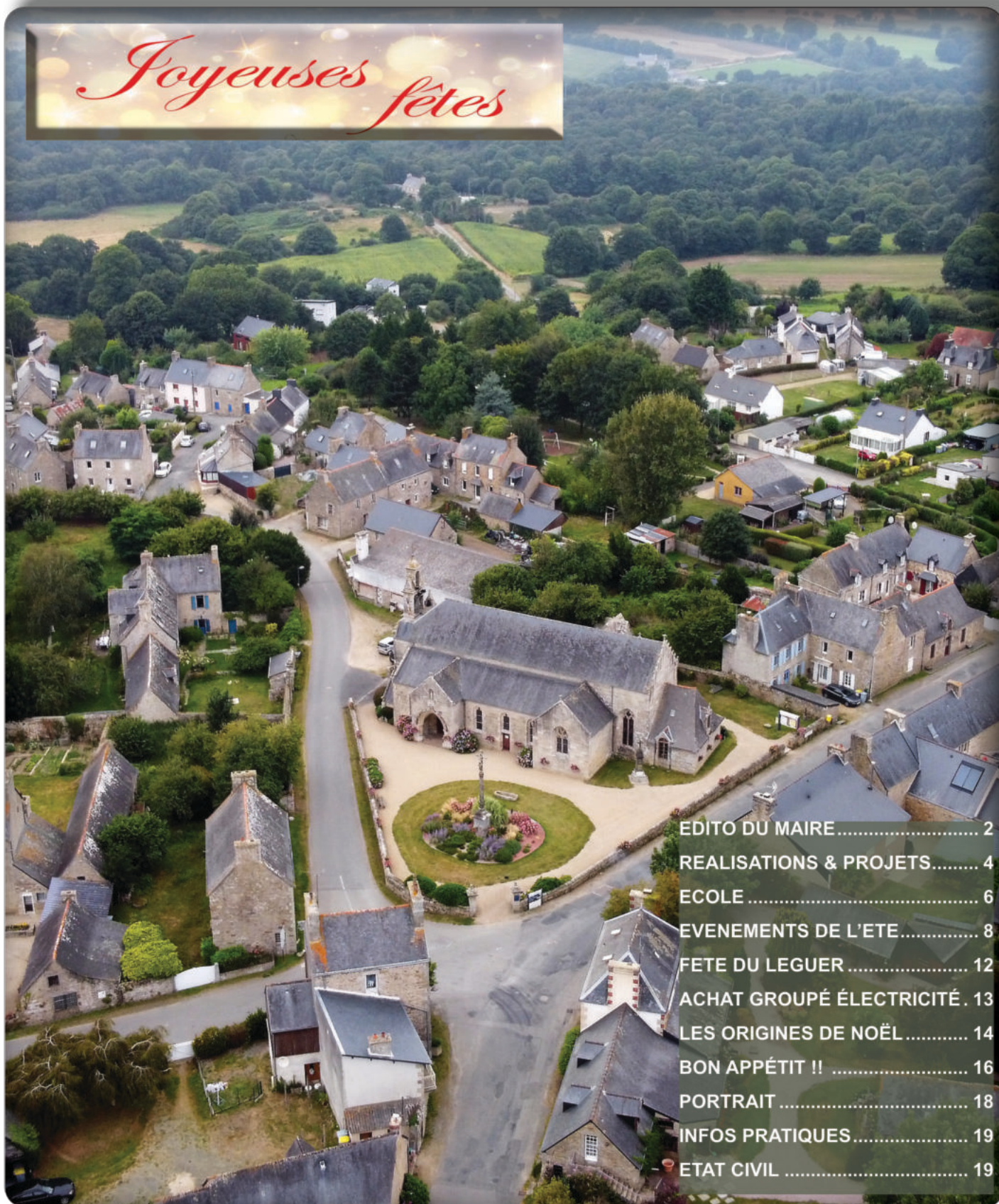


KELOU TREGROM

Journal communal de TREGROM

Joyeuses fêtes



EDITO DU MAIRE.....	2
REALISATIONS & PROJETS.....	4
ECOLE	6
EVENEMENTS DE L'ETE.....	8
FETE DU LEGUER	12
ACHAT GROUPE ÉLECTRICITÉ .	13
LES ORIGINES DE NOËL	14
BON APPÉTIT !!	16
PORTRAIT	18
INFOS PRATIQUES.....	19
ETAT CIVIL	19

EDITO DU MAIRE

Chères Trégromaises, chers Trégromois,

En premier lieu, je souhaite remercier l'ensemble des associations pour avoir, après les allègements des restrictions liées à la pandémie de la COVID 19, su redonner vie à notre village depuis le printemps, ainsi qu'à l'ensemble des participants aux différents événements organisés. Vous trouverez le détail de ces événements page 8 et suivantes de ce journal.

Un petit mot concernant précisément la pandémie, dont l'impact sur la population redevient dramatique et nous place désormais au cœur d'une 5^{ème} vague : rappelons à ce titre que 9 personnes sur 10 actuellement en réanimation sont des personnes non vaccinées (chiffres du 28 novembre). Au-delà des convictions individuelles, toutes respectables, ces chiffres doivent faire réfléchir.

Dans un registre plus positif, soulignons l'avènement d'une des attentes souvent exprimée et sujette à une certaine impatience : l'arrivée de la fibre.

La patience a été largement récompensée et ce nouveau type de connexion au réseau internet tient toutes ses promesses : dans certains cas/lieu/matériel à disposition, le débit est multiplié par 1 000 !

Le deuxième événement tant attendu est, bien sûr, la réouverture du commerce en centre bourg.

En effet, la Mairie de Trégrom a ouvert en régie, ce vendredi 10 décembre, le commerce laissé vacant depuis maintenant plus de deux ans.

Beaucoup de candidats privés s'étaient présentés mais aucun projet ne répondait aux critères présentés par la commune et visant à répondre au mieux aux attentes des habitants.

