



LETTRE D'INFORMATION N° 9 - Avril 2020

LA ROCHE-JAUDY

Accueil maintenu en mairie de La Roche-Derrien
uniquement pour les urgences
ou par téléphone au **02 96 91 36 31**
ou par mail accueil@larochejaudy.fr
Retrouvez-nous sur <https://larochejaudy.bzh>
ou sur notre page Facebook La Roche-Jaudy

Depuis le 17 mars, un dispositif de confinement est mis en place sur l'ensemble du territoire. **Les déplacements sont interdits sauf dans les cas précisés sur l'attestation de déplacement dérogatoire obligatoire.**

Les infractions à ces règles seront sanctionnées d'une amende de 135€ puis de 1.500€ en cas de récidive dans les 15 jours. Quatre violations de la mesure de confinement dans les 30 jours entrainera une amende 3.750€ et 6 mois de prison ferme.



La Poste

Une procédure est prévue pour livrer des fonds au domicile des clients de La Poste, les mercredis, jeudis, et vendredis (dans la limite de 150 € par commande). Comment ?

Contactez un des deux services soit le 36 31, soit le 36 39 afin de solliciter le passage du facteur pour la commande de fonds. Choix du retrait : soit sur CCP (compte courant) ou Livret d'épargne la Banque Postale.

Au moment de la commande de fonds avec le facteur, être en possession d'une pièce d'identité, et d'un RIB, ou RICE pour le compte d'épargne.

Le facteur procédera dès que possible à la remise de la pochette plastique sous scellés contenant les fonds, ceci en respectant bien entendu les gestes barrières, il procédera de la même manière pour récupérer l'attestation de remise de fonds signée par le client.

Le mot du Maire

Chères concitoyennes, chers concitoyens...

Nous traversons une crise sanitaire anxiogène sans précédent pour nos générations. Nous sommes face à un ennemi invisible qui nous oblige à le combattre avec de nouvelles armes comme le confinement. Confinement que je vous invite à respecter au maximum ! En ne respectant pas ces règles, parce que l'on se croit invincible ou pour tout autre raison, on devient le complice de ce virus, son allié, l'un de ses soldats ! Nous sommes toutes et tous de potentielles armes au service du coronavirus. Alors la consigne reste simple « **RESTEZ CHEZ VOUS** ».

D'autres se battent tous les jours contre ce virus. Ils sont médecins, pharmaciens, infirmiers (ères), aides-soignants (es), agents, aides ménagères, aides à domicile, ripeurs, caissières, gendarmes, commerçants, agriculteurs, livreurs...ils se battent pour maintenir une vie économique essentielle ou tout simplement la vie. Ici sur La Roche-Jaudy, le personnel aussi reste mobilisé, à l'EHPAD pour prendre soin de nos aînés, à la mairie au niveau administratif et technique, à l'école et à la cantine pour les enfants des soignants...

Il y a plusieurs cas de Coronavirus sur La Roche-Jaudy, certains sont confinés chez eux, **d'autres personnes sans symptômes peuvent transmettre le virus sans le savoir**, ne prenons aucun risque inutile ! **Vous pouvez vous confectionner un masque en tissu et le mettre dès que vous sortez**, à défaut de vous protéger, vous protégerez les autres et si tout le monde le fait, ce sera une barrière en plus, ce masque devra être lavé après chaque utilisation. **Nous avons pris les devants et avons commandé des masques en tissus pour chaque habitant**. Dans un premier temps un masque, avec sa notice d'utilisation, sera distribué par boîte aux lettres, si vous êtes plus nombreux dans l'habitation il faudra indiquer la liste des personnes sur votre boîte pour que nous puissions distribuer le bon nombre par foyer. **Les dates de distribution seront communiquées par Flash infos, Facebook et par voie de presse**.

L'heure est aussi venue de penser à l'après de manière constructive. Le risque serait de repartir comme avant ! N'oublions pas que nous ne sommes pas grand-chose dans l'histoire de notre planète, sur un livre de mille pages relatant celle-ci, l'humanité ne prendrait que quelques lignes sur la dernière page !

D'ores et déjà, pendant le confinement, j'ai décidé de stopper l'éclairage public, après il faudra revoir les horaires pendant lesquels celui-ci est indispensable. J'ai demandé aux services techniques de revoir le fleurissement (moins de consommation d'eau, plantes mellifères, vivaces...), de revoir la gestion des espaces publics, de repenser les décorations de Noël... c'est ce que vous verrez le plus mais derrière cela tous les projets seront, comme nous l'avions prévu, revus pour prendre en compte l'aspect environnemental. La clef est là, protégeons notre environnement, ne scions pas la branche sur laquelle nous sommes assis, et on le voit bien aujourd'hui, pas si confortablement que cela. J'ai demandé aux services administratifs aussi de revenir à l'essentiel, trop de personnes râlent pour tout et n'importe quoi, je n'ose même pas évoquer les remarques suite à l'arrêt du ramassage des poubelles jaunes et à la fermeture de la déchetterie (compétences communautaires), il y a bien plus grave !

Il faut diminuer les déchets ! Une petite idée pour lutter contre le suremballage ? Laissez les emballages sur place quand vous faites vos courses, garanti qu'il y en aura de moins en moins ! **Pendant ce confinement, faites des œuvres avec vos déchets ou prenez des photos** .

