



Le Journal



n°438 Janv. & Fév. 2019

Meilleurs Vœux 2019



SOMMAIRE

- P.2..... Infos municipales
- P.7..... Infos jeunesse
- P.8 Infos associatives
- P.10..... Infos paroisse
- P.10..... Infos plus
- P.12 Infos pratiques



Édito



Alors que nous venons de poser la 1ère pierre du quartier Cottages de Nacre élaboré par SEDELKA, la commune d'Epron, après 2 décennies d'attentes, de projets et de concertation, s'est engagée dans son extension afin d'offrir un vrai parcours résidentiel pour ses habitants et ceux qui souhaiteraient s'y installer. Il s'agit aussi de permettre, dans le cadre de cette urbanisation, d'y implanter de nouveaux services, de créer des emplois en lien direct avec le Plateau Nord et de repenser l'espace afin de permettre aux habitants de travailler et vivre sur ce territoire.

Trois axes ont motivé notre réflexion en partenariat avec Normandie Aménagement et les différents promoteurs. Je souhaite vous les rappeler :

Qu'est ce qu'un «parcours résidentiel» ?

Il s'agit de permettre, en fonction de l'âge et des situations individuelles, de trouver à se loger dans la commune. Les accidents de la vie (décès, divorces...) ont un impact sur les besoins de logements. Nous n'avons pas les mêmes attentes lorsque l'on est un jeune ménage ou en retraite, lorsque l'on est seul ou en famille. A ces situations personnelles s'ajoute aussi le souhait de rester sur sa commune et de pouvoir y trouver le logement qui répond à ses critères. A 90%, le parc immobilier d'Epron est pavillonnaire et ne répond pas à ces besoins nouveaux liés à l'installation ou à la décohabitation. Cela impose un changement de commune avec ses conséquences en termes d'éloignement de ses loisirs, de ses amis ou de sa famille.

L'aménagement de la ZAC du Golf est donc une belle occasion d'offrir à un plus grand nombre d'habitants la possibilité de rester à Epron et de répondre ainsi aux nouveaux besoins.

Pourquoi la ZAC est-elle l'objet d'un nouveau concept ?

Trop longtemps l'habitat était éloigné des zones de commerces et d'activités. Cela a eu pour conséquence ce que nous connaissons aujourd'hui : afflux de circulation et suprématie des transports. Aujourd'hui, la mixité des espaces doit permettre la diminution des voiries en offrant sur un même site de l'activité économique - source d'emploi - et des commerces de proximité. Les urbanistes conçoivent donc les villes en prenant en compte les nouveaux besoins et les nouvelles contraintes. Nous les avons intégrés et cela aussi afin de résoudre en partie la problématique des transports qui est si prégnante pour Epron.

L'autre innovation porte sur l'environnement et le respect de celui-ci notamment par le choix des matériaux et les expositions des constructions. Il s'agit en effet de pouvoir inscrire l'urbanisation d'Epron dans une démarche respectueuse de notre environnement.

Un cadre réglementaire contraignant aussi

Enfin, Epron est dans le périmètre immédiat de Caen, ce qui impose des prescriptions particulières de densité notamment. Il est désormais convenu que les Villes ne doivent plus s'étendre de manière exagérée en consommant les terres agricoles. Les périphéries sont donc soumises à des contraintes qui économisent l'espace et limitent les déplacements des habitants. Dans ce cadre, avec l'aménageur, les constructeurs et les promoteurs, nous nous sommes efforcés de maintenir une qualité du bâti, des espaces publics et des espaces verts afin de conserver l'esprit du «village de la radio». Lors de la récente pose de la première pierre, tout cela a été rappelé. Et les projets qui sont désormais à l'état de réalisation témoignent de l'attention que nous avons pu porter à ces principes et lois.

Alain Leménorel, mais avant lui Diane Voisine, en qualité d'adjoints à l'urbanisme ont toujours été attentifs et rigoureux dans le développement de la ZAC du Golf. Cela est indiscutablement un plus pour Epron et ses habitants. De nouveaux horizons s'ouvrent pour notre commune, ceux du développement, du respect de l'environnement, d'un nouveau cadre de vie et de l'implantation de services qui nous faisaient défaut jusqu'à présent.

Au nom du conseil, je vous souhaite une très bonne année 2019, pour vous et celles et ceux qui vous sont chers.

