



EN CHOISSANT LES ARTISANS, LES COMMERCANTS, LES SERVICES PRES DE CHEZ VOUS, VOUS PROTEGEZ LA PLANETE ET VOUS FAITES DES ECONOMIES EN CONSOMMANT MOINS DE CARBURANT

MENCOBOIS SARL

MENCOBOIS

Menuiserie Conception Bois

ANTHONY NICOLAS

18 rue d'Inzal
56190 Muzillac
06.14.50.93.59
mencobois@gmail.com
www.mencobois.com

Menuiseries
Bois - Alu - Pvc - Mixte
Ouvertures - Portails
Cloisons sèches - Isolation
Extensions bois - Carports
Terrasses - Pergolas
Aménagements intérieurs

Frédéric LANGLOIS
Gérant

METALELEC

CHAUDRONNERIE NAVALE

L'ATELIER DE L'INOXYDABLE

15 Bis Parc d'Activité de l'Estuaire - 56190 ARZAL

06 60 51 90 32
www.metalelec.com • metalelec@yahoo.com

LMT services
la main tendue

- Aide aux gestes quotidiens
- Aide ponctuelle
- Aide au déplacement
- Aide à l'urgence

La qualité à votre service
Un service à la personne au quotidien pour bien vivre chez soi

angelique.beret@lmt-services.fr
7 Grande Rue
56190 MUZILLAC
07 66 33 99 84

Mémo Utile est distribué
gratuitement dans les boîtes aux lettres et
imprimé à 6300 exemplaires

Urgences

URGENCES EUROPEENNES- POMPIERS . . . 112 ou 18
CENTRE ANTI-POISON ET TOXICOVIGILANCE
ANGERS 02 41 48 21 21
GENDARMERIE **MUZILLAC** 17
S.A.M.U. (URGENCES GRAVES UNIQUEMENT) /
C. HOSPITALIER **VANNES** 02 97 01 44 15 ou 15
SAUVETAGE EN MER-ETANG V.H.F. canal 16 et 196
S.O.S. MEDECIN (CLINIQUE OCEANE) **VANNES**
. 0 825 89 89 94
URGENCE AERONAUTIQUE 191
URGENCES DENTAIRES (DIMANCHES / JOURS FERIES)
. 02 97 63 12 73
PERSONNES AYANT DES DIFFICULTES A PARLER OU
MALENTENDANTES (FAX ou SMS) 114
PHARMACIE DE GARDE. 32 37
ELECTRICITE (dépannage) 09 726 750 56
GAZ (dépannage) 0 800 47 33 33

PERTE ou VOL :
- CARTES DE CREDIT 0 892 705 705
- CHÉQUIERS 0 892 683 208

Neuf & Rénovation
| CARRELAGE |
| FAÏENCE |
| MOSAÏQUE |
| DALLAGE |
| CHAPE TRADITIONNELLE |

JULIEN MADOUAS 06 89 31 18 59
carrelage.mds@gmail.com
10 bis P.A. de l'Estuaire - 56 190 ARZAL

**PLAQUISTE
JOINTOYAGE
PEINTRE**
Placo • Sol • Isolation

CÉDRIC KERROUAULT
06 50 82 06 97
kerrouaultced@gmail.com
5 Allée des lilas - KERVY
56190 NOYAL - MUZILLAC

Espace Beauté - Bien-être

Couleurs **Naturel**

SALON DE COIFFURE
Coloration 100% végétale

MUZILLAC Face à Action

02 97 41 68 36

Postes et agences postales communales

MUZILLAC : 7 rue Richemont
PLATEFORME DE DISTRIBUTION DU COURRIER
-Consommateurs 36 31
-Entreprises 36 34

Lundi au vendredi : 9h-12h30 / 14h30-17h30
 Samedi / 9h-12h30

ARZAL : 2 place de l'église : 02 97 45 02 43
 Lundi au samedi : 9h-12h30

NOYAL MUZILLAC : 02 97 47 59 29
 Lundi au samedi : 9h-12h

MÉDICAL-PARAMÉDICAL

AUDIOPROTHÉSISTE-ACCOUSTICIEN

MUZILLAC ALAIN AFFLELOU.....02 97 13 43 94

CENTRE DE DIALYSE

MUZILLAC UNITE AUTODIALYSE E.C.H.O.....06 26 97 75 28

CENTRES DE REEDUCATION / READAPTATION / SOINS DE SUITE / ADDICTOLOGIE

BILLIERS
 CENTRE DE POSTCURE PSYCHIATRIQUE ET DE READAPTATION (M.S.A. : MUTUALITE SOCIALE AGRICOLE).....02 97 48 61 61
DAMGAN LES PETITS FRERES DES PAUVRES.....02 97 41 18 40
NIVILLAC C. HOSPITALIER DE BASSE-VILAINE.....02 23 10 10 08
VANNES
 C. HOSPITALIER BRETAGNE ATLANTIQUE :
 -ADDICTOLOGIE.....02 97 01 49 04
 -SERV. REEDUCATION FONCTIONNELLE.....02 97 01 41 14

CENTRES MEDICO-PSYCHOLOGIQUES ET SOCIAUX

MUZILLAC
 CENTRE MEDICO-SOCIAL :
 CENTRE PSYCHOTHERAPIQUE DE JOUR : -ADULTES.....02 97 41 58 60
 ENFANTS ET ADOLESCENTS.....02 97 41 61 70

CHIRURGIENS-DENTISTES

AMBON GOUBY HELENE.....02 97 41 24 10
MUZILLAC
 EVANNO JULIE / GAMBAUD EMILIE / LEROUX LAURINE / JOSSO JEAN-FRANCOIS/ LE GALUDEC JEAN-PAUL / WACHTHAUSEN MARC.....02 97 41 59 42
 LAPTEFF FABIENNE.....02 97 41 46 90 ??

CHIRURGIENS DENTISTES SPECIALISES EN ORTHODONTIE

MUZILLAC ANTON GUILLAUME.....02 97 48 30 08
QUESTEMBERT FARA DAVID.....02 97 26 51 55
SAINT AVE RIALLIN MARINE.....07 60 61 56 56
VANNES
 ERNOUIT JEAN-FRANCOIS / PAISANT GUILLAUME.....02 97 47 65 03
 FLOCH JEAN-MICHEL.....02 97 47 23 14
 LAMOUR AUDREY.....02 97 63 80 05
 WOLFF FRANCK.....02 97 62 00 22

HOPITAUX / CLINIQUES

MALESTROIT
 CLINIQUE DES AUGUSTINES.....02 97 73 18 00
-CARDIOLOGIE
 -HOPITAL DE JOUR GERIATRIQUE ET CONSULTAT*
 MEMOIRE.....02 97 73 18 23
 -HOPITAL DE JOUR REEDUCATION
 ET BALNEOTHERAPIE.....02 97 73 18 22
 -SERV. RADIOLOGIE / ECHOGRAPHIE /
 MAMMOGRAPHIE.....02 97 73 18 32
VANNES
 C.H. BRETAGNE ATLANTIQUE.....02 97 01 41 41
 -CHIRURGIE UROLOGIQUE.....02 97 01 42 83
 -CHIRURGIE VASCULAIRE.....02 97 01 99 49
 -MEDECINE POLYVALENTE.....02 97 01 48 93
 -SECRET. CTRE DE TABACOLOGIE.....02 97 01 47 26
 -SECRET. SOINS LONGUE DUREE.....02 97 01 41 95
 -SERV. CARDIOLOGIE.....02 97 01 41 32
 -SERV. GASTRO-ENTEROLOGIE.....02 97 01 41 34