La réouverture du commerce, décidée il y a un mois, n'aurait pas été possible sans l'implication et l'investissement des bénévoles, des agents municipaux et des élus. Je tiens en particulier à remercier deux "drôles de dames" que sont Mme Danièle MONARD et Mme Isabelle CAVALON (secrétaire de Mairie).

Dans un premier temps, l'épicerie et le bar seront ouverts de façon régulière. Le restaurant proposera quant à lui des repas sur réservation et ce de façon sporadique.

Ce lieu se veut un endroit convivial, intergénérationnel, et répond à une attente mainte fois exprimé par la population de Trégrom.

Des efforts seront fait pour surprendre et innover, de sorte d'attiser la curiosité et la fréquentation qui seule assurera la survie du lieu.

Par ailleurs, la municipalité continu d'agir sur plusieurs fronts :

- L'amélioration de la rentabilité de la chaufferie bois, par le raccordement imminent d'une maison particulière et, à terme, d'un groupe de logements qui seront aménagés dans une grande maison que la mairie vient d'acquérir à proximité de l'école. Ceci est positif pour l'environnement ainsi que pour les finances de la commune.
- Poursuite des travaux dans une maison acquise il y a quelques mois et destinée à la location, répondant ainsi à une demande toujours très forte de logements locatifs.
- Mise en place, cet été, de la "Mission Argent de Poche" à destination des jeunes de 14 à 18 ans. Beau succès pour cette initiative puisque 5 adolescents ont accompagné les services techniques municipaux durant cette période.

Souhaitons ensemble que l'année 2022 soit encore plus riche en événement, réalisations et projets, dans l'intérêt de toutes et tous

Bloavezh mat !

Commerce

Afin de satisfaire le plus grand nombre, le commerce sera ouvert tous les jours, selon les horaires suivants :

Horaires d'ouverture

	Matin		Après-midi	
Lundi	08:45	12:30	16:00	19:00
Mardi	08:45	12:30	16:00	19:00
Mercredi	08:45	12:30	16:00	19:00
Jeudi	08:45	12:30	16:00	19:00
Vendredi	08:45	12:30	16:00	19:00
Samedi	08:45	12:30	16:00	19:00
Dimanche	09:00	12:30	Fermé	

Le bar se veut chaleureux et confortable et l'épicerie propose une large gamme de produits, et du pain tous les matins.



Comptes rendus des Conseils Municipaux

L'intégralité des comptes rendus des Conseils Municipaux est disponible et téléchargeable sur le site internet de la commune à l'adresse suivante :

www.tregrom.fr/index.php/vie-municipale/comptes-rendus-du-conseil

REALISATIONS & PROJETS

Salle des fêtes



AVANT TRAVAUX



APRÈS TRAVAUX

Lors de sa réunion du 26 mai dernier, le conseil municipal avait voté le lancement des travaux de rénovation de la toiture et des huisseries de la salle des fêtes.

Ces travaux sont aujourd'hui terminés.

Pour rappel, ces travaux ont consisté en:

- L'installation de panneaux photovoltaïques et leur raccordement au réseau
- Le remplacement de la couverture par des bacs acier
- Le changement de l'éclairage intérieur au profit de LEDs
- Le changement des 5 portes d'entrée (triple vitrage)

L'investissement global ressort à 56 607,60 € HT et a bénéficié d'environ 70% de subvention se répartissant comme suit:

- Plan de relance du département : 28 200 €
- ORECA : 9 600 €
- Fond de concours LTC Energie : 2 300 €

Travaux de voirie



Cette année encore, un budget important a été consacré à l'entretien et à des travaux de rénovation/amélioration de la voirie.

En voici le détail :

- Fauchage 5 400 euros .
- Point à temps sur plusieurs routes : 5200 euros .
- Marquages au sol; il permet de sécuriser les carrefours dangereux : 880 euros .
- Enrobée de Kernotériou à Toul ar Hars et de Traou stivel à Pors Plunet : 59 800 euros .



Ecole



Afin d'attirer l'attention des automobilistes et d'assurer la sécurité des enfants, une figurine (appelée Arthur) a été mise en place à proximité de l'école.



Les portails de l'école ont été remplacés durant l'été par la société Jardi'Zen Paysage pour un montant 7 873,45 € HT, avec une participation de la DETR à hauteur de 2 364,00 €. Une attention toute particulière a été portée sur la sécurité des enfants lors du choix des modèles proposés par l'installateur.



Logement communal Hent Bras



Réfection de la toiture et isolation des combles réalisées par la Sté LAERON (Trégrom) pour un montant de 4 739,86 € HT, avec l'aide d'une subvention de LTC de 376,50 €.

ECOLE

La classe des Maternelles/ CP à l'école de la forêt

Depuis le mois de septembre et jusqu'au mois de juillet, tous les mardis matins, nous nous rendons en forêt afin de faire la classe dehors. Vers 9h15, nous quittons l'école accompagnés de Lucy Lachuer, notre nouvelle ATSEM et d'un parent lorsque Christelle est absente.

Quelques minutes plus tard, la forêt s'offre à nous et un vent de liberté nous entraîne alors, c'est souvent en courant que les enfants gravissent les marches et traversent le sous bois pour retrouver le superbe abri construit et mis à notre disposition par la commune. Chacun retrouve alors ses marques, on se sent bien chez soi.

Christelle Rohon est animatrice nature de l'association « Eaux et rivières de Bretagne », elle nous a aidé à réaliser ce projet. Elle a mené 5 séances sur le thème du vivant entre septembre et décembre.

Les thèmes abordés et les activités sont toujours différents : activités autour des 5 sens, observation et reconnaissance des arbres, des petites bêtes, mais aussi mathématiques, parcours de motricité et créations artistiques. N'oublions pas le jeu libre car « Les enfants développent souvent durant ce temps davantage de compétences individuelles et sociales que pendant des activités guidées : être capable de planifier et d'agir individuellement ou ensemble avec les autres, être capable de se motiver soi même et les autres, devenir actif avec d'avantage d'appétence. » *

* « L'école à ciel ouvert » de Sarah Wauquiez



Visite du Parc Zoologique et Végétal de Trégomeur le 24 juin



Noël Solidaire !

