

Médecins :

Dr MADAY : 02.96.86.39.86

Dr BROC : 02.96.88.09.28

Du samedi au dimanche soir :
le 15 ou 112 (mobile)

Cabinets Infirmiers :

A domicile ou au cabinet sur RDV

- Plévenon :

Infirmierie du Cap :

Thomas NASCIMBENI—IPA,
02.96.89.79.27

Marina MARTEAU, Martine TEXIER

Soins infirmiers

1, Rue du Freschet,

09.62.68.61.38.

- Pléhérel bourg :

C.BLANCHETEAU, D. HERVE,
F. URIEN

02.96.41.59.94

- Pléhérel Plage :

M. BRETON et S. DENOUAL

02.96.41.55.79

Numéros d'urgence :

- danger immédiat : 17

- violences sur les enfants : 119

- violences conjugales : 3939

Pompes funèbres, transport de
corps 24/24h, chambre funéraire

Entreprise GUILLEMETTE :

02.96.41.30.21 ou

06.88.31.56.04

Ambulances du littoral :

02.96.72.15.66

Taxi du Cap:

02.96.72.32.32 ou 02.96.41.40.09

Arvorek taxi (TPMR : mobilité
réduite) 06.16.97.53.06

Services Urgence :

POMPIERS (le 18),

(Portable le 112)

SAMU (le 15 - POLICE (le 17)

PHARMACIE de garde (32 37)

Secours en mer :

- Depuis le littoral : (196)

- En mer : radio VHF : canal 16
demandez le cross.

**Permanences Impôts France
Services :**

le 1er mercredi de chaque mois au
guichet France service de 9h-12h
mairie de Saint-Cast - 14h-17h
mairie de Matignon 14h. Prenez
rendez-vous sur le site
www.impots.gouv.fr ou contactez
le 02.96.41.24.40 (mairie de
Matignon) ou le 02.96.41.80.18
(mairie de Saint-Cast).

Coupures de courant pour

travaux : le mardi 11 octobre de
09h00 à 11h00 : allée de la Ville
Herice et Malavenir.

N°83

JEUDI 14 septembre 2023

Imprimeur – gérant : Hervé VAN PRAAG

Siège social : Mairie de Plévenon.

☎02.96.41.43.06.

Mail :

mairie.plevenon.capfrehel@wanadoo.fr

Heures d'ouverture de la mairie :

Lundi-Mardi-Jeudi-Vendredi : 9h-12h et
14h-16h30.

Samedi : 10h-12h. Fermée le mercredi.

INFORMATIONS MUNICIPALES

Prochain conseil municipal : le jeudi 14/09/23 à 19h30. Sur YouTube.

Collecte des encombrants : inscription à l'accueil de la mairie.

Logement saisonnier : il reste des places disponibles.

Autorisation d'exploitation de cultures marines : l'avis d'enquête n°
EP_SB23/02 est consultable à l'accueil de la mairie jusqu'au 11/10.

Fermeture exceptionnelle de la Poste mardi 19 septembre 2023.

Fermeture du camping du Cap à Plévenon le 17 septembre 2023.

Journées du Patrimoine : Le Phare du Cap Fréhel sera fermé pour cause
de travaux.

Arrêtés municipaux réglementant la circulation :

- En raison de travaux de pose d'armoire et raccordement de fourreaux
pour la fibre optique jusqu'au 25 septembre : la chaussée est en circulation
alternée Rue de la Motte et lieu-dit le Tertre Venelle et interdiction de
stationner sur le parking de la Rue de la Ville Hingant et sur le parking de
l'allée du viaduc.

- En raison des travaux de raccordement individuel ENEDIS : la chaussée
est rétrécie à la circulation Rue du Pont Pivert jusqu'au 16 septembre.

- La Rue de la Motte au lieu-dit « Le Tertre Venelle » est rétrécie à la
circulation jusqu'au 31 octobre pour la mise en place du réseau souterrain
et aérien de fibre optique (mise en place d'une armoire Télécom).

- En raison des travaux de tirage du câble et de soudure des fibres pour le
déploiement de la fibre optique, la chaussée peut être rétrécie
ponctuellement dans toutes les rues de la commune de Plévenon jusqu'au
jeudi 30 novembre.