-SERV. HEMODIALYSE.....02 97 01 41 42
 -SERV. ONCOLOGIE.....02 97 01 45 47
 -SERV. URODYNAMIQUE-REEDUCAT° PERINEALE.....02 97 01 41 88
 HOPITAL PRIVE-CLINIQUE OCEANE.....02 97 47 13 59
 -CENTRE D'ONCOLOGIE SAINT YVES.....02 97 62 50 00
 H.A.D. : HOSPITALISATION A DOMICILE.....02 97 62 56 20
 CLINIQUE ESTHETIQUE BROUSSAIS OCEANE /
 ALFA LASER CENTER.....02 99 23 64 23
RENNES CTRE REGIONAL DE LUTTE CONTRE LE CANCER
 EUGENE MARQUIS.....02 99 25 30 00
SAINT HERBLAIN / NANTES
 INSTITUT DE CANCEROLOGIE DE L'OUEST.....02 40 67 99 00

CLINIQUES ET HOPITAUX PSYCHIATRIQUES

SAINT AVE ETABL. PUBLIC DE SANTE MENTALE.....02 97 54 49 49
SENE CLINIQUE DU GOLFE.....02 97 54 09 09

E.H.P.A.D. / FOYERS-LOGEMENTS PUBLICS

MUZILLAC RESIDENCE L'OCEANE / E.H.P.A.D.....02 97 48 60 60
FEREL MAISON DE RETRAITE / FOYER LOUISE CRUSSON...02 99 90 02 87

INFIRMIERS / INFIRMIERES (CABINET, SOINS A DOMICILE)

AMBON
 COLOMBIE VIGINIE.....06 17 22 10 51
 CAB. MEDICAL : KARINE GADBY.....06 03 28 21 73 / 06 32 29 73 15
 -ALLAIX ORNELLA / COLLAS CHRISTELLE / FROMONT FABIENNE /
 LE PALLEC GAËLLE / COSQUERIE TYPHAINE.....06 03 28 21 73
ARZAL
 COSPEREC CHARLENE / EVAIN JULIETTE / LE JALLE STEPHANIE
06 08 46 92 26

COUDERT GAËLLE.....06 63 48 04 98
DAMGAN
 GUINEBERT ISABELLE / DESPEAUX GWENOLA.....07 67 26 39 33
 MAUREL AGNES / FROMONT FABIENNE.....02 97 48 79 81 / 06 03 28 21 73
 RICHARD EDITH.....06 11 72 20 61 / 02 97 41 07 98
 SORIN AURELIE.....02 97 41 48 97
LA TRINITE-SURZUR
 BODIER CHRISTINE / LEMASSON FRANCOISE.....02 97 42 16 23
LAUZACH
 KLOGOT ANNE / TRIBALLIER EMILIE /
 GIRARD ENORA / MABON AURELIE.....06 58 46 99 63
LE GUERNO
 LE GALUDEC JEAN-MARIE.....06 30 88 34 90
MUZILLAC
 ALLANIC MARIE-THERESE.....02 97 41 52 52 / 06 07 38 81 04 ??
 CANEVET MURIEL / QUATREVEAU MURIEL.....02 97 41 52 52
 DANIEL LAURENCE / DRENO LUCIE / GUYOT MADDY /
 TRIBALLIER JULIEN.....02 97 41 48 97
 PEREZ PAULINE / VANNIER SEBASTIEN / CAZOT SOAZIG
06 15 23 15 83 / 02 97 45 64 83
 THOMAS MELANIE / ANDRE SEVERINE.....02 97 41 45 54
NOYAL-MUZILLAC
 HAVART GILLES / DUSSURGEY YOANN.....02 97 41 46 62

LABORATOIRE D'ANALYSES DE BIOLOGIE MEDICALE

MUZILLAC OCEALAB.....02 97 41 63 90

LABORATOIRE D'ANALYSES INDUSTRIELLES

LA VRAIE CROIX EIBA : EAUX / SOLS / DECHETS.....02 97 67 53 70

Nouveau dans la région

1 TEMPS POR'ELLE

Plus qu'une friperie,
un concept store
*" l'endroit incontournable
 pour dénicher des pépites "*

12 Ter rue Joseph Sauveur
 (proche de la rue St James de La Roche Bernard)
 56130 NIVILLAC
Parking Privatif

FRIPERIE

- Vêtements
- Chaussures
- Sacs
- Accessoires
- Bijoux
- Objets de décoration

Un temps por elle

tél. 02 99 70 62 38

Médical - Paramédical

CENTRE AUDITIF
ALAIN AFFLELOU
Acousticien

MUZILLAC
PA Espace Littoral
Rue des Silènes
Tél. 02 97 13 43 94

RETROUVEZ-NOUS SUR alainafflelou-acousticien.fr ET SUR

MASSEURS-KINESITHERAPEUTES

AMBON

BRIDOUX AMAURY / RIBOT AURELIE..... 02 97 68 71 54
 NISON VERONIQUE..... 02 97 48 12 47
 ROULLIER FRANCKY..... 06 44 24 71 87

ARZAL

BERT ALEXANDRA / FLOCH BENOÏT / BOUDRY CAMILLE /
 ROCHETEAU VINCENT..... 02 97 45 09 88
BILLIERS MEHUIS MAËL..... 06 72 07 85 69 / 02 97 45 67 07
DAMGAN REMY BOUVIER..... 06 59 68 47 87

LAUZACH

BARREAU MARION / BRIARD CYRIELE..... 06 16 92 77 91
 CAOUS ANTOINE / BOULLANGER BASTIEN /
 VIGO-BENIA JULIA..... 02 97 01 95 42

MUZILLAC

ABGRALL EMMANUELLE / SAFFRAY GWENAËLLE /
 ZAMPIERI ANTONY..... 02 97 41 40 53 / 02 97 41 51 25
 GALLAIS CHRISTOPHE / GURIEC GAËL..... 09 81 73 90 10
 BOUDJEMA MANUEL..... 02 97 48 65 02
 CHANUT PIERRE..... 02 97 41 54 75
 PAWLIK CORINNE..... 02 97 48 65 73

NOYAL-MUZILLAC

LE MOIGNO ANNE-CATHERINE / MADEC ELODIE /
 GOUBAUD AURELIE / PEDRON THIBAUD..... 02 97 41 51 08

MEDECINE : DERMATOLOGIE

AMBON NICOL CHRISTELLE..... 02 97 41 06 03

MEDECINE GENERALE

AMBON

MAISON MED. : EON HELENE / GUERBER ERIC / LEMASSON JEAN /
 RAULT ALEXANDRA / CHAMPENOIS ARNAUD / NEVE EGLANTINE /
 BERTHELOT LAURE / LEROUX STEPHANIE..... 02 97 41 06 03
DAMGAN LAMY PASCAL..... 02 97 41 10 50
 RICHOMME CAMILLE..... 02 97 67 23 63