A l'occasion de nos échanges avec l'école d'Anjanjano (Voir KELOU n°2 page 5), nous avons décidé de créer un calendrier en commun afin de colorier votre année 2022. Ainsi les enfants des deux écoles ont dessiné la Bretagne pour les uns et Madagascar pour les autres.

Les bénéfices seront versés à l'association Docenda qui gère l'école d'Anjanjano.

Pour acheter un calendrier, veuillez vous renseigner auprès de l'école ou de la Mairie.

(1 calendrier 6 €, 2 calendriers 11€, 3 calendriers 15 €, au-delà : 2,50 € par calendrier supplémentaire. Chèque à l'ordre de l'OCCE Trégrom)

L'école de Trégrom vous souhaite de Joyeuses Fêtes de fin d'Année !



Informatique

Dans le cadre de son développement, l'école a poursuivi la modernisation et l'accroissement de son équipement informatique.

A ce titre, elle s'est dotée de :

- 3 ordinateurs portables, connectés au serveur de l'école
- 3 tablettes tactiles avec leur housse de protection
- 6 casques audio avec microphone intégré
- 1 robot programmable
- 2 onduleurs pour sécuriser et assurer la disponibilité du matériel lors de coupures de courant éventuelles

L'investissement global est de 3 935 €, pris en charge à hauteur de 50% par l'état (Ministère de l'Education Nationale, de la Jeunesse et des Sports).

Signalons également le raccordement de l'école à la fibre, ce qui accélère considérablement les débits par rapport à la situation antérieure.



EVENEMENTS DE L'ETE

Concert de musique classique (20/08/2021)



Magnifique concert qui a ravi les amateurs de musique classique. La salle des fêtes a rassemblé le maximum d'auditeurs autorisé soit 50 personnes.

Une interprétation absolument magistrale délivrée par la pianiste Hazel McConnell et le violoniste Gaspard Prénovec, sur des œuvres de Bach, Corelli, Mozart, Händel et Schubert.

Léa chante...

Le 06 Août Léa chante Glenmor, dans le jardin Chauvel : pianiste douée pour l'écoute et l'interprétation. Elle a si bien mis en valeur Glenmor, elle lui rend un hommage sincère.

Le 13 Août Léa chante Piaf toujours dans le jardin Chauvel : elle aborde le répertoire de « La Môme » son spectacle est émaillé d'anecdotes sur la vie de la grande dame.

Expo amateurs et professionnels (salle des fêtes du 16/07 au 01/08, organisée par KERCARENAT)



La création, la confrontation, l'échange et le plaisir motivent nos expos. Grand succès cette année pour cette très belle exposition à l'occasion de son retour à Trégrom, après une édition 2020 frappée par les restrictions sanitaires.



Causerie spectacle de Yves Yger le 25 Juillet devant l'église : « Gros sur la patate »



Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur la véritable histoire des légumes : il fallait être là ce 25 juillet pour le découvrir.

Journée bien-être

Cette journée a eu lieu le samedi 25 septembre.

En matinée, une séance de Qi-Gong animée par une professeure de Plouaret, suivie l'après-midi par une immersion dans le travail maraîcher avec ramassage de courges au champ. Une fois de plus, la quinzaine de participants a montré l'intérêt porté au bien-être et à l'environnement et nous a confortés dans l'envie de continuer à proposer des journées Bien-Être.

Arrachage Balsamine



Équipe de choc cette année encore pour l'arrachage raisonné, sur les rives du Léguer, de la balsamine (*).

Au petit matin de ce 17 juillet particulièrement ensoleillé, une douzaine de bénévoles se sont donnés rendez-vous sur le parking de la salle des fêtes pour se répartir ensuite sur deux sites ciblés.

Journée nature, parfois sportive qui s'est soldée par un sympathique moment de convivialité.

(*) Balsamine :

Grande plante vigoureuse (>150cm), glabre, aux feuilles opposées ou en verticille, nettement dentées, aux fleurs roses, rouges ou pourpres en grappes lâches, odorantes, à éperon court.

Elle se naturalise facilement et devient alors très envahissante : elle est d'ailleurs considérée comme une plante invasive

Outre qu'elle exerce une forte compétition vis-à-vis des espèces indigènes en place qu'elle étouffe, elle déstabilise les berges et les talus, et peut envahir un cours d'eau et gêner son écoulement.



Opération croissants



L'opération croissant, déclenchée au profit de l'amicale des chasseurs et de l'association pour la sauvegarde du Patrimoine, s'est déroulée le 30 Mai.

Elle a mobilisé une dizaine de bénévoles (très) matinaux. En effet, la cuisson a commencé dès minuit le 29. La mise en colis, le pointage par rapport aux commandes et la distribution a nécessité une organisation sans failles.

Les Trégromois et Trégromaises ont ainsi pu déguster ces

viennoiseries à leur petit déjeuner, et ce dès 7h30 le 30.

Merci à ces deux associations pour cette gourmande initiative.



Kermesse de l'Amicale Laïque



Comme chaque année, l'amicale laïque organise une kermesse. Malgré la crise sanitaire, elle a pu avoir lieu dans de bonnes conditions. Le gros lot a été remporté par Mr Hervé Garlantezec, qui pose fièrement avec son enceinte bluetooth.

D'autre part, l'amicale laïque organise un repas à emporter samedi 5 février 2022. Au menu : soupe, tartiflette ou maroflette (tartiflette au Maroilles) et une crème brûlée. Pensez à réserver !

On vous donne rendez-vous l'année prochaine ! Passez de bonnes fêtes de fin d'année !

Amicalement !

Inauguration de la cabine à livres

Cet événement a eu lieu le samedi 11 septembre au parc Chauvel en préambule à une animation de la bibliothèque sur le thème des Carnets de Voyage.