- À l'occasion de l'organisation des trails des 10 et 20 km de l'association
«Ruban Bleu» le dimanche 29 octobre : le stationnement sera interdit sur
les voies communales n° 14 et 18 au passage des courses. La circulation
sera régulée à l'aide de signaleurs sur l'ensemble des parcours. Les accès
riverains resteront possible mais une priorité de passage sera accordée aux
participants. Des déviations sont mises en place. Les prescriptions ci-dessus
ne sont pas applicables aux véhicules de secours, d'incendie et de police.
Trajets : 10 km : Grèves d'en bas, Route du Cap, route de la Ville Hingant.
20 km : Rue du Cap, Route de Château Serein, La Moinerie.

Arrêtés départementaux d'occupation temporaire privative du domaine
public : - création du réseau de fibre optique sur la départementale N° 34
rue du Petit Trécelin jusqu'au 31 octobre.

- Du 09 au 11/10 inclus : Le dépassement des véhicules, autres que les
deux roues sera interdit, la vitesse maximale autorisée à 50 km/h et la
circulation alternée par feux tricolores sur la Rue de La Latte de 8h – 18h)
durant les travaux sur le réseau d'eau potable.

OFFICE DU TOURISME DE PLEVENON

Horaires d'ouverture du mois de septembre :

- Mardis, mercredis et vendredis de 9h30 à 12h30.

DINAN CAP FREHEL

Animations jusqu'au 24 septembre : Vide-greniers, visites guidées, expositions, etc., retrouvez toutes les pépites de notre territoire sur dinan-capfrehel.com – rubrique « explorer/Nos incontournables », par mail infos@dinan-capfrehel.com ou à l'accueil dans nos différents bureaux (Dinan, Fréhel, Saint-Cast, Saint-Jacut, Matignon, Plancoët, Beaussais-sur-Mer, Sables-d'or-les Pins).

DINAN AGGLOMERATION

Journée de la création d'entreprise :

Ecodia organise «La journée de la création d'entreprise» le 15 septembre de 13h à 19h au 33 avenue René Cassin à Dinan. De nombreuses questions seront abordées lors de cette journée où vous pourrez rencontrer tous les spécialistes de la création / développement d'une activité. Ouvert à tous et gratuit.

Saison culturelle 2023 / 2024 : Renseignements et billetterie :

- **spectacles Dinan Agglomération** : en ligne saison-culturelle.dinan-agglomeration.fr, par téléphone 02 96 87 14 27, à l'office de tourisme de Dinan (9 rue du château 22100 Dinan) aux horaires d'ouverture et sur place le jour du spectacle (sous réserve des places disponibles).

- **spectacles Jacobambins** : en ligne www.theatre-en-rance.com, par téléphone 02 96 85 29 51 et sur place le jour du spectacle (sous réserve des places disponibles).

Permanences transmission - Vous avez une ferme à transmettre ? Agriculture Paysanne vous accueille pour des permanences sur l'agglomération de Dinan pour parler de votre projet, des démarches et des étapes le jeudi 28 septembre à la Maison Intercommunale de Plancoët et le jeudi 30 novembre à Broons Gratuit – RDV obligatoire au 07.81.27.69.81 ou p.hardy@agriculturepaysanne22.fr.

Relais petite enfance – Animations parents enfants un vendredi sur deux de 9h30 à 11h30 – PMI Dinan, Place René Pléven – accès gratuit sur inscription*.

Lieux d'accueil ouverts aux enfants non scolarisés et à leur famille. Lieux de jeu, d'éveil et de détente entre enfants et parents, c'est également un espace privilégié de rencontres entre familles et professionnels - Animées par une animatrice du Relais petite enfance et une professionnelle du Conseil départemental. Pensez à vous munir de chaussons ou sur-chaussettes !

