

N° 147
Jeudi 5 mars 2026

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/VSL :
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

Décès: Madame Madeleine
RUELLAN décédée le 01/03/2026 à
Fréhel à l'âge de 92 ans.
Monsieur Le Maire et le Conseil
municipal présentent leurs
sincères condoléances à la famille.

Remerciements : Les familles
HAMON, DAGORNE, BOURHIS
remercient chaleureusement les
personnes qui se sont associées à
leur tristesse lors du décès de
Madame Régina HAMON, par leur
présence, leurs fleurs, leurs
cartes. Remerciement à l'équipe
paroissiale.

Imprimeur – gérant : Hervé VAN PRAAG
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 Plévenon.
Marché de Plévenon : Vendredi matin

INFORMATIONS MUNICIPALES



Naissance : Ayden, fils de Maeva Dincüff et Damien
Besnard, né le 15/02/2026 à Plérin.
Monsieur Le Maire et le Conseil municipal présentent leurs
sincères félicitations aux heureux parents.

Arrêtés : - Le mercredi 11 mars 2026, Mme Catherine ÉTUVÉ est
autorisée dans le cadre d'un emménagement à stationner un camion de
déménagement devant le 4 Allée de la Devise. - Du 23 au 27 mars
2026, l'entreprise VEOLIA EAU est autorisée à entreprendre des travaux
sur le domaine public pour des réfections de tranchées en enrobés de
l'entreprise CISE TP « Allée du Clos Guy ». La circulation de tous les
véhicules sauf riverains est interdite. Le stationnement sera interdit
« Allée du Clos Guy ». Les piétons ont interdiction de passer dans cette
allée.

Fraternibus : Jeudi 12/03 à 14h30 dans la salle du conseil de la mairie.
Bancs Publics : Réunion publique le 12/03 à 18h30 salle du Grand Site.
Plateforme « Déchets verts » : Ouverture prévue mi-avril.

ELECTIONS MUNICIPALES 2026

Élections municipales : Les
prochaines élections municipales
sont prévues les 15 et 22/03. Deux
modifications importantes sont à
prendre en compte :
1 - Depuis la loi du 21 mai 2025, le
mode de scrutin des conseillers
municipaux des communes de
moins de 1 000 habitants est
identique à celui des communes de
1 000 habitants ou plus. Le mode
de scrutin aux élections
municipales est un scrutin de liste
proportionnel (avec une prime de
50% pour la liste arrivée en tête) à
deux tours. Les listes doivent
respecter la parité, c'est-à-dire être
composées d'autant de femmes
que d'hommes.

2 - Les électeurs ne peuvent pas
rayer des noms, ni en ajouter ou
changer leur ordre sur les bulletins
(panachage). Tout bulletin modifié
sera considéré comme nul.

Procuration de vote : Si vous
êtes absent le jour du vote, vous
pouvez charger un autre électeur

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Vie publique
Au cœur du territoire public

INSTITUTIONS FRANÇAISES

Vote blanc ou vote nul : quelles différences ?

Vote blanc	Vote nul
Une enveloppe vide	Un bulletin sans enveloppe
Un bulletin vierge dans l'enveloppe	Un bulletin non réglementaire
	Un bulletin annoté
	Un bulletin déchiré

Vote

© DILA 2024

ELECTIONS MUNICIPALES (suite)

de voter à votre place. Pour cela, vous devez faire une procuration. Vous n'avez pas de justificatif d'absence à fournir.

Attention : Le jour du vote, l'électeur chargé de voter à votre place ne peut avoir qu'une seule procuration faite en France. Un électeur, qui ne vote pas dans la même commune que vous, devra se déplacer dans votre bureau de vote pour voter à votre place.

Comment établir une procuration :

1. En ligne avec une identité numérique certifiée France Identité : france-identite.gouv.fr/,
2. Avec le formulaire disponible auprès de la gendarmerie. Il est recommandé d'établir votre procuration le plus tôt possible, en raison des délais d'acheminement et de traitement. En effet, si la mairie ne reçoit pas la procuration à temps ou ne dispose pas du délai nécessaire pour l'enregistrer, votre procuration ne pourra être prise en compte.

Distribution cartes électorales pour les nouveaux inscrits depuis les dernières élections :

A partir de vendredi 6 mars.

Bureaux de vote : Seront ouvert de 8h à 18h à la salle des fêtes le jour J.