Votre Maire
Franck GUEGUENIAT



AGENDA

Janvier

- **Mardi 15**
AG - Comité des fêtes
- **Judi 17**
Cérémonie des vœux - Mairie
- **Vendredi 18**
Soirée culture espagnole
- Las gemelas et pôle jeunesse
- **Samedi 19**
Nuit de la lecture - Médiathèque
- **Judi 24**
Galette des associations - Mairie
- **Vendredi 25**
AG - Amicale des Anciens
Combattants
- **Judi 31**
AG du CAJE

Février

- **Samedi 2**
La chandeleur - Paroisse
- **Dimanche 24**
Repas - CAJE

BULLETIN N°438
Janvier - Février 2019
650 exemplaires

Limite de dépôt des articles
du prochain numéro :
vendredi 8 Février

Directeur de publication :
Franck Guéguéniat

Rédacteur en chef : Jean Daireaux

Commission bulletin : François Busnel,
Joëlle Guibert, Catherine Grozner,
Huguette Lewandowski et Brigitte
Landrein.

Maquette et impression :
Imprimerie Le Brun - Caen

12/2018



ÉTAT CIVIL

Naissances

- **Agathe Fraty** le 23 septembre 2018
- **Marilou Gorregues-Debar** le 22 octobre 2018
- **Bon anniversaire à Mya Salerne** née le 2 janvier 2018
premier bébé de l'année à Epron

Décès

- **Christian Corblin** le 7 août 2018
- **Yvette Robbe veuve Leménorel** le 5 novembre 2018

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

Document	Où	Pièces à fournir	Coût
Carte d'identité Validité Majeur : 15 ans Mineur : 10 ans	Depuis le 2 mars 2017, la mairie d'Epron n'est plus en mesure d'établir les cartes d'identité Mairies habilitées (Aunay-sur-Odon, Balleroy, Bayeux, Caen, Colombelles, Condé-sur-Noireau, Dives-sur-Mer, Douvres-la-Délivrande, Evrecy, Falaise, Hérouville-Saint-Clair, Honfleur, Iffs, Lisieux, Livarot, Mézidon-Canon, Mondeville, Ouistreham, Pont-l'Évêque, Thury-Harcourt, Tilly-sur-Seulles, Trévières, Trouville-sur-Mer, Verson, Vire)	Se renseigner auprès des mairies concernées	
Passeport biométrique Validité Majeur : 15 ans Mineur : 10 ans	Depuis 2009, la mairie d'Epron n'est plus en mesure d'établir les dossiers de passeport. Mairies habilitées (Aunay-sur-Odon, Balleroy, Bayeux, Caen, Colombelles, Condé-sur-Noireau, Dives-sur-Mer, Douvres-la-Délivrande, Evrecy, Falaise, Hérouville-Saint-Clair, Honfleur, Iffs, Lisieux, Livarot, Mézidon-Canon, Mondeville, Ouistreham, Pont-l'Évêque, Thury-Harcourt, Tilly-sur-Seulles, Trévières, Trouville-sur-Mer, Verson, Vire)	Se renseigner auprès des mairies concernées	
Carte d'électeur (Inscription sur la liste électorale)	À la mairie du domicile	Pièce d'identité et justificatif de domicile récent	Gratuit
Autorisation de sortie de territoire (pour les mineurs)	Démarche à faire sur Internet : https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1359		
Attestation d'accueil d'un étranger	À la mairie du domicile	Justificatif de domicile, justificatif de ressources, pièce d'identité	2 timbres fiscaux à 15 €
Duplicata livret de famille	À la mairie du domicile	Pièce d'identité	Gratuit
Copie intégrale ou extrait d'un acte de naissance, mariage, décès	À la mairie du lieu de l'événement	Carte d'identité ou passeport Livret de famille	Gratuit (joindre enveloppe affranchie au tarif lettre pour les demandes par voie postale)
Mariage	À la mairie du domicile ou résidence de l'un des futurs époux ou des parents de l'un des futurs époux	Pour la constitution du dossier, se renseigner en mairie. Dépôt du dossier par les 2 futurs mariés.	Gratuit
Pacte civil de solidarité (PACS)	À la mairie de la résidence commune des deux partenaires	Pour la constitution du dossier, se renseigner en mairie ou sur service public.fr. Dépôt du dossier par les 2 partenaires	Gratuit
Recensement citoyen (Obligatoire à 16 ans)	À la mairie du domicile	Pièce d'identité et livret de famille	Gratuit
Légalisation de signature	À la mairie du domicile	Pièce d'identité et signer devant le maire ou son représentant	Gratuit
Certificat d'hérédité	Notaire - Ne se délivre pas en mairie		



Notre association ADMR de la Vallée du Dan recherche des bénévoles :

VOUS VOULEZ :

- Etre utile à ceux qui nous entourent
- Agir pour le développement local et l'emploi
- Vivre une expérience humaine enrichissante
- Partager et acquérir des compétences et des savoir-faire

Rejoignez-nous en contactant notre association :

par téléphone : 02 31 53 06 64

par mail : vallee.dan@fede14.admr.org

Bénévole à EPRON : Mme Richard Solange



**11 Novembre
2018**



Centenaire de l'Armistice

Pour cette célébration, la commune d'Epron avait prévu de scinder cette commémoration en trois cérémonies.