Le mot du Maire

en privilégiant ce qui concerne l'écologie, les emballages... Transmettez les nous et nous les exposerons cet été en extérieur après validation.

Vous vous ennuyez ? Proposez-nous des idées pour après (sur feuille blanche avec nom, prénom, adresse) à transmettre à accueil@larochejaudy.fr ou dans la boîte aux lettres de votre Mairie.

Autre idée pour la lettre d'information . Vous avez accès à internet vous pourrez la lire sur le site de La Roche-Jaudy, ou par le flash info, indiquez-nous que vous ne la souhaitez plus en version papier en collant une pastille verte sur votre boîte aux lettres. **Vous avez un peu de temps ?** Faites nous le savoir et distribuez le bulletin dans votre quartier. Enfin, plus que jamais il nous faut être solidaires, prendre des nouvelles de ses proches, de ses voisins, les aider pour les courses ou les médicaments ou encore psychologiquement (en respectant les règles sanitaires). Il nous faut être responsables et aller à l'essentiel en relativisant les petits désagréments quotidiens. Depuis le début de la crise, tous les jours je m'efforce avec les services et les élus nécessaires, d'assurer l'essentiel sur la commune, la continuité de nos actions et de l'administration. Nous contactons les personnes en difficulté. Les commerçants, artisans et PME recevront un courrier dans les prochains jours. Vous trouverez page 10 les horaires et services mis en place par les commerçants et artisans de La Roche-Jaudy.

J'ai également demandé à **La Poste** de ré-ouvrir le bureau de poste pour permettre au moins les retraits de liquidité. Celle-ci m'indique aussi que les facteurs peuvent, fournir des timbres, prendre du courrier ou des colis ainsi que remettre des liquidités, voir procédure sur la première page.

Croyez bien que je préférerais rester chez moi ! Mais je me dois de tout mettre en œuvre pour assurer la continuité communale et je le fais avec entrain. Alors si vous le pouvez, restez chez vous ! Pour vos achats, achetez local maintenant et après (<https://www.caresteouvert.fr/@48.739794,-3.255858,14.83/place/w251984105>) ! Prenez soin de vous et des autres si vous le pouvez et si vous êtes en forme gardez le sourire, restez positifs, c'est réconfortant !

Votre Maire, Jean-Louis Even.

« Garder espoir, s'armer de patience et demain sera meilleur. ».
Mazouz Hacène

Paroles du moment...

Chanson inédite pour tous ceux qui sont « EN PREMIÈRE LIGNE » de Gauvain Sers
A écouter sur <https://www.youtube.com/watch?v=dJNQeTafKJo>

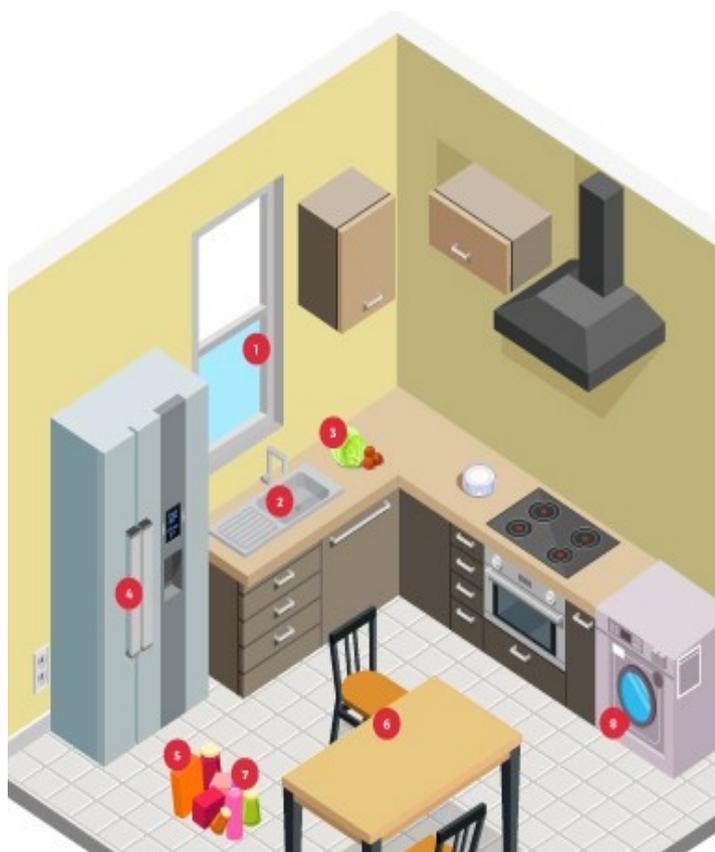
Sarah travaille dans un hyper
Elle scanne des codes barres par milliers
Une petite main sur le pied d'guerre
Une fourmi qui range des billets
Comme le pays doit se nourrir
Chaque jour, elle repart sur le front
Payée au smic, ça va sans dire
Quand on est d'la chair à canon
Elle tient sa caisse et reste digne
Fidèle au poste en première ligne
En première ligne

Moussa enfourche son scooter
Et s'en va livrer des sushis
Dans ses oreilles, les écouteurs
Pour quelques secondes de répit
Comme le pays s'est arrêté
Aucune bagnole ne le klaxonne
Les éboueurs font leur métier
Mais ils ne retardent plus personne
Moussa les salue d'un petit signe
On se comprend en première ligne
En première ligne