France SERVICES

Horaires d'ouverture (Matignon-saint-cast-le-guildo@france-services.gouv.fr) :

Mairie de Saint-Cast-le-Guildo (02.96.41.80.18) : Lundi : 9h00 - 12h00 / de 14h00 - 17h00

Jeudi : 9h00 - 12h00 / de 14h00 - 17h00

Mairie de Matignon (02.96.41.24.40) :

Mardi : 13h00 - 17h30

Mercredi : 9h00 - 13h00

Vendredi : 13h30 - 17h30

Permanences Service des Impôts des particuliers de Dinan (Déclarations de revenus/Taxes habitations) : 1er mercredi de chaque mois (sur RDV à www.impots.gouv.fr ou téléphone des mairies)

Mairie de Saint-Cast-le-Guildo : 09h00 - 12h00 Mairie de Matignon : 14h00 - 17h00

DINAN AGGLOMERATION

Révision générale PLUIH 1er arrêt du projet : Le conseil communautaire de Dinan Agglomération, lors de sa séance du 16 février 2026 a, par délibération n° CA-2026-019, arrêté le bilan de la concertation et le projet de Plan Local d'Urbanisme intercommunal valant Programme Local de l'Habitat (PLUIH) révisé de Dinan Agglomération. La délibération est affichée à la mairie de Plévenon et accessible sur le lien : <https://daboxdinan-agglomeration.fr/s/LANMLYwxGc3gPyq>.

Collecte des déchets : La prochaine collecte sur Plévenon aura lieu le mardi 10 mars 2026.

DDTM

L'avis d'enquête publique n° EP_SB26/02 sur les demandes d'autorisation d'exploitation de cultures marines jusqu'au 11/03/2026 est consultable à l'accueil de la mairie de Plévenon aux heures habituelles.

AGIRC-ARCO

L'Agirc-Arrco organise une édition spéciale des Rencontres retraite dédiée à la suspension de la réforme des retraites. Les Rencontres retraite reviennent du 21 au 27 mars 2026 avec une édition spéciale sur les conséquences de la suspension de la réforme des retraites. 25 000 rendez-vous sont proposés gratuitement par l'Agirc-Arrco, à distance ou en présentiel dans l'un des 680 points d'accueil, en France métropolitaine et dans les DROM (Guadeloupe, Guyane, La Réunion et Martinique). Au-delà du besoin d'information qui s'accroît à l'approche du départ à la retraite, un actif peut s'interroger à tout moment de sa carrière sur sa future retraite.

A quel âge vais-je finalement pouvoir partir à la retraite? Le montant de ma pension sera-t-il affecté? Vais-je devoir travailler plus longtemps pour avoir une retraite à taux plein? Puis-je prétendre à une retraite anticipée?... Autant de questions qui concernent tout particulièrement les assurés nés entre 1964 et 1968, directement impactés par la suspension de la réforme des retraites.

Durant cette édition spéciale des Rencontres retraite consacrée à cette suspension, les assurés bénéficieront d'un entretien personnalisé de 20 minutes. Les conseillers retraite de l'Agirc-Arrco, répondront à leurs interrogations et les aideront à comprendre les effets de la suspension de la réforme sur leur situation individuelle. A l'issue de cet échange, l'assuré obtient une vision claire de ses droits et des étapes de son futur départ à la retraite. Inscriptions à partir du 2 mars sur notre site : <https://www.agirc-arrco.fr/nous-connaître/nos-actualités/rencontres-retraite-une-edition-dediee-a-la-suspension-de-la-reforme-des-retraites/>

L'Agirc-Arrco, régime de retraite complémentaire obligatoire des salariés du secteur privé, est piloté par les partenaires sociaux. Il repose sur les principes de répartition et de solidarité entre les générations. 27 millions de salariés cotisent à l'Agirc-Arrco pour constituer leurs droits futurs et 1,8 million d'entreprises adhèrent au régime. 14 millions de retraités perçoivent, chaque mois, une allocation de retraite complémentaire. Le montant total annuel des allocations versées s'élève aujourd'hui à près de 100 Md€. Les orientations stratégiques du régime ont conduit les équipes de l'Agirc-Arrco à engager un vaste chantier d'amélioration du service, au meilleur coût visant à offrir un parcours client simple et personnalisé.

COMMERCES

Boulangerie Aux Délices du Cap : Ouverte du lundi au dimanche de 8h à 13h. Fermée le mercredi.
Boucherie Dalibot : Ouverte de 8h à 13h et de 15h30 à 19h. Du lundi au dimanche. Fermée le mercredi. Fermée pour congés du 8 au 26 mars.

La Palanquée du Cap Fréhel : Ouverte les jeudis, vendredis, samedis et dimanches de 10h00 à minuit avec restauration midi et soir. Adresse : 6 Place de l'église à Plévenon. Contact : 02.96.41.41.89.

