

N° 131
Jeudi 24 juillet 2025

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

Infirmier du Cap :

Marina MARTEAU, Martine TEXIER

Soins infirmiers

2 Rue de la Roche aux Cygrons

(derrière la salle des fêtes)

07.49.25.19.68.

- 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)

Décès : - Les membres de la famille GAUTHERON vous font part du décès de leur mère Mme Marcelle GAUTHERON le 08/07 dans sa 84ème année. Ses cendres rejoindront la tombe de ses parents à AUBIGNY-LES-POTHEES (08). - Le 22/07 à PLERIN, M. André TRUFFAUT à l'âge de 90 ans. Monsieur Le Maire et le conseil municipal présentent leurs sincères condoléances aux familles.

Imprimeur – gérant : Hervé VAN PRAAG

Nouvelle adresse Mail : accueil.mairie@plevenon.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 : ouvert tous les jours de 10h-18h30.

Commémoration : Il y a 80 ans la mer rejetait sur la plage des Grèves d'en Bas le corps de John Builfich Thomas, aviateur australien de la Seconde Guerre mondiale. La commune lui rendra hommage le dimanche 27 juillet à 11h au cimetière et célébrera son histoire.

Travaux d'enrobage : Le 28 juillet du 21 au 31 Route de la Ville Hingant.

ART FLORAL



Création festive d'Art Floral par une Plévenonnaise pour le passage du Tour de France dans notre département le 11 juillet 2025.

Toutes nos félicitations à Madame Marie-Paule ERHEL.

BIBLIOTHEQUE

La bibliothèque (place de la mairie) sera ouverte tous les mercredis d'août de 16h à 18h. Les bénévoles vous y attendent (prêt des livres gratuit). Bon mois d'août à tous.

France SERVICES

Mairie de Saint-Cast-le-Guildo (02.96.41.80.18) :

Lundi : De 9h à 12h et de 14h à 17h

Jeudi : De 9h à 12h et de 14h à 17h

Mairie de Matignon (02.96.41.24.40) :

Mardi : De 13h à 17h30

Mercredi : De 9h à 13h

Vendredi : De 13h30 à 17h30

Mail : Matignon-saint-cast-le-guildo@france-services.gouv.fr.

GRAND SITE CAPS D'ERQUY -CAP FREHEL

Sorties nature et patrimoine : Retrouvez toutes les informations de nos sorties nature et patrimoine jusqu'au 30 août sur notre site internet : www.grandsite-capserquyfrehel.com

DINAN CAP FREHEL TOURISME

Votre Office du Tourisme saisonnier rouvre ses portes à Plévenon du 3 juin au 26 septembre 2025 !
Horaires d'ouverture : - Septembre → Mardi, Mercredi et vendredi de 9h30 à 12h30
 - Juillet et Août → Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et 14h à 17h30

DINAN AGGLOMERATION

Des écogestes simples et efficaces ! J'économise de précieux litres d'eau avec ces simples écogestes :



- Un lave-linge qui tourne à plein c'est **10 à 12 litres** d'économisés ;
- Récupérer l'eau dans son évier ou sa douche (quand on se lave les mains, en attendant que l'eau chaude arrive...) peut vous permettre de réutiliser **5 à 6L d'eau** pour arroser vos plantes ou tirer votre chasse d'eau ;
- Utiliser un pommeau de douche économe en eau permet d'**économiser jusqu'à 50%** d'eau vis à vis d'un pommeau classique ;
- Réduire son temps de douche à **4 mn** en coupant l'eau pendant le savonnage peut vous faire **économiser entre 10 et 40 L** d'eau par rapport à la consommation moyenne ;
- Pour une famille de 4 personnes, la chasse d'eau représente en moyenne **200 L par jour**. Avec la mise en place d'une chasse d'eau économique c'est **50 % d'économie par jour** (soit 100 L)
- Sans chasse d'eau économe, placer un éco-sac ou une **simple bouteille d'eau pleine au fond du réservoir** pour en réduire sa contenance. Il entre alors dans votre réservoir 7,5 L d'eau au lieu des 9 L habituels. Cela représente **une économie de 1,5 L** par chasse tirée. Plus d'infos sur www.dinan-agglomeration.fr