Suzanne, la nouvelle aide-soignante
Faut voir comme elle trouve les bons mots
Elle est discrète, elle est patiente
Avec les patients, les marmots
Comme le pays a besoin d'elle
Elle porte la blouse collée au cœur
Ça fait dix fois qu'sa mère l'appelle
Mais qu'elle parle à son répondeur
« Ma fille, par pitié, fais-moi signe
J'm'inquiète pour toi en première ligne »
En première ligne

Le mec qu'habite sur ce matelas
Son nom, personne l'a jamais su
Il déambule ici et là
Mais les plus braves ne l'approchent plus
Comme le pays s'en soucie guère
Qu'il peut bien crever sous la Lune
Il boit un coup à l'abbé Pierre
Et pense aux copains d'infortune
Il reste chez lui, c'est la consigne
Dehors, il dort en première ligne
En première ligne

Les bons gestes à adopter en rentrant chez soi



1. AÉRER RÉGULIÈREMENT LES PIÈCES

2. SE LAVER LES MAINS

3. LAVER LES FRUITS ET LÉGUMES

4. DÉSINFECTER LES POIGNÉES

5. ENLEVER TOUS LES EMBALLAGES EN CARTON OU EN PLASTIQUE APRÈS AVOIR FAIT LES COURSES

6. NETTOYER RÉGULIÈREMENT LES SURFACES DE LA MAISON

7. POSER LES COURSES AU SOL QUELQUES HEURES AVANT DE LES RANGER

8. LAVER LE LINGE DE MAISON PLUS SOUVENT

Les étapes de fabrication du masque en tissu

Matériel nécessaire :

- Chutes de tissu en coton (environ 20 cm) pour l'extérieur et la doublure intérieure
- Molleton fin ou polaire fine
- Elastique souple (2 X 30 cm)

Le masque de soins est composé de 2 couches de tissu en coton et 1 couche de molleton.

Le patron se trouve en dernière page.



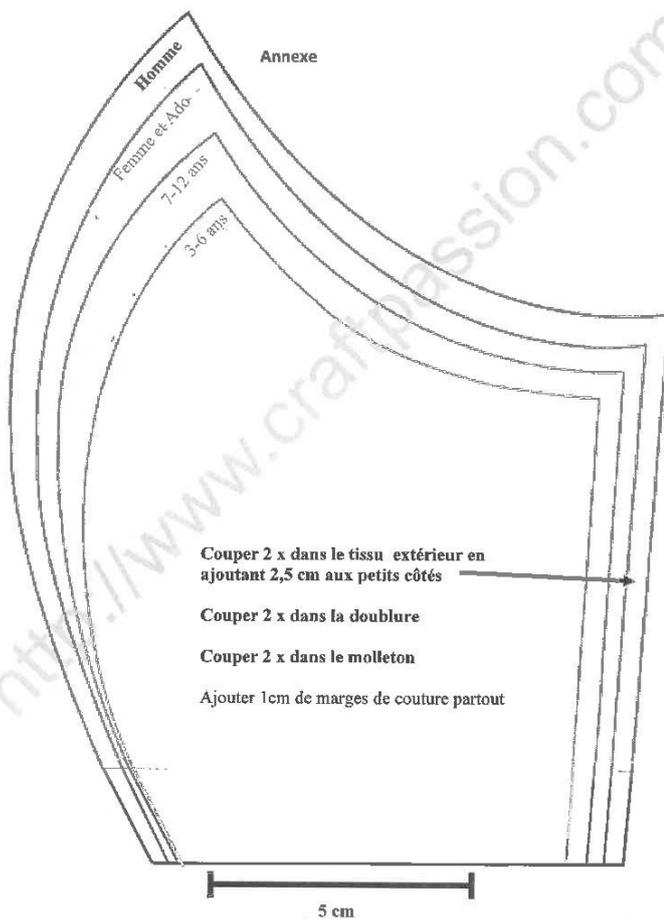
Pas à pas :

• Tissu extérieur

Découper le patron à la taille souhaitée.

Découper les pièces de tissu en coton nécessaires en respectant 1/2 cm autour du patron sauf sur le côté «oreille» (conserver 2 cm)

Nous obtenons 2 pièces de tissu



Mesurer ce segment avant de découper le patron

- 2
- Doublure intérieure
- Répéter la même opération que pour le tissu principal, à l'exception de la prise de couture côté «oreille».

Nous obtenons 2 pièces de doublure intérieure

- Réaliser la même opération avec le molleton mais à la taille exacte du patron. Le molleton doit être plus petit pour être glissé entre le tissu extérieur et la doublure intérieure à l'étape 4.

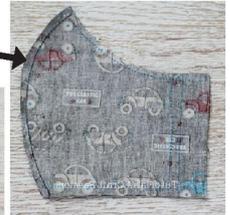


- 3
- Rassembler 2 des pièces de tissu extérieur endroit contre endroit et coudre la partie arrondie.

Faire de même avec la doublure intérieure

On obtient ce résultat

(Schéma A)



- Réaliser le même assemblage avec le molleton

- 4
- Assembler les 2 pièces de tissu obtenues (Schéma A) endroit contre endroit

Coudre uniquement en haut et en bas
Ne pas coudre les petits côtés.

- Puis retourner l'ensemble sur l'endroit et insérer le molleton.