Septembre 2023	Octobre 2023	Novembre 2023	Décembre 2023	Janvier 2024
Vendredi 8	Vendredi 6	Vendredi 10	Vendredi 8	Vendredi 12
Vendredi 22	Vendredi 20	Vendredi 24	Vendredi 22	Vendredi 26

Février 2024	Mars 2024	Avril 2024	Mai 2024	Juin 2024	Juillet / Août 2024
Vendredi 9	Vendredi 15	Vendredi 12	Vendredi 17	Vendredi 14	Pause estivale
Vendredi 23	Vendredi 29		Vendredi 31	Vendredi 28	

*Renseignements et inscriptions : Isabelle KERDAL et Annie NICOLAS : 02.96.87.52.78 rpe.dinan-agglomeration.fr.

MINISTERE DES SPORTS

Pass'Sport : allocation de rentrée sportive de 50€ par enfant/jeune adulte pour favoriser l'inscription des enfants et jeunes adultes dans un club sportif, une association ou une salle de sport pour la saison 2023-2024. Infos dans le portail « Pass'Sport » ou sur le site <https://pass.sports.gouv.fr>.

BIBLIOTHEQUE

La bibliothèque est ouverte le mercredi de 16h à 18h. Les bénévoles vous y invitent à partager un moment de poésie le 20 septembre de 17h45 à 19h. Venez partager nos coups de cœur poétiques, lire ou simplement écouter de la poésie. Le thème sera « Cocasseries et absurdités ».

COMMERCES

La boutique Le Hangar du marin à Plévenon : ouverture de septembre : du mardi au samedi de 10h à 19h, le dimanche de 10h – 13h/14h30 – 19h et le lundi de 10h – 12h30/15h – 19h.

Boucherie Dalibot : ouverte du lundi au samedi de 8h-13h et de 15h30-19h00. Dimanches : 8h-13h. Fermée le mercredi. Congés du samedi 30/09 13h au jeudi 19/10. Réouverture le vendredi 20/10.

Boulangerie Aux Délices des Caps : ouverte du lundi au samedi 7h30-13h30 / 15h-19h. Dimanche : 7h30-13h30. Fermée le mercredi. Congés du mercredi 11 au jeudi 26 octobre inclus.

Les Merveilles du Cap : ouverture du lundi au samedi de 9h15 à 12h15 jusqu'à fin septembre.

Crêperie du Cap Fréhel : 9h-19h (Fin de service restauration 17h30). Fermée le mardi.

La ferme du Pont Pivert : vous propose ses glaces et sorbets en petits bacs d' 1/2 litres, pour dégustation à la maison ! Une dizaine de parfums disponibles ! La vente s'effectue à la ferme au 21, rue du pont Pivert à Plévenon les lundis et jeudis de 17 à 19h. Pour les légumes, c'est le mardi, vendredi et dimanche de 8h30 à 12h30 devant la boulangerie jusqu'au 15 septembre.

La Ferme du Gros Chêne : vente directe à la ferme tous les jeudis de 17h à 19h. Et les samedis de 10h

COMMERCES (suite)

à 13h. Viande bio d'agneau, poulet et cochon plein air. Réservez votre colis de porc de 10kg : saucisses, côtes, échine, poitrine tranchée, rôtis et pâté ! Contact : 06.52.29.43.95.

La ferme du buisson : vous informe de sa nouvelle vente de bœuf et veau de lait (bio) le 29 septembre. Veau : colis de 6 ou 10kg avec assortiment de tous les morceaux mis sous vide. Bœuf : colis de 10, 12, 15 ou 20 kg. Contact : 02.96.41.56.27/06.81.29.24.29/06.84.07.68.45. ou gites-du-buisson.fr

ASSOCIATIONS

Chorale du Cap : venez chanter avec nous tous les lundis de 14h30 à 15h30 (sauf vacances scolaires) sous la direction de Lauriane (école de musique de Dinan). Contacts : Marie-France 06.80.99.65.83, Janou 06.25.70.14.50 ou Jacky 06.60.21.13.08.

Les Dansous du Cap : atelier les vendredis de 18h à 19h30 pour apprendre les danses bretonnes (ou se perfectionner) dans la bonne humeur et la convivialité, découvrir quelques danses traditionnelles d'autres régions ou participer à la scène ouverte, salle du Grand Site de Plévenon. Contact : 06.83.75.85.90.

