

FRÉHEL info

L'HEBDOMADAIRE D'ACTUALITÉS COMMUNALES

Forum des associations le 5 septembre

Après les vacances d'été, vous avez décidé d'aborder la rentrée avec de bonnes résolutions. Vous êtes à la recherche d'une activité, qu'elle soit sportive, culturelle, caritative, créative ou artistique ? Venez rencontrer nos associations lors du forum du **samedi 5 septembre de 13h30 à 17h** à la salle des fêtes :

Notre commune, riche d'un tissu d'une trentaine d'associations vous propose de découvrir, échanger et faire votre choix :

Danses (éventail très varié) mêmes folkloriques. Sports : tennis, surf, golf, pétanque, tir à l'arc, randonnée, tennis de table... Musique, chant choral, activités artistiques, jeux de société ; associations liées à la sensibilisation à l'environnement ; association des amis du patrimoine local... autant d'activités conviviales dont vous pourrez rencontrer les responsables et les membres.

Risques d'incendie et crise sécheresse

Face à un risque sévère d'incendies, la préfecture des Côtes-d'Armor vient de mettre en place des mesures de restrictions temporaires d'accès, et de circulation, dans les forêts et landes dont celles de Fréhel, Plévenon et Erquy.

Principales mesures concernant :

. Restrictions d'accès, de circulation et de stationnement, tous les jours de 21h à 5h, dans les bois et landes (marche, vélo, cheval, bivouac), sauf chemins d'accès aux plages traversant les landes littorales.

Par ailleurs, Suite à un déficit hydrique exceptionnel et aux fortes canicules, la préfecture des Côtes-d'Armor a placé l'ensemble du département maximal de « **crise** » sécheresse le 14 août 2026. Cette décision vise à protéger en priorité l'eau potable et les milieux aquatiques en danger.

Mesures pour les particuliers et professionnels

- **Lavage interdit** : Lavage des véhicules et bateaux totalement proscrit.
- **Nettoyage banni** : Interdiction de nettoyer façades, toitures, terrasses et voiries.
- **Espaces sportifs** : Arrosage des terrains de sport interdit entre 20h et 8h.

Usage industriel : Réduction obligatoire de 25 % de la consommation d'eau potable dans les processus industriels.

Mesures pour l'agriculture

- **Grandes cultures** : Irrigation des prairies et cultures de plein champ suspendue.
- **Cultures spéciales** : Maraîchage et vergers interdits d'irrigation entre 9h et 20h.

Une formation sur la santé mentale des jeunes

Les jeudi 8 et vendredi 9 octobre sera organisée une formation « *premiers secours* » en santé mentale. (Module Jeunes) à la Maison Intercommunale de Plancoët, 33 rue de la Madeleine à PLANCOËT.

Cette formation ne nécessite pas de prérequis et s'adresse à tout citoyen de plus de 18 ans en particulier ceux vivant ou travaillant avec des jeunes.

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux jeunes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

Coût de la formation pris en charge par l'Agence Régionale de Santé. Seuls les frais de repas et de déplacement restent à la charge des participants.

Contact : Perrine Le Bouffant - plebouffant@bretagne.mutualite.fr - 06 47 91 69 54

Programme de la médiathèque

Activités : (sur inscription)

- En Septembre, **tous les vendredis de 10h à 12h** ou sur rdv : **permanences informatiques**

Reprise des **ateliers numériques** en septembre (sur inscription) :

Jeudi 3 septembre à 14h : Transférer les photos de son smartphone à son PC

Mardi 8 septembre à 14h : Les fake news

Mardi 15 septembre à 14h : Créer des images avec l'IA

Jeudi 17 septembre à 14h : Deezer et Spotify, le streaming de la musique

Vitesse excessive : la Police municipale va contrôler

Vous avez été nombreux (ses), lors des différentes réunions de quartier organisées à Pléhérel-Plage, au Bourg et à Sables d'Or-les-Pins, à vous exprimer sur les problèmes de vitesse excessive dans certains secteurs de la commune.

