



Vendredi 18 avril 2025

N° 1012

## RECRUTEMENT



### **La commune de Fréhel recrute :**

**Au sein de l'EHPAD La Résidence « Les Blés d'Or » :** 1 aide-soignant(e) à temps plein en CDD renouvelable, 1 veilleur(se) de nuit, avec compétences soignant(e) à temps plein en CDD renouvelable. 1 secrétaire comptable, à temps plein, CDD renouvelable.

Merci d'adresser votre candidature (CV+LM) à la Mairie de Fréhel, à l'attention de Madame le Maire : [dgs@mairie-frehel.fr](mailto:dgs@mairie-frehel.fr) / [direction@ehpadfrehel.fr](mailto:direction@ehpadfrehel.fr)

## NOUVEAU SERVICE À FRÉHEL

**IMPORTANT !! Pour les personnes sur liste d'attente de portage de repas à domicile, une autre solution s'offre à vous dès maintenant :**



**EN FAIM PRÊT** propose des formules de repas portés à domicile par la Poste avec un matériel adapté. 3, 4, 5, 6 ou 7 formules différentes par semaine à 15€ par jour. Exemple de menus : tartelette aux légumes d'hiver/filet de cabillaud beurre citron, riz basmati et carottes / moelleux au chocolat. En option pour le soir pour 1.50€ (selon la saison) potage ou petite salade composée et laitage ou fruit.

La Poste vous livre 2 à 3 fois par semaine des repas goûteux, copieux et nutritifs. Les communes de portage sont : Saint-Cast-le-Guildo, Matignon, Ruca, Plébouille, Plévenon, Fréhel et Plurien. Pour tout complément d'information, vous pouvez appeler le 09.80.46.40.59 ou le magasin Coccinelle Supermarché où les plats sont commercialisés 02.96.83.41.64.

## EFS - DON DU SANG

**Don de sang** : un acte généreux et solidaire ! **La prochaine collecte aura lieu à la salle des fêtes de Fréhel le lundi 05 mai de 14h15 à 18h45.** Rendez-vous obligatoire sur le site : [dondesang.efs.sante.fr](http://dondesang.efs.sante.fr).

[Rubrique RDV en ligne]. **À 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. Donner son sang et son plasma, c'est sauver des vies quotidiennement. La mobilisation doit se poursuivre pour continuer à répondre aux besoins des patients et des malades. Merci à tous.



## COMMERCE / LOISIRS

- **LES MARCELS** : Restaurant : Recherche d'urgence son(sa) cuisinier(ère) ! Pas d'expérience exigée. Profil recherché : Motivé(e), consciencieux(se), adaptable et dynamique. Poste nourri, logé, d'avril à septembre.
- **ÉCURIES SAINT SÉBASTIEN** : Pendant les vacances scolaires, les écuries de Saint Sébastien vous proposent stages, cours et promenades à poney et cheval, dès 3 ans. Renseignements au 06.64.05.54.20.
- **CENTRE NAUTIQUE FRÉHEL** : propose des séances découverte et des stages de Char à voile et de Catamaran, à partir d'avril et pour l'été 2025...et bien d'autres activités ! Réservations et inscriptions sur place ou en ligne : <https://centrenautique-frehel.fr/> ou au 02.96.41.55.47.
- **VAPE Ô CAP** : La boutique est ouverte du lundi au samedi de 9h à 12h30 et de 15h à 19h. Ouvert le dimanche matin de 9h à 13h. Grand choix de e-liquides en 10 ml et 50 ml. Possibilité de goûter les produits sur place.
- **LE KAP'TIPHAINE** : Est désormais ouvert tous les jours : du lundi au samedi : 6h30 - 21h et le dimanche : 7h30 - 18h30.
- **LA BINÉE PAYSANNE** : Association de producteurs bio créée en 2004. 21 producteurs bio et locaux vous proposent du pain, des légumes de saison, des produits laitiers (vache, brebis, chèvre), des pommes, des jus, du cidre, des infusions, de la farine, des poulets, de la viande de porc, bœuf, agneau... C'est à vous de choisir ! Lucie et Damien de La Chèvrerie de Fréhel, vous permettent de retirer votre panier sur leur ferme. Le Tertre Morgan, à Fréhel, le vendredi, de 17h30 à 19h. Infos et commandes sur le site : [www.labineepaysanne.com](http://www.labineepaysanne.com) ou par téléphone : 02.96.72.83.48.
- **LA BOÎTE AUX DÉLICES** : Découvrez les premiers smash burgers et Crazy wraps du coin ! Notre nouveau Food Truck gourmand s'installe à Plévenon pour la saison ! Venez déguster des smash burgers, des wraps, des frites maison, des desserts et goûters très gourmands ! Place du marché, à Plévenon. Du samedi au mercredi inclus, de 16h30 à 21h. Commande possible sur [www.laboiteauxdelices.com](http://www.laboiteauxdelices.com) ou au 07.69.32.46.59.
- **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 proposons nos produits bio de la ferme : du poulet, des œufs, et du porc plein air (saucisses, chipolatas, côtes, pâté de campagne, saucisson etc.). N'hésitez pas à nous contacter au 06.52.29.43.95. Emilie et Mathieu.
- **COCCINELLE SUPERMARCHÉ** : sera ouvert le dimanche 20 avril de 9h à 13h. Pensez à réserver votre poulet rôti. 02.96.83.41.64.
- **CAFÉS D'ARMOR - TORRÉFACTEUR** : Votre torrificateur vous accueille les samedis matin de 9h30 à 13h au 6 rue du Gué de l'An à Fréhel (Sur la zone Artisanale derrière la Menuiserie des Sables). Venez découvrir notre atelier, déguster notre café. Vente de café moulu ou en grain. Chez Cafés d'Armor, notre mission est de vous proposer un café de qualité, fraîchement torréfié au prix le plus juste pour vous et les producteurs avec qui nous travaillons. Commandes en ligne possibles sur [www.cafesdarmor.fr](http://www.cafesdarmor.fr) Contact : Alexandre 06.87.05.56.03.