Du démontage de palettes en passant par la création des étagères, cette cabine à livres a pu se faire grâce à de nombreux bénévoles de tous âges, à l'appui technique et financier de la mairie et surtout grâce au talent artistique de Sophie qui nous a guidés dans la réalisation des fresques. Ce projet était mené conjointement par TTS et la bibliothèque.



Potage, Potée, Pommée



Ce ne sont pas moins de 284 repas qui auront été emportés ce 27 novembre 2021. Repas confectionnés à l'initiative de l'association pour la sauvegarde du patrimoine.



Spectacle déambulatoire dans les arbres

Le samedi 28 août, la compagnie costarmoricaine **Herborescence** a proposé son magnifique spectacle sur le site de la Carotte Sauvage à Kerouartz. Cette création inspirée d'un oiseau, la sittelle torchepot, était interprétée par trois danseuses toutes de bleu vêtues, accompagnées de deux musiciens. La prestation a été applaudie par deux cent cinquante personnes. Elle a bénéficié de la subvention départementale « cultures communes » à hauteur de 2 000€.



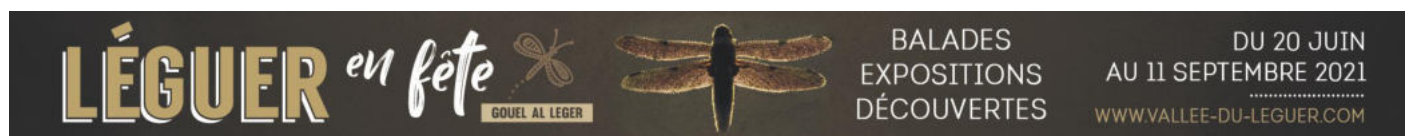
Cette soirée mémorable pour tous les participants, s'est déroulée sous un soleil éclatant, et a bénéficié de l'appui technique de la mairie. Merci à tous les bénévoles qui se sont relayés ce jour là et les jours précédents pour préparer le site, ainsi qu'à l'association Trégrom Terre solidaire qui a organisé cet événement, avec la collaboration de l'association Kercarenat..

Faites de la musique 21 juin

Organisée conjointement par Tregrom Terre Solidaire et Kercarenat, **la Faites de la musique** s'est déroulée au parc Chauvel sous une météo peu engageante. Près de cent personnes se sont malgré tout déplacées pour applaudir les quelque quarante musiciens qui se sont produits sur la scène bien abritée.

Une belle soirée dans une excellente ambiance et dans un décor magnifique. Merci aux arbres du parc !!

FETE DU LEGUER



L'association locale des pêcheurs (AAPPMA du Léguer), en partenariat avec Yannick Tassel, a souhaité proposer un atelier citoyen d'entretien du petit patrimoine naturel et bâti. Ils ont proposé aux co-organisateurs du Léguer en Fête, le bassin versant et l'office de tourisme, d'intégrer cette date dans la programmation de la 25ème édition. Le challenge de cet anniversaire était que toutes les communes du bassin versant, soit 33 communes, y soient valorisées.

En lien avec la municipalité de Trégrom, le choix du site s'est porté sur le pont sur le Frouit, dit pont romain, en haut de la plage de Trégrom. Ce pont et la parcelle en aval avaient fait l'objet d'une mise en valeur, il y a quelques années et tous deux avaient besoin d'un rafraîchissement.

L'idée était de faire (re)découvrir aux nouveaux habitants, et aux plus anciens, leur cadre de vie, la rivière et de les sensibiliser à leur histoire. En arrière-plan, mobiliser les habitants à s'investir autour de la randonnée et de l'entretien de ce petit patrimoine, voire sur d'autres thématiques...

Le Léguer en Fête a à cœur de valoriser les atouts de l'intérieur, ainsi que les populations qui y vivent, dans un esprit convivial. Une quinzaine de personnes ont répondu à l'appel et le débroussaillage a été rondement mené.

Après l'effort, il y a eu le réconfort autour d'un goûter avec des produits locaux. Marie-Thérèse Mahé et Hervé Nicol, férus d'histoire et de patrimoine, sont venus compléter la journée en nous parlant des moulins, de la vie autour des moulins et du viaduc de Trégrom, construit avec l'arrivée du chemin de fer dans le Trégor.

Merci à tous pour cette belle journée !



ACHAT GROUPÉ ÉLECTRICITÉ

A l'instar de la convention Santé Communale signée avec AXA et permettant à nombre de Trégromaises et Trégromois de bénéficier d'une complémentaire Santé à des tarifs très attractifs, la Mairie a signé une convention avec la Sté WIKIPOWER afin d'offrir aux habitants de Trégrom un accès à l'électricité à un tarif avantageux.

Le principe général consiste à regrouper un maximum de consommateurs afin d'obtenir, en quelque sorte, un prix de gros auprès de l'un des fournisseurs d'électricité existants et œuvrant en France.

Une communication sera assurée auprès de tous les habitants pour présenter les détails de l'opération et comment bénéficier de ces conditions de prix avantageux. Néanmoins, voici quelques dates clé à retenir :

- Pré-inscription (cette étape est sans aucun engagement, elle ne fait que marquer votre intérêt a priori) jusqu'au 28/02/2022
- Mise en concurrence des fournisseurs fin février/début mars

Dès le 9 mars, et jusqu'au 31 mars, en fonction des tarifs **effectivement obtenus**, chaque pré-inscrit pourra confirmer sa souscription, ou pas, étant libre de tout engagement lors de la pré-inscription.

Il est à souligner qu'à la demande de la Mairie, le fournisseur retenu s'engage à ne livrer aux participant qu'une électricité 100 % verte.

Il est important de noter que la participation (souscription) à cette convention d'achat groupé est entièrement gratuite.



