

N° 3
Jeudi 14 mai 2026

Médecins :

Dr MADAY : 02.96.86.39.86

Dr BROCC : 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

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)

- VÉTÉRINAIRE (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

Mariage : Le 9 mai 2026,
Monsieur Alexis BÈS DE BERC et
Madame Mathilde POSTEL.
Monsieur le Maire et le
conseil municipal
présentent leurs sincères
félicitations.



Collecte de sang : Le 18 mai à la
salle des fêtes de Fréhel de 14h15
à 18h45. Sur RDV au
02.23.22.53.97.

Imprimeur – gérant : Philippe LOHIER

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

Permanences des Adjointes :

- Marie-José Joly, Affaires sociales : le mardi matin de 9h00 à 11h00.

- Gilbert Philippe, Voirie et Espaces verts: le mercredi matin de 9h00 à 12h00 au Centre Technique.

- Michel Pansart, Aménagement et Cadre de vie, le jeudi matin de 10h00 à 12h00 à partir du 4 juin 2026.

Arrêtés :

· Depuis le 21 avril et pour une durée indéterminée, la pêche à pied de loisirs est interdite sur les plages de La Fosse et des Grèves d'en Bas suite à l'échouage d'un mammifère marin en décomposition au niveau de la plage Port Sud-est.

• Du 18 au 22 mai, la chaussée sera rétrécie pour la circulation devant le 25 Rue du Puits Coupard pendant la durée des travaux de branchement d'eau potable. Le stationnement sera interdit au niveau du chantier.

• Du 19 mai 2026 au 15 juin 2026, la circulation sera alternée manuellement entre le 24 et le 30 Rue des Plages pendant la durée des travaux de raccordement ENEDIS. Une signalisation sera mise en place. Le stationnement sera interdit lors de la durée des travaux. La circulation sera limitée à 30 km/h.

• Le 24 mai, entre 8h et 16h, pour le bon déroulement des triathlons S et M, le stationnement sur la RD 34 en agglomération entre la route des Grèves d'en Bas et le rond-point du Cap Fréhel, le parking de la Fosse, l'accès et la sortie du camping seront interdits. La circulation sera interdite sur l'ensemble du parcours. Des déviations seront mises en place.

Révision du PLUIH : Les études de révision du Plan Local d'Urbanisme Intercommunal et de l'Habitat (PLUIH) pilotées par Dinan agglomération se poursuivent. Le document sera arrêté second semestre 2027, la population pourra alors le consulter au moment de l'enquête publique qui devrait avoir lieu au cours du 1^{er} trimestre 2027 et faire part de leurs observations avant l'approbation de la révision. Néanmoins, les habitants-es qui ont, à terme, des intentions de construction, d'extension d'habitation ou de changement d'affectation peuvent déposer leurs demandes en mairie, avec notamment un plan de situation et les références cadastrales.

Prochain conseil municipal : Le mercredi 27/05/2026 à 19h30 à la salle du conseil de Plévenon.

Phare du Cap Fréhel : Ouvert tous les jours sauf le mardi de 14h à 18h. Dernière montée : 17h30.

Camping de Plévenon : Ouvert sans les services aux camping-cars et vans aménagés jusqu'au 12 juin. A partir du 13 juin, il sera ouvert pour tout le monde avec les services.

INFORMATIONS MUNICIPALES (suite)

Emplois saisonniers 2026 : La commune recherche pour la saison estivale des saisonniers (phare ou camping). Merci de déposer votre CV et lettre de motivation (avec vos périodes de disponibilité) en Mairie. Priorité sera donnée aux personnes pouvant assurer 2 mois.

Recensement citoyen : Tous les jeunes de 16 ans de nationalité française doivent effectuer leur recensement citoyen obligatoire en mairie. S'ils ne font pas ces démarches, ils ne peuvent notamment pas s'inscrire aux examens et concours de l'État (permis de conduire, baccalauréat...) avant 25 ans.

Enlèvement des encombrants : Inscription à l'accueil de la mairie.

