

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.

N°88

JEUDI 23 NOVEMBRE 2023

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

Consultation IPA,

02.96.89.79.27

Marina MARTEAU, Martine TEXIER

Soins infirmiers

1, Rue du Freschet,

09.62.68.61.38.

- Pléhérel bourg :

Diana HERVE,

02.96.41.59.94

Numéros d'urgence :

- POMPIERS (le 18 ou Port. 112)

SAMU (le 15)

- POLICE/GENDARMERIE (le 17)

PHARMACIE de garde (32 37)

Secours en mer :

- Depuis le littoral : (196)

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

- 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

France Services :

Contactez la mairie de Matignon
au 02.96.41.24.40 ou la mairie de
Saint-Cast au 02.96.41.80.18.

Avis de naissance :

Le petit Samuel RAULT est né le 7
novembre 2023 à Saint-Brieuc.
Le conseil municipal félicite les
parents Monsieur Germain RAULT
et Madame Katharina APEL
domiciliés à Plévenon.

INFORMATIONS MUNICIPALES

Vœux du maire : Les vœux auront lieu le 6 janvier 2024.

Prochain conseil municipal : Le jeudi 30 novembre à 19h30 dans la salle
du conseil de la mairie - diffusé sur YouTube.

Arrêtés municipaux : Mise en place du réseau souterrain et aérien de
fibre optique sur la commune

- du 24 novembre au 24 février 2024 pour les rues : Rue de la Motte (lieux-
dits Le Tertre Venelle et La Ville Courbe), Rue de la Ville Hingant, Rue de la
Roche Lossoie, Rue de Kérvet, Route des Pays d'en Haut, Rue de la Salle
Pique et Port Nieux.

- du 1er décembre au 29 février 2024 pour les rues : La Vicomté, Allée du
Vauville et Rue de la Saudraie.

Travaux : - Entre le 13 et 15 Rue de la Ville Hingant : circulation interdite
jusqu'au 27/11 pour travaux sur voirie (tranchées).

PAROISSE

Eglise de Plévenon : Nous avons une belle église. Continuons de
l'entretenir afin qu'elle puisse être propre et accueillante pour tous. A ceux
et celles qui seront disponibles, je vous propose de nous réunir le jeudi 30
novembre à 14h00 pour le nettoyage de Noël . Soyez les bienvenus (es).
Annette.

ARS (Agence Régionale de ma Santé)

**Groupes électrogènes et chauffages d'appoint - les risques
d'intoxication au monoxyde de carbone : rappel des précautions
indispensables quant à l'utilisation de ces matériels :**

- les groupes électrogènes doivent impérativement fonctionner à l'extérieur
des lieux d'habitation y compris à l'extérieur des caves, sous-sol, garage... ;

- les chauffages d'appoint (poêle à pétrole, à gaz, à catalyse, à infrarouge,
à infrableu...) ne doivent jamais être utilisés en continu, mais seulement par
intermittence ;

- les cuisinières, braseros et barbecues, n'étant pas destinés à un usage de
chauffage, ne doivent jamais être utilisés à cet effet ;

- il convient de veiller à une aération et une ventilation correctes des lieux
et il ne faut jamais boucher les entrées et sorties d'air ;

- tous ces appareils doivent être éteints en cas d'absence prolongée du
domicile et durant le sommeil.

Le monoxyde de carbone est un gaz toxique, inodore, incolore et donc non
détectable. Après avoir été respiré, il provoque des maux de tête, nausées,
vomissements, malaises ou encore une paralysie musculaire. L'intoxication
au monoxyde de carbone peut être mortelle.

ARS (Agence Régionale de ma Santé)

En cas de doute lié à une intoxication au monoxyde de carbone : aérez - ouvrez les portes et les fenêtres, arrêtez les appareils de chauffage et de cuisson, évacuez les lieux, appelez les pompiers (18 ou 112) ou le SAMU (15).

CRIB (Centre de Ressources et d'Information des Bénévoles du 22)

Quelques offres de formation pour les bénévoles :

- Le 7/12/2023 : Transmettre le pourvoir en association (17h30-20h30). Lieu : Coat an Doc'h, Lanrodec. Participation 5€/personne, possibilité facture. Inscription par mail à m.kerampran@adess-ouest22.bzh en mettant prénom/nom, téléphone et le nom de l'association. Contact : ADESS : Marie Kérampran 07.87.60.03.46.