Pré-inscription et dates des prochaines réunions d'informations sur :

<https://tregrom-energie.fr>



Ou demander votre formulaire de pré-inscription en Mairie

LES ORIGINES DE NOËL

Nedeleg laouen

Noël fait partie des célébrations dont l'origine se perd dans la nuit des temps. Durant trois millions d'années, nos aïeux ont vécu de la nature, en elle et par elle, souvent effrayés parfois émerveillés par ce monde magique, échafaudant un mythe pour tout élément naturel dépassant leurs connaissances, admirant et souvent adorant celui qui éclaire, réchauffe et fait pousser les plantes : le Soleil. Cet astre occupe une place dominante dans chaque culture de la planète, son nom évoquant à la fois une réalité physique observable et une divinité : Culte de Mithra, divinité perse du soleil, Mère Soleil pour les nomades d'Asie centrale, Déesse Soleil au Japon (kami Amaterasu), Sol (déesse du Soleil) dans la mythologie nordique, Shamash chez les Sumériens, Rê (dieu Soleil) en Égypte, Sol (dieu du soleil, de la lumière et de la chaleur) dans la Rome antique, Huitzilopochtli (dieu du Soleil et de la guerre) pour les Aztèques... De même les sites de Stonehenge en Angleterre et de Carnac en Bretagne paraissent orientés par rapport à la course de l'astre solaire.

Ce soleil indispensable à la vie paraît mourir de jour en jour jusqu'au 22 décembre :

- moment où le Soleil atteint l'extrême Sud céleste, et son point d'éloignement maximal de l'équateur céleste.

- moment où la nuit est la plus longue, le jour le plus court

Le grand magicien du Ciel qui apporte la chaleur et la lumière va-t-il définitivement mourir ?

Non, dans la nuit du 25 décembre, il renaît, encore faible mais toujours vivant.

Toutes les civilisations anciennes ont fêté cette victoire de la Lumière et de la Vie sur les Ténèbres et la Mort.

Les langues de plusieurs pays de tradition chrétienne ont conservé la synonymie Dieu et Soleil. Ainsi le dimanche, jour consacré à Dieu, se nomme sunday en anglais (de sun, soleil) et sonntag en allemand. L'étymologie du mot Noël lui-même serait le celte Noïo Hel (nouveau soleil) selon l'hypothèse de Monseigneur Duchesne (Aux origines du culte chrétien).

24 décembre

Depuis l'époque celte, le 24 Décembre est associé à un rite festif.

C'est vers 330 que l'empereur Constantin fixa la date au 25 décembre, mais ne n'est qu'en 353, sous le pape Liberius (ou Liberos) que la fête de la naissance du Christ fut instituée à Rome. La date du solstice d'hiver est reprise afin de remplacer la fête païenne tout en gardant le thème de la **renaissance du soleil**, cette fois identifiée sous la naissance du Christ (dont on ne connaît pas réellement la date). L'Eglise d'Orient qui jusqu'alors célébrait la naissance de Jésus le 6 janvier, adopta elle aussi la date du 25 décembre sur l'initiative de saint Grégoire de Nazianze, célébrant ainsi la venue sur terre du Sauveur. En 425, l'empereur Théodose codifia officiellement les cérémonies de la fête de Noël. Le concile d'Agde en 506 rendit cette fête obligatoire et l'empereur Justinien en 529 en fit un jour férié.

C'est à partir du Ve siècle que l'on commença à célébrer la messe de minuit.

Plus tard, la religion catholique s'installe sur le territoire. Les églises, chapelles, calvaires et coutumes chrétiennes forment notre héritage et s'ancrent dans les mœurs.

La messe de Noël devient alors un rendez-vous incontournable lors du réveillon. Les habitants se rendent à l'église en procession, dans le noir, à la lueur des torches et au rythme des chants de Noël. Ceux restés à la ferme ou à la maison disposent des couronnes de paille dans les champs afin d'assurer une bonne récolte pour l'année à venir. On allume une bûche d'un hêtre, d'un chêne ou d'un ormeau que l'on asperge d'eau bénite et de sel pour la veillée. Les cendres sont récupérées puis conservées dans les maisons jusqu'à l'année suivante pour protéger des incendies.

La place de la culture bretonne

Encore aujourd'hui, l'**identité bretonne** résonne lors des messes du réveillon grâce aux nombreux cantiques chantés en breton par les anciens et repris en chœur par les plus jeunes (qui ne savent pas forcément ce qu'ils chantent). De plus, certains contes Bretons, si souvent transmis oralement, ont traversé les âges, grâce aux écrits de **Théodore Hersart de la Villemarqué**, **Anatole Le Braz** ou encore **Pierre Jakez-Hélias** et viennent bercer les jeunes générations.

Les légendes racontent qu'en cette nuit sainte de Noël, ni les Korrigans ni l'Ankou (le squelette de la mort), ne pouvaient sortir. De même, un conte retrace l'histoire des marins, péris en mer, qui venaient chanter le soir de Noël dans la baie des Trépassés. Les animaux restent éveillés et se parlent entre eux. ***N'eus nemet mab an den hag an touseg a gousk noz Nedeleg*** (Il n'y a que l'homme et le crapaud qui dorment la nuit de Noël) dit un proverbe trégorrois. Et pour que les animaux ne disent pas de mal de leur maître, on leur sert double ration : « ***Noz an Nedeleg 'vez roet o adkoan d'al loened, blamour dehe 'gomzent pe veze arru an hanternoz*** ». (La nuit de Noël, on donne un repas supplémentaire aux animaux, parce qu'ils parlent à partir de minuit).



BON APPÉTIT !!

Nous approchons à grands pas de la fin d'année et des moments festifs et repas qui l'accompagnent.

A cette occasion, nous vous proposons une idée de menu (et sa réalisation) de fête qui pourrait égayer vos réveillons, pour un prix de revient assez raisonnable.