Invitation à la peinture à l'huile pour débutant à l'ancienne école de Plévenon chaque jeudi de 14h à 16h30. Venez passer un bon moment. Prix par séance : 5€

Amicale laïque de Fréhel/Plévenon vous invite pour son assemblée générale le mardi 19/09 à 18h30, salle de la Grande Abbaye à Fréhel. Ce sera l'occasion de faire le point sur l'année passée et d'évoquer les projets à venir, de vous présenter l'équipe et si vous le souhaitez de rejoindre le groupe qui travaille dans la convivialité et la bonne humeur afin de vous faire profiter des ressources acquises tout au long de l'année pour les différents projets de l'école.

Les Mardis de La Chapelle du Vieux bourg : La Chapelle du Vieux-Bourg sera ouverte le week-end du 16 et 17/09 de 15h à 18h pour les journées européennes du Patrimoine.

Association Vacances et Loisirs : organise un repas champêtre le 24/09 afin de célébrer une dernière fois l'été, mais surtout la première fournée de pain, au « Jardin de Yacinthe » (Vieux-Bourg). L'occasion de découvrir ou redécouvrir le four à pain restauré ainsi que l'expo photos dans le jardin. Au menu : jambon à l'os/fromage /dessert : 12€/personne. N'oubliez pas vos jeux de plein air : boules, palets, moly pour ponctuer la journée ! Réservation avant le 17/09 au 06.11.19.07.73 ou 06.81.29.24.29.

Flash Dance : Initiation à la danse : rock, chacha, tango, valse... Danse en couple et en ligne pour débutants ou confirmés à la salle des fêtes de Fréhel les mardis hors vacances scolaires – 1 séance gratuite le 3/10 à 17h30. Tel. 06.08.41.68.99.

Le comité de jumelage : vous invite à la traditionnelle levée des drapeaux, célébrant notre jumelage avec Chambly au Québec, le vendredi 22/09 à 18h30, place de Chambly. A l'issue de ce rassemblement, nous partagerons le verre de l'amitié dans la salle du conseil municipal de Fréhel. (La venue des cousins Québécois en septembre est reportée au printemps prochain, nous en sommes désolées).

Nouvelle mission humanitaire à Madagascar : top départ 13 septembre 2023 pour 3 semaines. 7 participants bénévoles emportent de nombreux articles de première utilité reçus de généreux donateurs, et, grâce à la constance de nos adhérents et la générosité de bienfaiteurs, nous avons obtenu les financements nécessaires pour les chantiers prévus. Les actions d'apparence modeste conduites par CAP AMITIE PARTAGE permettent à quelques milliers de personnes d'avoir de l'eau potable, de pouvoir se faire soigner et de scolariser leurs enfants dans des conditions acceptables.

Armor Ciné Erquy – Le Cercle des Voyageurs - Ciné docs de voyage et d'aventure : un film / un auteur sur scène / un débat. Découvrez le programme sur le site www.le-cercle-des-voyageurs.fr. Projection au Théâtre L'Ancre des Mots, Square de l'Hôtel de Ville, les lundis à 14h (début du film). La séance est suivie par un échange entre le voyageur/réalisateur/aventurier. Tarifs : plein 7€, réduit 4€, le PASS 3 séances 15€.

Association YOGA 2000 de Matignon : cours hebdomadaires de YOGA et de SOPHROLOGIE à la salle des fêtes de Plébouille : - lundi avec Marie Dupont, dupont.marie66@orange.fr, Tél. 06.16.60.75.67 - Yoga adulte : 18h30 à 19h45 ; Sophrologie : 20h15 à 21h30 (cycle de 6 séances sur "la confiance" : du jeudi au 16 octobre). - mardi avec Christelle Puichault, christelleyoga@orange.fr, Tél. 06.64.63.06.76, Yoga Adulte 10h30 à 11h45 ; 13h45 à 15h00 ; 15h15 à 16h30. - mercredi avec Brigitte Bruneau, <https://brigitteyoga.fr>, Tél. 06.75.01.78.77, Yoga Adultes et Enfants - Adultes : 18h30 à 19h45 ; 20h00 à 21h15 - Enfants de 6 à 11 ans : 17h à 18h00.