- Surpiquer la couture centrale (verticale)

Puis surpiquer le haut et le bas à quelques millimètres du bord afin que le molleton soit cousu avec les deux autres pièces de tissu.



Voilà à quoi cela ressemble de l'intérieur à ce stade. Le tissu principal extérieur est plus long que le morceau de doublure intérieure. Ce sera la coulisse pour la bande élastique.



- 6
- Plier et repasser ce surplus de tissu côté «oreille»

Coudre à la verticale, à quelques millimètres du pli, afin de créer une coulisse.

Passer ensuite un élastique de 30 cm dans la coulisse, nouer et glisser le noeud dans la coulisse pour plus de confort.



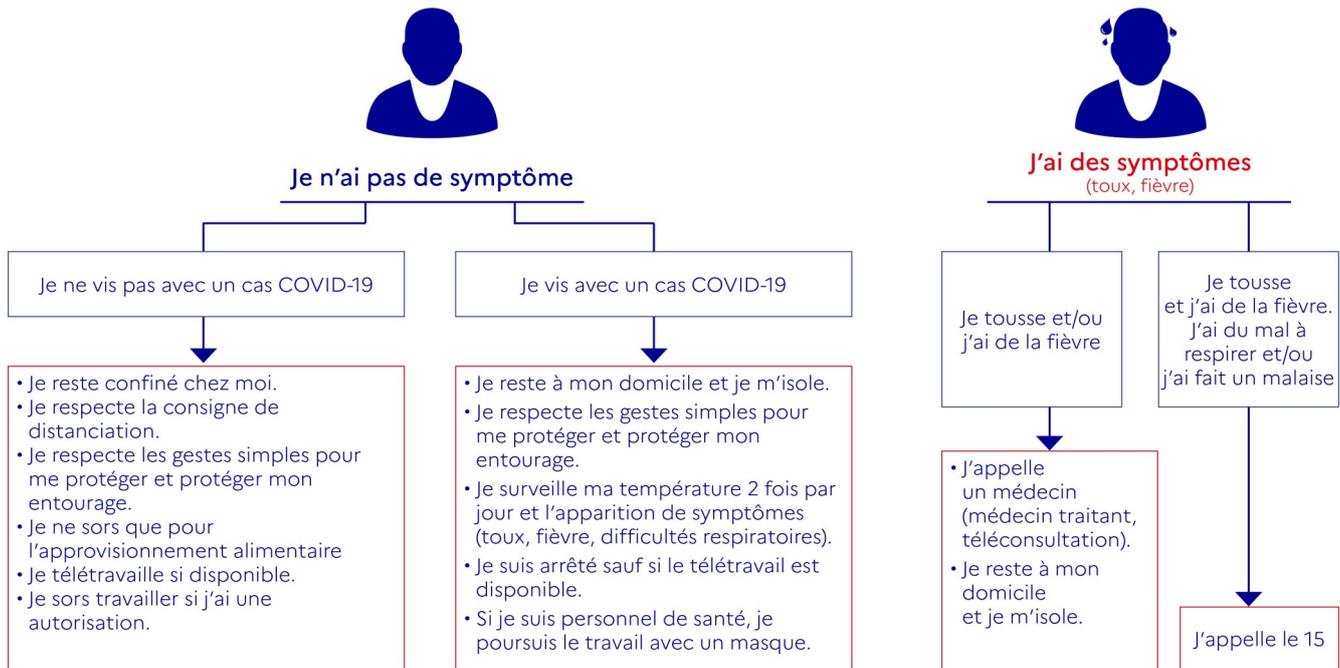
Le masque se lave à 30°C. Un entretien quotidien est recommandé.

« Attachons-nous à reconnaître le caractère si précieux de chaque journée. »

Dalai Lama

Quand le bruit des moteurs diminue, le gazouillis des oiseaux se fait entendre... et les animaux se détendent.

Coronavirus : Quel comportement adopter ?



Pour plus d'information concernant le coronavirus COVID-19

je peux consulter le site « www.gouvernement.fr/info-coronavirus » ou appeler le numéro vert 0800 130 000

COVID-19 Il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Vous trouverez, en dernières pages de cette lettre, des attestations de déplacement dérogatoire, à compléter **en cas d'extrême nécessité**.

Vous pouvez aussi remplir en ligne votre attestation numérique

Depuis le 6 avril, vous pouvez télécharger sur votre smartphone l'attestation de déplacement par ce lien :

<https://media.interieur.gouv.fr/deplacement-covid-19/>

Les données saisies sont stockées exclusivement sur votre téléphone ou votre ordinateur. Aucune information n'est collectée par le Ministère de l'Intérieur. L'attestation pdf générée contient un QR Code. Ce code-barres graphique permet de lire les informations portées dans votre attestation au moment de leur saisie. Il peut être déchiffré à l'aide de tout type de lecteur de QR code générique.

« Tout changement est difficile au début, compliqué au milieu et magnifique à la fin".
Robin Sharma.

Numéros d'urgence sociale

Violences sur les enfants 119 - <https://www.allo119.gouv.fr/>

Violences conjugales 3919 - <https://www.stop-violences-femmes.gouv.fr/>

SMS « 114 »

- Attention, en cas de danger immédiat contacter le 17.