LA TRINITE-SURZUR

HAUGUEL-JAUNIAU SABRINA / POUSSSET NICOLAS /
 KERJEAN GUILLAUME..... 02 97 44 09 86

MUZILLAC

BERTHELOT LAURE..... 02 97 41 06 03
 LE FAILLER CHRISTIAN..... 02 97 41 67 43
 LE GLAUNEC MARC..... 02 97 45 66 66
 MAISON MED. : GIGUET ALBAN / TRICOT NATHALIE /
 CAUCHOIS EMILIE / BERTHELOT EMMANUEL / GENDRON HELENE /
 LAVERGNE JULES / BERCU SANDRA (+ HOMEOPATHIE) /
 LAMPERIERE CHARLOTTE..... 02 97 48 61 48

NOYAL-MUZILLAC

MAISON MED. : DANIEL AURELIE / BILLY HELENE /
 RASSE MARIE / DURLIAT KARINE..... 02 97 41 57 07

MEDECINE : RADIOLOGIE / IMAGERIE MEDICALE / SCANNER / OSTEODENSITOMETRIE

MUZILLAC CAB. DE RADIOLOGIE : ANDRE KERVAIRE / JARDRY DENIS
 02 97 41 55 91

VANNES

C. HOSPITALIER BRETAGNE ATLANTIQUE :

-SERV. RADIOLOGIE-MAMMOGRAPHIE..... 02 97 01 41 17
 -SERV. SCANNER-I.R.M..... 02 97 01 41 18
 Site CLINIQUE OCEANE

DENSITE 56 : RADIOLOGIE / IMAGERIE..... 02 97 46 11 26

R.I.V.A. : Réseau d'Imagerie Médicale Vannetais :

-CAB. DE RADIOLOGIE DU PORT..... 02 97 42 54 32
 -CENTRE D'IMAGERIE Médicentre..... 02 97 63 35 63
 -CENTRE D'IMAGERIE-SCANNER Porte du Golfe..... 02 97 62 55 55
 -I.R.M. DU GOLFE..... 02 97 62 57 10

MEDECINE DU TRAVAIL : A.M.I.E.M.

MUZILLAC..... 02 97 45 60 40

ORTHOPHONISTES

AMBON MAISON MEDICALE : DRESCHER LENAÏG..... 06 69 18 34 26

MUZILLAC

ARINO JANIC / LEPPERT DANIELLE / PAULINE IMBERT..... 02 97 45 66 69
 DRESCHER LENAÏG..... 06 69 18 34 26
 ECHAPPE ARMELLE..... 06 62 18 58 80
 PAJAUD CAROLINE..... 02 97 48 69 23

ORTHOPTISTES

AMBON BERGOT MARION..... 06 75 79 38 45
SARZEAU GRENECHE BERENGERE..... 06 59 90 58 75
 WERNER ANAÏS..... 09 63 59 82 77

PEDICURES-PODOLOGUES

AMBON MAISON MED. : DUPUIS ANNE /
 BOCQUEHO MARC / CHEVALIER BENOÏT..... 02 97 41 06 03

MUZILLAC

CAPELLE GWENAËL..... 02 97 41 63 40
 HAMON-GRUEL FREDERIQUE..... 02 97 41 59 17

PHARMACIES

DAMGAN PHIE DE L'ESTRAN..... 02 97 41 12 54

MUZILLAC PHIE DE L'EGLISE..... 02 97 41 67 11
 PHIE DU MARCHE..... 02 97 41 66 21
NOYAL-MUZILLAC PHIE DE NOYAL-MUZILLAC..... 02 97 41 46 77

PSYCHOLOGUES

MUZILLAC COMPAGNON AGNES..... 06 87 01 30 65

NOYAL-MUZILLAC

HANGOUËT JACQUELINE..... 06 70 34 26 72 / 02 97 41 44 59

SAGES-FEMMES

LA TRINITE SURZUR BODIER CHRISTINE..... 02 97 42 16 23

MUZILLAC RUBAUD MARIE-PIERRE..... 06 15 66 75 20 / 02 97 45 61 42
 QUESTEMBERT CLODIC MELANIE..... 06 28 51 95 69
SARZEAU LEGRIFON EMELINE..... 06 11 95 62 09