Galerie Jugon les arts : du 15 septembre au 12 novembre, nouvelle exposition 9e art organisée par Olga LEE et Isabelle SAMZUN avec le soutien de Jugon les Lacs et Lamballe Terre et Mer : encres, aquarelles, gouaches, acryliques, papiers coupés, BD, illustrations, etc. Alain GOUTAL, Briac QUIELLE, Joris MUNIER, Fabrice MONDEJAR et Nicolas GUEGUEN exposent ! Galerie Jugon les arts, 7 Place du Martray 22270 Jugon les Lacs, de 11h à 18h sauf dimanche et mercredi. Vernissage le 15/09 à 18h30. Infos : galerie-jugon-les-arts.fr

Prowin clean up : Dans le cadre de la journée mondiale du nettoyage de notre planète, rejoignez-nous pour une matinée ramassage de déchets sur la plage le dimanche 17 septembre à 10h. A l'issue, un verre de l'amitié vous sera offert. RDV au centre nautique de la plage de Sable d'Or les Pins à Fréhel.

Le cercle celtique «En avant 23» de Fréhel reprend ses activités. Venez danser avec nous le vendredi 22/09 à partir de 20h à la salle des fêtes de Plévenon! Séance découverte ouverte à tous : enfants, ados, adultes. N'hésitez pas à nous rejoindre pour apprendre la danse bretonne et venir rencontrer les danseurs du Cercle.

ASSOCIATIONS (suite)

« **Portes ouvertes sur le caté** » : le 15/09 à la maison paroissiale de Pléneuf (près de l'église) de 18h à 20h : nous vous invitons à cette rencontre pour répondre à toutes vos questions et vous faire découvrir les activités des années précédentes et pour aborder vos problématiques personnelles. Vous pourrez procéder à l'inscription de vos enfants à l'éveil à la foi jusqu'à l'aumônerie et la préparation de la confirmation. Il est possible de demander une inscription de votre enfant. Pour tout renseignement, contacter Mme France JÉHAN au 06.43.77.97.32 ou par mail au secrétariat de la paroisse : paroisse.stpierreerquyfrehel@diocese22.fr.

Espace Steredenn (1 Route de Dinard, 1er étage à Dinan) :

- Accueil : lundi, mardi et jeudi de 9h à 17h30 et le vendredi de 9h à 12h.
- Egalithèque : lundi, mardi et jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30 et le vendredi de 9h à 12h.
- Boutique solidaire : lundi, mardi de 14h à 17h30 et le jeudi de 10h à 12h et de 14h à 17h30.
- Accueil de jour pour les femmes victimes de violences conjugales : sans RDV le lundi, mardi et jeudi de 9h à 17h30. Contact : 02.96.85.60.02 – 07.60.51.79.53 (ligne directe).
- Permanence du CIDFF (Centre d'Information sur les Droits de la Femme et des Familles) le jeudi 28 septembre de 10h à 13h et de 14h à 17h sur RDV au 02.96.78.47.82.

Planning d'activité pour le mois de septembre : (N'oubliez pas de vous inscrire)

- Sophrologie : mardi 19 et 26 de 14h à 15h15 - Un point c'est tout : jeudi 21 de 14h30 à 17h
- Prenez un temps rien que pour vous : automassage du visage – touche de maquillage – 5€ la séance (5 séances de septembre à mai 2024). Contact : 02.96.85.60.01 – espacefemmes@steredenn.org

Conférence gesticulée de Maëlle Bulle : « Je suis grosse, gourmande, et je t'emm**** ! L'histoire d'une indigestion que l'on nomme grossophobie ». RDV le 27 septembre à 20h à l'Atelier du 5Bis / Centre social de Dinan.

DIVERS

Offre d'emploi : - L'hôtel Le Trecelin recherche une femme de ménage à temps partiel. Poste à pouvoir dès que possible. Contact : 02.96.41.46.82. - Auxiliaire de vie expérimentée propose ses services le lundi, mardi, jeudi et vendredi, en journée uniquement (aide à la toilette, aide aux repas, courses, ménage & repassage) – secteur Erquy, Plurien, Fréhel, Plévenon, La Bouillie, Pléneuf Val-André, Hénanbihen – Chèque emploi service / CESU déductible des impôts. Tel. 06.43.07.09.16.