Prochaine collecte des ordures ménages : Le mardi 29 juillet 2025.
Horaires de la navette estivale :

Circuit n°1 Dinan <-> Sables d'Or Les Pins
 les mardi, jeudi, vendredi et dimanche

DINAMO! ESTIVAL

ARRETS	MARDI, JEUDI, VENDREDI ET DIMANCHE	ARRETS	MARDI, JEUDI, VENDREDI ET DIMANCHE		
Deroyer	10:00	16:15	Sables d'Or Plage	11:35	17:50
Corseul Eglise	10:15	16:30	Cap Fréhel	11:50	18:05
Plancoët Gare SNCF	10:25	16:40	Fort La Latte	12:00	18:15
Matignon Place Rioust	10:40	16:55	Plévenon Centre	12:10	18:25
Plévenon Centre	10:55	17:10	Matignon Place Rioust	12:25	18:40
Fort La Latte	11:05	17:20	Plancoët Gare SNCF	12:40	18:55
Cap Fréhel	11:15	17:30	Corseul Eglise	12:50	19:05
Sables d'Or Plage	11:30	17:45	Deroyer	13:05	19:20

NAVETTE ESTIVALE GRATUITE du 30 juin au 31 août 2025

BREIZH GO

A partir du 1er septembre, les n°s de vos lignes de car évoluent. RDV sur breizhgo.bzh pour découvrir les nouveaux n°s de vos lignes habituelles.

COMMERCES

Boulangerie Aux Délices du Cap : Ouverte du lundi au samedi de 7h à 19h30. Dimanches et jours fériés 7h à 14h jusqu'au 26 août.

Boucherie Dalibot : Ouverte de 8h à 13h et de 15h30 à 19h. Dimanche : 8h à 13h. Fermée le mercredi.

Crêperie Chez Annie : ouverte de 11h à 21h30 en service continu. Fermée le dimanche soir et le lundi.

Crêperie Le Cap Fréhel : Ouverte tous les jours de 8h30 à 19h sauf le mercredi .

Les Merveilles du Cap (Producteur d'huîtres et de moules de bouchot) : Ouvert toute l'année (sauf jours fériés) du lundi au vendredi de 9h15 à 12h15. Jusqu'au 31/12 ouvert du lundi au samedi de 9h15 à 12h15. La saison des moules de bouchot a commencée !!! Un pêcheur Artisan sera présent

COMMERCES (suite)

tous les vendredis dès le 20/06 (coquillages/crustacés/poissons). La Saudraie. Plévenon. 02.96.41.48.11.
La Boîte aux délices : Des nouveautés débarquent dans La boîte aux délices ! Les bruschettas (nos tartines gourmandes) et les glaces ont fait leur apparition sur la carte ! Et ce n'est pas tout ! Vous êtes sur Plévenon le midi ? En plus des soirs habituels sur la place du marché, nous sommes désormais ouverts au camping municipal (accessible à tous) du mardi au jeudi de 11h à 15h et le vendredi soir de 18h à 22h ! Nous avons hâte de vous accueillir ! Pour en savoir plus : www.laboiteauxdelices.com et commandes au 07.69.32.46.59.

Baroudeurs de la Pizza : Un lundi/2 au camping de Plévenon et dimanches soirs au 26 Rue Notre Dame. Pizzas cuites au feu de bois et burgers (pain maison). Réservation conseillée au 06.23.76.65.41.

Cap Coiffure : Le salon est ouvert les mardis, jeudis et vendredis de 9h00 à 18h00. Le mercredi de 9h00 à 16h00. Le samedi de 9h00 à 17h00. Fermé le lundi. Contact : 09.79.21.63.67.

Boutique Maison Colas Cap-Fréhel : La boutique est ouverte en juillet et août : ouverture non stop du lundi au dimanche compris de 10h00 à 19h00. Adresse : 7 rue du Gros moulin à Plévenon.