Cellule d'écoute de la **Croix Rouge** pour les personnes vulnérables : 09 70 28 30 00

La réserve civique

La plate-forme est accessible à l'adresse suivante :

<https://covid19.reserve-civique.gouv.fr/>

Soutien psychologique

La Fondation Bon Sauveur met à disposition des professionnels et des particuliers une plateforme téléphonique de soutien psychologique animée par des psychologues de la Fondation Bon Sauveur. Le numéro de cette plateforme est le 02 96 12 12 25, elle fonctionne 7j/7 de 9h à 17h.

Aide aux entreprises

Suite au Conseil des ministres de ce jour et la présentation des différentes ordonnances, vous trouverez : Le document récapitulant les différentes mesures d'aide aux entreprises a été enrichi en informations et est désormais disponible sur internet :

<https://www.economie.gouv.fr/files/files/PDF/2020/Coronavirus-MINEFI-10032020.pdf>.

Une foire aux questions a également été mise sur internet :

https://www.economie.gouv.fr/files/files/2020/coronavirus_faq_entreprises.pdf

Région Bretagne

Dans le contexte actuel, la Région Bretagne a souhaité accompagner producteurs et consommateurs dans leur quotidien. La plate-forme d'échanges www.produits-locaux.bzh, va permettre la mise en relation des uns et des autres sur l'ensemble du territoire.

Si vous rencontrez des difficultés pour vous approvisionner en nourriture, en médicaments ou des difficultés sociales passagères liées à la situation, n'hésitez-pas à contacter la mairie au **02 96 91 36 31** ou accueil@larochejaudy.fr

Cinq solutions pour recycler vos déchets... au jardin

Alors que les déchetteries sont fermées, de nombreux habitants se retrouvent avec des déchets verts dont ils ne savent pas quoi faire. Pourtant, les recycler au jardin est facile et surtout... très bon pour la biodiversité ! Tout en protégeant le sol et en favorisant la biodiversité – et en faisant au passage des économies. Voici les conseils de Denis Pépin*, jardinier et formateur à Cesson-Sévigné.

1 - Ne pas brûler, ni jeter dans la « nature »

Il est formellement interdit d'effectuer des brûlages depuis un arrêté ministériel datant de 2011. On n'a pas le droit de brûler ses déchets végétaux, cela crée de la pollution atmosphérique. La règle est très claire. Il est également interdit d'aller les déposer dans la nature, dans un chemin creux ou sur un bord de route... La tonte de pelouse laissée en tas produit du méthane, un puissant gaz à effet de serre, ainsi que des jus toxiques et acidifiants.

2 - Laisser les tontes de pelouse sur place pour nourrir le sol. La solution la plus simple est la tonte « mulching ». On coupe finement l'herbe et on la laisse sur place. Si on n'a pas de tondeuse qui dispose de cette fonction, il suffit de tondre une première fois en laissant l'herbe coupée sur place, puis de repasser une deuxième fois le lendemain pour la broyer. L'opération est très rapide.

« Cela n'a que des avantages pour la vie du sol, qui se nourrit de l'herbe coupée, riche en azote, assure Denis Pépin. Le résultat derrière, c'est que l'herbe reste plus verte et qu'il y a moins de mousse et d'herbes indésirables. »

3 - Utiliser les tontes de pelouse en paillis

L'autre solution est de garder les tontes de pelouse pour la réutiliser ailleurs dans le jardin. La faire sécher une demi-journée au soleil puis l'utiliser pour pailler au pied des arbustes, par exemple, entre les fleurs ou bien sûr au potager. Le paillage évite que la pluie ne forme une « croûte » à la surface de la terre.

4 - Une deuxième vie pour les branches coupées

Si ce sont des grosses branches et qu'on dispose d'un broyeur, c'est évidemment une solution. « Sinon, on peut faire des petits fagots liés joliment avec un fil de fer, que l'on place sous la haie, explique Denis Pépin. Cela fait des abris pour la biodiversité, qui commence dans son jardin : les insectes peuvent y venir, comme les carabes, notamment, qui mangent les limaces, mais aussi les crapauds, les musaraignes, qui mangent les insectes indésirables. » Autre solution : on peut les faire sécher pour s'en servir dans la cheminée, si on en a une, ou pour allumer le barbecue.

Pour les petites branches, qui font le diamètre d'un doigt, on peut les broyer à la tondeuse, qui est un

moyen très efficace. Elles sont ensuite nettement moins volumineuses et peuvent être placées sous la haie, en guise de paillis.

5 - Réutiliser les tailles de haies

« Rien n'est à jeter... Ni les lauriers palmes, ni les lauriers saucés, ni les cyprès, ni les résineux en général, rien n'est toxique pour le sol et tout se décompose. Ces résidus de taille de haie peuvent être eux aussi facilement broyés à la tondeuse et être utilisés pour pailler le sol.

Bonus : avantages du paillis et économies

Le paillis fait gagner du temps. « On a pu calculer qu'une heure passée à recycler ses déchets verts pour le paillage, c'est dix heures de gagnées en entretien : finie la corvée pour aller à la déchetterie, plus besoin d'acheter de paillis ni de compost, plus besoin d'acheter d'engrais. Quand on couvre la terre avec du paillis, il n'y a plus besoin de bêcher ni de désherber ou très peu. Et il y a moins besoin d'arroser l'été car le paillis conserve la fraîcheur... »

Il faut savoir également que les déchets représentent entre 50 et 60 % de ce qui est collecté en déchetterie.