## BIBLIOTHÈQUE

### Programme de la bibliothèque :

- **Vendredi 18 avril** à 14h ou 15h : Atelier créatif de Pâques, dès 6 ans (sur inscription)
- **Samedi 19 avril** à 10h30 : Bébé bouquine, 0-3 ans
- **Mercredi 23 avril** à 18h : Si le patrimoine local m'était conté...  
A la découverte du « Vieux bourg de Pléhérel ». Jean-Yves Chatellier vous fait découvrir l'histoire du "Vieux bourg de Pléhérel", aujourd'hui nommé Pléhérel-Plage. De la vie quotidienne des habitants de ce village de bord de mer à la déconstruction de l'église paroissiale, en passant par l'Occupation, les douanes, les pêcheries, le routoir... Vous saurez tout sur l'ancien chef-lieu de la commune de Fréhel.
- **Vendredi 25 avril** à 17h ou 18h30 : Escape-game sur plateau « Unlock ! », dès 10 ans (sur inscription)



## LES P'TITS POTES

**Chasse aux œufs de Pâques** organisée par l'association Les P'tits Potes. Cette année encore les cloches nous donnent rendez-vous le **dimanche 20 avril à partir de 14h30 dans le camping de Plévenon**. Puzzle géant suivi d'un goûter offert vers 16h30. C'est gratuit et ouvert à tous !



## AS GOLF FRÉHEL



DATES À RETENIR : **Samedi 19 avril** : Bistrot Golf de Pâques : Shot Gun à 10h, 14 trous, repas / **Samedi 26 avril** : 9 Hole Challenge / **Jeudi 1er mai** : Coupe du Muguet : Shamble / **Vendredi 2 mai** : Ladies Golf Day, pour les dames rendez-vous à 10h30 / **Dimanche 4 mai** : Coupe de Classement, Qualification SWC, Somabay World Cup. Infos et règlements sur [www.asgolfsablesdor.fr](http://www.asgolfsablesdor.fr). Bon golf !

## UNC FRÉHEL - PLÉVENON



**Le dimanche 27 avril**, à l'occasion de la journée nationale d'hommage aux victimes de la déportation, l'association Fréhel-Plévenon de l'Union Nationale des Combattants, vous invite à participer aux hommages qui seront rendus : **À 10h30** à Port-Nieux, d'où en février 1941 partirent les jeunes aviateurs qui tentèrent de rejoindre Londres et furent parmi les premiers déportés de France. **À 11h** à Port-à-la-Duc, devant le panneau évoquant la mémoire de Jules Guéhéneuc, Léonie Corre et Maurice Barré résistants et déportés.

