fréhel POINT infos l'hebdo
L'HEBDOMADAIRE D'INFORMATIONS COMMUNALES

Vendredi 25 avril 2025 | **N° 1013**

ENEDIS

ATTENTION : Enedis vous informe de coupures d'électricité pour travaux, le mardi 6 mai de 9h à 11h. Quartiers ou lieux-dits : Allée des Cottages, Allée des Bungalows, Allée de la Plage, Allée du Parc, Allée des Mouettes, Promenade du Lac, Rue des Ajoncs d'Or, Allée des Arcades, Allée des Acacias, Boulevard de la Mer.

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, Pléboulle, 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 5 mai de 14h15 à 18h45**. Rendez-vous obligatoire sur le site : **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.

MARCHÉ DES CRÉATEURS

Marché des créateurs **le 1er mai de 10h à 19h** sur l'Esplanade des Arcades à Sables-d'Or-les-Pins avec 60 exposants.

COMMERCES / LOISIRS

- **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 de cigarettes électroniques est ouverte du lundi au samedi de 9h à 12h30 et de 15h à 19h. Et le dimanche de 9h30 à 13h. Grand choix de e-liquides en 10 ml et 50 ml. 3 achetés = 1 gratuit.
- **FERME DES TEMPLIERS PLURIEN** : Prochaine disponibilité de vente de colis de porcs les samedis 17 et 31 mai . Commande au 06.26.64.31.34.
- **FERME DU PONT PIVERT :** Portes ouvertes le 1er mai ! Visite guidée gratuite à 11h, 15h et 16h30, démonstration du travail avec les chevaux de trait à 16h ! Vente de plants de légumes, dégustation des glaces de la ferme ! Inscription sur : www.fermedupontpivert.fr ou au 07.83.33.41.03

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 / direction@ehpadfrehel.fr

JARDIN DE KERLOUIS

Visite du Jardin de Kerlouis :

- Les dimanches et jours fériés de 14h à 18h à partir du 27 avril et jusqu'au 29 juin
- À Malavenir, 22240 Plévenon
- Entrée à 7€ / Gratuit pour les moins de 18 ans.

RUBAN BLEU & CO

L'association Ruban Bleu & Co est à la recherche de nouveaux bénévoles pour son triathlon du 18 mai 2025. Préparez-vous à vivre une expérience unique et enrichissante en participant à notre 5ème édition ! Rejoignez une équipe dynamique et passionnée. Partagez des moments uniques. Vivez l'énergie et l'enthousiasme d'un événement sportif majeur. Contribuez à une cause importante. Aidez-nous à faire de cet événement un succès mémorable. Que vous ayez de l'expérience ou non, il y a une place pour vous ! Découvrez les nombreux rôles disponibles : Montage et démontage de barrières, signaleurs sur les parcours, encadrement en kayak ou paddle pour la partie natation, accueil des bénévoles, ravitaillement, distribution des colliers compte-tour, remise des dossards, gestion du parc à vélo, photographes et bien d'autres... **Pour participer :** rubanbleuandco.benevolat@gmail.com ou appelez-nous au 06.41.72.00.28. Geoffrey, notre responsable des bénévoles, est impatient de vous accueillir ! Ensemble, faisons de cette journée une réussite exceptionnelle ! Sportivement, L'équipe de Ruban Bleu & Co.

BIBLIOTHÈQUE

Programme de la bibliothèque :

- **Vendredi 25 avril à 17h ou 18h30 :** Escape-game sur plateau « Unlock ! », dès 10 ans (sur inscription)
- **Mardi 29 avril à 10h :** Conversations en anglais (sur inscription)

Le détail des animations et les modalités d'inscription sont à retrouver dans le programme de la bibliothèque, sur le site lirici.dinan-agglomeration.fr/frehel, ou au 02.96.41.51.12.