- Les 12 et 19/12/2023 : Fonction employeur, améliorer la qualité de l'emploi dans votre association (17h30-20h30). Lieu : L'éprouvette, Saint André des Eaux. Participation : 20 à 24€ pour les bénévoles et responsables associatifs, 40 à 60€ pour les autres publics (salarié.e.s, entrepreneur.es, porteur.se.s de projets, particuliers...) Inscription : Via HelloAsso ou contact par e.mail : formationasso@essprance.fr animé par François Bellenger, ESS'PRANCE, 07.83.64.41.94.

DINAN AGGLOMERATION

Subventions aux associations 2024 : la date limite de dépôt de dossiers en fonction des thématiques (culture, sport, habitat) est fixée au 30 novembre 2023 au siège de l'établissement ou par mail à contact@dinan-agglomeration.fr.

DINAN CAP FREHEL

Le magazine des animations prévues jusqu'au 3 décembre est disponible en mairie ou sur le site www.dinan-capfrehel.com.

COMMERCES

Boucherie Dalibot : Ouverte du lundi au samedi de 8h-13h et de 15h30-19h00. Dimanche : 8h-13h. Fermée le mercredi.

Boulangerie Aux Délices des Caps : Ouverte tous les jours de 8h à 13h. Fermée le mercredi.

Les Merveilles du Cap : Producteur d'huîtres et de moules de bouchot. Le point de vente situé à l'atelier de production (zone conchylicole La Saudraie à Plévenon) est ouvert du lundi au samedi de 9h15 à 12h15. Tél. 02.96.41.48.11.

Crêperie Le Cap Fréhel : Ouverte tous les jours de 9h à 15h sauf le mardi. Le dimanche de 10h à 15h. Le service restauration est ouvert jusqu'à 14h.

La Ferme du Pont Pivert : Nouveau, à partir de l'automne, nous vendons nos légumes bio et nos glaces directement à la ferme, tous les vendredis de 9h à 12h. La ferme se situe au 21 Rue du Pont Pivert, à la sortie du bourg de Plévenon vers Pléherel-plage. Parking sur place ! Vous avez aussi la possibilité de commander en ligne des paniers de légumes et de les récupérer à la brasserie " la Fréheloise " à Fréhel le vendredi ou à la ferme en libre-service, en fin de semaine. Plus d'info ? Contacter Agathe au 07.83.33.41.06.

Boutique du Fort La Latte: Ouverte du lundi au dimanche de 11h à 17h.



Baroudeurs de la pizza : Notre camion sera présent devant le 26 rue Notre Dame à Plévenon chaque mercredi à partir de 17h30 pour les réservations (début du service 19h). Nous vous proposons un choix de pizzas cuites au feu de bois garnies de produits locaux et italiens, mais aussi quelques burgers (pain maison, farine bio). Enfin régalez vous avec nos desserts maison (mousse au chocolat, panna cotta, crêpes). Réservation au 06.23.76.65.41.

Bistrot du Cap : Fermeture annuelle depuis le 6 novembre pour environ 3 mois.

Bistrot des Sables (Sables d'Or) Soirée Potée Bretonne à la Fred le vendredi 1 décembre à partir de 19h. N'hésitez pas à réserver au 07.80.99.28.39. Merci à tous.

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

Les P'tits Potes :

- Organise le **marché de Noël** avec le Comité des Fêtes. Les stands de 35 producteurs locaux, d'associations, d'artistes et d'artisans locaux vous attendent, bien au chaud, dans la salle des fêtes de Plévenon le dimanche 26 novembre de 10h à 18h. L'animation sera assurée par la chorale éphémère des P'tits Potes, spécialement constituée pour l'occasion, avec des chants à reprendre tous en chœur. Le Père Noël sera présent sur place pour les photos avec les enfants. Cette année, une table sera dédiée pour recevoir jouets, jeux, livres... en très bon état. Ces cadeaux de Noël sont destinés aux enfants des Restos du Cœur. La restauration est assurée sur place par le Comité des fêtes. Les gâteaux de Noël et la soupe sont assurés par Les P'tits Potes... Une balade de Noël d'environ 4 km est proposée par notre P'tit Pote Bernard (06.26.13.09.94). Départ à 10h devant la salle des fêtes. C'est une activité gratuite ouverte à tous. Une journée qui sera un bel avant-goût des fêtes pour petits et grands. Venez nombreux.

- Nous **recherchons des bénévoles** : Pour commencer, un grand merci à celles et ceux qui, d'une manière ou d'une autre, participent à la confection de la soupe et des gâteaux de Noël. C'est super. Nous avons encore besoin de vous pour un autre projet. Qui serait disponible le samedi 25 novembre à partir de 14h30 à la salle des fêtes de Plévenon? L'idée est d'installer des barnums, tables, bancs et chaises pour le marché de Noël qui se déroulera le lendemain.

