

### LES RESTAURANTS DU COEUR

Notre campagne d'été prendra fin le 16 novembre 2023. La campagne d'hiver débutera le 23 novembre, pour se terminer le 7 mars 2024, à raison d'une distribution par semaine de 9h00 à 11h15.

Les inscriptions pour cette nouvelle saison débuteront le 2 novembre, une matinée sera entièrement consacrée à cette démarche le 9 novembre.



### DINAN CAP FRÉHEL TOURISME

La rentrée est passée, l'automne est arrivé : besoin de réconfort et de chaleur. Pensez à l'Aquatonic de Saint Malo. N'hésitez pas à passer dans votre office de tourisme pour prendre vos billets et bénéficier d'un tarif préférentiel de 38€ au lieu de 40€.

### RUBAN BLEU

Les 20 km du Ruban Bleu font leur grand retour le 29 octobre prochain, toujours pour soutenir la lutte contre la Sclérose En Plaques. A cette occasion nous cherchons des bénévoles pour nous prêter main forte, le temps d'une matinée. Alors si vous avez un peu de temps à nous accorder, n'hésitez pas à nous contacter. Plus d'infos et renseignements au 06.69.47.78.73 et par mail : rubanbleuandco@gmail.com

### BIBLIOTHÈQUE



#### RÉSULTAT DU CONCOURS PHOTO :

Thème ombres et lumières

- 1er prix : Romain LAROCHE

- 2ème prix : Alain DOCQUOIS

- 3ème prix: Ludivine MARTIN

Les photos seront mises en ligne prochainement sur le site internet de la commune.

Félicitations à tous les participants !

#### Le chantier de la nouvelle médiathèque a démarré !

En conséquence, la bibliothèque et la cybercommune sont fermées temporairement pour déménagement et travaux depuis le lundi 9 octobre 2023.

La date de retour des documents sera automatiquement prolongée jusqu'à la réouverture des deux services, qui seront dorénavant rassemblés dans un nouvel espace, la salle de la Grande Abbaye. Les retours de documents ne seront pas possibles jusqu'à la réouverture, sauf cas exceptionnels (personnes partant pour une longue période par exemple). Dans ce cas, les retours pourront se faire à la mairie aux horaires d'ouverture.

Vendredi 13 Oct. 2023

N° 936

### FRÉHEL INFOS

Merci de faire parvenir toutes les demandes de publication pour le Fréhel infos, au plus tard le mardi midi, pour une parution le vendredi.

### LA GAZETTE

Erratum : Une erreur s'est glissée dans le N°11 de la Gazette de Fréhel, du mois d'octobre 2023.

Page 8 : La photo ne représente pas un nid de frelons asiatique comme indiqué dans l'article. Il s'agit d'un nid de chenilles processionnaires.



## FRATERNIBUS

Présent sur la commune depuis le mois de mai. Vous avez envie de partager un moment convivial, besoin de vous familiariser avec des outils numériques ou d'être aidé(e) pour des démarches administratives faisant appel ou non au numérique ? N'hésitez pas ! L'équipe de bénévoles du Secours Catholique sera très heureuse de vous accueillir autour d'un café-goûter !

**Le Fraternibus est présent à**

**Fréhel 2 jeudis par mois, de 14h30 à 17h30, sur la place de l'église.**

## DON DU SANG

L'Association des Donneurs de Sang Bénévoles du Pays de Fréhel, organise un repas à emporter le 20 octobre 2023.

Menu : Couscous – Fromage – tartelette : à 13 euros.

Commandes  
au 06.44.08.50.82  
ou au 06.80.05.91.33.

La distribution aura lieu le 20 octobre à partir de 18h à la Salle des Fêtes de Fréhel.



## FLASH DANCE

Initiation aux danses de salon, en couple et en ligne, débutants ou confirmés. A la salle des Fêtes de Fréhel les mardis (hors vacances scolaires) à 17h30. Contact : 06.08.41.68.99

## 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'informations : Contactez Agathe au 07.83.33.41.06

## NATUROPATHIE PLÉHÉREL

Virginie Dury, Naturopathe à Pléhérel vous propose :

- des consultations en naturopathie pour vous accompagner dans une démarche globale de santé,
- des ateliers culinaires pour constituer le socle de votre vitalité avec une cuisine santé et pleine de saveurs,
- des séances de méditation guidée.

Contact : 06.99.16.75.27 / [www.virginiedury.com](http://www.virginiedury.com)

## CAP LOISIRS

Cap Loisirs organise plusieurs activités :

- Couture le 26 octobre 9H30 à 12H et 14H à 16H30
- Mosaïque le 20 octobre 14H à 17H
- Cartonnage le 13 octobre 14H à 17H
- Scrapbooking le 6 novembre 14H à 17H

Un planning annuel est établi. Possibilité de faire des stages en plus. Contact : 06.70.31.04.63

## PLURIEN LES ARRÊTE

Le Club de course à pied « Plurien les Arrête » organise un dîner cabaret le samedi 28 octobre à la salle des fêtes de Plurien à partir de 18h30. Le repas est assuré par « les saveurs du Penthièvre ». Le spectacle est présenté par « Swing Girls and Boy ». La soirée est au prix de 49 euros (sans la boisson), un apéritif est offert.