Lors de la première cérémonie monsieur Daireaux, maire-adjoint, a lu le message du Président de la République. Un dépôt de gerbe, un recueillement et des lettres de poilus ont été lues par deux élus du conseil municipal des enfants.

Lors de la seconde cérémonie, un hommage fut rendu aux deux soldats épronnois morts durant la guerre 14-18. Un bouquet de fleurs a été déposé sur chaque tombe.

Pour la troisième cérémonie, présidée par le lieutenant de vaisseau Franck Guégueniat, le fanion a été remis aux stagiaires de la Préparation Militaire Marine «Amiral Hamelin» d'Epron, en présence de leurs familles. Cette commémoration se termina par un verre de l'amitié à la salle des fêtes.



Environnement

1^{er} janvier 2019, nous y sommes !

La mise sur le marché, la délivrance, l'utilisation et la détention des pesticides par les particuliers sont interdits !

Désormais chacun va devoir s'adapter.

Le passage à zéro pesticide offre de nombreux avantages

- Garantir la santé de la population
- Préserver l'environnement et les ressources en eau
- Favoriser la biodiversité

Comme l'ensemble des communes de la Communauté Urbaine Caen la mer, Epron participe aux bonnes pratiques depuis plus d'un an. A votre tour, comme particulier, laissez plus de place à la flore spontanée, là où elle pousse.

Vous nous direz :

La commune devient sale !



Faux. Les espaces publics sont toujours entretenus. Cet entretien suit un plan de gestion différencié plus respectueux de l'environnement, de la santé et favorable à la biodiversité. Une plante n'est pas sale ! Vaut-il mieux une herbe verte ou une herbe jaune ?

C'est plus contraignant de ne plus utiliser de pesticides.

Vrai. Il n'existe pas de méthode simple. Il faut faire appel à un ensemble de techniques qui s'imbriquent et se complètent.

Ce n'est pas compatible avec le statut de village fleuri.

Faux : Les critères du concours « villes et villages fleuris » s'adaptent et évoluent. Les modes de gestion appliqués pour entretenir le patrimoine sont pris en compte. Alors poursuivons notre démarche pour obtenir notre classement « villes et villages fleuris ».

N'oubliez pas que le non-respect des conditions d'utilisation des produits phytosanitaires est une infraction pénale, punie de 6 mois d'emprisonnement et 15 000 € d'amende !

Alors pour le bien de toutes et tous, pour vous-même, cela ne vaut-il pas le coup de participer, en laissant notamment plus de place à la flore qui pousse çà et là ?

Pose de la première pierre...

Présenté en réunion publique en janvier 2018, puis après validation du permis de construction, dans le bulletin de mars - avril, le lot H se concrétise sur le terrain depuis septembre. La première pierre a été posée symboliquement le 28 novembre, en présence du promoteur, de l'architecte, de Normandie Aménagement, des élus et des représentants des différents corps de métiers. Les 33 maisons de ville (de 3 et 4 pièces), les « Cottages de Nacre », quasiment toutes vendues, devraient être livrées au 3^{ème} trimestre 2019. Les 56 logements collectifs (du T2 au T4), le « Domaine de Nacre », le seront vers la mi-2020.



Accueil des nouveaux Épronnois et mise à l'honneur des sportifs de l'année

Lundi 12 novembre, Monsieur le Maire et les membres du conseil ont accueilli les nouveaux Epronnois, au nombre de 14 cette année. Une clé USB regroupant des informations communales (journal d'Epron, démarches administratives...) leur a été remise.

Ce fut aussi l'occasion de récompenser les sportifs épronnois qui ont eu de très bons résultats dans leurs différents sports (judo, badminton, tennis).

Un verre de l'amitié a conclu cette soirée, où nouveaux et anciens Epronnois et responsables d'associations, ont pu discuter et commencer à tisser des liens.





À la médiathèque en attendant Noël



Les mercredis et samedis de novembre et décembre, Véronique a animé des ateliers sur le thème de Noël. Les enfants et parfois des adultes ont pu réaliser des étoiles et des sapins en origami, des cartes et des marque-pages.

Vous avez pu remarquer la qualité des pliages que fait Véronique et qui sont autant de décorations de la Grange aux Livres.