VETERINAIRES

MUZILLAC CL. VET. FLEURY LUDOVIC..... 02 97 41 51 57

QUESTEMBERT

CL. VET. DU CENTRE : MOTTAIS ALEXANDRE / BAGAUT-HERTEL LAËTTIA /
 HERTEL JULIEN / SZYMKOWIAK MANON..... 02 97 26 57 75

SURZUR CL. VET. : BOERLEN FRANCOIS /
 CHEURET CELINE / NATALIZIO ALEXANDRE /
 THEVENIN CHRISTOPHE..... 02 97 42 12 74

THEIX-NOYALO CL. VET. PATTE DE VELOURS :
 GUILLEMOT SOPHIE / MAENNEIN EMMANUELLE /
 CHEFJEC ROXANE..... 02 97 43 03 08

ENSEIGNEMENT

TRANSPORTS SCOLAIRES

<https://www.breizhgo.bzh/transports-scolaires/morbihan>

COLLEGE PRIVE

MUZILLAC COL. SAINTE THERESE (+ S.E.G.P.A.)..... 02 97 41 69 89

COLLEGE PUBLIC

MUZILLAC COL. JEAN ROSTAND (+ S.E.G.P.A.)..... 02 97 41 66 49

ECOLE MATERNELLES ET PRIMAIRES PRIVEES

AMBON EC. PRIM. SAINTE JEANNE D'ARC..... 02 97 41 19 61

ARZAL EC. PRIM. SAINT CHARLES..... 02 97 45 02 38

LAUZACH EC. PRIM. NOTRE-DAME DE LA CLARTE..... 02 97 67 04 16

LE GUERNO EC. PRIM. SAINTE ANNE..... 02 97 42 97 85

MUZILLAC EC. PRIM. SAINTE BERNADETTE..... 02 97 41 67 38

NOYAL MUZILLAC EC. PRIM. SACRE COEUR..... 02 97 41 54 10

VANNES EC. PRIM. DIWAN..... 02 97 47 85 92

ECOLE MATERNELLES ET PRIMAIRES PUBLIQUES

AMBON EC. PRIM. L'AVOCETTE..... 02 97 41 18 17

**La qualité
à votre service**

Un service
à la personne au
quotidien pour bien
vivre chez soi

LMT services
la main tendue

angelique.beret@lmt-services.fr
7 Grande Rue - 56190 MUZILLAC

07 66 33 99 84

lmt-services.fr

-CANTINE..... 02 97 41 13 33

ARZAL EC. DU PIGEON VERT..... 02 97 42 94 79

BILLIERS EC. PRIM. THEODORE MONOD..... 02 97 41 53 34

DAMGAN EC. PRIM. HENRI MATISSE..... 02 97 41 13 80

LA TRINITE-SURZUR EC. PRIM. LES CERISIERS..... 02 97 42 17 77

LAUZACH EC. PRIM. LA FARANDOLE..... 02 97 67 09 12

MUZILLAC EC. PRIM. POUL PIKAN..... 02 97 41 60 29

NOYAL MUZILLAC EC. PRIM. JEAN-MARIE BOEFFARD..... 02 97 41 58 83

LYCEES D'ENSEIGNEMENT AGRICOLE / MARITIME / ENSEIGNEMENT SUPERIEUR / FORMATION PROFESSIONNELLE

AURAY

LYCEE AGRIC. ET HORTIC. KERPLOUZ-LA SALLE..... 02 97 24 34 46
 -C.F.A.(privé)..... 02 97 24 34 45

ETEL LYCEE PROF. MARITIME AQUACOILE..... 02 97 55 30 66

SAINTE JEAN BREVELAY

LYCEE PROF. AGRICOLE ET HORTICOLE (public) /
 CTRE DE FORMATION ADULTES HORTICOLE (C.F.A.)..... 02 97 60 31 93

LYCEES D'ENSi Gaël, PROFESSIONNELS, TECHNOLOGIQUES PRIVES ENSEIGNEMENT SUPERIEUR / FORMATION PROFESSIONNELLE

ARRADON UNIVERSITE CATHOL. DE L'OUEST..... 02 97 46 33 60

GUERANDE (44) LYCEE LA MENNAIS..... 02 40 62 08 20

SAINTE MOLF (44) LYCEE PROFESSIONNEL KERGUENEC..... 02 40 24 91 55

VANNES LYCEE GENERAL DIWAN..... 02 97 62 60 80

LYCEE PROFESSIONNEL NOTRE-DAME LE MENIMUR..... 02 97 54 03 31

LYCEE SAINT JOSEPH LA SALLE..... 02 97 63 14 63

LYCEE SAINT PAUL..... 02 97 63 16 74

GUERANDE (44) LYCEE GALILEE..... 02 28 55 91 21

QUESTEMBERT LYCEE POLYVALENT MARCELIN BERTHELOT
 02 97 26 18 83 / 02 97 26 12 06

VANNES

LYCEE ALAIN RENE LESAGE..... 02 97 46 61 10
 LYCEE CHARLES DE GAULLE..... 02 97 40 30 22
 LYCEE PROFESSIONNEL GUEHENNO..... 02 97 43 76 00
 LYCEE SAINT FRANCOIS-XAVIER..... 02 97 47 12 80
 LYCEE PROFESSIONNEL SAINT GEORGES..... 02 97 46 60 30

ENFANTS ET ADOLESCENTS

AMBON ACCUEIL DE LOISIRS..... 06 85 52 01 08 / 02 97 41 12 06

ESPACE JEUNES..... 07 57 07 30 41

ARZAL LES PETITS BABADINS..... 09 84 54 63 61

MAISON D'ASSIST. MATERNELLES L'ÎLE AUX POUSSÉS..... 02 22 07 10 59

DAMGAN ACCUEIL JEUNES LE LOKAL..06 18 92 46 60 / 02 97 41 18 84

CENTRE DE LOISIRS (3-12 ans)..... 06 79 66 10 45 / 02 97 41 02 79

Qu'est-ce que la DMLA ?

La Dégénérescence Maculaire Liée à l'Âge est une maladie dégénérative de la rétine d'évolution chronique qui touche les personnes de plus de 50 ans.

Elle atteint la région maculaire, c'est à dire la zone centrale de la rétine, entraînant une perte progressive de la vision centrale, fine des détails (gêne pour la lecture de près, la conduite automobile...). Elle laisse habituellement intacte la vision périphérique ou latérale. Les patients atteints de DMLA ne deviennent donc jamais aveugles puisqu'ils gardent leur vision périphérique.

Les facteurs de risque clairement définis de la DMLA sont l'âge et le tabac. Des facteurs génétiques sont aussi en cause et pourraient déboucher sur des thérapeutiques spécifiques.

Carrelage - Construction bois - Electricité - Maçonnerie - Plomberie - Chauffage

FLC Fabien Le Cadre

PLOMBERIE SALLE DE BAINS CLÉ EN MAIN

CHAUFFAGE **Toutes énergies**

www.plomberie-chauffage-lecadre.com
lecadrefabien@orange.fr

1 rue des Artisans - ZA de Questanette - 56190 MUZILLAC
02 97 41 57 63 / 06 48 44 45 11

C² Bois

Charpente Bardage
Ossature bois Terrasse

NOYAL MUZILLAC • 06 76 95 91 06
charles.cormerais@c2bois-charpente.fr - c2bois-charpente.fr

-INDEPENDANTS36 98
-chèques C.E.S.U.0 806 802 378

AGRICULTURE
VANNES CHAMBRE D'AGRICULTURE02 97 46 22 00
MUTUALITE SOCIALE AGRICOLE (M.S.A.)02 97 46 52 52

TRIBUNAUX
VANNES COUR D'APPEL DE RENNES02 97 43 77 09
TRIBUNAL DE COMMERCE -19 rue du Commerce02 97 47 96 33
-Greffe et Registre de commerce 19 rue des Tribunaux02 97 47 22 89
TRIBUNAL JUDICIAIRE /
AFFAIRES SANITAIRES ET SOCIALES02 97 43 77 00
CONSEIL DES PRUD'HOMMES02 97 42 72 73
LA MAISON DU DROIT02 97 01 63 80

NUMEROS UTILES

AEROPORTS / TRANSPORTS DIVERS
LORIENT-LANN BIHOUE02 97 87 21 50
MONTERBLANC-MEUCON (AERODROME)02 97 60 78 79
NANTES ATLANTIQUE-BOUGUENAIS0 892 568 800
RENNES-SAINT JACQUES DE LA LANDE02 99 29 60 00
VANNES GARE S.N.C.F.36 35
COMPAGNIE DES TRANSPORTS DU MORBIHAN02 97 01 22 01

CULTES
ARZAL (LA ROCHE-BERNARD) PRESBYTERE02 99 90 61 14
MUZILLAC PAROISSE02 97 41 67 49
PLOURAY-GOURIN ASSOCIATION DRUKPA /
CTRE D'ETUDES DU BOUDDHISME TIBETAIN02 97 34 82 65
VANNES EGLISE PROTESTANTE EVANGELIQUE02 97 47 16 75
EGLISE PROTESTANTE UNIE MORBIHAN EST09 71 45 93 38
LA NOUVELLE EGLISE EVANGELIQUE DE FRANCE06 10 72 88 11

REFUGES - PROTECTION DES ANIMAUX / OISEAUX
FEREL LE RADEAU DES ANIMAUX06 21 10 14 39
INZINZAC-LOCHRIST S.P.A.02 97 36 02 26
LANGONNET LE REFUGE DES OUBLIES (EQUIN)06 95 57 24 65
LARMOR-PLAGE S.P.A. DE LORIENT02 97 33 70 90
LORIENT FOURRIERE02 97 64 25 21
MALGUENAC S.P.A. PONTIVY02 97 27 30 39
QUIBERON L'ECOLE DU CHAT02 97 30 59 49
VANNES S.P.A.02 97 42 43 74

SERVICES A LA PERSONNE
MUZILLAC LMT SERVICES07 66 33 99 84

NAUTISME

Consultez le site de la mairie

AMBON
AMICALE DES PLAISANCIERS02 97 41 56 13
ASSO. DES USAGERS DES MOUILLAGES DE LA BAIE
DE KERVOYAL02 99 52 36 60
ARZAL-LA ROCHE BERNARD
ASSO. DES PLAISANCIERS DU PORT ARZAL-CAMOËL
(Capitainerie)contact@appac56.fr
ETABL PUBLIC TERRITORIAL DU BASSIN DE LA VILAINE :
EAUX ET VILAINE02 99 90 88 44