Denis Pépin est notamment auteur du livre *Paillis et compost*, paru aux éditions Terre vivante.

Déchets verts et brûlage : Arrêté du Maire

Article 1 : Les dépôts sauvages d'ordures ménagères ou de détritiques de quelle que nature que ce soit (ordures ménagères, déchets verts, encombrants, cartons, gravats...) ainsi que toute décharge brute d'ordures ménagères sont interdits sur l'ensemble des voies, espaces publics et privés de la commune...

Article 2 : En cas d'infraction au présent arrêté, le responsable du dépôt sauvage de déchets sera mis en demeure de procéder à leur élimination dans un délai imparti

Article 3 : Faute pour la personne visée par la mise en demeure d'avoir procédé à l'élimination des déchets dans le délai imparti, il sera procédé d'office à l'enlèvement des déchets aux frais du responsable du dépôt sauvage.

Article 4 : Les infractions au présent règlement pourront donner lieu à établissement de rapports ou de procès-verbaux constatant les infractions prévues par le code pénal et seront poursuivies conformément aux lois en vigueur...

Article 5 : Le brûlage : Le brûlage des déchets verts à l'air libre est interdit, selon l'arrêté préfectoral du 9 juillet 2012... Le brûlage des déchets verts produits par les exploitants agricoles doit faire l'objet d'une demande d'autorisation et respecté les dispositions de l'arrêté préfectoral cité ci-dessus. Les infractions sont passibles des sanctions prévues aux dispositions du code pénal et forestier.

Collecte des déchets

Les collectes suivantes sont suspendues :

- tri sélectif (bac jaune) en porte à porte
- collecte des encombrants et broyage à domicile

Les collectes suivantes sont maintenues :

- collectes des Ordures Ménagères Résiduelles pour les particuliers et les professionnels
Collectes ordures ménagères maintenues conformément au calendrier.
- collectes de carton uniquement pour les commerces alimentaires et les établissements de soins et assimilés
- collectes en points d'apport volontaire (bacs collectifs et colonnes) : ordures ménagères, monoflux (tri sélectif) et verre.

Contenaires enterrés accessibles à :
La Roche-Derrien (aire de camping car)
Pommerit –Jaudy (salle des fêtes)

Déchetterie

Dès le **1er avril**, la déchetterie de Minihi-Tréguier reste accessible aux professionnels et aux Dasri (déchets d'activités de soins à risques infectieux) les jours suivants : les lundis, mercredis et vendredis de 16h00 à 17h30. Fermeture les autres jours.

Renseignements : plateforme relations usagers : Tél. : 02 96 05 55 55

Que faire avec le contenu des poubelles jaunes ?

Piège à guêpes et frelons



Mettre de la bière (brune de préférence),
de l'eau sucrée ou sirop
ou du vin blanc (qui à l'avantage de ne pas attirer les abeilles)



Commerçants à votre service pendant le confinement

HENGOAT

Les Vergers de Ker Avalon - Kernevez

Tél : 06 80 31 25 32

Jus de pomme et miel de la propriété.

Les Escargots du Trégor - Convenant le Cerf - Tél : 06 82 39 53 45. Escargots. Terrines et bocaux. Possibilité d'acheter des escargots frais.

POMMERIT-JAUDY

Ty Mumu - 34, rue de l'Église

Plats « faits maison » à emporter.

Commande du lundi au vendredi.

au 02 96 38 41 04.

Menus sur Facebook.

La Pommeritaine - 10 rue de l'Église

Pizzas à emporter du mardi au dimanche.

De 19h à 21h.

Commande au 02 96 91 57 25

Les Rôtisseurs d'Antan. Poulets au feu de bois. Le dimanche de 16h à 20h, devant la supérette Votre Marché.

POULDOURAN

Bar-Tabac Le Bizien - Rue du Bizien - Tél : 02 96 35 78 31. Ouvert du lundi au vendredi de 7h30 à 12h30 et le samedi et dimanche de 8h30 à 12h30. Services : Tabac, pains, fromages, timbres Poste, journaux, FdJ : grattages et Loto. Boissons à emporter.

Les Rôtisseurs d'Antan. Poulets au feu de bois. Le jeudi matin, rue du Bizien. Commande au 06 37 59 65 16

Erwann Pizza « au feu de bois ». Vendredi, samedi et dimanche, rue du Bizien, à partir de 16 h. Commande au 07 64 07 18 40

Votre marché - 10 rue de l'Armor

Tél : 02 96 14 03 89

Supérette. Ouverte du lundi au samedi de 7h30 à 13h et de 15h à 18h et le dimanche de 8h à 12h30.

Bar-Tabac Le Jaudy - 21 rue de l'Église

Tél : 09 63 20 03 54

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 18h et le dimanche jusqu'à 13 h.

L'arche de Noël - Tél : 06 08 69 55 70. Vente de croquettes - Pension possible en cas d'hospitalisation

Sur la place Jean Raoul, tous les lundis, de 16h à 19h, **Marché de producteurs**

LA ROCHE-DERRIEN

Bar-Tabac Le Grall - 6 Place du Martray

Tél : 02 96 91 36 52. Ouvert du lundi au samedi de 8h à 12h30 et de 17h à 19h et le dimanche de 8h à 13h et de 17h à 18h. Services : Tabac, journaux, presse, timbres Poste, produits dématérialisés, FdJ : grattage et Loto. Boissons à emporter.