- Les p'tits potes ont également besoin de bénévoles pour préparer le marché de Noël : Lala a besoin d'aide le samedi 25 novembre après-midi pour préparer la traditionnelle soupe. Si vous voulez venir éplucher des légumes en papotant, faites-lui signe ou envoyez un mail à lesptitspots22@gmail.com.

- Nos couturières et tricoteuses vous attendent pour leur prochain atelier qui se déroulera le 7 décembre de 14h30 à 17h. Un lieu de rencontre, de papote, bienveillant où chacune et chacun peut partager ses créations, recevoir des conseils et passer un excellent moment ou après-midi. A très vite, Marielle, Claire, Huguette et Lyne.

L'Amicale Laïque de Fréhel-Plévenon : - Organise une vente de sapins en partenariat avec les Sapins de Malido de Saint-Alban. L'amicale lance sa 3e action de l'année scolaire avec une vente de sapins dont la distribution se fera le vendredi 1er décembre à partir de 16h30 dans la cour de l'école. Tarif de 17 à 28€. Sapins épicéa ou Nordmann, coupés ou en pots. Appelez Carole Le Coquil-Benyahia au 06.83.02.86.61 pour toute demande de renseignements ou commande. Cette action a pour but de participer au financement des projets pédagogiques des élèves de l'école publique de Fréhel. Merci par avance de votre participation.

- L'amicale Laïque de Fréhel-Plévenon a également besoin de vous pour la **Classe montage** pour les CM de Fréhel. Afin de permettre une ouverture sur le monde aux enfants de l'école de Fréhel, l'Amicale Laïque, la municipalité, les parents et le corps enseignant tiennent à permettre aux élèves de découvrir, au moins une fois dans leur scolarité, un autre environnement : la montagne. Les 20 élèves de CM1 – CM2 de l'école partent découvrir les Pyrénées. La classe montagne est prévue du 13 au 20 janvier 2024. Afin de limiter les coûts de transport, nous partagerons le car avec les CM de l'école de Plancoët. Nous avons besoin de votre aide afin de réduire encore le coût pour les familles et pour l'Amicale Laïque. Les parents de la classe ont fabriqué des boîtes à dons mises dans les commerces et sur le marché. Un groupe a été créé sur un réseau social afin de générer des prêts ou dons de vêtements, valises... conseils. L'objectif minimum de 800€ nous permettra de financer la journée randonnée en raquette et de réduire la participation des familles de 25€. L'objectif optimum de 4000€ nous permettra de réduire la participation des familles à 200€. Les dons sont déductibles des impôts. Merci pour votre aide.

Danses et Musiques Traditionnelles au Cap Fréhel : Organisent un réveillon breton de la Saint-Sylvestre le 31 décembre, à partir de 20h, à la salle des fêtes de Plévenon. Réservation au 06.88.30.05.88.

Le Cercle « En avant deux » : Organise un Fest-Diez le dimanche 26 novembre à 14h30 à la salle des fêtes de Fréhel. Seront présents les groupes de musiciens ASTEURE, ADS, STROLADIG et SANSON BROTHIER. Entrée 5 € - Buvette, café et gâteaux.... Réservation au 06.88.30.05.88.

Comité de jumelage du pays de Fréhel-Plévenon : Organise une soirée concert de musique portugaise pour marquer nos 30 ans (1993/2023) de jumelage avec MAFRA au Portugal avec le groupe MESSEJANA. Ce groupe est la rencontre de Céline Costa, Franco-Portugaise, chanteuse de « fado » (le fado est un genre musical portugais, constitué de chants populaires au thème mélancolique accompagné d'instruments à cordes pincées) et musicienne jouant de « l'adufe », (l'adufe est un tambourin carré traditionnel d'origine mauresque, utilisé au Portugal, en Galice et dans d'autres régions d'Espagne) avec Julien Leboeuf, musicien français, passionné des cultures lusophones qui a vécu pendant plusieurs années au Portugal. Leur collaboration paraît évidente, tant pour leur complicité musicale que leur sensibilité à une musique vibrante et ancienne qui se renouvelle toutefois chaque jour. Le duo a ouvert ses portes depuis peu à la clarinettiste Raphaële Merdrignac, spécialisée en musiques tziganes afin d'explorer toutes les facettes ainsi que de nouvelles pistes musicales pour sortir des chemins tout tracés. MESSEJANA propose donc une nouvelle interprétation des thèmes traditionnels et, avec sensibilité, le trio offre un voyage du nord au sud, du sud au nord, en passant par l'est.