DINAN CAP FRÉHEL TOURISME

Nouveautés en boutique : affiches, livres pour petits et grands, souvenirs… **Notre billetterie** : Escapade en bateau, sortie nature, visite guidée de la ville Dinan. Vous trouverez surement quelque chose à faire sur notre territoire ! On vous attend du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 & de 14h à 18h.

DINAN CAP FRÉHEL
CHAQUE INSTANT EST UN VOYAGE

AS GOLF FRÉHEL

DATES À RETENIR : **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.

À l'occasion de la Journée Mondiale de la Biodiversité, le Golf de Fréhel – Sable d'Or organise le **22 mai 2025** une journée portes ouvertes pour permettre à tous, jeunes et moins jeunes, golfeurs et non golfeurs, de découvrir les initiatives prises par le Golf de Fréhel pour préserver la biodiversité sur le terrain occupé par le golf. Cette journée est réalisée en collaboration avec Le Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel. **Programme : 16h** Accueil des participants au golf, 15 avenue du Golf à Sables d'Or. **16h15** Visite du parcours incluant : Présentation de la dune grise, phénomène très rare observé sur le Golf de Fréhel, par un biologiste du Grand Site Cap d'Erquy – Cap Fréhel / Jeu de découverte de la flore et de la faune / Concours de photos / Atelier de construction de nichoirs à insectes. **18h** Collation. **18h30** Initiation au golf pour les amateurs.
Merci de réserver votre place à l'accueil du golf au 02.96.41.42.57 ou par mail à : contact@golfsablesdor.fr

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 invitent 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.

PETITES ANNONCES

- **Donne canapé** et fauteuil convertible / Vends mitigeur Ikea servi 4 mois, 20€ ☎ : 06.65.59.42.35———————————-
- **Moto Royal Enfield** Meteor année 2022, 350cm3, 1500kms, couleur verte arme ☎ : 06.08.52.35.23
- **2 Portes coulissantes** avec rails H 1,94, l 0,75 m, bon état 120€ l'une ☎ : 06.41.25.06.61———————————————-
- **Vélo à assistance électrique** Néomow Liveria 26 pouces 700€ / Ensemble ciré et cotte Guy Cotteu grande taille très bon état 100€ ☎ : 06.10.98.43.76———————————————--
- **Four-micro-ondes** blanc Whirlpool très bon état 30€———— ☎ : 02.96.41.50.81———————————————————-
- **Piscine hors sol** Clearview Ronde de 4,88x1,22 complète pour 300€ ☎ : 07.68.69.80.99———————————————————-
- **Matelas** 160X200X20cm, Literie Michel Ouessant Haute Résilience, anti-acariens, parfait état **180€** ☎ : 02.96.72.45.61—--
- **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———————————————————
- **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 :

- **Pêcheur de loisir** de Fréhel, bateau « Merry Fisher » 5,8m, recherche compagnon de pêche averti, Port des Hôpitaux à Erquy ☎ : 06.81.57.91.50———————————————————-
- **Couple de retraités** proposent de garder vos chiens pendant vos absences. Maison avec jardin et promenades assurées—— ☎ : 06.08.52.35.23———————————————————--
- **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————————
- **Particuliers recherchent maison** à acheter à Fréhel, 3 chambres, garage ou dépendance, terrain 700m2 minimum. Étudions toutes propositions ☎ : 07.88.67.48.64———————---
- **Jeudi 17 avril, à 19h, un sweat à capuche** a été laissé, sur la clôture du Pumptrack - City stade de Fréhel. La personne qui l'a ramassé, serait bien aimable de le rapporter à la Mairie de Fréhel ou d'appeler ☎ : 02.96.41.02.84. Merci. (Récompense)—-

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. **Publication en priorité pour les habitants de Fréhel.**

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**

**

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 POINT infos L'hebdo
IMPRIMEUR : MAIRIE DE FREHEL
Siège social :
MAIRIE DE FRÉHEL
✆ 02.96.41.40.12
accueil@mairie-frehel.fr
Site
www.frehel.info