La Ferme du Gros Chêne : Retrouvez nous à la ferme tous les jeudis de 16h30 à 19h et les samedis de 10h à 12h30. Nous vous proposons nos produits bio de la ferme : œufs, poulets, merguez, agneau et du porc (saucisses, chipos, côtes, pâté de campagne, saucisson, etc...). N'hésitez pas à nous contacter au 06.52.29.43.95. Emilie et Mathieu.

Le P'tit Galet : Après 7 mois de fermeture! Et malgré des travaux toujours inachevés...Nous avons réouvert!!!! Nous sommes tellement heureux de retrouver notre équipe, notre petit galet!!! Et vous tous!!! Youhoouo! Ouverture: du dimanche au vendredi (midi et soir). Adresse : 2 La Latte à Plévenon. Contact : 02.96.41.58.07

Bar-restaurants « Les Marcells » : 3 allée des acacias à sables d'or Les Pins, vous accueille du jeudi au lundi dans un cadre convivial à 2 pas de la plage, terrasse plein sud idéale pour siroter de délicieux cocktails, vous découvrirez aussi une cuisine traditionnelle fraîche et locale.

Vapôcap : ouvert le lundi de 10h à 12h30 et du mardi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 19h. Adresse : 6 Rue de la petite abbaye à Fréhel.

ASSOCIATIONS

Vide grenier Pucés marines : Le dimanche 03 août 2025, de 8h à 17h sur le parking de la salle des fêtes de Plévenon. Restauration et buvette sur place. Renseignements et inscriptions à : comitedesfetesplevenon@gmail.com, par tél : 06.24.30.58.18. ou 06.20.21.13.08.

Associations d'artistes et créateurs : Exposent leurs œuvres à la salle Ouest du Phare de 10h30 à 18h tous les jours jusqu'au 31 août.

Nalofoto « Les oiseaux aux Cap Fréhel » : Expose à la salle du Grand Site à Plévenon (18 rue Notre Dame) jusqu'au 31 juillet de 10h30 à 18h. Entrée gratuite.

Lumières du Cap : Tout l'été, de nombreux artistes vont présenter leurs créations dans différents lieux autour de chez nous. Venez découvrir leur talent et échanger avec eux ! Jusqu'à fin août :

- Tous les jours, de 10h à 18h, salle du Grand Site à Plévenon (chaque dizaine, un ou des artistes différents)
- Tous les vendredis de l'été sur le marché de Plévenon (différents artistes chaque semaine)
- Tous les jours à la Gare de Pléboulle de 10h à 18h (chaque semaine, un duo d'artistes différents)
- Les mercredis, samedis et dimanches à la Chapelle St Sébastien (Fréhel) de 16h30 à 18h30

Danses et Musiques traditionnelles au Cap Fréhel : organise les pileries le 25 juillet, 01 et 08 août à la salle des fêtes de Plévenon à 20h. Initiation à la danse bretonne à 21h. Fest Noz animé par des musiciens. Bar et restauration sur place.

Les Notes d'Emeraude : 4^{ème} édition du stage de l'académie Gospel/Variété, sous la direction de Mark Sweeting, jusqu'au 31/08 à Plévenon. 2 concerts, le 30/08 à 20h30 à l'église de Ploubalay et le 31/08 à 16h à l'église de Plévenon. Les choristes seront accompagnés par un quartet de musiciens de jazz professionnels. Quelques exemples du répertoire: "Hymn To Freedom", "Nobody Knows", "You're the Center of my Joy", "Sounds of Silence". Coût du stage pour 8 jours : 170€. Infos et inscriptions au : 06.03.02.19.05.

Les mardis de la Chapelle du Vieux Bourg à Pléhérel plage en Fréhel juillet 2025 : - Le 29 à 19h, Duo Jean-Luc Thomas et Gab Faure, Musiques celtiques. - Le 05/08 à 19h Trio PIK, musique classique et chant du monde. Tarif : Adultes 12€. De 13 à 16 ans : 6€. Moins de 13 ans : Gratuit. Pas de réservations. Renseignements : 06.80.68.31.51. Concerts en intérieur Chapelle - Billetterie à 18h30. La Chapelle est ouverte aux visites libres tous les jours de 15h à 19h du 08 juillet au 9 septembre.