RDV le vendredi 15 décembre à 20h30 à la salle des fêtes des Plévenon. Buvette et gâteaux portugais à l'entracte. Entrée 10€ - gratuit pour les -12 ans – sans réservation.

ASSOCIATIONS (suite)

Plurien s'anime : Organise son 18e marché de Noël le dimanche 3 décembre à la salle polyvalente de Plurien de 10h à 18h. 40 stands d'idées cadeaux et déco, sans oublier l'espace gastronomie.

Steredenn Espace Femmes :



- Sophrologie : le mardi 28 de 14h à 15h15.
- Un point c'est tout : le jeudi 30 de 14h30 à 17h.

Forum de lutte contre les violences faites aux femmes : Loto des droits des femmes (conférence clownesque) le jeudi 30/11 à 20h salle Robert Schuman, 52 rue Louise Weiss à Dinan (gratuit dans la limite des places disponibles - A partir de 12 ans).



Permanence CIDFF (Centre d'Information sur les Droits des Femmes) : sur RDV au 02.96.78.47.82. Le lundi 27/11 de 10 à 13h et de 14 à 17h.

Mobil'Rance : Une plateforme de mobilité solidaire qui fait partie de l'Association Steredenn. Notre rôle est d'informer et de conseiller les habitant.e.s du territoire Dinan Agglomération sur les différentes solutions de mobilité possibles en fonction de leur situation.



Ex. : Information sur les aides financières au passage du permis de conduire, organisation d'ateliers de soutien à l'apprentissage du code de la route, information sur les transports en commun, le covoiturage, etc.. L'objectif : Permettre aux personnes de se déplacer pour se rendre au travail, en formation ou faire des démarches de recherche d'emploi. Nous proposons aussi la mise à disposition solidaire de véhicules (vélos assistance électrique, scooters, voiturettes et voitures), pour les déplacements en lien avec l'insertion professionnelle. Les bureaux de Mobil'rance se situent à Dinan, 3 route de Dinard à Dinan. Permanences sur RDV à Plancoët et Broons. Possibilité de rdv en visio. Contact :

02.96.39.50.66 ou mobilite@steredenn.org.

Téléthon : Vendredi 8 décembre à partir de 19h à la salle des fêtes de Fréhel « soirée choucroute » aux prix de 15€ à emporter ou à consommer sur place, avec la participation du comité des fêtes de Fréhel, de Vacances et loisirs, des Fous de Bassan, de Flash Dance, de Phare Western et D'En Avant Deux. Réservations impératives à la mairie de Fréhel avant le 1er décembre au 02.96.41.40.12 ou à accueil@mairie-frehel.fr

DIVERS

Offre d'emploi :

- Recherche auxiliaire de vie tous les jeudis de 14 à 16h sur Plévenon, CESU. Contact : 06.13.77.30.81.
- Homme avec expérience, propose ses services pour l'entretien de jardin, de bateau, divers bricolages et aide informatique. Secteur Plévenon, Fréhel, Matignon, Erquy, Pléneuf. Chèque emploi service/CESU déductible d'impôts. Contact : 06.58.31.85.65.
- Retraité propose ses services pour petits travaux de montage et démontage de meubles, peinture, pose de carrelage, travaux d'électricité et autres. Tel. 07.64.44.88.65.

Mission Locale du Pays de Dinan :



- Des formations près de chez vous : CLPS Dinan et Pôle de formation Steredenn Dinan jusqu'au 22/03/24 - 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 ! - Ateliers : Coaching téléphonique, mardi 28/11 à 14h. Cuisine et réseaux sociaux, le jeudi 30/11 à 9h. Renseignements au 02.96.85.32.67 ou mldinan@mldinan.fr

À vendre :

- Canoë-kayak familial 3 places (Tobago de la marque BIC, datant de 2008). Bon état, vendu avec deux doubles pagaies et roue-remorque. Canoë-kayak fait pour naviguer le long des côtes. Contactez le 07.68.69.36.16 pour plus d'infos et prix.
- Vends vêtements femme T50/52, sacs à main, écharpes : petits prix, barrières de sécurité enfants bois : 10€, pot enfant d'apprentissage : 10€. Contact : 06.70.90.17.09.
- Vend 2 pantalons-bottes neufs pour la pêche (marque Waders en néoprène 4.5 mm). T. : 38/40, chausse : 40/42. Prix 45€ l'unité. Contact : 06.98.79.56.47.
- Plate Plastimo blanche - bon état - 90 € - Tél. 06.58.73.36.64.
- Congélateur coffre Boch 247 litres - bon état - 80 €. Tél. 06.84.16.36.70.

Retrouvé : Portable Huawei déposé à l'accueil de la mairie.