

# LETTRE D'INFOS

BULLETIN CO-RÉALISÉ ENTRE LES COMMUNES DE PLEUDIHEN, SAINT-HÉLEN ET LA VICOMTÉ.

ÉDITION  
PLEUDIHEN-SUR-RANCE

[www.pleudihen.fr](http://www.pleudihen.fr)

## INFOS PRATIQUES

Sapeurs-pompiers :

112 ou 18 (fixe)

Médecin : 15. Pharmacie : 3237

Association « Soleil et Sourires » :  
02.96.83.20.75

Ambulances de La Rance :  
02.96.83.38.64

### ACCUEIL TÉLÉPHONIQUE MAIRIES :

> Pleudihen : 02.96.83.20.20

> Saint-Hélen : 02.96.83.21.55

> La Vicomté : 02.96.83.21.41

## NOS MARCHÉS

PLEUDIHEN (Mardi matin)

> Poissonnerie > Fromagerie

> Boucherie-charcuterie > plants

potagers (1 sem. /2) > Fruits & légumes

PLEUDIHEN (dimanche matin)

> Huîtres (jusqu'au 10 mai)

LA VICOMTÉ (Jeudi matin)

> Fruits et légumes

## Hauts les masques.

A partir du 11 mai prochain comme chacun le sait désormais après les interventions du Président de la République et du Premier Ministre, nous devrions entrer, si tout se passe comme prévu, dans une phase progressive de sortie du confinement que nous connaissons actuellement. Cela ne peut se faire sans le maintien des mesures sévères destinées à éviter un retour toujours possible du coronavirus. Ce qui veut dire qu'en plus des attitudes déjà mises en œuvre et que chacun connaît (*gestes barrières, voir au dos*) qui continueront d'être fortement conseillées, il est envisagé le port obligatoire de masques pour pouvoir sortir de chez soi.

A l'instar de nombre de collectivités locales, nos 3 communes s'organisent actuellement pour produire environ 5500 masques en coton grâce à l'implication de bénévoles, soit un masque par personne habitant notre territoire. Ces masques, qui seront distribués (*modalités à définir*) dans chaque ménage pour le 11 mai, sont destinés à ce que chacun puisse se protéger mais surtout à éviter de contaminer les autres personnes qui pourraient être inévitablement rencontrées dans nos déplacements désormais rendus possibles par le déconfinement.

Dans la première « Lettre d'infos spécial COVID 19 » distribuée il y a une quinzaine de jours, nous avons fait un appel pour rassembler le tissu (type drap), et les élastiques. Nous lançons également un appel à des bénévoles pour découper, assembler et coudre des masques en quantité suffisante. Appels entendus puisque la matière première afflue et que de nombreuses couturières se sont déclarées volontaires. Nous comptons actuellement 50 personnes en train de fabriquer des masques que l'on remercie vivement. Nous pensons atteindre notre objectif dans les jours qui viennent si quelques personnes supplémentaires viennent nous aider. Un grand merci pour vos apports de tissus et pour votre mobilisation qui marque s'il en fallait votre souci de solidarité dans l'épreuve collective que nous vivons.

David Boixière, Maire de Pleudihen-sur-Rance

Pascal Perrin, Maire de Saint-Hélen

Jean-Louis Rucet, Maire de la Vicomté-sur-Rance



**NOUS RECHERCHONS** encore des  
**COUTURIERS(IÈRES)** volontaires,  
ainsi que des **ÉLASTIQUES** (2 à 5mm),  
du **TISSUS** (coton type drap...) et du fil.

Contact PLEUDIHEN : NATHALIE PRIÉ 06 19 90 77 90

### Quelques conseils pour le port du masque

Le port d'un masque en tissu ne remplace pas le respect des gestes barrières. Il n'est efficace que trois heures maximum et doit être lavé après chaque utilisation.