Les PEP Brétil'Armor - Domaine du Cap Fréhel : Le samedi 20 septembre de 10h à 13h, l'Association vous ouvre ses portes. Venez imaginer vos projets de demain, aujourd'hui.

Ouvert toute l'année pour vos séjours associatifs, professionnels, familiaux ou scolaires, dans un cadre singulier en plein cœur de la Côte d'Emeraude! Un lieu adapté à tous vos besoins : Capacité d'accueil jusqu'à 74 personnes. Hébergement en pension complète, 1/2 pension ou gestion libre. Salles de restauration et activités. Animations pédagogiques « nature et patrimoine » avec nos animateurs.
Programme : Visite du centre toutes les 30mn. Présentation de l'Association, de la structure et de ses animations. Rencontre avec notre équipe. Verre de l'amitié offert à tous les participants.

Inscription obligatoire. Contact : Servane Grand, Responsable du centre. Tél. : 07.88.55.60.84. Mail : admin.capfrehel@pepbretillarmor.org

ASSOCIATIONS

Grand concert finale de la Chorale « ChoUrlaub » : Après 15 jours de répétition à la Chapelle du Vieux-Bourg, les 120 chanteurs de la chorale de vacances « ChoUrlaub » donne son grand concert final sur le thème du « Tour du Monde » le 1er août à 20h en l'église de Plévenon. L'entrée est, comme toujours, gratuite. Des dons pour la préservation et la rénovation de la chapelle sont bienvenus.

EHPAD Résidence des Blés d'Or de Fréhel : « Les paysans d'ici ». Au travers de près de 200 photographies présentées, Jean-Yves Chatellier vous propose de venir ou revenir à la rencontre des paysans de notre presqu'île, d'hier et d'aujourd'hui, ces hommes qui nous nourrissent, les laboureurs, cultivateurs et agriculteurs. De belles archives pour un hommage à une belle profession. Jusqu'au 15 septembre 2025 de 14h à 18h. Entrée libre. Tous les jours.

De Vent et d'Écume : Ouvert cette année de 10h30 à 12h30 et de 16h30 à 18h30 jusqu'au 23 août. Adresse : 3 rue de la Pointe aux chèvres à Pléhérel - Plage.

Association pour la mémoire et la notoriété d'Harel de la Noé : L'association avec le Grand Site Cap d'Erquy-Cap Fréhel vous propose une visite guidée du Pont du Marais et de la Passerelle de la Côtère, ancienne voie du Chemin de Fer des Côtes du Nord, le vendredi 8 août à 14h30. RDV devant l'Hôtel La Voile d'Or à Sables d'Or Les Pins. Gratuit. Contact 07.67.21.19.30.



Don du sang : La prochaine collecte aura lieu au « Kasino » de Fréhel à Sables d'Or les Pins, le lundi 28 juillet 2025 de 14h15 à 18h45. Les personnes qui souhaitent se rendre sur la collecte doivent obligatoirement prendre rendez-vous sur le site don-desang.efs.sante.fr. [Rubrique RDV en ligne].

A savoir : Ne pas venir à jeun pour donner son sang. Être âgé de 18 à 70 ans. Être en bonne santé et peser au minimum 50 kg. Se munir obligatoirement d'une pièce d'identité. Une collation sera servie à l'issue du don.

Plurien s'anime : Vide-greniers le vendredi 25 juillet semi-nocturne. 15h-21h. 3 €MI. Centre bourg - Restauration sur place.