## RECRUTEMENTS

- **Recrutement saisonnier chez So Clean !** Nous recrutons entre 16 et 18 personnes pour la saison estivale 2025 ! Nous recherchons des candidats disponibles de mai à septembre. Veuillez envoyer votre candidature (CV et lettre de motivation) à l'adresse suivante : [qui.22.22@gmail.com](mailto:qui.22.22@gmail.com) / Contact : 06.62.40.53.00.
- **La COOPERL recrute ses saisonniers !** Déposez vos candidatures par mail à : [recrute@cooperl.com](mailto:recrute@cooperl.com). Contact : 02.96.30.70.00

## PETITES ANNONCES

- **Remorque Sentar UNI 150**, 150X100X39cm + ridelles réhausse grillagées 34cm H, PTAC 500 kg, bon état 480€ / Matelas 180X200X20cm, Literie Michel Ouessant Haute Résilience, couteil anti-acarien, parfait état 180€ / Baskets Hey Dude Blanches jamais portées, T38 50€ ☎ : 02.96.72.45.61
- **1 paire de gants (S) norme EN 388**, anti coupure : 5 € / 1 paire de gants (M) isolants 500 V : 30 € / 1 niveau à bulles 40 cm : 12 € / Le lot : 45 €. Le tout n'a jamais été utilisé ☎ : 06.26.91.52.41
- **Poulailler** pour 2 à 4 poules, 50€ ☎ : 06.82.31.58.19
- **Plaque de cheminée** en fonte 63x63 100€ / Serviteur de cheminée en fer forgé et bois 30€ / Donne carrelage 60x20 blanc 1,50m2 et gris 2,50m2 ☎ : 06.03.67.19.42
- **Grand choix de beaux livres**, de disques 45 et 33 tours Rock, de verres à vin en cristal et de belles affiches de cinéma anciennes ☎ : 06.61.46.07.85
- **Bois de chauffage** en tronçons de 30/40cm, chêne 70€ la stère, châtaigner 60€ la stère, épicéa 50€ la stère, cyprès Lambert 40€ la stère, résineux divers 30€ la stère ☎ : 06.71.08.01.17
- **Donne 13 troncs** de thuyas, à débiter et enlever à Fréhel ☎ : 06 74 44 05 30
- **Table de pique-nique** avec parasol ☎ : 02.96.85.92.17
- **Coffre de toit rigide 380l**, double ouverture, fermeture à clé, pour Renault Kadjar + barre de toit TRSU-L7T, le tout 150€ ☎ : 06.77.65.21.74

### Recherches / Propositions diverses :

- **Étudiante sérieuse recherche logement/chambre** du 22/04 au 22/06/2025 sur la commune de Fréhel ou à proximité en vue de la réalisation d'un stage ☎ : 06.14.38.04.20
- **"Jwhy" : Pianiste de piano bar** à Fréhel. Propose son animation musicale (variétés) pour vos anniversaires, fêtes, événements, associations, commerces, bars, restaurant etc... Instruments et sonorisation inclus. ☎ : 06.17.38.25.13
- **Recherche cabanon** de jardin vert kaki, toit en tôle. Disparu à Sables d'Or en janvier. Récompense ☎ : 06.46.36.21.99
- **Particuliers recherchent maison** à acheter à Fréhel, 3 chambres, garage ou dépendance, terrain 700m2 minimum. Étudions toutes propositions ☎ : 07.88.67.48.64
- **Homme sérieux et polyvalent**, propose services dans divers domaines : transport, aide à la personne, espaces verts, jardin, restauration, travaux d'intérieurs et d'extérieur... etc. Chèque emploi service CESU ☎ : 06.60.24.49.22

## FRÉHEL.INFO

Merci de faire parvenir toutes les demandes de publication pour le Fréhel.Infos, au plus tard le mardi midi, pour une parution le vendredi. **Publication en priorité pour les habitants de Fréhel.**



## Numéros Utiles

### Médecins –Maison de Santé :

Dr BROCC 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

\*\*

### Infirmières :

MAISON DE SANTE

☎ 02.96.41.59.94

\*\*

À Pléhérel-Plage

MEUNIER J. & DENOUAL S.

☎ 02.96.41.55.79

\*\*

### Kinésithérapeute :

Nathalie DESCLOS centre bourg

☎ 02.96.41.57.30

Cédric LEVRET Maison de Santé

☎ 07.68.89.13.73 / 09.77.34.06.92

\*\*

### Pompes funèbres:

Pompes funèbres du Cap

☎ 02.79.41.02.21

\*\*

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

**fréhel infos**  
IMPRIMEUR : MAIRIE DE FRÉHEL

Siège social :

**MAIRIE DE FRÉHEL**

☎ 02.96.41.40.12

**accueil@mairie-frehel.fr**

Site  
www.frehel.info