Voici la carte :



A vos fourneaux

Bûchettes de saumon fumé aux crevettes

Ingrédients pour 4 personnes:

4 tranches de saumon fumé
400g de crevettes
40g de pomme Granny Smith
40 g de carotte
40g de céleri branche
1 petite échalote
1 zeste de combava (2 à 3g) ou de citron vert
Le jus d'un citron vert
10 cl de crème liquide 35%
3 cuillères à soupe de mayonnaise maison
1 cuillère à café de ketchup
½ cuillère à café de cognac (ou de whisky)
Sel, poivre et piment d'Espelette

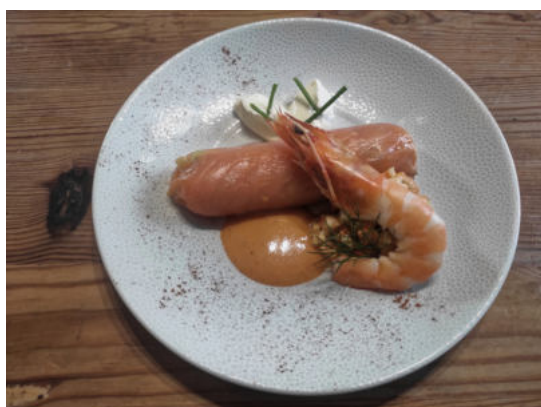
Préparation :

Réserver 4 crevettes pour la décoration, décortiquer le reste et les couper en morceaux d'un centimètre.

Tailler la pomme, la carotte et le céleri en petits dés de 5 mm de côté, hacher l'échalote et le zeste de Combava finement.

Réaliser la sauce cocktail en mélangeant la mayonnaise, le ketchup, le cognac et assaisonner.

Mélanger les crevettes, les légumes et 2 cuillères de sauce.



Mettre une tranche de saumon sur une feuille de papier film, déposer de la salade de crevettes dessus afin de pouvoir former une bûchette, serrer avec le papier film, et réserver au frais pendant 30 min.

Fouetter la crème avec le jus de citron vert et assaisonner.

Retirer le film délicatement, déposer la bûchette sur une assiette, utiliser la crème fouettée, le reste de salade de crevettes et de sauce cocktail pour la présentation.

Ballotine de Volaille farcie aux Morilles, Purée de patate douce et pomme aux fruits rouges

Ingrédients pour 4 personnes :

Filets de volaille : poulet (x4) ou pintade (x4) ou chapon (x2)
 100 g de Blanc de dinde ou de poulet
 1 Blanc d'œuf
 40 cl de Crème liquide 35%
 10 Morilles ou autres champignons
 750 g de Patate douce
 100g de Beurre
 4 petites pommes Golden
 200g de Mélange Fruits rouges
 10 cl de vin blanc sec
 Ciboulette
 1 belle échalote
 Sel, poivre et piment d'Espelette



Réalisation

Éplucher, couper en gros dés et mettre à cuire dans de l'eau salée les patates douces.
 Mixer les 100g de blanc de dinde ou de poulet, ajouter 10cl de crème liquide doucement puis le blanc d'œuf, assaisonner la farce avec du sel et du piment d'Espelette.
 Faire revenir dans 20g de beurre les morilles (préalablement réhydratées si nécessaire) pendant 3 à 4 min, prendre les 6 plus belles et les couper en 2 dans le sens de la longueur, hacher grossièrement les autres et les ajouter à la farce ainsi que de la ciboulette coupée finement.
 Inciser la volaille dans la longueur de manière à la rendre plus plate, puis l'assaisonner de sel et de poivre. Disposer ensuite la farce au centre, puis rouler la volaille à l'aide d'un papier film bien serré, nouer les extrémités fortement avec le film ou de la ficelle, il faut que ce soit hermétique.
 Disposer les ballotines dans une casserole d'eau bouillante et les cuire à petits frémissements pendant 10 min. Retirer ensuite la casserole du feu et laisser cuire 10 min de plus.
 Mettre les fruits rouges à décongeler 2min au micro-onde ou à la casserole.
 Laver les pommes, couper un couvercle d'un centimètre (côté queue) puis à l'aide d'une cuillère les creuser pour retirer les pépins et le trognon sans percer complètement, puis remplir avec les fruits rouges et remettre le couvercle, les mettre à cuire à four chaud à 150° (th5) pendant 35 à 40min.
 Retirer délicatement le film des ballotines, puis les faire colorer dans 30g de beurre en arrosant régulièrement, les réserver au bord du four dans une assiette.
 Hacher l'échalote puis la faire revenir dans la poêle ayant servi à colorer votre volaille, déglacer avec le vin blanc, laisser réduire de moitié, ajouter le reste de crème (20cl) et laisser à nouveau réduire, lorsqu'elle nappe mixez la et remettez doucement sur le feu avec les 12 ½ morilles.
 Réaliser la purée de patates douces, avec 10 cl de crème et 50g de beurre, assaisonner.
 Mettre 2 à 3 belles cuillères de purée de patates douces sur le côté de l'assiette, à l'aide d'une cuillère former une « goutte », déposer à côté la pomme, puis la ballotine coupée en rondelles ou en biseau, napper celle-ci de sauce et disposer 3 ½ morilles dessus et quelques brins de la ciboulette restante.

Entremet chocolat mangue

Ingrédients pour 6/8 personnes :

Biscuit Joconde :

125g de poudre d'amande
 125g de sucre glace
 125g d'œufs (3 petits)
 30g de farine
 3 blancs d'œuf
 30g de sucre
 20g de beurre

Marquise Chocolat :

100g de chocolat noir
 20cl de crème fleurette rouge

Mousse mangue :

1 mangue
 125g de coulis de mangue
 30cl de crème fleurette rouge
 50g de sucre
 6g de gélatine (3 feuilles)

Miroir mangue :

50g de sucre
 10cl d'eau
 35g de coulis de mangue
 2g de gélatine (1feuille)



Réalisation

Biscuit :

Tamiser la poudre d'amande, le sucre glace et la farine, y ajouter le beurre fondu et les œufs, battre le mélange pendant 5 à 10min jusqu'à ce qu'il monte d'une fois et demi. Battre les blancs en neige; quand ils sont montés mais pas fermes, ajouter le sucre et battre encore 2/3 minutes. Les ajouter délicatement au précédent mélange, étaler sur une plaque préalablement recouverte d'une feuille de papier cuisson (sulfurisé), cuire environ 10 min à four chaud 180° (th6). Une fois refroidi hors de la plaque, découper 2 disques de la taille du cercle.

