Le jardin**, 32 rue de la mairie (14h-17h).

L **Tricot & crochet**, espace Victor Hugo (cf.p10).

C **Film documentaire « Les Sirènes de Dieppe »**, espace Victor Hugo (cf.p11).

Mercredi 5

L **Escap'âges à Erquy**.

Jeudi 6

L **Atelier numérique**, espace Victor Hugo (cf.p11).

Samedi 8

T **Atelier bee-wrap et tawashi** animé par les Fourmis Vertes, 14h-16h30, Le Tremplin.

L **Atelier parent-enfant**, Le Tremplin (cf.p13).

L **Boum et repas de l'APE des Villes Moisan**, salle du Grimolet.

Samedi 8 et dimanche 9

L **Salon Japan Breizh Con**, parc des expositions.

Du 8 au 30

L **Fête foraine Lunapark** à Brézillet.

Dimanche 9

L **Bourse aux jouets** du Comité d'animation de St-Hervé, salle Alain Le Dû.

Mercredi 12

L **Escap'âges au bowling de Trégueux** (6,50€).

Jeudi 13

L **Spectacle Carmina Burana**, salle Hermione.

Vendredi 14

L **Soirée repas et jeux de société parent-enfant**, Le Tremplin (à partir de 17h).

Samedi 15

L **Salon des métiers et de l'emploi**, parc des expositions.

L **Formation PSC1 pour ados** (cf.p12).

L **Concours de belote par l'association L'Hiron-delle**, salle du Grimolet (à partir de 13h30).

C **Rencontre Caryl Férey auteur de roman noir**, espace Victor Hugo (cf.p11).

L **Spectacle Dragon de Kheiron**, salle Hermione.

Dimanche 16

L **Dépôt-vente de Jeux dit Plouf**, salle du Grimolet (8h-18h).

SP **Trail La Foetadenn**, organisé par l'école Diwan. <https://sport.ikinoa.com/fr/evt/lafoetadenn2025>

Lundi 17

L **Atelier créatif de Noël**, Le Tremplin (14h-16h30) (cf.p13).

Mercredi 19

L **Escap'âges biscuiterie Menou**, Plougonver.

L **Atelier parent-enfant**, Le Tremplin (cf.p13).

Jeudi 20

L **Atelier numérique**, espace Victor Hugo (cf.p11).

L **Dictée du Plou de Fracan**, 19h, Le Tremplin.

C **Film documentaire « Le village qui voulait replanter des arbres »**, espace Victor Hugo (cf.p11).

Vendredi 21

L **Soirée pot-au-feu**, à partir de 18h30, Le Tremplin (cf.p13).

Samedi 22

SO **Initiation aux gestes qui sauvent et séances de home trainers**, centre commercial du Carpont (10h-18h).

T **Troc jardin** au Clos Le Nôtre, rue F. Le Nôtre (14h-17h).

Lundi 24

L **Atelier créatif de Noël**, Le Tremplin (14h-16h30) (cf.p13).

Mardi 25

D **Soirée débat « Être parent aujourd'hui »** (cf.p12).

Du 25 novembre au 13 décembre

C **Exposition « Juste végétal »** de Sibylle Besançon, espace Victor Hugo (cf.p11).

Mercredi 26

C **Des livres et des tétines**, espace Victor Hugo (cf.p10).

C **Mercredi musical**, espace Victor Hugo (cf.p10).

Jeudi 27

L **Atelier décorations de Noël**, Le Tremplin (cf.p13).

Vendredi 28

L **Atelier art floral des Biaux Jardins**, salle du Mille Club.

ASSOCIATIONS
ENVOYEZ VOS INFOS
AVANT LE 25 NOVEMBRE
POUR PARAÎTRE DANS
LA GAZETTE DE JANV/FÉV

Dimanche 7

L **Marché de Noël du comité d'animation de St-Hervé**, salle Alain Le Dû.

SO **Danses en ligne avec FaSiLaDanse**, salle du Grimolet (15h-19h).

SP **Rencontre de clubs d'arts martiaux** organisée par PompomGalli, salle Glénan.