Crêperie « Chez Annie » : Ouverte de 12h00 à 16h00. Fermée le lundi.

La Boîte aux Délices : Nouveau burger à la carte chez Sami ! Découvrez « Le Tenders » pendant tout ce mois de février, un burger inédit et croustillant aux délicieux tenders de poulet ! Ouvert le jeudi, vendredi & samedi de 18h30 à 21h30 sur la place du marché ! Commandes au 07.69.32.46.59.

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. La Saudraie. Plévenon. Contact : 0296414811.

Baroudeurs de la Pizza : Seront présents à Plévenon (au-dessus de la salle des fêtes) tous les samedis soirs jusqu'au 28/03. Puis tous les vendredis soirs du 10/04 au 03/07. Réservation très conseillée au 06.23.76.65.41. à partir de 14h. Service à partir de 18h45.

Boutique Maison Colas Cap-Fréhel : Ouverte les mardis au samedis de 10h30 à 12h30, 15h00 à 19h00 et le dimanche (pendant les vacances scolaires) de 10h30 à 13h00.

La Boîte : L'espace de coworking accueille tout le mois de mars des artistes de l'association Lumières du Cap. En duo, les artistes présentent des techniques différentes : peinture, collage, sculpture... Exposition des 6 artistes jusqu'au 6 mars. Du 7 au 13 mars : Kermariz et Hemma. Du 14 au 20 mars : Sylvie Pailleau et Catherine Chronberg. Du 21 au 31 : Christine Renault et Mireille Hauck. Exposition ouverte du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. Les samedis et dimanche : de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h. LA BOITE 6 A rue de la Grande Abbaye (à la place de La Poste). Plus de détails sur facebook/La Boîte et instagram : [coworking.laboite](https://www.instagram.com/coworking.laboite)

Cap Solutions Business : Prochain mardi busy pour les entrepreneur.e.s, le 24/03. Thème : entrepreneur.e et prévoyance. Thèmes abordés: Qu'est-ce que la prévoyance ? A quoi sert-elle ? Quels sont les indispensables pour anticiper un éventuel arrêt de maladie, hospitalisation ou accident ? A quoi faut-il souscrire ? A quelle hauteur ? Le 24 mars de 18h à 19h, suivi d'un échange. Conférence gratuite sur inscription au 0296810684/0682322440 ou contact@capsolutionsbusiness.fr.

ASSOCIATIONS

Théâtre « LES PIEDS AU PLANCHER » : Les séances théâtrales prévues le samedi 07 mars et le dimanche 08 mars sont annulées suite au décès de la maman de 2 membres de la troupe. **Merci de votre compréhension.**

Les P'tits Potes : - Lala et les P'tits Potes organisent le 18/03 à partir de 10h dans la cour de l'école, devant la mairie de Plévenon, une vente d'objets d'art Malgache au profit d'une entreprise solidaire : Violette et Dieudonné. Objectif : Construction d'un dispensaire. Venez nombreux. Entrée libre et gratuite. Petite restauration sur place jusqu'à 17h. - Lancement du 3^{ème} concours de nouvelles « Un banc, un instant, une rencontre... et une histoire à inventer. » 4 catégories sont prévues : enfant, adolescent, adulte, écriture collective. Pour cette édition 2025/2026, le thème retenu est : Quelque part, sur un banc.... La nouvelle se déroulera dans les environs du Cap Fréhel. Vous avez jusqu'au 31/03 pour envoyer votre production. La remise des prix est prévue le dimanche 14 juin, sous le préau de l'école de Plévenon. Si vous souhaitez participer, n'hésitez pas à demander le règlement et le bulletin d'inscription par mail : lesptitspot22@gmail.com - Les P'tits Potes organisent le 29/03 un après midi jeux à partir de 14h30 au rez-de-chaussée de l'école à Plévenon. Venez nombreux. Apportez vos jeux si vous le voulez.

Association Lumières du Cap : Les artistes locaux fêtent la journée des droits des femmes. Samedi 7 mars après-midi et dimanche 8 mars toute la journée, venez au Grand Site, 18 rue Notre Dame, à Plévenon, pour découvrir une expo sur les femmes à travers le monde mais pas que (il y aura aussi des contes sur les femmes, une chorale féminine...). Entrée libre et gratuite. Buvette.