Atelier numérique : Prochain atelier sur le thème « Intelligence artificielle » lundi 18 mai de 14h30 à 16h00 dans la salle du conseil à la mairie. Gratuit et sans inscription. Contact : Flore Huguette 06.65.22.35.82.

Appel à candidatures - Exposition au phare du Cap Fréhel : La Commune lance un appel à candidatures pour exposer pendant la période estivale dans la salle ouest du phare du Cap Fréhel. Cette exposition est ouverte aux Plévenonnais.es et Fréhelais.es, artisans d'art, créateurs et artistes déclarés, disposant d'un numéro SIRET et d'une assurance professionnelle.

Les candidatures devront répondre aux critères suivants :

- Thème de la mer, de la nature environnante, de la Bretagne
- Artisanat fait main local et de qualité
- Œuvres artistiques de qualité.

La charte de l'exposition est consultable en mairie, vous y trouverez toutes les informations concernant l'exposition ainsi que la liste des documents demandés. Les dossiers sont à déposer en mairie avant le 15 juin.

Prochaine collecte de déchets ménagers : Le mardi 19 mai 2026.

Bibliothèque de Plévenon : La bibliothèque vous accueille le mercredi 27 mai à 17h30 pour les Rencontres Poétiques dont le thème sera ce mois-ci « Liberté ». Joli mois de mai à tous !

FRANCE SERVICES

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

Mairie de Saint Cast le Guildo (02.96.41.80.18) :	Lundi et jeudi	: 9h-12h00
		: 14h-17h00
Mairie de Matignon (02.96.41.24.40):	Mardi	: 13h-17h30
	Mercredi	: 9h-13h00
	Vendredi	: 13h30-17h30

GRAND SITE CAP D'ERQUY CAP FREHEL



Les RDV du Grand Site : Une nouvelle programmation pour s'engager et s'impliquer dans la préservation et la valorisation du territoire dans une démarche pour faire ensemble. Ces temps d'échanges, de débats et de partages visent à mieux impliquer chacun.e dans la protection et la valorisation des Caps. Accessibles, attrayants, variés et conviviaux, ces rendez-vous seront proposés toute l'année, notamment pour les habitant.es. Ils offriront une diversité de rencontres : actions de terrain, ateliers, conférences-débats, autour des paysages et patrimoines naturels et culturels. Gratuits et ouverts à tous, ils s'adressent aux initiés comme aux curieux pour créer une dynamique collective. Le premier RDV du Grand Site s'intitule « Paysages retrouvés » avec un petit jeu autour du tableau du peintre Léon Hamonet. Saurez-vous reconnaître et réinterpréter le lieu ? Plus d'infos sur le lien :

<https://grandsite-capserquyfrehel.com/suivre-le-guide/les-rendez-vous-du-grand-site/>

COMMERCES

Marché de Plévenon : Eva Droguet, commerçante ambulante au marché de Plévenon, a participé à l'émission d'« Un diner presque parfait ». Diffusion semaine du 18 mai.

Boulangerie Aux Délices du Cap : Ouverte tous les jours de 7h30 à 13h00 et de 16h00 à 19h00. Fermée le mercredi et le dimanche après-midi.

Boucherie Dalibot : Ouverture de 8h-13h/15h30-19h. Du lundi au dimanche matin. Fermée le mercredi.

La Palanquée du Cap : Ouverte du mercredi au dimanche de 10h à minuit. Fermée le lundi et le mardi.

Crêperie « Chez Annie » : Ouverte de 11h00 à 18h00. Fermée le jeudi.

La Boîte aux Délices : Ouverte les jeudis, vendredis & samedis 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 : 02.96.41.48.11.

COMMERCES (suite)



Baroudeurs de la Pizza : Seront présents à Plévenon (au-dessus de la salle des fêtes) les jeudis soir à partir de 18h30. Pizzas et burgers maison, potatoes, beignets d'oignons, panna cotta maison, pizza au chocolat, jus de fruits. Réservations au 06.23.76.65.41. dès 14h30.

Boutique Maison Colas Cap-Fréhel : Ouverte du mardi au samedi de 10h30 à 12h30 et de 15h00 à 19h00. Fermée le mercredi et le dimanche.