Mission Locale du Pays de Dinan : Participez à nos ateliers : - Atelier d'écriture le mercredi 20/09 à 10h – Mission intérim le jeudi 21/09 à 9h30 – Budgetissimo le mardi 26/09 à 14h30 – T'en pense quoi ? le jeudi 28/09 à 14h – Atelier CV le mercredi 27/09 de 9h30 à 16h – Rencontres professionnelles le jeudi 21/09 de 9h30 à 16h. - C'est le moment de parler santé ! : Mieux dormir le mardi 19/09 à 14h et bien-être le jeudi 5 octobre à 14h. - En route vers le permis avec la conduite supervisée par un accompagnateur pour compléter sa formation initiale. Information collective le 19/09 à 14h. - Permis citoyen : bénéficiez d'un soutien pédagogique et financier pour passer votre permis, réunion d'information mercredi 27/09 à 15h. - Des formations près de chez vous : CLPS Dinan et Pôle de formation Steredenn Dinan du 02/10/23 au 22/03/24 – informations collectives et sélections le 21 septembre.

Découvrez le Contrat d'Engagement jeune ! Un accompagnement par un.e conseiller.e, une allocation pouvant aller jusqu'à 528 euros par mois, un programme personnalisé selon vos besoins : ateliers collectifs, immersions professionnelles, démarches autonomes... Parlez-en avec votre conseiller.e !

Sophrologie : Marie Dupont, Sophrologue, vous accueille sur RDV, pour des séances individuelles de sophrologie tous les mardis à Matignon, 16 rue du Dr. Jobert et tous les jeudis à Fréhel, 7 place de Chambly. Tél. 06.16.60.75.67.

A vendre : - Citroën C1, 5 portes, essence, toit ouvrant, clim, 103 200 km, CT OK. Prix : 7500€. Tél. 06.08.73.24.87 – 02.96.41.57.05 (heures repas).

- 2 lits simples en bois clair de 100x195 pour matelas de 90x190 - 120€ chacun + 1 lit double en bois clair de 155x195 pour matelas de 140x190 – 200€ + 1 chaise haute bébé transportable – 15€. Tél. 07.55.64.55.52.

- Bateau Merry Fisher 5,85 Martin Timonier. Moteur hors-bord Mercury de 60 ch récent et entretenu par un professionnel avec réservoir de 100 litres. La remorque de route n'a jamais été dans l'eau. Prix à débattre. Renseignements : 06.14.47.24.14.

- 1 lit pliant 90x190 avec housse de protection . Matelas 8 cm en excellent état . 16kg/m3 : 45€ + 1 combinaison de chasse sous-marine homme T.3, épaisseur 5 mm : 45€ + 1 combinaison de plongée homme T.2 Beuchat, épaisseur 4 mm : 30€ + 1 combinaison de plongée femme Piel T.S, épaisseur 7 mm : 30€ + 1 garage cité flex Majorette avec véhicules : 5€ + Playmobil : camion de pompier avec accessoires, tracteur avec remorque et accessoires : 25€ chacun + 1 raquette de tennis enfant Technifibre : 5€. Tél.06.87.74.15.23.

- Cause surnombre. Vends plantes et arbustes en pot pour haies ou massifs (une cinquantaine) à tout petit prix sur Plévenon. Tél : 06.61.74.72.52.

Recherche : - recherche un logement de type maison T3 avec garage. Nous sommes un couple marié de 49 ans. Dans un premier temps, c'est pour un rapprochement familial (famille à Saint-Brieuc) et dans un second pour suivre une formation début 2024. Nous sommes à jours de nos loyers et avons un garant. Contact : 06.61.50.44.43 ou sophie.szmal@outlook.com.

- Recherche maison à louer, 3 chambres, jardin clos . Meublée pour quelques mois ou non meublée à l'année. Garanties financières. Contact : 06.61.74.72.52.

- Retraité propose ses services pour petit bricolage et petits travaux. Tél. 07.64.44.88.65.