N'hésitez pas à lui demander conseil, elle se pliera elle-même à l'exercice et prendra plaisir à vous montrer quelques « trucs »



Marchés de Noël et au foie gras



Cette année, vent de nouveauté pour un air de fêtes à Epron. En effet le

marché de Noël et le marché au foie gras se sont déroulés le même jour. Six producteurs de l'association les « fermiers des becs » se sont installés pour la première fois sur l'Esplanade des Libérateurs devant l'entrée du complexe sportif, qui accueillait trente-six

exposants venus de tout le calvados pour le marché de Noël. Les visiteurs ont pu déambuler dans les allées et selon leurs envies, trouver des idées cadeaux pour faire plaisir, avec pour fond sonore des musiques de Noël. Le pôle jeunesse était au rendez-vous et d'une part proposait des activités pour les enfants (confection de bottes de Noël, centres de table, boules de Noël, une vente de confiseries de Noël), et d'autre part, assurait la gestion de la restauration en partenariat avec l'école.

La nuit de la lecture



Nuit de la Lecture 19 janvier 2019

Cette manifestation nationale unique à destination de tous les publics permet une nouvelle fois de conforter les liens entre les acteurs du livre et la lecture.

Le thème choisi est l'aventure avec un programme pour les 6 à 12 ans.

Une première partie de 17h à 19h pour les 6-9 ans, une seconde partie de 19h à 21h pour les 9-12 ans

Le programme détaillé sera publié sous forme d'affiche



CME Conseil Municipal des Enfants



Une nouvelle équipe pour une année !

Le 19 novembre dernier, tous les enfants de l'école mais aussi tous les Epronnois scolarisés du CE1 à la 5^{ème} étaient invités à venir voter à la mairie. Une occasion pour eux de se frotter à leurs futurs droits et devoirs civiques, comme des grands.

Après une phase de campagne où chacun a pu défendre ses idées et projets, les classes sont venues à la mairie. Toutes ont alors pu visiter les locaux et revenir sur les symboles nationaux qui y sont représentés, mais aussi discuter d'un sujet citoyen qui, cette année, était l'Europe. Le bureau de vote était ouvert jusqu'à 18h pour les collégiens et les enfants scolarisés à l'extérieur.

Après un dépouillement sérieux mené par les enfants eux-mêmes, les nouveaux élus ont procédé à leur première réunion de bureau et à l'élection du maire et des adjoints.

Sont élus :

Antoine Césini : Maire des Enfants (CM1)

Emy Bonnemaïn : Adjointe (CM2)

Enora Rebours : Adjointe (CE2)

Et les conseillers : Albane Jezequel, Lila Kolong, Idriss Lehaut, Sophie Lépinard, Laurène Madelaine-legrix, Rafael Pitel, Madysson Salerne.

Félicitations et bon mandat à cette nouvelle équipe !



Le « BOOKS TROC, dévorez les livres »

Une incitation au partage et à l'échange.

Tout à la fois première et dernière action de l'ancien et du nouveau Conseil Municipal des Enfants, le « BOOKS TROC » invite la population à partager ses lectures.

A la suite d'un travail partenarial entre le Conseil Municipal, le C.M.E. et «l'association des amis de Charnwood», les enfants du centre de loisirs et les élus du C.M.E. ont travaillé avec les différents services municipaux (service technique, service animation et Pôle Jeunesse) dans le but de réhabiliter la cabine téléphonique anglaise qui se situe face aux commerces. Cette dernière est désormais un endroit où chacun peut laisser son livre mais aussi trouver sa nouvelle lecture. Une pratique citoyenne à bien des égards qui a été inaugurée le samedi 15 décembre dernier à 11h.

Alors n'hésitez plus et courez à la cabine pour « dévorer les livres » !



La nouvelle pause méridienne

Zoom sur R2E, la Radio Enfance Epron, avec Virginie

Depuis la rentrée scolaire, la commune propose aux enfants de la grande section au CM2, de participer à l'activité de leur choix à raison de deux fois par semaine. Les propositions changent à chaque période mais certaines activités se dérouleront toute l'année. C'était le cas du potager d'Arnaud, c'est également celui de la radio de Virginie.

Depuis septembre, deux groupes ont déjà participé à l'atelier. Si la première période s'était d'avantage concentrée sur les mots d'enfants et l'école dans le monde, la seconde a mis Noël et sa dimension fantastique à l'honneur.

Dans cet atelier, les enfants s'essayaient aux pratiques journalistiques, toutes proportions gardées. Ils font des recherches, s'interviewent, s'essayaient à l'élaboration et l'écriture d'articles et au montage audio. Nous ne pouvions naturellement pas choisir un autre support que celui de la radio à l'aube des 70 ans de la reconstruction du village grâce à la Radio.

Vous pouvez suivre les tribulations radiophoniques des enfants sur notre page facebook : « Pôle Jeunesse Epron » ou sur le site web de la Mairie, mais aussi participer aux grandes émissions en direct du Pôle Jeunesse à chaque fin de période, ou aux micros trottoirs comme celui du marché de Noël du 02/12/18.