Les Jardins de Ker Louis : Le Ministère de la culture vient d'attribuer le label « Jardin remarquable » au Jardin Ker Louis. Cette distinction souligne l'intérêt esthétique et botanique du site. Le jardin sera ouvert à la visite les dimanches et jours fériés de 14h à 18h jusqu'au 14 juillet. Entrée : 7€.

La Ferme du Pont Pivert : La Ferme biologique du Pont Pivert, à Plévenon vous accueille dans son nouveau magasin. Vous y trouverez glaces, sorbets, confitures, produits laitiers sucrés/salés, fruits et légumes du jardin ! Du lundi au vendredi de 10h à 12h ou sur RDV au 07.83.33.41.06.

Les Jardins Sauvages de Fréhel : Retrouvez les légumes biologiques et locaux le jeudi à la vente à La Ferme du Gros Chêne à Fréhel de 16h30 à 19h00. Le mardi au marché de Fréhel et le dimanche au marché des Sables d'Or.

ASSOCIATIONS

Lumières du Cap : - Notre association a la chance d'être accueillie par la municipalité d'Hénanbihen pour le 1er salon artistique de la commune du 16 au 17 mai à la salle des fêtes de 10h à 17h. Une petite trentaine d'artistes présenteront leurs œuvres. Comme d'habitude, c'est gratuit et ouvert à tous et une buvette vous permettra de vous désaltérer pendant la visite ! Nous espérons vous voir nombreux ! - Habitants de Plévenon, seriez-vous d'accord d'accueillir un artiste dans votre jardin ou votre garage le dimanche 26 juillet à l'occasion de la fête « Plévenon, Village Artistique » ?

En effet, ce jour-là, notre association prévoit de faire découvrir la commune aux visiteurs sous la forme d'une déambulation dans le bourg pour découvrir des artistes qui exposeront leurs créations, voire peindront /sculpteront sur place pendant la journée. Le tout agrémenté de moments musicaux.

Alors si vous habitez dans le bourg et si vous avez la possibilité et l'envie, nous vous serions très reconnaissants d'accueillir un artiste chez vous entre 8h00 et 19h00 environ.

Pour en savoir plus, contactez-nous : lumieresducap@gmail.com ou Nadège Le Meur (Poterie du Cap) : 06.70.17.54.23. ou Nadège Lefeuvre 06.26.98.51.84. Nous comptons sur vous.

Inscriptions stage Académie Gospel/Variété : Du 22 au 30 Août 2026, à Plévenon, se déroulera la 5ème Académie Gospel/Variété de la Côte d'Emeraude. Ce stage d'été est ouvert à tout public. Passionnés de musique et de chants, soprano, alto, ténor ou basse, venez travailler le chant au Relais de Fréhel, dirigé par Mark Sweeting, Chef de Chœur et préparer 2 concerts de fin de stage à La Richardais le samedi 29 Août et à Plévenon le dimanche 30 août. Les inscriptions sont ouvertes. Le nombre de places est limité. Renseignements au 06.60.02.63.81. ou au 06.64.17.93.37.

Site internet : <https://academie-gospel-variete-cote-emeraude.fr/>

Ruban & Co : Et si on passait le 24 mai ensemble ? Le Triathlon Sables et Cap cherche ses supers bénévoles pour une journée inoubliable à Fréhel, on a besoin de bras et de sourires pour soutenir l'Association Ruban Bleu ! Choisissez votre moment pour nous aider, il y a une place pour chacun : En amont : Les Bâisseurs (vendredi 22 mai, samedi 23 mai) → Montage des structures et préparation du site (ambiance chantier solidaire !). Le jour J (dimanche 24 mai) : Accueil → Pour chouchouter les participants à leur arrivée. Signaleurs → Au cœur de l'action pour guider les athlètes. Ravitaillement → Pour booster les champions avec le sourire. Photo/Logistique → Pour les pros du clic ou du montage ! Et pour conclure : Les Finisseurs (dimanche soir) : Démontage et rangement (rapide et efficace !) Partant.e Dispo ? Réponds simplement avec ton nom, prénom, ton poste préféré et ton ou tes créneaux (vendredi, samedi, dimanche et démontage dimanche soir), par mail à :

rubanbleuandco.benevolat@gmail.com ou par sms au 06.41.72.00.28. On s'occupe du reste !

