

# Lettre d'information numérique

de la mairie de Bannalec

N°6 du vendredi 17 avril 2020

**Ouverture du marché : tous les mercredis de 8 h 30 à 12 h 30, place de la Libération**

**Ouverture de l'AMAP : tous les jeudis de 18 h à 19 h30, devant la gare**

**Un site pour relier les producteurs et les consommateurs bretons : [www.produits-locaux.bzh](http://www.produits-locaux.bzh)**

## Le fonctionnement des services municipaux

La crise sanitaire modifie le fonctionnement des services municipaux : la mairie est fermée au public jusqu'à nouvel ordre, mais un accueil téléphonique est assuré pour des questions urgentes. L'accueil téléphonique de la mairie est maintenu de 9 h 30 à 12 h et de 14 h 30 à 16 h 30, du lundi au vendredi, au numéro habituel 02 98 39 57 22.

Le n° de l'astreinte du pôle technique est le 06 20 28 00 72..

Pendant cette période, les interventions sont limitées aux services essentiels (interventions techniques urgentes, questions urgentes d'état-civil, banque alimentaire, funéraire, etc...).



## Bouger pendant le confinement

Les Bannalécois, comme tous les Français, doivent rester confinés chez eux afin de limiter au maximum la propagation du coronavirus. Mais, être enfermés chez soi, d'autant plus pour ceux qui vivent dans un petit logement, est facteur de montée du stress et les bonnes habitudes de santé peuvent devenir difficiles à maintenir. Pourtant, c'est bien dans ce contexte, qu'il est important d'être en forme et de maintenir des réflexes sains : manger équilibré, bouger, s'hydrater, maîtriser le stress et bien dormir. En ces temps de confinement, penser à faire du sport ou juste à bouger est primordial, pour sa santé physique et mentale.

**Adopter des gestes barrières, limiter les contacts, mais aussi rester en mouvement et conserver une alimentation variée et équilibrée ainsi qu'un sommeil optimal : voilà la tactique gagnante !**

Parmi les nombreux sites qui dispensent des conseils :

<https://mamaison-monstade.fr>

<http://www.sports.gouv.fr>

**Prenez soin de vous et des autres. Restez en forme !**

## La Banque alimentaire poursuit sa mission

Depuis le début du confinement, ce sont des élus municipaux qui accompagnent Nicole Riouat, vice-présidente du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) pour organiser la gestion des stocks et la distribution des colis aux familles de la Banque Alimentaire.

«Nous avons réorganisé le système de distribution et nous avons préféré préserver les bénévoles, qui ont été invités à rester chez eux». Désormais, les responsables de la distribution de denrées alimentaires évitent les contacts avec les bénéficiaires et entre bénéficiaires en organisant un planning avec des heures de rendez-vous espacés de plusieurs minutes et pris par téléphone. Ensuite, à l'heure programmée, les sacs sont déposés de façon individuelle, sur une table installée à l'extérieur devant le local.

Actuellement, ce sont entre 15 et 20 familles, soit 35 à 40 personnes qui bénéficient provisoirement de l'aide de la Banque Alimentaire.



## Les 4 gestes barrières à adopter



Se laver les mains régulièrement



Éternuer ou tousser dans son coude



Utiliser un mouchoir à usage unique



Porter un masque jetable quand on est malade



@MinSoliSante



**BANNALEC**  
BANALEG