8 A Huit - 24 Place du Martray - Tél : 02 96 91 36 55
Supérette. Ouverte du lundi au samedi de 8h à 20h. Dimanche de 8h à 13h et de 16h30 à 20h. Service : Livraison possible.

Le Cellier du Jaudy - ZA de Kervezot - Tél : 02 96 91 31 37 - Cave à vins, spiritueux. Ouverte du mardi au samedi de 14h30 à 18h30. Service : Livraison à domicile.

Pharmacie rochoise - 12 place du Martray

Tél : 02 96 91 36 29. Ouverte du lundi au samedi de 9h à 12h15 et de 14h à 19h15. Samedi, fermeture à 17h.

Garage du Pays rochois - Za Kervezot. Tel : 02 96 91 36 23. Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h.

Toilet'pattes - 5 rue du Pouliet—Tél : 02 56 93 36 34. Vente de croquettes. Conseils et renseignements.

Laurent, L'épicier - 5 Place du Martray

Tél : 09 63 42 49 73

Épicerie de produits locaux bio.

Ouverte du mardi au samedi, de 9h30 à 12h30 et de 16h30 à 19h30. Services : Composition et livraison de paniers sur lespaniersdubocage.com.

Unvoas - 17 rue de l'Église - Tél : 02 96 91 36 25

Boucherie-Charcuterie-Traiteur. Ouvert du mardi au samedi de 8h30 à 13h et de 15h à 18h. Services : Livraison à domicile possible.

A&B Le Mat - 22 place du Martray - Tél : 02 96 91 36 32. Boulangerie-Pâtisserie. Ouvert du mardi au samedi de 7h15 à 13h et de 14h à 18h30. Dimanche, fermeture à 12h30. Services : Livraison à domicile.

Le Rendez-vous - 9 Place du Martray—Tél : 02 96 48 88 47. Plats viandes ou poissons « faits maison » à emporter, chaud ou froids.

Commande du lundi au samedi de 9h à 17h. Détails sur Facebook.

Sur la Place du Martray.

Tous les vendredis, de 8h à 13h, **Marché de producteurs**

Tous les samedis, de 8h30 à 12h30, **Pêcheur, Maxime Deroff.** Tél : 06 24 13 10 61

ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE

En application de l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire

Je soussigné(e),

Mme/M. :

Né(e) le :

À :

Demeurant :

certifie que mon déplacement est lié au motif suivant (cocher la case) autorisé par l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire¹ :

- Déplacements entre le domicile et le lieu d'exercice de l'activité professionnelle, lorsqu'ils sont indispensables à l'exercice d'activités ne pouvant être organisées sous forme de télétravail ou déplacements professionnels ne pouvant être différés².
- Déplacements pour effectuer des achats de fournitures nécessaires à l'activité professionnelle et des achats de première nécessité³ dans des établissements dont les activités demeurent autorisées (liste sur gouvernement.fr).
- Consultations et soins ne pouvant être assurés à distance et ne pouvant être différés ; consultations et soins des patients atteints d'une affection de longue durée.
- Déplacements pour motif familial impérieux, pour l'assistance aux personnes vulnérables ou la garde d'enfants.
- Déplacements brefs, dans la limite d'une heure quotidienne et dans un rayon maximal d'un kilomètre autour du domicile, liés soit à l'activité physique individuelle des personnes, à l'exclusion de toute pratique sportive collective et de toute proximité avec d'autres personnes, soit à la promenade avec les seules personnes regroupées dans un même domicile, soit aux besoins des animaux de compagnie.
- Convocation judiciaire ou administrative.
- Participation à des missions d'intérêt général sur demande de l'autorité administrative.

Fait à :

Le :
(Date et heure de début de sortie à mentionner obligatoirement)

Signature :

¹ Les personnes souhaitant bénéficier de l'une de ces exceptions doivent se munir s'il y a lieu, lors de leurs déplacements hors de leur domicile, d'un document leur permettant de justifier que le déplacement considéré est dans le champ de l'une de ces exceptions.
² A utiliser par les travailleurs non-salariés, lorsqu'ils ne peuvent disposer d'un justificatif de déplacement établi par leur employeur.
³ Y compris les acquisitions à titre gratuit (distribution de denrées alimentaires...) et les déplacements liés à la perception de prestations sociales et au retrait d'espèces.

ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE

En application de l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire

Je soussigné(e),

Mme/M. :

Né(e) le :

À :

Demeurant :

certifie que mon déplacement est lié au motif suivant (cocher la case) autorisé par l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire¹ :

- Déplacements entre le domicile et le lieu d'exercice de l'activité professionnelle, lorsqu'ils sont indispensables à l'exercice d'activités ne pouvant être organisées sous forme de télétravail ou déplacements professionnels ne pouvant être différés².
- Déplacements pour effectuer des achats de fournitures nécessaires à l'activité professionnelle et des achats de première nécessité³ dans des établissements dont les activités demeurent autorisées (liste sur gouvernement.fr).
- Consultations et soins ne pouvant être assurés à distance et ne pouvant être différés ; consultations et soins des patients atteints d'une affection de longue durée.
- Déplacements pour motif familial impérieux, pour l'assistance aux personnes vulnérables ou la garde d'enfants.
- Déplacements brefs, dans la limite d'une heure quotidienne et dans un rayon maximal d'un kilomètre autour du domicile, liés soit à l'activité physique individuelle des personnes, à l'exclusion de toute pratique sportive collective et de toute proximité avec d'autres personnes, soit à la promenade avec les seules personnes regroupées dans un même domicile, soit aux besoins des animaux de compagnie.
- Convocation judiciaire ou administrative.
- Participation à des missions d'intérêt général sur demande de l'autorité administrative.