#### COMMENT METTRE, UTILISER ET ENLEVER UN MASQUE "GRAND PUBLIC"

- Avant de mettre un masque, se laver les mains\*
- Appliquer le masque de façon à recouvrir le nez et la bouche et veillez à l'ajuster au mieux sur votre visage
- Lorsque l'on porte un masque, éviter de le toucher ; chaque fois que l'on touche un masque usagé, se laver les mains\*
- Lorsqu'il s'humidifie, le remplacer par un nouveau masque
- Pour retirer le masque : l'enlever par derrière (ne pas toucher le devant du masque); le laver à 60° pendant 30 minutes en machine. Si vous ne pouvez pas le laver tout de suite, mettez-le dans une boîte hermétique en plastique.

\*Lavage des mains à l'eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique

# merci

à vous tous qui répondez  
présents au quotidien.

(services de santé, aide à la personne, maison de retraite, commerçants et artisans, bénévoles, agents et personnels volontaires, pompiers, forces de l'ordre, etc...)

Témoignez-leur reconnaissance  
et civisme en appliquant les  
consignes de prévention.

Le service déchets de Dinan  
Agglomération maintient ses  
tournées d'enlèvement.



Tournées TRI SÉLECTIF (sacs jaunes)

PLEUDIHEN /bourg : les mardis

PLEUDIHEN /villages : 28/04 – 12/05.

SAINT-HÉLEN : tous les 15 jours  
(sans changement)

LA VICOMTÉ : ramassage les  
semaines impaires

Mise à disposition des sacs jaunes

PLEUDIHEN : à disposition les MARDIS  
MATINS devant la mairie.

SAINT-HÉLEN : contacter la mairie.

LA VICOMTÉ : à disposition les  
LUNDIS MATINS devant la mairie.

## CELLULE DE VEILLE COVID-19

PLEUDIHEN/RANCE - SAINT-HÉLEN - LA VICOMTÉ/RANCE

Nos communes se sont associées pour organiser une cellule de veille. Grâce à la mobilisation de 80 bénévoles, nous avons pris contact avec 600 personnes, certaines sont désormais rappelées régulièrement.

EN CAS DE BESOIN : CONTACTEZ-NOUS.

Si vous connaissez quelqu'un dans le profil concerné (+ de 70 ans et/ou isolée et/ou dépendante) qui n'aurait pas été contacté, merci de nous le signaler directement auprès de la commune concernée (téléphone mairie ci-contre).

Victime ou témoin de  
violences sexistes et sexuelles,  
il existe un numéro  
anonyme et gratuit.

**ARRÊTONS**  
**LES**  
**VIOLENCES**  
**3919**

Numéro national d'écoute et d'orientation  
pour mettre fin au cycle des violences.

## Plats à emporter... Plaisirs à déguster !

"La gastronomie est l'art d'utiliser la nourriture pour créer du bonheur"  
Théodore Zeldin, philosophe anglais, est convaincu que pour être heureux, il nous faut manger, goûter, déguster et savourer des mets délicats dignement préparés. Le confinement anihile beaucoup de moments conviviaux et limite drastiquement nos échanges sociaux. Dans ce contexte, la gastronomie est une forme d'ouverture, un savoir-faire à partager, un moment de vie sublimé... Merci à nos cuisiniers et cuisinières de faire rimer confinement et raffinement.  
Pour les restaurateurs professionnels, alors qu'ils ont été contraints de fermer leurs salles, plusieurs ouvrent leurs cuisines et nous pouvons à nouveau profiter de leur passion.  
**A vos commandes et excellent appétit !**

### RESTAURANT L'OSMOSE

Plaudihen/Rance  
(06 68 65 65 97)

**Plats à emporter (6 à 14€), menus à composer** (cf facebook).  
Commandes jusqu'au jeudi 18h, retrait les vendredi, samedi et dimanche de 16 à 19h.  
Livraison possible sur La Vicomté, Pleudihen, Chateaufort.