Inter Assoc Rando : Propose le samedi 30 mai 3 circuits de randonnée. Départ à 14h00 pour la rando de 15km, 14h30 pour la rando de 10km et 15h00 la rando contée, chantée et accessible PMR de 5km. Goûter offert à l'arrivée. Adulte : 5€. Enfant -12ans : 2€. Inscription sur Hello Assoc. Bénéfice au profit de la lutte contre le cancer.

Les RDV du Routin : Le dimanche 17 mai à 17h, à l'Hôtel de Diane, 17 Allée des Acacias à Sables d'Or. « Intelligence Artificielle, entre Trésor et Pandore » Conférence par Pr Isabelle Grenier, Université Paris Cité. Entrée et participations libres. Places limitées. Inscriptions sur rdvduroutin@gmail.com

EHPAD Les blés d'Or : L'an 2000... on l'attendait, on le craignait même...

Cette année-là, de nombreuses photos ont été prises à Fréhel et Plévenon, au hasard des rues, des lieux, lors de différents événements ou à l'improviste. Jean-Yves Chatellier en a sélectionné près de 300 qu'il vous présente jusqu'au 29 mai 2026 à l'EHPAD Résidence des Blés d'Or, tous les jours de 14h à 18h. Venez les découvrir, reconnaître certains ou vous-même peut-être, vous souvenir ! C'était il y a un peu plus de 25 ans, que le temps passe vite ...

ASSOCIATIONS (suite)

Association A l'Est Des Dunes : En raison de l'indisponibilité de la moitié des membres du CA et des restrictions budgétaires, elle ne pourra assurer la saison 2026 jazz et classique à Sables d'Or. En conséquence, l'association est mise en sommeil jusqu'à l'Assemblée Générale du vendredi 23 octobre à laquelle nous vous invitons pour réfléchir au devenir d'A l'Est Des Dunes.

Eglise de Saint Cast : Le 24 mai à 17h00, concert d'accordéon et violoncelle de E. Blin et A. Michel.

Steredenn-Espace Femmes :

Ateliers du mois de mai 2026 (Sur adhésion et inscription) :

- Sophrologie Mardi 19 et 26 De 14h00 à 15h15
- Un point c'est tout Jeudi 21 De 14h30 à 17h00

Les Rencontres de l'Egalithèque : Le 19 mai à 18h00, « Mon féminisme sera queer ou ne sera pas ».

Permanence LGBTQIA+ : - Le 17 mai, Journée Mondiale de lutte contre les LGBTQIA+ phobies. Contact : ggcentrelgbtqiaplus@protonmail.com.

Victimes de violences conjugales/violences sexuelles : Accueil de jour pour les femmes victimes de violences au sein du couple sans RDV lundi/mardi/jeudi de 9h à 17h30. Possibilités d'accueillir les mineurs. Ligne directe : 02.96.85.60.02/07.60.51.79.53. Standard : 02.96.85.60.01.

Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles : Permanence jeudi 28 mai de 10h00 à 13h00 et de 14h00 à 17h00. Sur RDV au 02.96.78.47.82. Espace Femmes, Espace Steredenn (1er étage), 1 Route de Dinard 22100 DINAN. Contact : 02.96.85.60.01. Mail : espacefemmes@steredenn.org

La Maison Escargot : Porte ouverte et assemblée générale le samedi 6 juin de 10h à 13h au 4 rue de Penthièvre à Plédéliac. Sur réservation avant le 22 mai 2026 à lamaisonescargot@orange.fr. Au programme : Moment convivial autour d'un café et petits gâteaux, expo de photos/vidéos, visite des lieux, présentation des projets de « La Maison Escargot » dont les habitats inclusifs, apéro déjeunatoire puis Assemblée Générale. Nous serions honorés de votre présence pour découvrir et échanger.