Soirée culturelle à l'heure espagnole !



Las Gemelas et le Pôle Jeunesse, sous la houlette de Célia et Rafaël, les volontaires européens de la commune, vous proposent une soirée « échanges culturels autour de Zufre » **le 18 janvier 2019** à la médiathèque à partir de 18h.

Au programme : exposition de photos, diaporama animé, taperia et échanges en français ou espagnol comme il vous plaira !



Le Comité des Fêtes vous souhaite
une excellente année 2019 !

Comité des fêtes

La foire aux jouets et à la puériculture

Une nouvelle fois, avec enthousiasme, nous nous sommes retrouvés au dojo, dès 9H30 le dimanche 4 novembre 2018.

Aucun mètre d'exposition de cette sympathique manifestation n'est resté vacant sur les 70 mètres proposés aux participants, Epronnois à 90%.

Après le retrait des tapis, l'organisation de cet espace de petites dimensions impose une rationalisation rigoureuse pour placer les 70 mètres de tables et la quarantaine de chaises mis à la disposition des exposants, sans oublier l'espace café, thé, chocolat, gâteaux, sandwiches et boissons fraîches.

Merci aux membres présents du Comité des Fêtes et au personnel communal pour leur aide.

Pour notre Comité des Fêtes, l'objectif a été atteint dans une ambiance amicale et sympathique. Selon quelques indiscretions,

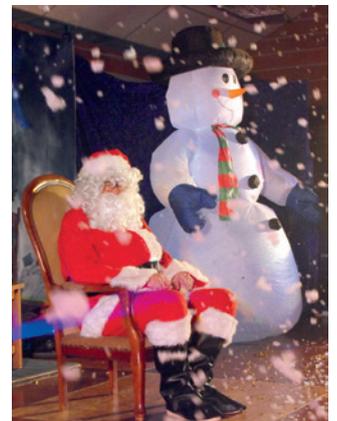
les affaires ont été bonnes dans les deux camps, vendeuses et acheteuses, car ce sont vraiment majoritairement les mamans et les mamies qui sont aux affaires !

Alors, à l'année prochaine si vous le voulez bien !



Noël magique !

Dès l'entrée dans la salle, les enfants sont émerveillés, le décor est féérique : énormes bonhommes de neige, rennes du père Noël, manège enchanté, beau sapin illuminé. Le spectacle commence : le chapeau est vide, un coup de baguette magique et voilà un joli lapin blanc ; une, deux, trois colombes sortent des plis d'un foulard, elles rentrent dans une cage qui disparaît dans une petite maison en bois. Quand la cage ressort, les colombes ont disparu, à leur place, il y a ...un petit chien. L'assistante du magicien semble endormie, elle monte sur un tabouret, le magicien le retire mais elle ne tombe pas, elle reste au-dessus du sol. Parents et enfants sont sous le charme ! Et soudain, il se met à neiger ! Derrière le rideau de flocons de neige, le Père Noël apparaît. Il s'installe dans un fauteuil sur la scène et commence à distribuer des cadeaux aux enfants pendant que les bénévoles du comité des fêtes distribuent les sachets de friandises.



Merci au Magic Country Show pour ce merveilleux spectacle !

Assemblée Générale

Le Comité des Fêtes a le plaisir de vous convier à son assemblée générale le **mardi 15 janvier 2019 à 19h à la salle des fêtes.**

Ordre du jour :

- Bilan financier
- Bilan d'activités
- Bilan art floral

- Bilan peinture sur soie
- Renouvellement du bureau
- Manifestations 2019
- Questions diverses

N'hésitez pas à nous rejoindre en tant que bénévoles, nous vous attendons très nombreux !



LAS GEMELAS



Faute de participants en nombre suffisant, nous avons le regret de devoir modifier notre projet de voyage à Zufre prévu pour la période pascale, en le reportant à une date ultérieure. Mais cela n'est que partie remise. Que toutes les personnes intéressées n'hésitent pas à nous contacter. Je vous rappelle l'adresse : las-gemelas@wanadoo.fr

LAS GEMELAS, toujours à l'écoute de vos idées, propositions, suggestions, susceptibles de renforcer les liens entre nos 2 communes
les desea una feliz Navidad y un muy feliz año 2019*

*vous souhaitez de passer un bon Noël, et une très bonne Année 2019

Amicale des Anciens Combattants



Chers adhérents, je tiens à vous remercier pour votre présence lors de nos cérémonies.

L'année 2018 fut émaillée de belles rencontres et de partage. Nous avons eu la joie d'organiser un voyage en Espagne, une journée Cabaret et plusieurs repas dansants. Ces animations sont des liens forts entre adhérents, avec un réel plaisir à se retrouver !