Marquise chocolat :

Mettre à frémir 7,5cl de crème dans une casserole, casser le chocolat en morceaux dans un grand bol, verser dessus la crème frémissante. Monter en « chantilly » 12,5cl de crème, mélanger le chocolat et la crème chaude jusqu'à obtention d'une « pommade », quand ce mélange est refroidi, ajouter la crème montée au fouet.

Déposer un 1^{er} disque de biscuit dans le cercle, verser dessus la marquise chocolat, lisser, mettre le 2^{ème} disque de biscuit, appuyer un peu dessus pour égaliser et mettre au froid.

Mousse mangue :

Mettre à réhydrater la gélatine dans de l'eau froide, éplucher et couper la mangue en petits dés. Monter la crème et le sucre en chantilly, faire fondre à feu doux la gélatine ramollie, mettre le coulis dans un saladier, verser tout en fouettant la gélatine, puis incorporer la chantilly et les morceaux de mangue fraîche, verser ce mélange dans le cercle, lisser en laissant 2mm de la bordure du cercle minimum puis mettre au froid.

Miroir mangue :

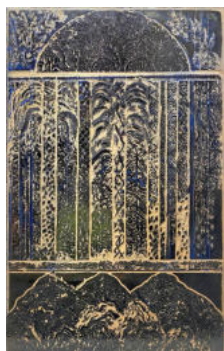
Faire bouillir 2/3 min le sucre et l'eau, ajouter la gélatine préalablement ramollie puis le coulis de mangue, laisser refroidir. Quand le « miroir » est refroidi, le verser sur la mousse passion et remettre au froid 2 à 3 heures.

Une fois l'entremet pris au froid, décortiquer à l'aide d'un chalumeau ou d'un couteau puis décorer le à votre goût.

PORTRAIT

Brunhilde Bordeaux-Groult et Robert Elfgen

Brunhilde BORDEAUX-GROULT



Brunhilde (Française) et Robert (Allemand) ont acquis le manoir du Gouer durant l'été 2020 avec pour objectif de réveiller cette magnifique bâtisse et d'en faire leur lieu de vie et d'inspiration pour la poursuite de leur œuvre, étant tous deux artistes.

Mais revenons un peu en arrière...

Brunhilde et Robert vivent et travaillent en Allemagne.

Elle est artiste et lui artiste-artisan.

En tant que menuisier, il a notamment, et durant 15 ans, travaillé au sein d'une communauté dominicaine en Allemagne. Il a ensuite fait des études d'art à Düsseldorf pour se consacrer pleinement à son activité d'artiste.

Les origines françaises de Brunhilde ont guidé leur choix de venir s'installer en France, en Normandie ou en Bretagne. Proximité de la mer, relative distanciation du tourisme et proximité de la nature étaient les critères à satisfaire.

Le tourisme de guerre et l'implantation d'importants sites industriels proches du nucléaire ont assez rapidement écarté la bande côtière normande.

Le patrimoine et la forte identité culturelle du Trégor, associés au coup de cœur ressenti à la visite du manoir ont fait que c'est là qu'ils ont décidé de poser leurs valises.

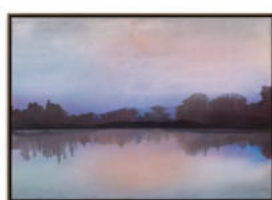
La rénovation intérieure du manoir est en cours, réalisée pour une grande part par Brunhilde et Robert (menuisier d'origine), la solidité et la position du bâtiment l'ayant préservé des assauts du temps concernant le gros œuvre (bien qu'une première rénovation avait été engagée par les propriétaires précédents). Cette rénovation se fait avec des choix respectueux, responsables et esthétiques dans le choix des matériaux.

Leur domicile en Allemagne ayant souffert des inondations catastrophiques qu'a connu ce pays en juillet 2021 ainsi que l'éducation de leurs 4 enfants (9 à 14 ans) les conduisent actuellement à se partager entre l'Allemagne et Trégrom.

Mais c'est bien à Trégrom que Brunhilde, Robert et leurs enfants s'installeront à terme...



Brunhilde BORDEAUX-GROULT



Robert ELFGEN

ETAT CIVIL

Carnet rose

Lana Ingrand née le 2 février 2021
Iwann LE PINVIC LE COQUIL né le 22 mai 2021
Lulu DESCHAUX SANTER né le 1^{er} août 2021

Décès

ROBACHE	Didier	16	juillet	2021
LAGUMINA	Antonio	21	août	2021
AUSSOLEIL	Marc	11	octobre	2021

Mariage

INFOS PRATIQUES

Horaires d'ouverture de la Mairie

La mairie est ouverte au public :
Du Lundi au Jeudi : de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30
Le Vendredi : de 9h à 12h
La permanence du maire est assurée le Samedi matin de 11h à 12h.

Agents Municipaux

Gilles MER	Agent technique à temps plein
Sylvain SALAUN	Contrat aidé à temps partiel (30h / semaine)
Isabelle CAVALON	Secrétaire de Mairie
Nadine ROGARD	Agent communal (30h / semaine)
Anne LEFRANC	Agent communal (25h / semaine)
Philippe PASQUIOU	Contrat aidé de 6 mois à temps plein (rénovation des maisons acquises par la commune) prolongé jusqu'à fin octobre 2022.
Lucie LACHUER	ATSEM (35h / semaine)
Léa KERMABON	Agent communal

Assistants Maternelles

Myriam MORVAN (SALAUN) ☎ 02 96 47 80 99
Morgan DIDIER ☎ 06 82 68 11 23

Urbanisme (2ème semestre)