Fait à :

Le :
(Date et heure de début de sortie à mentionner obligatoirement)

Signature :

¹ Les personnes souhaitant bénéficier de l'une de ces exceptions doivent se munir s'il y a lieu, lors de leurs déplacements hors de leur domicile, d'un document leur permettant de justifier que le déplacement considéré est dans le champ de l'une de ces exceptions.
² A utiliser par les travailleurs non-salariés, lorsqu'ils ne peuvent disposer d'un justificatif de déplacement établi par leur employeur.
³ Y compris les acquisitions à titre gratuit (distribution de denrées alimentaires...) et les déplacements liés à la perception de prestations sociales et au retrait d'espèces.

ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE

En application de l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire

Je soussigné(e),

Mme/M. :

Né(e) le :

À :

Demeurant :

certifie que mon déplacement est lié au motif suivant (cocher la case) autorisé par l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire¹ :

- Déplacements entre le domicile et le lieu d'exercice de l'activité professionnelle, lorsqu'ils sont indispensables à l'exercice d'activités ne pouvant être organisées sous forme de télétravail ou déplacements professionnels ne pouvant être différés².
- Déplacements pour effectuer des achats de fournitures nécessaires à l'activité professionnelle et des achats de première nécessité³ dans des établissements dont les activités demeurent autorisées (liste sur gouvernement.fr).
- Consultations et soins ne pouvant être assurés à distance et ne pouvant être différés ; consultations et soins des patients atteints d'une affection de longue durée.
- Déplacements pour motif familial impérieux, pour l'assistance aux personnes vulnérables ou la garde d'enfants.
- Déplacements brefs, dans la limite d'une heure quotidienne et dans un rayon maximal d'un kilomètre autour du domicile, liés soit à l'activité physique individuelle des personnes, à l'exclusion de toute pratique sportive collective et de toute proximité avec d'autres personnes, soit à la promenade avec les seules personnes regroupées dans un même domicile, soit aux besoins des animaux de compagnie.
- Convocation judiciaire ou administrative.
- Participation à des missions d'intérêt général sur demande de l'autorité administrative.

Fait à :

Le : _____ à _____ h
(Date et heure de début de sortie à mentionner obligatoirement)

Signature :

¹ Les personnes souhaitent bénéficier de l'une de ces exceptions doivent se munir s'il y a lieu, lors de leurs déplacements hors de leur domicile, d'un document leur permettant de justifier que le déplacement considéré entre dans le champ de l'une de ces exceptions.

² A utiliser par les travailleurs non-salariés, lorsqu'ils ne peuvent disposer d'un justificatif de déplacement établi par leur employeur.

³ Y compris les acquisitions à titre gratuit (distribution de denrées alimentaires...) et les déplacements liés à la perception de prestations sociales et au retrait d'espèces.

ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE

En application de l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire

Je soussigné(e),

Mme/M. :

Né(e) le :

À :

Demeurant :

certifie que mon déplacement est lié au motif suivant (cocher la case) autorisé par l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire¹ :

- Déplacements entre le domicile et le lieu d'exercice de l'activité professionnelle, lorsqu'ils sont indispensables à l'exercice d'activités ne pouvant être organisées sous forme de télétravail ou déplacements professionnels ne pouvant être différés².
- Déplacements pour effectuer des achats de fournitures nécessaires à l'activité professionnelle et des achats de première nécessité³ dans des établissements dont les activités demeurent autorisées (liste sur gouvernement.fr).
- Consultations et soins ne pouvant être assurés à distance et ne pouvant être différés ; consultations et soins des patients atteints d'une affection de longue durée.
- Déplacements pour motif familial impérieux, pour l'assistance aux personnes vulnérables ou la garde d'enfants.
- Déplacements brefs, dans la limite d'une heure quotidienne et dans un rayon maximal d'un kilomètre autour du domicile, liés soit à l'activité physique individuelle des personnes, à l'exclusion de toute pratique sportive collective et de toute proximité avec d'autres personnes, soit à la promenade avec les seules personnes regroupées dans un même domicile, soit aux besoins des animaux de compagnie.
- Convocation judiciaire ou administrative.
- Participation à des missions d'intérêt général sur demande de l'autorité administrative.

Fait à :

Le : _____ à _____ h
(Date et heure de début de sortie à mentionner obligatoirement)

Signature :

¹ Les personnes souhaitent bénéficier de l'une de ces exceptions doivent se munir s'il y a lieu, lors de leurs déplacements hors de leur domicile, d'un document leur permettant de justifier que le déplacement considéré entre dans le champ de l'une de ces exceptions.

² A utiliser par les travailleurs non-salariés, lorsqu'ils ne peuvent disposer d'un justificatif de déplacement établi par leur employeur.

³ Y compris les acquisitions à titre gratuit (distribution de denrées alimentaires...) et les déplacements liés à la perception de prestations sociales et au retrait d'espèces.