Les cérémonies restent le point fondamental de notre amicale, elles sont incontournables et indispensables au souvenir de mémoire. Nous avons la chance d'avoir régulièrement les jeunes de la P.M.M commandée par le lieutenant de vaisseau Franck Guéguéniat (également maire d'Epron).

Assemblée Générale

L'amicale tiendra son assemblée générale le **vendredi 25 janvier 2019 à 14h30, salle des fêtes d'Epron.**

Elle sera suivie de la galette des rois. Venez nombreux pour commencer cette nouvelle année et découvrir les différentes animations et cérémonies 2019 !

Un repas est déjà prévu le **dimanche 10 mars 2019.**

Au menu : saumon fumé, coq au vin et dessert.

Nous gardons le même tarif de 23€ pour les adhérents et 28€ pour les non adhérents.

Je tiens à remercier monsieur le maire Franck Guéguéniat ainsi que tous les élus et le personnel de la Mairie, pour leur aide et leur soutien dans l'organisation des cérémonies (un clin d'œil à Virginie).

Un grand merci également à ma formidable équipe du bureau de l'Amicale, Carmen, Josette, Annette, Joëlle, Michel, Jacques, Roland, Claude !!!

C'est grâce à eux que nous pouvons organiser et vous accueillir de la sorte !

Nous vous présentons encore tous nos vœux les plus sincères de bonheur et de santé pour cette nouvelle année 2019 !

Votre président, Didier WILLEME au nom de toute l'équipe de l'Amicale des Anciens Combattants





Vœux 2019

Une année nouvelle s'ouvre à nous. L'entrée dans celle-ci m'offre, en lien avec toute la communauté chrétienne d'Epron, l'agréable occasion de former à l'endroit de tous les habitants de la commune l'expression de nos vœux les meilleurs pour 2019. Paix, Amour, Joie et Espérance dans tous les cœurs, en n'oubliant pas de bâtir un monde fraternel dans l'attention à tous en général et des plus petits en particulier.

Bonne et heureuse année nouvelle.

*Père Jean-Claude M'bra,
Curé de la paroisse Saint Thomas de l'université*

Messe tous les samedis à l'église St Ursin, 19h.

Toutes les infos de la paroisse (02 31 85 44 53) sur :
<https://bayeuxlisieux.catholique.fr/paroisses/agglomeration-caennaise/saint-thomas-de-luniversite/>



INFOS PLUS



Une nouvelle venue à Epron

Depuis le 1^{er} décembre 2018, Sigrid Troude Tighilet, diététicienne nutritionniste vous accueille dans son cabinet au 1, impasse des pavillons à Epron.

C'est une reconversion pour Sigrid Troude Tighilet, qui auparavant, a effectué une carrière de 15 ans dans le domaine bancaire. Après une formation de 4 ans à Paris, elle a obtenu son diplôme BTS diététique.



Elle s'est également spécialisée sur l'obésité de l'enfant et de l'adolescent et sur l'éducation thérapeutique du patient, prévention et maladies chroniques, en obtenant ses 2 diplômes universitaires à la Sorbonne.

En ouvrant ce cabinet, elle propose une prise en charge nutritionnelle différente pour chaque patient, qui dépend de ses objectifs personnels, de l'environnement de sa vie et de l'instant choisi. Tous les facteurs personnels, professionnels, émotionnels, sociaux... sont pris en compte pour établir un programme nutritionnel ou un régime sur mesure. Le but est d'atteindre les objectifs définis, sans avoir faim, en apprenant toutes les bases de l'équilibre alimentaire, de façon à pouvoir les appliquer de manière durable. La seule solution est de comprendre le fonctionnement de son corps.

Les consultations proposées sont pour les enfants, les adolescents, les adultes, les femmes enceintes, les sportifs, les personnes âgées avec ou non des problématiques pathologiques.

Elle envisage également d'organiser des réunions d'informations de sensibilisation et de prévention, dans les écoles et centres de loisirs. Cabinet ouvert du lundi au samedi. Consultations sur rendez-vous - 06 13 16 42 42

SOLIHA
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT

Territoires en NORMANDIE

AMELIORATION DE L'HABITAT

Des subventions exceptionnelles pour vos travaux

Pour qui ?

Les **propriétaires occupants** ou **propriétaires bailleurs** qui envisagent de réaliser des travaux d'amélioration dans le logement qu'ils occupent ou qu'ils louent.

Comment ?

Des **aides financières** sont accordées, sous conditions, pour des travaux d'amélioration et d'adaptation des logements

Pour quels travaux ?