Dans le cadre d'un mieux-vivre ensemble et d'une amélioration de la sécurité routière sur le territoire communal, nous venons d'équiper notre Police municipale d'un cinémomètre homologué (ou radar de contrôle).

Les objectifs sont de prévenir les comportements dangereux, de protéger les piétons, cyclistes et riverains et de réduire les risques d'accident.

Ces contrôles de vitesse seront effectués sur des secteurs identifiés comme sensibles, à des horaires variables, dans le cadre d'actions de prévention, puis de verbalisation lorsque cela sera nécessaire. Ils pourront également être réalisés en collaboration avec la Gendarmerie nationale.

Respecter les limitations de vitesse, c'est garantir la sécurité de tous : enfants, familles, résidents, estivants et usagers de la route.

Transport à la demande

La mairie propose un service de navette pour permettre aux personnes ne disposant pas de moyen de transport d'aller faire leurs courses. Bruno HUET vous récupère chez vous et vous conduit à Erquy ou à Matignon deux fois par semaine : Départ pour Erquy le mardi matin à 10h et Départ pour Matignon le vendredi matin à 10h. Tarif : 2 € pour un aller/retour. **06 60 75 22 22**

Une solution pour les services d'aide à domicile

Vivre Adom est un Service d'aide à domicile en faveur des Personnes Agées et des Personnes en situation de Handicap (enfants et adultes). Lever, coucher, toilette, ménage, aide aux repas, téléassistance, écoute téléphonique, accompagnement, sorties, vie sociale. Vivre Adom Côte de Penthièvre 8, rue de l'église 22430 Erquy. Tél : **02 96 70 67 46** @ : erquy@vivre-adom.com / www.vivre-adom.com

Concert à la chapelle Saint-Sébastien jeudi 3 septembre

Jeudi 3 septembre 20h30, Vagalumé (luciole en portugais) : David Hopkins (percussions), Alban Sheirer (guitare) et Minouche (voix, n'goni et petites percussions), un trio musical original, propose du blues, du gospel, de la chanson française à la bossa-nova, etc. Entrée. 10€

L'Irlande en concert à la chapelle du Vieux-Bourg

Mardi 1er Septembre à 19h, concert de musique traditionnelle irlandaise « Le Quatuor Lagan »
Le top du top de la musique irlandaise : Reels, jigs, polkas, mélodies et chansons d'Irlande interprétés dans une bonne humeur amicale et contagieuse. David Hopi Hopkins - percussions, Céline Rivaud - violon, Erwan Menguy - flûte, Catherine Drapier - guitare et chant.
Pas de réservation - Rens. 06 80 68 31 51

Association « Descartes et Dédé » à Fréhel

L'association « Descartes et Dédé » vous invite à des moments conviviaux autour de jeux de société. Débutant ou expert. Soirées ludiques dans une ambiance chaleureuse et inclusive **le 1er et 3ème jeudi du mois, de 19h à 22h à compter du 17 septembre**, dans l'ancienne garderie, place de la Grande Abbaye en face de la médiathèque. L'association sera présente le 5 septembre aux forums des associations de Fréhel et Erquy. Contact par mail : descartes.et.dede@gmail.com

« Le kiosque d'ateliers » : cours d'arts plastiques à Fréhel

L'association "Le kiosque d'ateliers" vous propose des cours d'arts plastiques à Fréhel, le mardi soir et le mercredi soir. Horaires à définir avec les inscriptions. Présence au forum des associations le 5 septembre. Si vous souhaitez animer des activités culturelles ou de loisirs, l'association peut vous accueillir. Rens. **06 30 60 39 21**.

Exposition à l'EHPAD « Les Blés d'Or » de Fréhel

L'exposition est proposée par Jean-Yves Chatellier avec la complicité du photographe Dominique Denis « *De la côte de Penthièvre... à la côte d'Emeraude* ». **Jusqu'au 7 septembre 2026 de 14h à 18h tous les jours**. Entrée libre.

Exposition peintures à Sables d'Or-les-Pins

Des peintres et artistes amateurs de l'association « Ombre et Lumière » exposeront du **31 août au 6 septembre de 10h à 19h** à la salle de la « Dune Blanche » à Sables d'Or-les-Pins.