ElecExpert
Electricité & Automatisme

**Electricité
Domotique
Photovoltaïque
Borne de charge**

Muzillac
06 48 01 48 69
contact@elecexpert.fr

Horaires d'éclusement du Barage d'Arzal :
<https://www.lavilaine.com/index.php/fr/eclusages-du-jour>

PORT DE PLAISANCE ARZAL-CAMOËL02 97 45 02 97
BILLIERS PORT DE PEN LAN02 97 41 64 23
VOILES TRADITIONNELLES EN BAIE DE VILAINE06 47 75 52 32
DAMGAN
ASSO. DES DETENEURS DES MOUILLAGES :
-DE PENERF ET DE L'ANSE DU DIBENN06 88 89 32 71
-DE DAMGAN-LITTORAL SUD06 76 88 50 74
-DU PORT DE PENERF06 07 80 22 84
CLUB NAUTIQUE06 09 86 64 09
PORT DE PENERF (Cie des ports du Morbihan)02 97 42 63 44
S.N.S.M.06 22 64 35 41

SOCIAL

ARZAL
FAMILLES RURALES02 97 45 05 51
HANDI AVELEN (équitation adaptée)06 67 53 42 17
DAMGAN
C.C.A.S.02 97 41 27 46
LES PETITS FRERES DES PAUVRES02 97 41 18 40
LAUZACH
RENSEIGNEMENTS AUPRES DE LA MAIRIE02 97 42 16 02
MUZILLAC
DONNEURS DE SANG06 19 26 64 72
F.A.V.E.C. - ASSO. D'AIDE AUX PERSONNES VEUVES02 97 41 67 19
LE REVE D'ALAIN (ENFANTS MALADES)06 29 56 85 63
LIGUE CONTRE LE CANCER06 75 66 62 33
RESTOS DU COEUR02 97 41 27 24
SECOURS CATHOLIQUE06 08 82 03 35
SENE EMMAÛS02 97 66 01 77

CULTURES ET LOISIRS

Consultez le site de la mairie et les associations

AMBON
ECOLE DE MUSIQUE06 23 40 18 48
LA CLIQUE A CLAQUES02 97 41 17 35

L.A.E.P. « LA P'TITE PAUSE »02 97 48 68 21
MUZILLAC
MAISON DE L'ENFANCE / RELAIS PARENTS ASSISTANTS MATERNELS
.....02 97 48 68 31
MULTI - ACCUEIL02 97 41 59 33
PROTECTION MATERNELLE INFANTILE (P.M.I.)02 97 75 29 79
NOYAL MUZILLAC
ACCUEIL DE LOISIRS TY MOUN02 97 41 65 47
SERV. ENFANCE/JEUNESSE (MAIRIE)02 97 41 50 34

NUMEROS ADMINISTRATIFS

ALLO SERVICE PUBLIC39 39

LORIENT SERVICE SOCIAL MARITIME02 97 37 44 00
MUZILLAC CONCILIATEUR DE JUSTICE06 22 56 05 80
RENNES CONSEIL REGIONAL02 99 27 10 10
VANNES C.A.F. : ALLOCATIONS FAMILIALES32 30
C.C.I. : CHAMBRE DE COMMERCE ET INDUSTRIE02 97 02 40 00
CONSEIL GENERAL DU MORBIHAN02 97 54 20 92
MISSION LOCALE (EMPLOI pour les 16-25 ans)02 97 01 65 40
PREFECTURE (tous services)02 97 54 84 00
-Accueil téléphonique permis de conduire02 97 54 86 93
SECURITE SOCIALE (C.P.A.M.)36 46
U.R.S.S.A.F. : EMPLOYEURS39 57

NEUF & RENOVATION

Julien LE GOUESBE
ARTISAN MAÇON

Parc d'Activités du Moulin Neuf 3
Lot n°1 - 56130 PEAULE

CARRELAGE du MOULIN NEUF

02.97.41.98.01
06.28.78.42.83

www.maconnerie-legouesbe.com
julien.legouesbe@orange.fr
02 97 41 98 01 - 06 28 78 42 83

carrelage-du-moulin-neuf@orange.fr
Parc d'Activités du Moulin Neuf 3
Lot n°1 - 56130 PEAULE

Aménagement et décoration de la maison

Assainissement - Transport

Frédéric ANDRÉ & PHP



PEINTURE *Décoration*
Revêtements murs & sols
RAVALEMENT...

—

06 84 12 15 94
02 97 41 13 54

fredericandre.eurl@gmail.com
ZONE DU LESTY | 56 190 AMBON
www.fredericandrephp.com

MEMO Utile NOUVEAU

L'ANNUAIRE LOCAL PRATIQUE Utile

Découvrez le Mémo Utile en numérique



SCANNEZ LE QR CODE
DEPUIS VOTRE PORTABLE
OU TABLETTE

ou rendez-vous sur notre site internet
www.memo-utile.fr

JEKKO

UN REGARD VERS L'AVENIR

MENUISERIES
STORES & PERGOLAS
ISOLATION



02.97.54.61.04
contact@jekko.pro
1 Bis rue Cugnot - 56000 Vannes

<https://www.jekkovannes.fr/>

SPORTS ET LOISIRS

Consultez le site de la mairie et les associations

AMBON	
AMBON SPORTS ET LOISIRS	06 49 71 10 29
ARTS MARTIAUX SUD BRETAGNE.....	07 87 18 52 36
POSTUR'ALLURE CONCEPT.....	06 81 20 00 28
ARZAL	
ARCHERS D'VILAINE.....	06 99 78 55 36
BASKET.....	06 78 10 61 42
BOULES.....	09 66 87 05 82
DANSE COUNTRY.....	07 77 60 69 90
FOOBALL.....	06 21 04 85 72
GYMNASTIQUE.....	02 97 45 00 32
LES MARCHEURS ET CYCLOS D'ARZAL.....	06 34 22 65 85
YOGA.....	06 19 49 93 21
BILLIERS	
LE SOUFFLE RAYONNANT.....	06 60 52 43 54
ZIC'O BOURG.....	06 15 20 73 95
DAMGAN	
BOULES BRETONNES.....	07 85 33 64 63
DAMGAN LOISIRS (Badminton-Jeux collectifs).....	06 26 56 01 48