- ⊕ L'amélioration de la **performance énergétique** des logements dans un souci d'économie d'énergie et de réduction des factures.
- ⊕ L'**adaptation** des logements au handicap ou à l'âge.
- ⊕ La **réhabilitation** de logements très dégradés.

ATTENTION, les travaux ne doivent pas être engagés avant l'accord des aides.

SOLIHA TERRITOIRES EN NORMANDIE vous accompagne sans engagement tout au long de votre démarche : éligibilité du dossier, conseils techniques, aide à la définition du programme de travaux, réalisations des diagnostics obligatoires, demandes de subventions jusqu'au paiement de celles-ci.

Où contacter SOLIHA EN NORMANDIE ?

Siège de l'Association, à but non lucratif :
8, Boulevard Jean Moulin
14053 CAEN
tel : 02-31-86-70-50
Courriel : contact@solihanormandie.fr www.solihanormandie.fr



PARTENAIRES

Ouvert du mardi au vendredi 9h-13h et 16h-19h30
Le samedi 9h-13h et 15h-19h30
Le dimanche 9h-13h

POISSONNERIE



MAISON GESLAIN

Rond-point de la bijude 14112 Bieville-Beuville
02 31 50 54 79 ou 06 45 50 25 56
www.maisongeslain.com

HÂLTE AUX GUÊPES 14



Destruction nids de guêpes, frelons, frelons asiatiques, bourdons
07.68.79.99.97
halteauxguepes14@gmail.com
7j/7

EPRON

Primum auto GARAGE de la BIJUDE

MÉCANIQUE - TÔLERIE - PEINTURE toutes marques
Philippe JANNEQUIN

Ouvert du lundi au vendredi : Matin de 8 h 00 à 12 h 00 - Après-midi de 14 h 00 à 18 h 30



Parc d'activités de la Bijude - Bd de Suffolk - 14112 BIEVILLE-BEUVILLE
☎ : 02 31 43 98 37 - 📠 : 02 31 47 94 34

Jardiland

CULTIVEZ VOTRE BIEN-ÊTRE

Ouvert 7j/7

Lundi au vendredi : 9h30-12h30 / 14h-19h
Samedi : 9h30-19h sans interruption
Dimanche : 10h-12h30 / 14h30-18h30

jardiland.com

Jardiland CAEN - Route de Caen - 14610 ÉPRON - TÉL. 02.31.53.12.10

Siret 444 750 368 00185 - Jardiland Enseignes SAS Jard Caen - Route de Caen 14610 Epron - Siren 444 750 368 - Fr 14 444 750 368 - RCS Créteil 444 750 368

Coiffure Féminin / Masculin

O' Jo - Ly

Tél : 02 31 47 36 00

Allée Gay-Lussac - 14610 Epron

Horaires d'ouverture : lundi : 9 h - 13 h
mardi au vendredi : 9 h - 18 h 30 - samedi : 8 h 30 - 17 h

Groupama
CENTRE MANCHE
la vraie vie d'assurance ici

Douvres, 22 place Georges Lesage
Tél. 02 31 36 12 80

Caen Beaulieu, 14 bd Georges Pompidou
Tél. 02 31 73 92 10

groupama.fr

CHRISTIAN LEPLEY
plomberie chauffage assainissement
terrassement démolition

11 chemin du mesnil
14920 Mathieu



christian.lepley@bbox.fr 02.31.44.30.80

**Pompes Funèbres
Marbrerie**

LEMERRE

5, rue Richard Lenoir, Villers-Bocage
Tél. 02 31 77 01 16 & 02 31 77 76 76

SAUR

**DIRECTION RÉGIONALE
NORMANDIE**
Rue des Frères Chappe
14540 GRENTHEVILLE

**DISTRIBUTION ET GESTION
EAU POTABLE
ET ASSAINISSEMENT**

Service Clients
02 14 37 40 00 : du lundi au vendredi de 8h00 à 18h00
02 14 37 40 09 : 24h/24 7j/7 (urgences techniques)

Imprimerie Le BRUN



Z.I. du Chemin Vert - 14, rue Villons-les-Buissons
B.P. 6023 - 14061 CAEN cedex 4
Tél. 02 31 29 34 00 - Fax 02 31 29 34 01
contact@imprimerielebrun.fr - www.imprimerielebrun.fr

Aujourd'hui,
une fleur ...



ERICK BOYER
DÉCORATEUR FLORAL

28, Rue de la Délivrande - 14 000 CAEN

02 31 94 01 01

Retrouvez-nous sur facebook



Votre Mairie

Place Francis Bernard - 14610 Epron
Tél. : 02 31 44 51 42
Fax : 02 31 94 55 90
Courriel : contact-mairie@epron.fr
www.mairie-epron.fr

Ouverture de la mairie du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et le samedi matin de 9h à 12h.