À cheval avec les écuries Saint-Sébastien

Les Ecuries de Saint-Sébastien vous proposent balades, randonnées, cours et stage à cheval, Mountain trail. À partir de 3 ans. Rens. **06 64 05 54 20**

Tennis Club de Fréhel

Le Tennis Club de Fréhel vous donne rendez-vous le **samedi 5 septembre** : salle de tennis de la Ville Oie de 11h à 12h30, aux forums des associations de Fréhel de 13h30 à 17h et de Plurien à partir de 16h30.

Info Rétro

1864. L'épingle à cheveux de Saint-Aide

Ils ont sué sang et eau, hommes et bêtes, pendant des siècles, pour remonter la vieille côte de Port-à-la-Duc. Il fallait des attelages jusqu'à cinq chevaux parfois huit bêtes en comptant les boeufs, pour tirer les lourdes charrettes, chargées à Port-à-la-duc et à Port-Nieux, d'engrais de mer et de denrées du pays. À l'époque, la route (qui existe toujours : c'est la rue de la Vieille Côte) montait tout droit et très raide, vers le carrefour de Saint-Aide et la route de Pléhérel.

Au Second Empire, sous Napoléon III, après des années de tergiversations, un nouveau tracé de la route est enfin proposé. Les travaux débutent mais, « *en novembre 1864, alors qu'ils sont sur le point d'être achevés, on découvre un grave inconvénient au nouveau tracé (...) le rayon de la courbe, trop faible, ne permet pas à un attelage, composé d'ordinaire de quatre à cinq chevaux, de tirer une charrette avec sa charge. La longueur totale d'un tel attelage est en effet de 15 mètres en ligne droite. Il en résulte qu'une partie seulement des chevaux attelés est en mesure de tirer utilement, les autres ne produisant aucune force* » explique Pierre Amiot¹.

Les réclamations affluent en mairie de Pléhérel. Il faut trouver une solution. La décision est prise : après avoir ouvert une nouvelle route, il va falloir encore l'élargir de trois mètres dans le virage. C'est la fameuse épingle à cheveux que nous empruntons aujourd'hui.

¹ « Histoire de Fréhel ». Pierre Amiot. pp. 186 et 187. 1981.

Emplois :

Cherche aide-soignante à l'EPHAD « Les Blés d'Or » :
Afin de renforcer son équipe, L'EPHAD de Fréhel, recherche un(e) aide-soignant(e), motivé(e), diplômé(e) ou faisant fonction, pour un CDD à temps-plein (35h par semaine) et un week-end sur deux, durant le mois de septembre (prise de poste, 1er septembre).
Merci d'adresser un CV et lettre de motivation par courriel à ressources.humaines@ehpadfrehel.fr ou par courrier à : Ehpahd « les Blés d'Or », rue du Clos de Devant. 22240 FREHEL

- **Jardinier** propose tonte, débroussaillage et entretien. (CESU)
☎: **06 64 56 82 87**
- Lisa-Marie vous attend dans son salon de toilettage « **La patte de velours**. Du mardi au samedi 9h à 13h / 14h à 18h. Sur Rdv.
☎: **07 82 93 61 43**. 17 pl Chambly. lapattedevelours22@gmail.com
- **Aides à domicile**, Sophie et Gwendoline, disponible 7/7 jours, matin/midi et soir pour vous accompagner dans les gestes de la vie quotidienne. Elles travaillent en binôme et se remplacent lors des congés. CESU. ☎: **06 12 51 63 19// 06 70 82 30 98**
- **Femme de ménage** prend sa retraite fin septembre, recherche une remplaçante pour ses clients particuliers ☎: **06 74 24 59 07** (après 19h)

- **Yoga à Fréhel** : Elise propose tous les mercredis des cours de yoga dès la rentrée de septembre à 17h au centre nautique de Fréhel. 15€ la séance et 135€ les 10 séances ☎: **06 03 10 63 62**
- **Sport et santé sur mesure** : Séverine Eraud, diplômée d'un Master STAPS et de la formation Sport santé s'installe à Fréhel pour vous accompagner vers un « mieux-être » au quotidien. Programme sur mesure. Rens. ☎: **06 62 58 87 47**