LES JEUX SONT FAITS	06 77 31 60 44
RHO-ÂNES (L'ASINOTHERAPIE).....	06 41 30 14 84
SCRABBLE.....	06 31 32 63 69
TRASHIONEL (Musique traditionnelle bretonne).....	06 16 56 20 92
ARZAL	
CHERRY DANCE K-POP.....	06 71 46 64 68
CLUB DE L'AMITIE.....	02 97 45 01 68
DANSE BRETONNE-COUTURE-TRICOT.....	02 97 45 05 54
IDEES'ARZ.....	02 97 45 07 37
JUMELAGE AVEC SAINT PE DE BIGORRE.....	06 87 77 54 81
LA MALLE A BRACADABRA.....	06 81 23 41 93
THEÂTRE / AR Z'ALLUMES.....	06 81 85 35 01
BILLIERS	
AMOUR DU THÉÂTRE.....	06 65 51 93 28
DESSIN ET CRAYONS D'BOIS.....	06 43 65 94 90
LES HARMONIES.....	02 97 62 59 85
DAMGAN	
AQUAREL DAM.....	06 81 29 76 17
BREIZH DENTELLE.....	06 52 79 55 37
CELTICFEST (Festival médiéval).....	06 86 16 55 31
DAMGAN AUTO-MODELISME.....	02 97 41 09 48
DAMGAN : HISTOIRE ET PATRIMOINE.....	06 37 39 62 75
DAMGWENN (Cours de danses bretonnes).....	06 17 97 50 62
JUMELAGE.....	02 97 41 02 02
LES ATELIERS DAMGANAIS.....	02 97 41 04 25
LES TOQUES DU FOURNEAU (Gastronomie).....	06 75 24 61 88
UNIVERSITE POPULAIRE DU NUMERIQUE.....	07 69 38 17 87
LA TRINITE SURZUR	
BALEERION LANN (Danse et chant breton).....	02 97 44 90 38
CORDES ET VENTS.....	06 47 06 37 13
LOISIRS CREATIFS DE LA TRINITE.....	06 75 25 82 79
THEÂTRE.....	06 20 04 45 98
LE GUERNO MERLIN L'ENCHANTEUR.....	06 61 99 49 16
MUZILLAC	
MAIRIE : SERV. VIE ASSOCIATIVE.....	02 97 41 63 56
CHORALE MOSAÏQUE.....	06 33 05 32 41
CLUB D'ECHecs.....	06 87 80 16 33
DASSON PENN MEUR (CULTURE BRETONNE).....	02 97 41 57 49
DES CHIFFRES ET DES LETTRES.....	06 07 55 24 61
LES NUITS VILAINE (FESTIVAL SUBMERSONS).....	06 33 70 41 29
LOISIRS CREATIFS.....	06 07 55 24 61
PAS CHASSE (FABRICAT* COSTUMES DE DANSE).....	06 89 89 67 25
SCRABBLE MUZILLACAIS.....	06 13 67 59 99
THEATR'AMUZ.....	06 17 15 54 90
UNIVERSITE TOUS ÂGES.....	02 97 48 63 70
NOYAL MUZILLAC	
ASSO. D'HIER ET D'AUJOURD'HUI.....	06 38 39 43 27
CLUB DU BEL ÂGE.....	06 86 45 06 41
E KORN ANTAN / DANSES BRETONNES.....	02 97 48 66 84
LA NOYALAISE FLEURIE.....	02 97 41 45 46
LES ATELIERS NOYALAIS.....	06 75 43 65 17

BIBLIOTHEQUES/ MEDIATHEQUES

AMBON	02 30 85 50 00
ARZAL	02 97 45 08 35
DAMGAN	02 97 41 25 78
LA TRINITE SURZUR	02 97 42 03 47
MUZILLAC	02 97 41 40 07
NOYAL MUZILLAC BIBLIOTHEQUE HUGUETTE LAUDRAIN.....	02 97 48 69 60

SALLES DE CINEMA

DAMGAN LES CARDINAUX.....	02 97 41 03 33
MUZILLAC JEANNE D'ARC.....	02 97 45 66 10

OFFICES DE TOURISME

DAMGAN LA ROCHE BERNARD O.T.....	02 97 41 11 32
MUZILLAC O.T.....	02 97 41 53 04

Aménagement - Terrassement - Assainissement



SAIL T.P
& transports

[f @sailtpetransports](https://www.facebook.com/sailtp) sailtp@orange.fr

Florian SAIL : 06.84.93.44.58 **Professionnels & Particuliers**
Gwendoline (transport) : 06.63.69.07.91 **56190 Le Guerno**
www.sailtp.fr

DECHETTERIES

LE GUERNO : rue Saint Michel : 02 97 42 81 12 <u>Hiver</u> : Mardi, jeudi, samedi : 9h-12h30 / 13h30-17h <u>Été</u> : mêmes jours mais fermeture à 18h	NIVILLAC : Idt Le Lin : 02 99 90 87 99 <u>Hiver</u> : Mardi, mercredi, vendredi, samedi : 9h-12h30 / 13h30-17h <u>Été</u> : 8h-12h30 / 13h30-17h
MUZILLAC : Idt Kerbodo : 02 97 41 56 39 <u>Hiver</u> : Lundi, mercredi au samedi : 9h-12h30 / 13h30-17h <u>Été</u> : mêmes jours mais fermeture à 18h	DECHETS VERTS : MUZILLAC : Idt Kerbodo DAMGAN : P.A. de La Lande : 06 31 41 89 97 <u>Hiver</u> : Mardi : 9h-12h30 / 13h30-17h <u>Été</u> : Mardi, vendredi, samedi : 9h-12h30 / 13h30-18h

Automobile - Deux roues - Motoculture



OPTI CONTROL TECHNIQUE

AUTOMOBILE - 4X4 - UTILITAIRE - CAMPING-CAR

Remise: 10€ avec le code mémo56

ZA de Kervault Ouest, Questembert

02 97 46 00 88

YOGA	06 34 40 46 59
MUZILLAC :	
ARTS MARTIAUX	02 97 41 40 92
BADMINTON CLUB	06 23 87 46 86
COUREURS DU PAYS DE MUZILLAC	06 04 15 39 49
CULTURE GYM	06 66 12 08 58
CYCLOTOURISTES	06 83 23 15 56
LES BOULES MUZILLACOISES.....	06 34 22 65 85
MUZ LES S'MELLES - RANDONNEES PEDESTRES	06 74 70 66 17
RUGBY CLUB	06 89 74 53 61
TENNIS CLUB	06 62 43 24 64
TENNIS DE TABLE.....	06 78 47 80 26
TRIATHLON CLUB	06 66 79 98 69
YOGA POUR TOUS	06 31 34 47 94
NOYAL-MUZILLAC	
BOULES DE BOURGEREL	02 97 67 02 28
D-TONIC (MULTI-DISCIPLINES).....	06 37 40 02 57
GYM CLUB NOYALAIS	02 97 48 68 56
JEUNE FRANCE BASKET	02 97 41 50 52
JEUNE FRANCE FOOTBALL.....	06 03 95 32 45
RANDONNEES	06 98 01 50 29

Horaires des Mairies

CP 56190

AMBON rue Pré Demoiselle02 97 41 12 06
mairie@ambon.fr / <https://www.ambon.fr>
 Lundi, mardi, jeudi, vendredi :
 9h-12h / 13h30-17h30

ARZAL pl. de l'église02 97 45 04 92
accueil@arzal.bzh / <https://www.arzal.bzh>
 Lundi, mercredi : 8h30-12h
 Mardi, jeudi, vendredi : 8h30-12h15 / 13h30-17h
 Samedi : 8h30-12h15

BILLIERS 26 rue du Penher..... 02 97 41 64 23
mairiedebilliers@orange.fr / <https://www.billiers.fr>
 Lundi : 14h-16h
 Mardi, mercredi, vendredi : 9h-12h15 / 14h-16h
 Jeudi : 9h-12h15 - Samedi : 9h-12h

LA TRINITE-SURZUR 18 rte d'Armorique
 02 97 42 16 02
accueil@mairie-latrinitesurzur.fr
<https://www.latrinitesurzur.fr>
 N° d'astreinte mairie 06 08 14 54 77
 Lundi, vendredi : 8h30-12h / 13h30-17h30
 Mercredi : 8h30-12h - 1^{er} Samedi du mois : 9h-12h