Mercredi 10

L **Escap'âges, marché de Noël à Guingamp**.

C **Film de Noël**, espace Victor Hugo (cf.p11).

Jeudi 11

L **Spectacle de Jérémie Frerot**, salle Hermione.

Vendredi 12

L **Atelier art floral des Biaux Jardins**, salle du Mille Club.

L **Soirée parent-enfant repas et jeux de société**, Le Tremplin (à partir de 17h).

Samedi 13

L **Atelier couronne de Noël**, Le Tremplin (cf.p13).

L **Animation jeux de société** du Centre social, espace Victor Hugo (14h-17h).

Mardi 16

T **Atelier chutney de Vert Le jardin**, 32 rue de la mairie (14h-17h).

L **Atelier centre de table floral**, Le Tremplin (cf.p13).

Mercredi 17

L **Escap'âges sortie cinéma** (7,90€).

L **Sortie familiale cinéma et goûter de Noël**, Le Tremplin (rendez-vous à 13h).

C **Des histoires et des contes**, espace Victor Hugo (cf.p11).

Jeudi 18

L **Atelier numérique**, espace Victor Hugo (cf.p11).

C **Jeudi zic aussi**, espace Victor Hugo (cf.p10).

L **Dictée du Plou de Fracan**, Le Tremplin (19h).

Vendredi 19

L **Fête de Noël**, place d'Iroise (cf.p13)

C **Spectacle « Barbara » de Pietragalla**, salle Hermione.

Samedi 20

C **Des livres et des tétines**, espace Victor Hugo (cf.p10).

Lundi 22

L **Atelier créatif de Noël parent-enfant**, Le Tremplin (14h-16h30).

L **Repas puis spectacle (pour ados)**, Le Tremplin (à partir de 17h) (cf.p13).

C **Théâtre « L'infâme »**, espace Victor Hugo (cf.p10).

Samedi 29 et dimanche 30

L **Marché de Noël de l'Amicale laïque basket**, salle des Villes Moisan (sam. 14h-19h/ dim. 10h-18h).

SP **Concours de pétanque de la Pétanque ploufranaise**, boulodrome vallée du Goëlo (à partir de 13h30).

Dimanche 30

SO **Concert des Chorales Kantarmor et la Chanterelle**, église de Ploufragan (15h30).

SP **Courir dans la vallée du Goëlo**, par l'Amicale laïque athlétisme.

SP **Tournoi de tennis de table de l'Association briochine de sport adapté**, salle des Grands Chemins.

DÉCEMBRE

Mardi 2

SO **Sensibilisation au don du sang**, Le Tremplin (cf.p12).

L **Tricot & crochet**, espace Victor Hugo (cf.p10).

SO **Soirée échanges sur la puberté**, Le Tremplin (cf.p12).

Mercredi 3

L **Escap'âges au casino de Pléneuf-Val-André**.

C **Rencontre-atelier auteure jeunesse Delphine Jacquot** (cf.p10).

Jeudi 4

SO **Marche et goûter de l'Avant 3**, inscription à partir de 13h30. Départ 14h salle du Grimolet.

T **Atelier lactofermentation de Vert Le jardin**, 32 rue de la mairie (14h-17h).

L **Atelier numérique**, espace Victor Hugo (cf.p11).

Vendredi 5

SO **Vente de soupe par les Biaux jardins et de jacinthes par l'EPMM**, place du centre (9h30-12h).

Samedi 6

SO **Journée Téléthon**, salle des Villes Moisan (cf.p13).

C **Salon du livre Jeunesse**, école Louis Guilloux (cf.p13).

C **Café musique**, espace Victor Hugo (cf.p10).

C **Spectacle "Le Manipophone"**, espace Victor Hugo (cf.p10).

C **Les Entrevues Mirobolantes**, espace Victor Hugo (cf.p10).

TRAIL DE LA VALLÉE DU GOËLO

Organisé par l'Amicale laïque Ploufragan athlétisme pour l'association Sidonie Rose
Courses : 9,2 km (10h), 2,2 km (11h30), 1,1 km (11h15) et randonnée 9 km (9h30).
Inscriptions sur Klikego.com ou par mail boge.michel@wanadoo.fr
Contact : 02 96 94 25 61 - 02 96 73 81 15.
Dimanche 30 novembre
Rendez-vous parking du centre commercial du Carpont.