Permis de construire : 4
Déclarations préalables : 3
Certificat d'urbanisme : 4

Crédits

Ont contribué à ce numéro

- . Jean François LE BRAS
- . Danièle LE BOULANGER
- . Claude COVILLERS
- . Michel FORTUNE
- . Hervé GARLANTEZEC
- . Dominique & Jean HANNEBICQUE
- . Gâelle LEROI
- . Marie Hélène MATTHIEU
- . Jean-Yves MONARD
- . Cédric SAUBAUX
- . Marie-Ange SIEBRECHT

Imprimé par

Point.COM / Saint Agathon

Directeur de publication : Mairie de Trégrom

Lotissement

Mikaia Côtés d'Armor
06 13 16 81 01
contact@mikaia22.eu
www.mikaia22.eu

POUR CES MOMENTS OÙ L'ON SE SENT DÉPASSÉ, MIKAIÀ PROPOSE :

- ESPACE DE PAROLE**
Être écouté pour reprendre appui
- ASSISTANCE INFORMATIQUE & ADMINISTRATIVE**
Se faciliter le tâche en faisant appel à un service global (logiciels, démarches, démarches en ligne, et de documents, coordonnées, ...)
- ATELIERS COLLECTIFS**
Avancer avec d'autres

À DOMICILE
À DISTANCE

B3c Informatique
CLICK N' GEEK
06 73 70 73 80
www.b3cinformatique.bzh

Bastien Morand

Charpente Menuiserie

Bardage Terrasse Isolation

Matériaux sains et écologiques

Bastien.morand@orange.fr

06.30.87.06.19

SAFTI
Csilla CHIMPAN
Conseiller Indépendant en Immobilier
06 83 32 56 54
csilla.chimpan@safti.fr
www.safti.fr

LA CAROTTE SAUVAGE
PRODUCTEURS MARAÎCHERS

MOUCHE
Atelier de métallerie d'Art
créations uniques et sur-mesure
Luminaires Sculptures 35 rue Charles et Henri Avril
Enseignes Verrières 22140 Cavan
Mobilier mouche.metal@laposte.net
Décoration d'intérieur 06 75 39 36 95
mouche-metal.fr

S.A.R.L. ERWAN LAERON
COUVERTURE ZINGUERIE ÉTANCHÉITÉ
02 96 47 97 45
06 21 35 48 92
laeron.ernan@orange.fr
CRECH ALAIN 22420 TRÉGROM

SEM LANNION TREGOR

TRÉGROM RÉSIDENCE PEN AR GUER

LA RÉSIDENCE «PEN AR GUER»
Située à proximité immédiate du centre-bourg, la résidence « Pen ar Guer » participera directement à son fonctionnement. Elle jouit d'une proximité à la salle polyvalente (à seulement une vingtaine de mètres), de l'école (à 300 mètres), ou encore de la Mairie et les commerces à 200 mètres, permettant ainsi la pérennisation de la vitalité communale.

Orientée Sud-Ouest, la résidence « Pen ar Guer » offrira d'intéressantes possibilités d'exposition solaire pour les futures habitations.

La commune de Trégrom accordera une aide significative au primo-accédant.

LA COMMUNE DE TRÉGROM
Commune rurale d'environ 400 habitants, Trégrom se situe au centre du Tregor. Elle est également proche de Gungamp, proche de Lannion et à proximité de la RN 12.

La commune est traversée par le Léguer, petit fleuve côtier mais aussi cours d'eau à saumons. Trégrom est d'ailleurs devenu célèbre pour sa « plage », zone aménagée de la rive droite du Léguer pour la détente et la baignade. Au cœur du bourg se trouve également le parc Chauvel, parc public avec structure de jeux pour enfants, tables de pique-nique, bancs.

• Mairie de Trégrom
Tél. 02 96 47 92 55
mairie.tregrom@wanadoo.fr

DESSCRIPTIF DE L'OPÉRATION

- 6 lots viabilisés et libres de constructeur
- Surface des lots : de 629m² à 954m²
- Situation : Rue « Hent Braz »
- Environnement calme, cadre naturel et préservé
- École, salle polyvalente, Mairie, commerces à proximité immédiate

Terrain livré viabilisé : électricité, téléphonie, adduction eau potable, eaux pluviales, eaux usées (assainissement collectif)

Urbanisme réglementaire : Règlement National d'Urbanisme

N° LOT	Surface en m²	Prix (CTTC)
lot n°1	629	15 100 €
lot n°2	718	17 300 €
lot n°3	815	19 500 €
lot n°4	728	17 500 €
lot n°5	954	22 900 €
lot n°6	708	17 000 €

RÉSERVATION DE LOTS

- Point Info Habitat (PIH)
Tél. 02 96 05 93 50
info.habitat@lannion-tregor.com
- à Lannion au 21 rue Jean Sevidan
du lundi au vendredi : 9h-12h / 13h30-17h30
fermé le mardi après-midi et le vendredi après-midi
samedi : 10h-12h
- à Trégrom sur RDV au 02.96.05.93.50
à la Maison de services au public, les semaines paires, le jeudi de 14h à 17h

MAÎTRE D'OUVRAGE
SEM Lannion Trégor
1 rue Monge 22300 Lannion
Tél. 02 96 05 55 80
sem@lannion-tregor.com
www.lannion-tregor.com

Il reste en vente 3 lots viabilisés et libres de constructeur

- * Surface des lots : de 629m² à 954m²
- * Situation : Rue « Hent Braz »
- * Environnement calme, cadre naturel et préservé

* École, salle polyvalente, Mairie, commerces à proximité immédiate

Terrain livré viabilisé : électricité, téléphonie, adduction eau potable, eaux pluviales, eaux usées (assainissement collectif)

Urbanisme réglementaire : Règlement National d'Urbanisme (RNU)

Aide pour les primo accédants (Mairie de Trégrom)

RÉSERVATION DE LOTS

Mairie de Trégrom : 02 96 47 92 55
mairie.tregrom@orange.fr

LTC :

SEM LANNION TREGOR
02 96 05 55 80
1 Rue Monge – 22300 LANNION