DIVERS

Mission Locale du Pays de Dinan (Fermeture exceptionnelle le vendredi 15 mai) :

En mai, à la Mission Locale :

- **Un coup de pouce financier** → Avec le Pass Engagement, bénéficiez d'une bourse jusqu'à 1 200€ pour financer un projet non démarré (Permis, logement, formation...) en contrepartie d'un engagement 2h minimum/semaine dans une association costarmoricaine. **Candidatez avant le 17 mai.**
- **Des formations près de chez vous !** Titres Pro Ouvrier.ère Professionnel.le en Restauration du Patrimoine et Titre Pro Ouvrier.ère Professionnel.le en Eco-Construction au SCIC Eclis Quévert. Démarrage septembre 2026. **Inscriptions avant le 29 mai.** BP Responsable d'Entreprise Agricole/CAPa Métiers de l'Agriculture au CFPPA Caulnes. Démarrage septembre 2026. Inscriptions dès à présent. Plus d'infos sur les ateliers ou formations sur le site. www.ml-paysdedinan.fr ou au 02.96.85.32.67.

Offre d'emploi : - Recherche femme de ménage pour période estivale + prestations à la demande en cours d'année avec CESU. Contact : 06.81.94.94.89. - Recherche retraité pour tonte petit terrain + cour. Contact : 06.13.77.30.81.

Hôtel Le Trécelin : Recherche pour cet été, une personne pour le ménage et la réception selon profil. Temps partiel 20/25h. Envoyez CV et lettre de motivation par mail à contact@hoteltrecelin.com

Domaine du Cap Fréhel à Plévenon : Nous sommes toujours à la recherche d'un stagiaire BAFA pour 3 mini camps du 20 juillet au 7 août 2026. Le stagiaire ne sera pas rémunéré pour ce stage mais sera nourri et logé. Il nous reste également des places pour le Camp des 6-7 ans, ouvert aux 8 ans... Tarif à 250 € avec une balade en poney, 1 visite à la Ferme du Pont Pivert et 1 initiation optimist. Ne pas hésiter à contacter Servane Grand, Responsable du centre au 07.88.55.60.84. ou par mail à admin.capfrehel@pepbretillarmor.org

Collège Broussais : Venez passer un moment de fun inédit avec 5 humoristes triés sur le volet : Fla', Ambre MISTRAL, Nora JOKES, Chloé FROMENTIN, et Imad RABHI. 2 représentations. La 1ère à partir de 19h et la 2ème à partir de 21h. Réserver en ligne : <https://www.billetweb.fr/soiree-stand-up-au-profit-de-la-fcpe-broussais-dinan>. Recommandé dès 15 ans. Le tarif du spectacle est de 10 €. Buvette et petite restauration sur place. RDV le 29 mai, salle Robert Schuman, 5 rue Louise Weiss à DINAN.

Espace de coworking de Fréhel : Accueille en mai Loïc Guillet, le « photomarcheur » pour une balade sur la presqu'île fréheloise. L'artiste partage « la beauté de la nature et témoigne de la fragilité des paysages battus par les marées et de celle de la faune et la flore dans ce décor très touristique ». Exposition à découvrir du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 17h. Ouvertures le WE à surveiller sur nos réseaux sociaux : facebook/La Boîte et instagram/coworking.laboite. + d'infos : 02.96.81.06.84.

A vendre : - Bois de chauffage (tronçons 40/50cm). Cyprès (2 cordes à 30€ la stère), Epicéa sec (2 stères à 40€ le stère), Résineux divers (20€ la stère). Contact : 06.71.08.01.17. Sur Plévenon. Accès facile. - Batterie complète Sonor 505 (instrument de musique). TBE. Idéal apprentissage. Prix : 150€. Contact : 07.82.27.71.65. - Vends 2 lits superposés chêne clair massif, fabrication artisanale, avec sommiers à lattes, matelas, colonne de rangement et chevet. 180 € à négocier. 1 vélo de course, Peugeot PL50. Randonneuse de 1964. Fonctionne mais à besoin de réglages et rafraîchissements. 60 € à négocier. Visible à Erquy. 06.88.43.96.69