En cas d'urgence absolue à partir de 17h en semaine et 12h le samedi, les week-ends et jours fériés, vous pouvez joindre l'élú de permanence au **06 85 58 04 65**

**Fermetures : le Samedi 5 Janvier 2019
le Samedi 7 Février 2019**

Médiathèque

24 rue de l'Eglise - 14610 Epron
Tél. : 02 31 74 51 20

Horaires d'ouverture

Matin : 9h00 à 12h00 du mercredi au samedi

Après-midi : 14h30 à 19h00 mardi, mercredi et vendredi

Relais assistants maternels «Arc-en-ciel»

Espace Ardenna
Place Le Clos Maulier
14280 Saint-Germain-la-Blanche-Herbe
Tél. : 02 31 97 43 29
ram.st.germain@wanadoo.fr

Accueil sur rendez-vous

Infos Poste

Le bureau de Cambes-en-Plaine est ouvert :
du lundi au samedi de 9h00 à 12h15
Levée du courrier
du lundi au vendredi à 14h45
et le samedi à 11h30
Tél. : 02 31 44 53 42

Encombrants

14 Février 2019 :
Ramassage sur appel au **02 31 304 304** pour les personnes de 75 ans et plus ou à mobilité réduite.
Merci de les sortir la veille du ramassage

Infos collecte

Semaine normale :

- » Bacs verts **le lundi**
- » Sacs jaunes **le jeudi**
- » Bacs gris **le vendredi**

Semaine avec jours fériés :

Vérifiez sur le calendrier que vous avez reçu.

Merci de les sortir la veille du ramassage.

Déchèterie la plus proche

Bretteville-sur-Odon
Tél. 02 31 74 68 30
ZAC de la Grande Plaine
Rue des Hauts de Beaulieu
*Ouverte du lundi au vendredi
9h00 - 12h00 et 14h00 - 18h00
Samedi : 9h00 - 18h00
Dimanche : 9h00 - 12h00*



Annonce : Location de box

À louer, box pour voiture dans garage collectif fermé et sécurisé dans un immeuble à Epron
Contact - 06 21 40 54 53

Annonce : Aide ménagère

Personne de confiance, ponctuelle et sérieuse, vous propose ses services pour vous seconder dans vos tâches quotidiennes : ménage, repassage ...

Expérience dans ce domaine.
Travail déclaré, paiement chèque emploi service, chèques ...

SANTÉ

Médecins généralistes

Stéphane Batard
Résidence « La Chevalerie »
Allée Gay Lussac
Tél. : 02 31 47 50 13

Marie-Laure De Bruyn
13 rue de la Grâce de Dieu
Tél. : 02 31 47 54 89
www.ubiclic.com

Infirmiers

Thierry Dochler et Rodolphe Le Rouillois
Résidence « La Chevalerie »
Allée Gay Lussac
Tél. : 02 31 44 22 60

Pharmacie

Pharmacie Voisine
18 rue de la Grâce de Dieu
Tél. : 02 31 43 60 82

Dentiste

Fabrice Auvray
Résidence « Les Blés d'Or »
13 rue de la Grâce de Dieu
Tél. : 02 31 53 96 67

Kinésithérapeute

- » Céline Maheut
- » Sonia Moussay
- » Audrey Baloche

Résidence « Les Blés d'Or »
13 rue de la Grâce de Dieu
Tél. : 02 31 94 07 02

Kinésithérapeute Ostéopathe

Arnaud Bonnet
Résidence « Les Blés d'Or »
13 rue de la Grâce de Dieu
Tél. : 06 77 13 80 49

Pédicure Podologue

Marie-Lucie Landais
Résidence « La Chevalerie »
Allée Gay Lussac
Tél. : 02 31 23 62 86

Orthophoniste

Valérie Michardière
Résidence « Les Blés d'Or »
13 rue de la Grâce de Dieu
Tél. : 02 31 94 26 74

Psychologues

Nathalie Lucas-Duffourg
13 rue Eole
Tél. : 02 31 43 86 97

Nathalie Tschopp
12 route de Caen
Tél. : 06 95 96 07 70

Hypnose Ericksonienne

Béatrice Palis
Résidence « Les Blés d'Or »
13 rue de la Grâce de Dieu
Tél. : 06 95 10 33 17



Dététicienne Nutritionniste

Sigrid Troude Tighilet
1 impasse des Pavillons
Tél. : 06 13 16 42 42

Vétérinaires

Clinique vétérinaire du Cèdre
Route de Caen
Tél. : 02 31 47 67 67

EHPAD

EHPAD Orée du Golf
Rue Olympe de Gouges
Tél. : 02 31 53 30 55