COMITÉ D'ANIMATION
DU QUARTIER DE ST-HERVÉ

- **Bourse aux jouets, dimanche 9 novembre**, 9h30-17h. 5€ la table de 2m.
Chocolat chaud et café.

- **Marché de Noël, dimanche 7 décembre**, 10h-18h.
Salle Alain Le Dû
Réservation et inscription : 06 21 57 62 77 ou torki.ahlem@yahoo.fr





DÉFIS SPORTIFS POUR AIDER L'ASSOCIATION GRANDIR EN GUERRIER

Deux sportifs au grand cœur

Ils sont Ploufraganais, ont le même âge et ont tous deux accompli un exploit sportif pour recueillir des fonds pour l'association Grandir en guerrier (Cf. encadré). L'une court, l'autre marche, mais leur but est le même, se dépasser en aidant les autres.

Eva Gaudin a consacré son été à son challenge. Sportive, elle participe souvent à des trails solidaires. C'est lors de la Marche des globules 2024 à Plérin qu'elle a rencontré l'association. « *Courir pour une bonne cause donnait du sens à mon envie de challenge sportif* » explique-t-elle. Son défi : parcourir 1000 km à travers la France en moins de 60 jours. Du 12 juillet au 11 septembre, elle a traversé le pays du nord-ouest au sud-est. Elle avait aménagé sa voiture pour dormir et rejoindre ses étapes.

« *J'ai voulu fédérer autour de la cagnotte de Grandir en guerrier.* » Sur son parcours, elle a rencontré d'autres associations qui accompagnent les malades et des clubs d'athlétisme, dont les coureurs la suivaient sur les boucles de 20 km qu'elle courait à chaque étape. « *Chaque course était une victoire de mon challenge personnel. Mentalement, le plus éprouvant était d'être tout le temps en mouvement. Mais la cause pour laquelle je courais et la solidarité des coureurs autour du défi me motivaient.* »

Simon Vadet marche depuis plus de six mois. Il aime les défis. Après le tour de Bretagne sur le GR 34 en autonomie en 2022 (2000 km), il a entamé le 12 avril son tour de France par les GR*, soit 8400 km. Dans son sac à dos : tente, vêtements, etc. Il a voulu donner à ce nouveau défi un sens solidaire. Étant tonton et parrain, la cause des enfants lui tient à cœur ; il a proposé à l'association de collecter des fonds. Il marche en moyenne 40 à 60 km par jour, parti du nord vers l'est puis au sud. « *Chaque pas que je fais est aussi un pas pour cette association, commente-t-il. Physiquement c'est exigeant. Mentalement, ça l'est encore plus. Il y a les montées, la fatigue, les doutes... Et puis il y a les paysages à couper le souffle.* »

« *J'ai passé le cap des 5000 km en septembre dans les Pyrénées, poursuit-il, la partie la plus dure et déserte de mon tour de France, où j'ai choisi de suivre le tracé de l'Hexa Trek pour marcher avec d'autres randonneurs.* » Sa famille le

rejoint en Vendée pour l'encourager et l'accompagner dans sa dernière « ligne droite » vers les Côtes-d'Armor.

Les blessures physiques et les coups durs n'ont pas empêché les deux sportifs d'aller au bout de leurs exploits, heureux de concilier leur passion pour le sport et la solidarité envers une cause qui leur tient à cœur.

* Le tour de France par les GR = 177 000 mètres de dénivelé



Suivez et encouragez Simon sur la fin de son parcours, Instagram : [simonvadet](#)
Facebook : [Simon Vadet - Marcher pour grandir en guerrier](#)

L'association **Grandir en guerrier** agit pour l'amélioration du quotidien des enfants touchés par le cancer et l'accélération de la recherche dans ce domaine.

Les **cagnottes des deux sportifs** restent ouvertes aux dons :

pour Simon : urlr.me/ntgSf5

pour Eva : urlr.me/TAP2ky