

N° 108
Jeudi 29 août 2024

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 :

Thomas NASCIMBENI

Consultation IPA,

02.96.89.79.27

Infirmierie du Cap :

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 (3237)

- VETERINAIRE (3115) 24/24 et

7j/7. Le n° d'urgence est gratuit

(pour chiens et chats)

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

Entreprise GUILLEMETTE :

02.96.41.30.21

Pompes Funèbres du Cap Fréhel :

02.79.41.02.21

Ambulances du littoral :

02.96.72.15.66

06.16.97.53.06

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

Le service des impôts des
particuliers de Dinan (Taxe
habitation/ Déclaration de
revenus) vous accueille à la mairie
de Saint-Cast de 9h à 12h au
02.96.41.80.18. ou la mairie de
Matignon de 14 à 17h au
02.96.41.24.40. Mail : matignon-
saint-cast-le-guildo@france-
services.gouv.fr

Imprimeur – gérant : Hervé VAN PRAAG

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.

Heures d'ouverture de l'Agence Postale :

Lundi-Mardi-Jeudi-Vendredi : 9h-12h. Samedi : 10h-12h.

Fermée le mercredi.

☎02.96.41.43.06. 4 rue du Cap - 22240 PLEVENON.

INFORMATIONS MUNICIPALES

Phare du Cap Fréhel : A partir du 1er septembre, ouvert de 14h00 à 17h30 (dernière montée) du vendredi au dimanche.

Coupages de courant :

- Le 03/09 de 10h30 à 12h30 : Rue de la Saudraie, Rue de la Salle Pique et Allée de Vauvillé.

- Le 05/09 de 8h00 à 13h00 : Rue du Château Serein, Allée de la Ville Hérisse, Allée du Fresche, Rue de la Saudraie, Rue de la Salle Pique, Le Port Nieux, Rue de l'Ancienne Gare et au Lieu-dit Malavenir, Allée du Clos aux Genêts, Allée du Viaduc, Rue de la Porte Morin, Rue du Petit Trécelin, Lieu-dit Ville Glageux, Trécelin, Allée du Vauvillé, Allée du Clos des Ajoncs.

- Le 06/09 de 13h00 à 15h00 : Rue de la Saudraie, Rue de la Salle Pique et Allée du Vauvillé.

Travaux de réparation d'un poteau Télécom : Du 06 au 20 septembre, la circulation et le stationnement seront réglementés (restriction de voie avec feux tricolores) Rue de la Motte, au lieu-dit Terre Venelle.

Maintenance réseaux électriques : Du 03 au 06 septembre, Allée de Vauville et Allée du Clos des Ajoncs.

DINAN AGGLOMERATION

Révision globale du PLUIH : Par délibération en date du 27 mai 2024, Dinan Agglomération a décidé de lancer la procédure de révision globale du PLUIH. La ré-écriture de ce document va permettre d'intégrer les nombreuses évolutions législatives et réglementaires intervenues depuis l'approbation du PLUIH actuel, et a pour ambition de mieux prendre en compte les particularités locales. nouveau PLUIH, une concertation préalable est organisée au cours de laquelle la population pourra formuler ses demandes, observations et propositions, dès à présent et jusqu'à l'arrêt du projet (envisagé à l'horizon mi 2026), par les moyens suivants :

- Par écrit, via un registre de concertation ouvert à cet effet au siège de Dinan Agglomération (8 Bd Simone Veil 22100 DINAN) et dans les antennes de Matignon et Broons,
- Par courrier adressé à Monsieur le Président de Dinan Agglomération, à l'adresse de son siège
- Par mail, à l'adresse suivante : revision.pluih@dinan-agglomeration.fr

DINAN AGGLOMERATION

La délibération du 27 mai 2024 affichée en mairie et publiée sur le site de Dinan Agglomération précise les objectifs, ambitions et modalités de cette période d'élaboration et de concertation.

(N' hésitez pas à informer en parallèle la mairie de vos demandes !)

Conchy-li deiz : Le 30 août, de 11h à 18h, Dinan Agglomération et ses partenaires vous propose une journée à la découverte de la conchyliculture et de ses métiers. Balades/animations-dégustations/concert... au Port à la Duc à Pléboulle

PREFECTURE DES COTES D'ARMOR

Autorisation d'exploitation de cultures marines : L'avis d'enquête publique est ouverte du 08/08 au 07/09/2024 et consultable à l'accueil de la mairie et sur son site plevenon.fr.