Bibliothèque d'Erquy : - Ateliers gravure pour ados et adultes le 29/07, pour enfants le 30/07 de 9h30 à 12h30. Gratuit. Sur inscription. - «Estampes côtières», gravures de Jean-Marie Flageul, exposition jusqu'au 29/07. - Du 1er août au 14 septembre, « A bicyclette », photographies de Thierry Penneteau. - Le 12 août de 9h à 12h30, Atelier auto-réparation vélo avec Les Pignons Déjantés et Le Café réparation d'Erquy. - Le 14 août à 14h, Balade vélo-lectures avec l'Amicale Cyclotourisme Réginéenne. - Le 21 août à 18h, Rencontre avec Régis Delanoé. Animations gratuites, sur réservation. Adresse : 1 rue Guérinet à Erquy. Contact : 02.96.72.14.24. ou bibliotheque.erquy.bzh.

Association de tai chi taoïste de France : 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. 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 et essayez. Où? A salle des fêtes de Matignon de 18h30 à 20h00 le jeudi 18 septembre 2024 et à la salle des fêtes de Plébouille de 10h30 à 12h le mercredi 10 septembre 2025. Infos au 02.96.41.20.90.

Steredenn - Projet KonCree : Offre de service civique. Tu as entre 26 et 30 ans, concrétise tes idées avec nous. Plus de détails : projetkoncree@steredenn.org ou au 07.64.67.60.21.

DIVERS

Offre d'emploi ou services : Personne sérieuse avec expérience cherche des heures de ménage, repassage, jardinage, accompagnement (courses, promenades, RDV médicaux), repas. En Chèque Emploi Service. Contact (heures de repas) : 06.77.10.31.84. - Auxiliaire de vie, propose ses services du lundi au samedi : Aide au lever / Aide au coucher, Aide à la toilette, Aide aux repas, Courses, Accompagnement rendez-vous ou autres..., Ménage & repassage. Secteur Erquy, Plurien, Fréhel, Plévenon, La Bouillie, Pleneuf-Val-André, St Alban, Henansal, Matignon, Saint Cast-le-Guildo. Chèque emploi service/ CESU déductible des impôts. Tél : 06.79.72.85.91.

Graines de Main « Circuit découverte des plantes sauvages et médicinales » : Venez découvrir une quarantaine d'espèces autour d'un magnifique parcours sur le GR34 du Fort La Latte au Cap Fréhel, les vendredis matins en juillet et août. Mini 5 et maxi 15 personnes. Tarif : Adultes : 12€, - de 12 ans : gratuit.

Départ à 9h. Durée de l'évènement : prévoir 2 bonnes heures - 4 kilomètres, prévoir chaussures de randonnée ou de trail. Préférence pour pantalon et chapeau/casquette (protection/prévention tiques). Prévoir eau et collation. Infos et réservations au 07.69.87.25.36.

Cherche : Personne pour ménage et repassage. Contact : 06.77.12.98.14.

A vendre : - Une chambre en chêne massif blanche, armoire 3 portes, 1 lit 140, une table de nuit. 250€, 2 télé couleur (cathodiques pour rétro gaming) : 20€ l'unité, piscine 5m de diamètre 1m20 de hauteur : 250€, équitation une bombe fillette 12/14 ans 15€, étagères de décoration pour enfants 15€. Tél : 06.88.13.19.27. - VTT homme avec vitesses et selle gel. Prix : 40€. 2 étagères en pin à roulettes. Taille : 70 x 54 x 27. Prix : 30€ l'une. Etagère de coin en pin. Taille : 1.09m x 0.60 x 0.60. Prix : 40€. Grand vanity cuir marron. Prix : 15€. Contact : 06.74.58.44.87. - 1 piscine gonflable rectangulaire 3 boudins 3.05 x 1.83 x 0.56 de marque Intex. TBE. Prix : 10€. - 1 extracteur de jus Mandine utilisé 1 fois. Prix : 8€. - 1 sorbetière Silvercrest utilisé 1 fois. Prix 5€. - 1 globe terrestre jour et nuit neuf. Prix : 15€. - 1 paire de chaussures de rando neuve. Homme P.42. Marque Merrel. Prix : 20€. - 1 paire Femme P. 37. Lafuma. Prix : 15€. - 1 lot de jeux de société Ravensburger neuf. Prix : 10€. - lot de jeux de plage. Prix : 5€. Contact : 06.87.74.15.23. sur Plévenon.