LAUZACH 1 Plasen An Ti-Ker 02 97 67 05 00
mairie@lauzach.fr
 Lundi, mardi, jeudi, vendredi : 8h30-12h30 / 13h30-17h30
 Mercredi : 8h30-12h30

LE GUERNO 02 97 42 94 76
mairie.leguerno@wanadoo.fr / <https://www.leguerno.fr>
 Lundi, vendredi : 8h-12h / 13h30-17h15
 Mardi, mercredi, jeudi : 8h-12h

MUZILLAC allée Raymond Le Duigou - CS 50011
 02 97 41 66 25
mairie@muzillac.fr / <https://www.muzillac.fr>
 Lundi : 9h-12h Mardi au samedi : 9h-12h / 14h-17h
 Samedi : 9h-12h (Etat civil)

NOYAL-MUZILLAC place de la mairie
 02 97 41 65 47
 SERVICES TECHNIQUES 02 97 41 65 47
accueil@noyal-muzillac.fr / <https://www.noyal-muzillac.fr>
 Lundi au jeudi : 9h-12h / 13h30-17h15
 Vendredi : fermeture à 16h30

CP 56750

DAMGAN 40 rue Fidèle Habert...02 97 41 10 19
mairie@damgan.fr / <https://www.damgan.fr>
 Lundi, mercredi, vendredi : 9h-12h / 14h-16h30
 Mardi, samedi (permanence) : 9h-12h
 Jeudi : 9h-12h / 14h-18h
 POLICE MUNICIPALE.....02 97 41 11 24

Espace FRANCE SERVICES ARC SUD BRETAGNE
 allée Raymond Le Duigou 02 97 41 46 26
 Lundi : 9h-12h30
 Mardi au vendredi : 9h-12h30 / 14h-17h

COMMUNAUTE DE COMMUNES
ARC SUD BRETAGNE
 allée Duigou 02 97 41 46 26
<https://www.arc-sud-bretagne.fr>
 Lundi : 9h-12h
 Mardi au vendredi : 9h-12h / 14h-17h

POUR ÊTRE CONNU ET RECONNU, IL FAUT ÊTRE VISIBLE...

Osez la différence...

MSF
MS FRANCE CONCEPT

Au service de votre communication

CONTACTEZ-NOUS AU 06 41 69 22 39

Loisirs - Sports



**Rhuys
Camping
Car**

- Dometic
- Thetford
- Truma
- Webasto
- Alde

Votre magasin d'entretien, d'accessoires et réparation

La Clé des Champs - MUZILLAC 

02 97 53 95 24

ZONE A : Bordeaux - Poitiers - Limoges - Clermont-Ferrand - Dijon - Besançon
 ZONE B : Avignon - Amiens - Lille - Nice - Orléans - Rouen - Strasbourg - Rennes - Nantes - Caen - Nancy - Metz
 ZONE C : Toulouse - Montpellier - Créteil - Paris - Versailles

VACANCES SCOLAIRES 2024

Découvrez les dates des vacances scolaires de tous les départements et territoires d'Outre-mer sur le site : memo-utile.fr

	ZONE A	ZONE B	ZONE C
HIVER	17/02/2024 04/03/2024	24/02/2024 11/03/2024	10/02/2024 26/02/2024
PRINTEMPS	13/04/2024 29/04/2024	20/04/2024 06/05/2024	06/04/2024 22/04/2024
ÉTÉ	06/07/2024	06/07/2024	06/07/2024
RENTRÉE	02/09/2024	02/09/2024	02/09/2024
TOUSSAINT	19/10/2024 04/11/2024	19/10/2024 04/11/2024	19/10/2024 04/11/2024
NOËL	21/12/2024 06/01/2025	21/12/2024 06/01/2025	21/12/2024 06/01/2025

Les Jours de Marché

DAMGAN

Samedi matin (toute l'année)

Été : du 15 juin au 15 septembre Mardi et samedi matin : le bourg

Marché du terroir : Grande rue à Kervoyal
Mercredi de 9h à 13h (Juillet / Août)

Marché artisanal nocturne estival : le bourg
Mercredi de 18h à 23h (Juillet / Août)

MUZILLAC : Centre ville Vendredi matin

LA ROCHE BERNARD Jeudi matin




AMÉNAGEMENT VÉHICULES

- Loisirs
- Professionnel

07 74 47 86 78  

yaamenagement@gmail.com

14 rue d'hinzal - 56190 Muzillac

Marées 2024

JUIN 2024

Date	Pleins Mers				Basses Mers	
	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Heure h mn
01 S	00:32	55	06:48	---	13:18	19:21
02 D	01:39	61	07:54	---	14:19	20:23
03 L	02:39	69	08:52	---	15:11	21:18
04 M	03:33	77	09:45	---	15:59	22:10
05 M	04:23	82	10:33	---	16:45	22:59
06 J	05:11	85	11:20	---	17:29	23:47
07 V	05:57	85	12:05	---	18:12	---
08 S	00:33	---	06:41	82	12:49	18:55
09 D	01:19	---	07:23	77	13:32	19:37
10 L	02:05	---	08:06	70	14:16	20:19
11 M	02:50	---	08:49	62	15:01	21:03
12 M	03:35	---	09:34	54	15:48	21:49
13 J	04:24	---	10:24	46	16:41	22:40
14 V	05:18	---	11:23	41	17:38	23:39
15 S	06:17	---	12:30	38	18:40	---
16 D	00:45	39	07:18	---	13:34	19:39
17 L	01:48	42	08:14	---	14:27	20:32
18 M	02:41	48	09:03	---	15:12	21:20
19 M	03:28	55	09:47	---	15:53	22:04
20 J	04:11	62	10:27	---	16:32	22:45
21 V	04:52	69	11:07	---	17:12	23:28
22 S	05:33	74	11:48	---	17:53	---
23 D	00:11	---	06:16	78	12:30	18:36
24 L	00:55	---	07:00	80	13:13	19:21
25 M	01:40	---	07:47	80	13:59	20:10
26 M	02:27	---	08:35	78	14:48	21:01
27 J	03:18	---	09:27	73	15:41	21:55
28 V	04:11	---	10:23	67	16:39	22:53
29 S	05:09	---	11:26	62	17:42	23:56
30 D	06:13	---	12:36	58	18:49	---

JUILLET 2024

Date	Pleins Mers				Basses Mers	
	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Heure h mn
01 L	01:04	58	07:20	---	13:46	19:56
02 M	02:12	59	08:27	---	14:49	21:01
03 M	03:16	63	09:28	---	15:46	22:00
04 J	04:13	68	10:23	---	16:37	22:53
05 V	05:05	72	11:12	---	17:23	23:41
06 S	05:51	76	11:56	---	18:05	---
07 D	00:26	---	06:32	78	12:38	18:44
08 L	01:07	---	07:10	77	13:18	19:21
09 M	01:47	---	07:46	75	13:55	19:57
10 M	02:24	---	08:21	70	14:34	20:32
11 J	03:01	---	08:56	64	15:11	21:08
12 V	03:40	---	09:33	56	15:52	21:47
13 S	04:21	---	10:15	49	16:39	22:32
14 D	05:10	---	11:08	42	17:33	23:28
15 L	06:07	---	12:16	37	18:35	---
16 M	00:39	36	07:11	---	13:32	19:42
17 M	01:54	38	08:17	---	14:35	20:45
18 J	02:57	45	09:15	---	15:28	21:39
19 V	03:51	55	10:06	---	16:15	22:28
20 S	04:39	65	10:52	---	17:00	23:14
21 D	05:25	76	11:36	---	17:45	23:59
22 L	06:10	85	12:20	---	18:29	---
23 M	00:44	---	06:54	92	13:03	19:13
24 M	01:29	---	07:38	95	13:48	19:58
25 J	02:13	---	08:21	93	14:33	20:44
26 V	02:59	---	09:05	87	15:22	21:31
27 S	03:47	---	09:52	77	16:14	22:22
28 D	04:39	---	10:46	65	17:13	23:21
29 L	05:41	---	11:55	54	18:22	---
30 M	00:35	50	06:52	---	13:21	19:41
31 M	01:59	47	08:13	---	14:43	20:57