Campagne annuelle de déclaration de ruches 2024 : Comme chaque année, la campagne annuelle de déclaration obligatoire de détention et d'emplacement de ruches s'ouvrira le 1er septembre pour se finir le 31 décembre, et concerne tous les propriétaires ou détenteurs de colonies d'abeilles dès la 1ère ruche. Dans cette perspective, nous souhaitons vous mettre quelques informations en visibilité sur cette campagne :



- Le contenu de la déclaration est inchangé par rapport à la campagne 2023.
- Nous avons changé de prestataire pour la saisie des déclarations papier. L'adresse d'envoi de ces déclarations a donc changé et à ce titre une nouvelle version du Cerfa a été mise à disposition ([13995*07](tel:1399507)) pour modifier l'adresse d'envoi du document.

- Avec l'appui d'un prestataire, un mail va être adressé dans les premiers jours de septembre à tous les apiculteurs ayant effectué une déclaration sur la dernière année et renseigné une adresse mail pour rappeler le cadre et les modalités de déclaration. Au regard du nombre important d'apiculteurs effectuant une déclaration en dehors de la période obligatoire, ce mail sera adressé à toutes les adresses mail renseignées dans une déclaration effectuée

entre juin 2023 et juin 2024 afin de (re)sensibiliser les apiculteurs au calendrier et de faire rentrer dans les clous au moins une partie de ceux qui ne le respectent pas. Un mail de rappel sera par ailleurs envoyé la 2e quinzaine de novembre à ceux qui n'auraient pas encore fait leur déclaration.

- La page internet de référence est toujours celle dédiée aux déclarations de ruches sur le site « Mesdémarches » : <https://mesdemarches.agriculture.gouv.fr/demarches/particulier/effectuer-une-declaration-55/article/declarer-des-ruches>.

- La foire aux questions a été étoffée pour apporter toutes les réponses sur la (télé)déclaration et à des questions plus générales autour de la déclaration de ruches.

Centre Régional de Coordination de Dépistage du Cancer Bretagne

Octobre rose, mois de mobilisation autour du cancer du sein : Se faire dépister, un geste essentiel. Pour plus de renseignements, contactez le CRCDC Bretagne ou sur notre site plevenon.fr.

COMMERCES

Boulangerie Aux Délices du Cap : Ouverte en continu du lundi au samedi ouvert de 7h00-13h30 et 15h30-19h et les dimanches/jours fériés : 7h00-13h00. Fermée le mercredi.



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

Crêperie Le Cap Fréhel : A partir du 1er septembre, ouverte tous les jours de 9h00 à 19h. Fin du service de restauration à 17h00. Fermée le mardi.

Les Merveilles du Cap (Producteur d'huîtres et de moules de bouchot) : Jusqu'au 31/12, ouvert du lundi au samedi de 9h15 à 12h15. Zone Conchylicole - La Saudraie à Plévenon.

Hangar Du Marin : Ouvert en continu du mardi au samedi de 10h à 19h. Ouvert le dimanche et lundi de 10h à 13h et de 14h30 à 19h. Adresse : 7 rue du gros moulin à Plévenon.

Cap Coiffure : Ouvert les mardis, jeudis et vendredis de 9h à 18h. Le mercredi de 9h à 16h. Le samedi de 9h à 17h. Fermé le lundi. Contact : 09.79.21.63.67. Rue du Freschet à Plévenon.

Ferme Du Buisson à Fréhel : Vous informe que la prochaine vente de viandes bio aura lieu le 30/08. Assortiment de tous les morceaux en colis de 10, 15 et 20 kg (emballés sous vide). Réservation avant le 17/08 au 06.81.29.24.29.

ASSOCIATIONS

Chorale du Cap : Venez chanter avec nous tous les lundis de 14h30 à 15h30 (sauf vacances scolaires) au Grand Site à Plévenon 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.

Club des Aînés : Venez rejoindre les joueurs.euses de belote et tarot à partir du 4 septembre tous les mercredis à 14h dans l'ancienne cantine de l'école.

Flash Dance : La reprise des cours (danses en ligne, solo et en couple) aura lieu mardi 17 septembre à 17h30 salle des fêtes de Fréhel. Gratuité pour les nouveaux les 17 et 24/09. Cours chaque mardi de 17h30 à 19h00 sauf pendant les vacances scolaires. Contacts : 06.08.41.68.99. et 06.74.89.07.98.



Festival Eine Kan : Le Vendredi 30 et Samedi 31 août dans la cour de l'ancienne école à Plévenon! Festival artistique amateur avec concerts, projections, spectacles, ateliers, exposition! Ouverture du festival le vendredi à 18h avec spectacles et projections Ateliers peinture et création de « fanzine » à partir de 14h le samedi . Projection d'un long-métrage à 18h le samedi puis concerts toute la soirée ! Buvette et restauration sur place. Entrée prix libre.