Réservation au 06.26.64.31.34 ou au 06.62.89.54.36.

## VACCINATION COVID

Inscription pour la vaccination COVID sur rendez-vous, au  
CABINET INFIRMIER de la Maison de Santé de Fréhel  
Contact : 02.96.41.59.94

## VIVRE ADOM

Anciennement appelé « A Tout Âge Penthièvre »

Agence d'aide à la personne basée à Erquy, proposant des services d'aide à domicile pour préserver l'autonomie de tous, allant du ménage quotidien du domicile, aux actes de la vie quotidienne (lever/coucher, toilettes, préparation de repas, accompagnement pour les courses, les sorties...). Il est possible de nous contacter au 02.96.70.67.46 ou au 07.86.95.09.63 ou par mail : [erquy@vivre-adom.com](mailto:erquy@vivre-adom.com)

## EMPLOI

- **Auxiliaire de vie** propose ses services les lundi, mardi, jeudi et vendredi en journée : aide à la toilette, aide aux repas, courses, ménage et repassage. Secteur Erquy, Plurien, Fréhel, Plévenon, La Bouillie, Pléneuf-Val-André, Hénansal, Hénanbihen. Chèque emploi service/CESU déductible des impôts

☎ : 06.43.07.09.16

- **L'entreprise de peinture SARL LE BRUN, recherche peintre** qualifié, travaux intérieur et extérieur. ☎ : 06.81.25.08.65

- **Le Syndicat mixte du Grand Site Cap d'Erquy Cap Fréhel** recherche un **agent d'accueil polyvalent** H/F à temps non complet (80%) pour une durée de 9 mois à partir du 8 janvier 2024 à Plévenon (22400). Missions : Secrétariat, standard téléphonique et physique, gestion de la logistique matérielles des réunions, gestion des prestataires externes de la structure, gestion des stocks, Soutien à la comptabilité, Soutien à la communication, Soutien au pôle animation avec la gestion des inscriptions, gestion de la « carte Grand Site ». Merci d'adresser votre candidature (CV et lettre de motivation) obligatoirement par email à [comptabilite.rh@caperquyfrehel.fr](mailto:comptabilite.rh@caperquyfrehel.fr) avant le 13 novembre 2023.

Pour plus de renseignements : Diane Di Pasquale Blanc  
[comptabilite.rh@caperquyfrehel.fr](mailto:comptabilite.rh@caperquyfrehel.fr) 02 96 41 50 83  
<https://www.emploi-territorial.fr/offre>

- **VIVRE ADOM**, agence d'aide à la personne, recherche en temps partiel un(e) **assistant(e) de vie** à temps partiel. Vous pouvez adresser votre CV et lettre de motivation par mail : [erquy@vivre-adom.com](mailto:erquy@vivre-adom.com)  
Plus d'informations au 02.96.70.67.46 ou au 07.86.95.09.63.

## COMMERCES

- **LE RESTAURANT LA VICTORINE**  
Choucroute sur place ou à emporter. Contact : 02.96.41.55.55

- **KAP'TIPHAINE :**

"Le Kap'Tiphaine" (Bar - Tabac) fera dépôt de pain ,pendant la fermeture pour congés, de la boulangerie "Aux Délices des pains", excepté le lundi.

"Le Kap'Tiphaine" (Bar - Tabac – Presse – Relais PickUp) : sera fermé le jeudi 19 octobre 2023.

- **AUX DÉLICES DES PAINS** sera fermé du 11 au 26 octobre inclus. Contact : 02.96.41.41.31

- **LE MAGASIN O'CRÊPES** de Sylvaine, modifie ses horaires pour l'hiver. Ouvert du mardi au vendredi, de 9h à 13h, le jeudi et vendredi après-midi de 16h45 à 19h et le samedi de 9h à 13h30.

12, Les Rues, 22240 FRÉHEL  
Contact : 07.72.13.13.90

- **FERME DES TEMPLIERS :** Prochaine disponibilité de colis de porc , les Samedi 4 et 18 novembre . Contact : 06.26.64.31.34 ou [contact@fermedestempliers.fr](mailto:contact@fermedestempliers.fr)

- **LA FERME DU GROS CHÊNE** à Fréhel. 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 (selon dispo). Contact : 06.52.29.43.95

- **CED'CELTIC SERVICES**

Entretien de jardin, travaux de petits bricolage, maintenance de résidence, vigilance à domicile. Contact : Cédric DURAND au 07.67.50.93.30 à Plébouille [cedceltic.services@gmail.com](mailto:cedceltic.services@gmail.com)