Annonces :

- Donne chien adorable Lhasa Apso mâle, 9 ans. ☎: **06 68 84 08 78**
- Jolie petite brocante au Charly's restaurant à Pléboulle ouvert tous les jours. ☎: **06 61 46 07 85**
- Maison mitoyenne, 2 chambres, terrain clos. À louer fin septembre à Fréhel (800m du bourg). ☎: **06 68 37 37 93**
- Maison meublée, 2 pièces. À louer à l'année. A 10km environ de Matignon. Loyer 600€ à négocier. ☎: **06 82 26 82 32**
- À vendre trottinette pour enfants de 1,10m à 1,50m. Suspension. Double système de freinage au guidon et au pied. Prix : 15€ ☎: **06 60 56 54 93**
- Vends miroir carré 75x75cm, encadrement bois clair/table style bistrot plateau en marbre L120 l60 h70 pied en fonte. Prix à débattre ☎: **06 30 91 02 27**
- Vends 1 combinaison de chasse homme TBE Taille 3 pour 1,65m, 7mm prix 15€ / 1 combinaison de plongée homme Taille 3 pour 1,65m, 5mm, prix 10€ / 1 lot de 29 et 3 semi- remorques, véhicules WHEELS HOT TBE prix 12€ / 1 lot 15 petits véhicules pompiers et 1 hélicoptère prix 10€ / 1 lot 7 beaux véhicules pompiers 15€ / vêtements garçon de 9 mois, 18 mois prix selon l'article (intéressant) / 1 raquette tennis enfant TECNIFIBRE avec housse TBE 5€ / 1 lot de 6 cintres bébé en bois. Neufs Prix 5 €. ☎: **06 87 74 15 23**
- Vends lot de tabourets pivotants de bar noir. Prix 30€ les 3 / une lampe de salon su pied, 1,80m avec un projecteur plafond et un second projecteur orientable. Prix 10€ / une couette Dodo 220/240, densité 300. Jamais utilisée. Prix 25€ ☎: **06 30 43 93 45**
- Vends robe élégante à fleurs, manches bouffantes, couleur bleu vert. Taille XL. Prix : 20€ ☎: **07 81 41 14 12**
- Vends VTC femme M, marque GIANT, 24 vitesses, blanc, fourche avant télescopique. Bon état. Prix : 180€. ☎: **07 81 48 28 44**

**Permanence sociale à la
mairie:**
**Tous les jeudis matins de
9h à 12h sans rdv**

Maison de Santé :

- Médecins :

Dr Arnaud BROCC

☎ **02.96.88.09.28**

Dr Christian MADAY

☎ **02 96 86 39 86**

samedi midi au dim. soir:

Le **15** en cas d'urgence

Le **112** (téléphones mobiles)

- Psychologue :

Lore GAUTHIER ☎ **06 77 30 59 57**

Ostéopathe :

Ronan BOITARD

☎ **06 02 37 13 32**

Orthophoniste :

Cécile PEYRET

☎ **07 63 60 18 37**

Infirmières :

☎ **02.96.41.59.94**

Kinésithérapeutes :

Maeva GRUNENWALD

☎ **06.76.33.40.15**

Sylvie THEPAUT

☎ **06.32.69.59.21**

(sauf le mercredi)

Pharmacie AUV, Fréhel

☎ **02 96 41 40 07**

**

Kinésithérapeute :

Nathalie DESCLOS centre bourg

☎ **02.96.41.57.30**

Infirmières :

À Pléhérel-Plage

MEUNIER J. & DENOUAL S.

☎ **02.96.41.55.79**

**

Pompes funèbres:

Laurent GUILLEMETTE

☎ **02.96.41.30.21**

Pompes funèbres du Cap

☎ **02.79.41.02.21**

**

FRÉHEL info
L'HEBDOMADAIRE D'ACTUALITÉS COMMUNALES

Siège social :

Mairie de Fréhel

02.96.41.40.12

accueil@mairie-frehel.fr

www.frehel.info

Toute l'actualité en temps réel :

application « localiti »