AOÛT 2024

Date	Pleins Mers				Basses Mers	
	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Heure h mn
01 J	03:15	51	09:25	---	15:46	22:01
02 V	04:14	59	10:21	---	16:36	22:52
03 S	05:02	67	11:07	---	17:18	23:35
04 D	05:41	75	11:47	---	17:54	---
05 L	00:13	---	06:16	79	12:24	18:27
06 M	00:48	---	06:47	81	12:58	18:58
07 M	01:21	---	07:17	81	13:29	19:28
08 J	01:53	---	07:47	78	14:02	19:58
09 V	02:24	---	08:16	73	14:35	20:28
10 S	02:57	---	08:47	65	15:09	21:00
11 D	03:32	---	09:22	57	15:48	21:38
12 L	04:12	---	10:05	47	16:35	22:26
13 M	05:01	---	11:04	38	17:34	23:35
14 M	06:06	---	12:31	32	18:51	---
15 J	01:12	32	07:30	---	14:04	20:16
16 V	02:36	38	08:51	---	15:11	21:22
17 S	03:37	52	09:50	---	16:03	22:13
18 D	04:27	68	10:38	---	16:48	22:59
19 L	05:12	83	11:21	---	17:32	23:43
20 M	05:55	96	12:04	---	18:14	---
21 M	00:25	---	06:37	105	12:46	18:56
22 J	01:08	---	07:17	108	13:28	19:37
23 V	01:51	---	07:57	104	14:12	20:19
24 S	02:34	---	08:37	94	14:58	21:03
25 D	03:20	---	09:20	80	15:49	21:51
26 L	04:11	---	10:10	62	16:48	22:52
27 M	05:13	---	11:23	46	18:03	---
28 M	00:19	41	06:34	---	13:13	19:37
29 J	02:04	37	08:08	---	14:47	20:59
30 V	03:20	45	09:21	---	15:45	21:57
31 S	04:10	57	10:13	---	16:28	22:41

SEPTEMBRE 2024

Date	Pleins Mers				Basses Mers	
	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Coef	Heure h mn	Heure h mn
01 D	04:48	68	10:54	---	17:03	23:18
02 L	05:20	77	11:29	---	17:33	23:50
03 M	05:49	83	12:01	---	18:02	---
04 M	00:20	---	06:17	86	12:31	18:29
05 J	00:49	---	06:44	86	13:00	18:56
06 V	01:18	---	07:11	83	13:30	19:23
07 S	01:47	---	07:39	78	14:00	19:51
08 D	02:17	---	08:07	71	14:32	20:20
09 L	02:50	---	08:39	61	15:08	20:54
10 M	03:26	---	09:17	50	15:51	21:38
11 M	04:12	---	10:11	39	16:48	22:48
12 J	05:16	---	11:43	29	18:09	---
13 V	00:42	28	06:51	---	13:39	19:53
14 S	02:21	37	08:28	---	14:53	21:03
15 D	03:21	54	09:29	---	15:45	21:53
16 L	04:09	74	10:16	---	16:30	22:37
17 M	04:52	91	10:59	---	17:12	23:19
18 M	05:32	105	11:41	---	17:53	---
19 J	00:01	---	06:12	113	12:22	18:33
20 V	00:42	---	06:51	114	13:05	19:13
21 S	01:25	---	07:29	107	13:49	19:54
22 D	02:08	---	08:09	94	14:35	20:36
23 L	02:54	---	08:52	77	15:27	21:25
24 M	03:45	---	09:45	57	16:28	22:30
25 M	04:51	---	11:04	40	17:50	---
26 J	00:12	35	06:19	---	13:05	19:29
27 V	02:03	34	07:53	---	14:35	20:46
28 S	03:06	45	09:01	---	15:27	21:37
29 D	03:48	57	09:49	---	16:05	22:16
30 L	04:21	69	10:27	---	16:37	22:49



Carrefour city

7/7 LIVRAISON À DOMICILE

02 97 45 62 09

CENTRE VILLE - MUZILLAC

PIANO DELEAUNE

ENTRETENIR SON PIANO

ACCORD • VENTE • RÉPARATION

06 30 86 35 58

6 Boulevard de Bretagne - 56130 LA ROCHE BERNARD

www.piano-deleaune.fr

O ca pik

SALON DE TATOUAGE ET PIERCING

A ELVEN

12 rue opération savana
06.95.69.72.83

A MUZILLAC

27 rue d'armorique
07.44.82.82.07

o_ca_pik_elven
o_ca_pik_muzillac

ETS ROBERT

PLAQUISTE

etsrobert56@gmail.com

56130 PEAULE

07 49 62 49 20

Secours

AGRI'ECOUTE (ÉCOUTE DÉDIÉE AU MONDE AGRICOLE ET RURAL) 24H/24 - 7J/7 09 69 39 29 19

ALERTE ENLEVEMENT / ALERTE ATTENTAT 197

DISPARITION ENFANT (EUROPE) 116 000

ENFANCE MALTRAITÉE www.allo119gouv.fr 119

HARCELEMENT SCOLAIRE 30 20

HEBERGEMENT D'URGENCE :

-LA SAUVEGARDE 56 02 97 21 33 40

ILLETRISME INFO SERVICE 0 800 71 02 76

JOUEURS INFO SERVICE (ADDICT°) 09 74 75 13 13

METEO FRANCE 32 50

PREVENTION DU SUICIDE 31 14

PROTECTION, ASSISTANCE PERSONNES AGEES ET/ OU HANDICAPEES 39 77

SAMU SOCIAL / SANS ABRIS 115

SANTE INFOS DROITS 01 53 62 40 30

SOLITUD'ECOUTE (POUR LES + 50 ANS) 0 800 47 47 88

STOP DJIHADISME 0 800 005 696

TABAC INFO SERVICE 39 89

VIOLENCES CONJUGALES 39 19

VIOLENCES NUMERIQUES-CYBER HARCELEMENT (ENFANTS-ADOLESCENTS) 30 18

MEMO VOUS PLAÎT !!! Appelez nous :

Mickaël SERRE au 06 33 57 89 97

Bureau : 04 96 15 10 88

Fenêtres EXPERT CONSEIL FenêtréR de **Questembert**

CENTRE COMMERCIAL DE LENRUIT QUESTEMBERT

Face à Intermarché

TÉL. 02 97 26 10 10

FENÊTRES

PORTES

VOLETS

PORTES DE GARAGE

STORE PORTAILS

DOMOTIQUE