## PETITES ANNONCES

- **Collection « Les Pieds Nickelés »** originaux 1960 - 53 numéros à débattre ☎: 02.96.41.48.75
- **1 Lit pliant** 1 personne de camping (housse) 50 euros ☎: 02.96.41.48.75
- **4 Présentoirs** en fer forgé pour pots de fleurs, 20 euros chacun
- **1 Chaîne stéréo** YAMAHA ISX 800 PP : Prix neuf 750 euros, vendu 500 euros, ☎: 02.96.41.48.75
- **Appareil de Fitness** AB Circle pro, pour abdos, fessiers, cuisses et cardio, ordinateur intégré, compteur, livret et CD de démonstration, démontable, excellent état, prix : 70 euros ☎: 06.48.64.96.38
- **Jolies cabanes/ mangeoires** pour oiseaux faites à la main à voir sur place ☎: 02.96.41.32.90
- **4 Chaises**, assise en paille, bon état, 40 euros ☎: 02.96.41.47.80
- **Poulailler** pour 3/4 poules, 40€ ☎: 07.86.72.13.85
- **Lit**, marque GAUTIER, 1 place 90x200, montants blancs, matelas très bon état, très peu servi : 100€ ☎: 06.73.19.13.01
- **Petit blender** pour mixer toutes vos préparations, neuf, jamais servi : 10€ ☎: 06.73.19.13.01
- **Évier** inox 86,5x43 – 1 bac + 1 égouttoir / **Ballon d'eau chaude** 15 litres THERMOR (sous évier) / **Éléments de cuisine** blancs Largeur 60cm = 1 tiroir HT 13cm – 1 casseroles HT 27 cm – 2 façades de tiroirs HT 13 cm – rails coulissants + 2 portes Largeur 40cm/ laisser un message ☎: 06.89.03.90.24
- **Maison meublée à louer** 70 m2 environ + terrain, 1 cuisine équipée, salon, 2 chambres ☎: 06.23.47.11.05
- **Maison mitoyenne T3** avec petit jardin. Pas de garage. 680 euros charges non comprises. Disponible de suite ☎: 06.26.71.37.12
- **Twingo** année 2003 (52571 km), pneus avant neufs, balais avant et arrière neuf, securitest août 2023, attache de remorque: prix 3500 euros ☎: 06 83 18 90 84

### RECHERCHES DIVERSES

- Recherche à louer ou à acheter entre particuliers, **une maison** 3 chambres avec jardin clos, garanties financières ☎: 06.61.74.72.52
- Recherche **agent(e) d'entretien** pour villa remise en location saisonnière, urgent. ☎: 06.98.04.92.31
- Recherche **petite maison** à louer à l'année pour m'occuper de mes parents âgés, à 20 kms autour de Fréhel ☎: 06.87.61.16.62
- Recherche **Scoter** 50cm<sup>3</sup> en bon état. ☎: 06.68.70.95.84
- Recherche d'un **appartement/studio** de préférence meublé (maximum 450€ cc/mois) sur le secteur de Plévenon et 20km aux alentours, pour une durée d'au moins 1 an. Si vous avez des infos ou des contacts, contactez-moi ☎: 06.81.38.77.01
- Recherche, très urgente, **une petite maison à louer** à l'année : 2 chambres. ☎: 06.58.75.08.81

## Numéros Utiles

### Médecins –Maison de Santé :

Dr BROC Arnaud

☎ **02.96.88.09.28**

Dr MADAY Christian

☎ **02 96 86 39 86**

samedi midi au dim. soir:

Le **15** en cas d'urgence

Le **112** (téléphones mobiles)

\*\*

**Pharmacie AUV, Fréhel** ☎ **02 96 41 40 07**

\*\*

### Psychologue - Maison de Santé :

Lore GAUTHIER ☎ **06 77 30 59 57**

\*\*

### Ostéopathe - Maison de Santé :

Ronan BOITARD

☎ **06 02 37 13 32**

\*\*

### Orthophoniste- Maison de Santé :

Cécile PEYRET

☎ **07 63 60 18 37**

\*\*

### Kinésithérapeute - Maison de Santé :

Marc SINDA

☎ **02 96 83 57 38**

\*\*

### Infirmières :

MAISON DE SANTE

☎ **02.96.41.59.94**

\*\*

### À Pléhérel-Plage

Breton M. & Denoual S.

☎ **02.96.41.55.79**

\*\*

### Kinésithérapeute :

Nathalie DESCLOS centre bourg

☎ **02.96.41.57.30**

\*\*\*

### Pompes funèbres:

transport de corps, chambre funéraire

24/24: Laurent GUILLEMETTE

☎ **02.96.41.30.21**

\*\*

### Roméo assistance

Taxi—transport ambulance-vsl

☎ **02.96.41.32.06**

\*\*

### Arvorek Taxi –7j/7

TPMR ☎ **06.16.97.53.06**

\*\*

### ADSCE - Services et soins à

domicile ☎ **02.96.41.12.47** .

(Week-end et jours fériés) :

☎ **06.79.39.01.38**

**fréhel infos** L'hebdo  
IMPRIMEUR : MAIRIE DE FREHEL

Siège social :

**MAIRIE DE FRÉHEL**

☎ 02.96.41.40.12

[accueil@mairie-frehel.fr](mailto:accueil@mairie-frehel.fr)

Site  
[www.frehel.info](http://www.frehel.info)