Domaine du Cap Fréhel à Plévenon : 2 dates à retenir : 1 journée sport détente pour ADULTES le 17 avril avec longe cote, repas, rando nordique et yin yoga pour 50 €. 1 matinée Réunion d'information pour les mini camps le samedi 25 avril de 10h à 12h30 afin de découvrir le lieu, l'équipe et en savoir plus si on hésite encore !. On vous attend nombreux !

Cercle en Avant Deux de Fréhel : Organise un Fez Deiz le dimanche 8 mars à la salle des fêtes de Fréhel à partir de 14h30 avec Asteure, Brothier Sanson Loulou et les chanteuses du Cercle. Entrée : 6€.

Comité de jumelage : Voyage au Québec du 24 Septembre au 5 Octobre 2026. Il reste quelques places disponibles adhérents ou non adhérents du jumelage. Réunion le jeudi 12 Mars 2026 à la salle des fêtes de Plévenon à 14h00 en présence de l'agence qui encaissera les acomptes de réservations. Merci de votre présence. Renseignements: Jean Pierre GOURANTON au 06 71 19 81 27 / eljpgouranton@hotmail.fr // Agence LEVACON de Lamballe (Nathalie MALOUM 06 85 33 01 07 / n.maloum@visagesdumonde.fr)

Sophrologie et Association Yoga2000 - Un temps pour prendre soin de soi : Je vous propose 5 séances de sophrologie pour "Améliorer votre sommeil", des techniques simples de respiration, des exercices dynamiques, des conseils d'hygiène de vie pour vous aider au quotidien. Lieu : Salle des Terre Neuvas, 33 rue Saint Pierre, Matignon. Date : les mardis, du 3 au 31 mars de 14h15 à 15h30. Tarif adhérent Association Yoga2000 : 65 euros. Tarif non adhérent : 80€. Sur inscription par SMS ou tél : 06.16.60.75.67. N'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement. <https://sophro-yoga-marie.fr>

CRCDC (Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers) : Défi connecté et mars bleu du 10 au 31/03/2026. « Bougeons pour notre colon ». Inscrivez vous en téléchargeant l'application kiplin et créez votre compte avec le code CRDCMARSBLEU. Mettez vous en équipe.

ASSOCIATIONS (suite)

Steredenn - Espace Femmes (02.96.85.60.01 • 1 route de Dinard • 22100 Dinan) : En mars : - Le 5 à 20h15 : Au cinéma Vers le Large à Dinan. Projection du film "La maison des femmes", suivie d'un échange avec l'Espace Femmes/Steredenn. - Le 8 : Présence de l'Espace Femmes au festival "On prend laplace" à St Briec. - Le 11 : Après-midi jeux autour de l'égalité à la ludothèque de Plancoët de 15h à 16h30. LGBTQIA+ : de 15h30 à 17h30. - Le 12 : Concert de la chorale de l'Espace Femmes Les Soeurières à la Médiathèque de Plélan-le-Petit à 18h30. - Le 15 : Concert de Mathilde à Saint Briec (Bonjour Minuit). - Le 20 : Marché solidaire à l'espace Steredenn de 16h à 20h. Rencontre de l'Egalithèque en collaboration avec la librairie Le Grenier à 19h en présence de l'autrice Claire Richard qui viendra échanger autour de son livre "Pardonnez à nos mères" à la librairie Le Grenier. - Le 21 : Représentation de la chorale de l'Espace Femmes Les Soeurières au Lieu Jaune à Tinténiac à 16h. - Le 26 : CIDFF sur RDV au 02.96.78.47.82. de 10h à 13h et 14h à 17h.

DIVERS

Le Lycée Henri AVRIL : Ouvre ses portes aux visiteurs le vendredi 13 de 15h à 20h (Voie professionnelle) et le samedi 14 mars 2026 de 9h00 à 13h00 (Voies professionnelle, générale, technologique - Post Bac). Plus d'infos sur notre site internet : <https://www.lyceehenriavril.fr>

Mission Locale du Pays de Dinan : - Ateliers de mars : Sur inscriptions à www.ml-paysdedinan.fr - Permanences : Armée de Terre et Marine le 25 de 10h à 15h30. EPIDE (Etablissement pour l'insertion dans l'emploi) : le 24. CJC (Consultation Jeunes Consommateurs.es) : Le 23 de 14h à 16h.