Concerts Gospel/Variété 2024 : À l'issue de la troisième édition du stage Gospel/Variété organisé par Les Notes d'Emeraude à Plévenon jusqu'au 01 Septembre, 47 choristes dirigés par Mark Sweeting et accompagnés par un quartet de jazz professionnel (guitare, clavier, contrebasse et batterie) donneront un concert à l'église de Plévenon le samedi 31 août à 20h30. Entrée libre.

Expositions : - Artistes locaux : salle ouest du phare du Cap Fréhel tout l'été. - Exposition à la Résidence des Blés d'Or à Fréhel. Quand les Sables d'Or s'exposent aux Blés d'Or. Dans le cadre du centenaire de l'inauguration de la station (1924-2024). Jusqu'au 1er septembre 7jrs sur 7 de 14h à 18h.

Galerie "De vent et d'écume" : Le mois de Septembre arrive à grands pas, et avec lui les Journées Européennes du Patrimoine les 21 et 22 Septembre. A cette occasion, la galerie DE VENT ET D'ECUME, rue de la pointe aux chèvres à Pléhérel Plage / FREHEL sera ouverte les deux jours de 10 h 30 à 12 h 30 et de 16 h à 19 h.

Caté Infos pratiques! À vos agendas et notez déjà : Le vendredi 13 septembre à la maison paroissiale de Pléneuf (près de l'église) de 18h à 20h. Vous êtes parents d'un enfant en âge scolaire et à l'approche de la rentrée, vous vous posez de nombreuses questions concernant les possibilités d'inscrire ou ré-inscrire votre enfant au catéchisme. Pour avoir quelques éléments de réponse, nous vous invitons à cette soirée conviviale du 13 septembre prochain. Les prêtres de la paroisse, les animateurs et animatrices de l'éveil à la foi et du caté, ceux et celles de l'aumônerie, seront présents pour vous faire découvrir les activités des années précédentes à l'aide d'un diaporama, les documents utilisés et aborder vos contraintes personnelles. Il est possible de demander une inscription quel que soit l'âge de votre enfant, baptisé ou non et toute l'année. S'il n'est pas baptisé, un groupe « Découverte de la Foi » a été mis en place pour l'accompagner vers le baptême. Votre enfant sera toujours en équipe avec des jeunes d'un même groupe d'âges. Pour tous renseignements, contacter Cécile Daligault, coordinatrice de la catéchèse pour les Paroisses de Pléneuf, Erquy et Matignon au 07 56 17 05 91 ou par mail: cate.pem@diocese22.fr

Les Mardis de la Chapelle du Vieux-Bourg de Pléhérel Plage : Le 03 septembre à 19h, le « Duo Milonga ». De l'Espagne à l'Amérique du sud, deux guitaristes : Didier Hamon et Pascal Rault, grands pédagogues et concertistes confirmés, nous offrent un récital de haut vol et un merveilleux voyage au travers des âges, de la Milonga au Tango, et au travers des œuvres de Manuel De Falla, Isaac Albeniz et Enrique Granados pour les espagnols, et Felipe Gayo, Abel Fleury, Matos Rodriguez, Astor Piazzolla ... pour les argentins.

Tarif : Adultes : 12€ - 13 à 16 ans : 6€ - Moins de 13 ans : gratuit. Pas de réservation. Billetterie à 18h30. Renseignements : 06.80.68.31.51.

Association Yoga 2000 - Cours de Yoga et de Sophrologie :

Cours à Pléboullé, salle des fêtes :

- Adultes : - Lundi 18h30-20h (Yoga) ; 20h15-21h30 (Sophrologie à thème) avec Marie
- Mardi 10h30-12h ; 13h45-15h15 ; 15h30-17h00 (3 cours de Yoga) avec Christelle
- Mardi 18h30-20h ; 20h-21h30 (2 cours de yoga) avec Brigitte
- Mercredi 15h-16h30 (Yoga) ; 17h-18h15 (Sophro-Yoga) avec Marie.

Enfants: - Mardi 17h-18h avec Brigitte

Cours à Saint-Cast-le Guildo, salle Yves Du Manoir :

- Adultes : - Jeudi 13h-14h15 (Sophrologie à thème) ; 16h-17h30 (Yoga) avec Marie

Tarif : Cours adulte : 275 € à l'année - Cours enfant : 180 € à l'année (cours d'1h). Tarif solidaire possible . 15 € d'adhésion à l'Association « Yoga 2000 » . Cours à compter du lundi 9 septembre (1ère séance gratuite, essai, pour le yoga et sophro/yoga). Contacts des enseignantes : Christelle Puichault-Lebon, 06 64 63 06 76 christelleyoga@orange.fr, Brigitte Bruneau, 06 75 01 78 77, <https://brigitteyoga.fr>, Marie Dupont, 06 16 60 75 67, dupont.marie66@orange.fr



ASSOCIATIONS (suite)