L'armée de l'Air et de l'Espace (AAE) : Pour sa 5^e édition, le salon « Expérience ALPHA » atterrit à Nantes le 14/03 de 10h00 à 19h00 à la cité des congrès de Nantes et vous offre l'opportunité de découvrir 6 domaines à travers des immersions uniques : Préparation opérationnelle, Le renseignement, La maintenance aéronautique, Le contrôle aérien, La sécurité - protection, Le pilotage. Vous pourrez également vous entraîner avec des moniteurs sportifs (Planifier une mission avec des experts du renseignement, Guider un avion, Se préparer aux missions avec les fusiliers commandos, S'initier au pilotage sur un simulateur de vol). Temps fort de cette édition 2026 : Une animation inédite autour d'un drone (Moyenne Altitude Longue Endurance - MALE) viendra marquer les esprits. En complément, des aviateurs/aviatrices et conseillers en recrutement seront présents toute la journée pour échanger, informer et partager leur expérience.

Offre d'emploi : Le restaurant Chez Pierrot à Fréhel bourg recherche sa serveuse ou son serveur pour la période du 01/04 au 30/10 (contrat de 7 mois). Débutant.e.s accepté.e.s. Contact : 0296415555 ou au 06.15.09.73.58.

Demande d'emploi : - Retraité cherche travail de complément (aide à la personne, transport, éventuellement jardinage). Disponibilités : Lundi, mardi toute la journée et mercredi matin. Contact : 06.13.96.34.06. Mail : titou.lulu@hotmail.fr. - Retraité cherche jardinage et travaux de maçonnerie. Contact : 07.88.41.76.20.

Services à la personne : Sophie et Gwendoline vous proposent une organisation en binôme permettant d'assurer une présence du lundi au dimanche, avec remplacement mutuel pendant les congés afin de garantir une continuité de service sans interruption. Nos compétences : Aide à la toilette et à l'habillage, Préparation des repas, Aide aux déplacements, Entretien du logement, Accompagnement aux rendez-vous, Présence, écoute et soutien moral. Nous sommes ponctuelles, responsables et attachées au respect, à la dignité et au bien-être des personnes âgées. Disponibles immédiatement. N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations ou pour convenir d'un entretien. Contact : 06.12.51.63.19.

Centre nautique de Fréhel : Le club vous attend du 25/03 au 27/06. Le mercredi : - De 4 à 6 ans / 10h - 12h → Jardin des mers (Jeux, explorations et éveil marin pour découvrir la mer en douceur, dans un cadre naturel sécurisé. - De 7 à 12 ans / 14h00 - 16h30 → Optimist (Pour découvrir et apprendre la voile). - Adultes / 14h30 - 16h → Yoga (Un temps pour se recentrer, respirer et se reconnecter, dans un environnement naturel apaisant). Le samedi : - De 12 à 99 ans / 14h - 17h → Multi glisse (Découvrir les sensations de glisse par le biais de multiples supports tels que : Le catamaran, le kayak, le paddle, le char à voile, la planche à voile, ou encore le foil. Inscriptions et tarifs des stages et sorties découverte en char, kayak et catamaran sont en ligne sur <https://centrenautique-frehel.fr/>

Recherche : - Pierres de Fréhel ou d'Erquy. Prix à débattre. Contact : 06.13.13.38.91. - Suite à des travaux, particulier recherche en don cailloux, gravats, pierres pour combler un trou. Contact : 06.80.71.47.40.

Donne : Lit 140x190, en bois vernis (couleur miel) comprenant sommier, matelas, encadrement, tête de lit et pied de lit. Le lit est déjà démonté. Contact : 06.34.51.32.52.

A vendre : - Cause Ehpad, vend frigo TOP sous garantie. Prix neuf : 180€. Vendu : 120€. Mini-four 20l sous garantie. Prix neuf : 77€. Vendu : 50€. Contact : 07.68.11.17.23. - Sommier à lattes 180x200. Encadrement en fer. Bon état. Prix : 50€. Salon de jardin en osier (2 fauteuils individuels, 1 canapé 2 places + coussins, 1 table) en parfait état. 3 ans. Acheté 1300€ à M. Bricolage vendu 700€. Contact : 06.07.05.14.26. - Barge 4.52m, moteur Tohatsu, 45CV 2 temps + remorque. Prix : 3500€ à débattre. Contact : 07.45.70.66.70. - Vend ensemble buffet et table en pin 2 couleurs. Bas : 3 portes/3 tiroirs. Haut : 3 portes vitrées. 1.52x0.52x1.80. Prix : 90€. Table avec 2 allonges de 1m. Prix : 50€. Peut être vendu séparément. Desserte bois blanche à roulettes. Prix : 20€. Contact : 06.74.58.44.87. - Table de cuisson gaz butane. Marque SMEG, L60cm, achetée en mars 2023. Valeur 299€, vendue 200€. Peu servi. Plus utilisée depuis début 2025. Contact : 06.23.46.51.21.