Association de Tai Chi Taoïste Matignon-Pléboulle : Nouvelle session d'introduction à la pratique des arts internes de Tai chi taoïste à partir du mois de septembre. Cette pratique peut vous apporter bien-être physique et moral, vous aider à gérer votre stress et apaiser vos douleurs. Cette méditation en mouvement aide à lâcher prise sur les soucis du quotidien. Elle est accessible à tous. Vos handicaps physiques ou votre état de santé ne sont pas un obstacle. Le 1^{er} cours est sans engagement : 63 € pour 3 mois (dont 15 € d'adhésion). Vous pouvez intégrer un cours ou les deux, à tout moment au cours de l'année. Les séances se déroulent dans une ambiance conviviale et non compétitive. Venez essayer à la salle des fêtes de Matignon de 18h30 à 20h30 le mercredi 11 septembre 2024. D'autres classes sont également accessibles à Plancoët et Lamballe. Nous serons présents sur les différents forums. Soyez curieux ! Venez tester! Renseignez-vous au 02.96.41.20.90 ou sur taoisttaichi.org/fr/



DIVERS

Emploi : Personne disponible tous les midis pour aider à la préparation du repas, à partir du 26 août sur Plévenon. Paiement en chèque CESU. Contact : 06.21.66.66.22.

Divers : Si vous souffrez d'une douleur quelconque et que vous souhaitez rencontrer d'autres personnes dans la même situation, une fois par mois, vous pouvez profiter de rafraîchissements et d'une discussion à la cantine de l'hôtel de ville.

Veillez envoyer un SMS avec votre nom et vos coordonnées. Monsieur et Madame Cherry. Contact : 06.74.67.61.31.

Cherche : Cherche terrain non constructible à acheter secteur St Guireuc - La Roche-La Motte. Contact : 06.62.92.51.35.

A Vendre : - Canapé 2 places bordeaux en cuir. Très bon état. Prix : 150€. Contact : 02.96.41.42.15.
 - Canapé cuir 1.50m, bordeaux en très bon état général. Contact : 06.50.87.60.04. - Plancha gaz 3 brûleurs sur desserte. Marque LIVOO. Valeur 280€, vendue 150€. Jamais utilisé (lot tombola). Contact : 02.96.41.50.81. - Baby foot 1.77m x 0.86 x 0.80. Prix : 40€. Grande trottinette avec freins noire Tiga. Prix : 30€. Trottinette Reine des neiges (une 2ème donnée). Prix : 5€. Patins à roulettes avec genouillères, coudières et protège-mains. Pointure : 29/32. Prix : 20€. Patins à roulettes fille avec freins + genouillères, coudières et protège-mains. Pointure : 34/35. Prix : 20€. Pantalons jeans fille noirs, roses. Jamais portés. Taille : 12 ans. Pantalon garçon. Jamais portés. Taille : 12 ans. Jean. Taille élastique 10 ans. Neuf. Legging rose. Taille : 12 ans. Neuf. Contact : 06.74.58.44.87. - Bois de chauffage Epicéa sec 40/50 cm. (1 corde : 60€ la stère). Petits meubles, petits prix. Tables, meubles TV HIFI. Meubles de cuisine Ikéa, 5 éléments bas, 1 élément haut + 1 plan de travail. L'ensemble 80€, chaque élément 20€. Rouleau de tennis : 50€. 15 fenêtres bois, petits carreaux, petites dimensions, idéales pour abri de jardin ou appentis. Prix : 10€ l'une ou 60€ le lot. Echelle alu multipositions. Etat neuf. Prix : 80€. Coffret à munitions étanche. TBE. Prix : 30€. Contact : 06.71.08.01.17.

Donne : Table de salle à manger. A venir chercher sur Plévenon. Contact : 06.21.66.66.22.

Vétérinaire du Frémur : Chaque année des chiens meurent de coup de chaleur! Une fenêtre ouverte ne suffit pas à rendre plus frais la température de votre animal à fourrure. Un coup de chaleur peut survenir en moins de 5 mn, soyez vigilant! Même avec une température de 15° à l'extérieur, cela peut-être dangereux pour votre compagnon à l'intérieur de votre véhicule. Contacter un vétérinaire en cas de besoin.

Horaires de balade lors de fortes chaleurs : avant 9h-10h et après 21h.

TEMPÉRATURE À L'INTÉRIEUR D'UNE VOITURE EN ÉTÉ

temps d'exposition	température extérieure en celcius				
	20	25	30	35	40
10 minutes	30	35	39	43	47
20 minutes	36	45	49	53	57
30 minutes	40	49	53	57	61
40 minutes	42	51	55	59	63
50 minutes	44	53	57	61	65
60 minutes	46	55	59	63	67