### BISTROT LA CALE DE MORDREUC

Plaudihen/Rance  
(02 96 83 20 43)

**Plats préparés avec des produits de nos producteurs locaux.**  
A emporter entre 12h et 14h les lundi, mercredi, vendredi midi et entre 19h et 21h le samedi soir (livraisons l'après midi entre 15h et 19h)

### PIZZERIA LA BROCHETTERIE

Plaudihen/Rance  
(02 96 83 31 10)

**Retrouvez notre gamme de pizzas fraîches préparées à la commande.**  
A emporter de 12h-14h et 19h-21h.

### RESTAURANT LA VICOMTOISE

La Vicomté/Rance  
(02 96 41 96 09)

**Plats cuisinés et sélections de produits à emporter (bocaux...)**  
Commandes : nous contacter.

### RESTAURANT LA POINTE

La Vicomté/Rance  
(02 96 93 21 13)

**Repas à emporter sur commande**  
Appeler la veille avant 11h.

**GEPPETTO-PIZZA** (06 21 01 14 49) – Pizzas à emporter à La Vicomté le jeudi fin après-midi et à Saint-Hélen le vendredi soir.

## PRODUCTEURS, CIRCUITS COURTS : FAITES VOUS CONNAÎTRE !

Nous souhaitons favoriser la mise en relation entre producteurs, installés sur nos communes ou ouverts à y distribuer leurs produits, et les consommateurs. Vous êtes producteurs, déjà en circuits courts ou prêts à vous lancer ? **Adressez-nous un mail à producteurs-rance@gmail.com** en précisant les produits proposés, le nom et type d'exploitation (bio/raisonné/conventionnel...), vos contacts et toute information utile.

**BESOIN DE VOUS DÉPLACER ?** > Taxi La Diligence (La Vicomté) 02 96 83 36 34  
Les taxis à votre disposition... > Taxi du Val de Rance (Pleudihen) 06 80 33 92 41

## PRÉCISIONS RÉGLEMENTAIRES CONCERNANT LE CONSEIL MUNICIPAL

Le IV de l'article 10 de la loi n° 2020-290 du 23 mars 2020 d'urgence pour faire face à l'épidémie de covid-19 a prorogé le mandat des conseillers municipaux en exercice avant le premier tour jusqu'à soit l'entrée en fonction des conseillers municipaux élus au premier tour, soit le lendemain du second tour des élections municipales. Les membres du conseil «sortant», provisoirement maintenus en fonction, exercent l'intégralité des prérogatives liées à leur mandat. Le conseil municipal n'est donc nullement tenu de se limiter à la gestion des affaires courantes. Le maire et les adjoints conservent, eux aussi, la plénitude de leurs prérogatives.

## 1ER MAI : VENTE DE MUGUET ÉTROITEMENT ENCADRÉE

Dans le cadre du respect du décret du 23 mars 2020, la vente du muguet est encadrée cette année. La vente sur voie publique, traditionnellement tolérée et encadrée par arrêtés municipaux, est strictement interdite. La vente pourra s'effectuer soit par les fleuristes dans le cadre de leur activité de livraison et de retrait de commandes, soit dans les commerces de produits essentiels autorisés à accueillir du public. Concernant la vente sur voie publique, il convient de rappeler que vendre ou exposer en vue de la vente des marchandises dans un lieu public sans autorisation constitue une contravention réprimée par le code pénal (amende 750€ et possibilité de confisquer la marchandise). De plus, cette activité n'entrant pas dans le cadre des sorties autorisées, le contrevenant s'expose à l'amende de 135€.

## ATTENTION : LES FRELONS ASIATIQUES SONT SORTIS DE LEUR HIBERNATION.

### Frelons Asiatiques, un piège tout simple à fabriquer.

Prendre une bouteille en plastique avec son bouchon, faire 1 croix de 2 cm environ au-dessus de l'étiquette à l'aide d'un ciseau ou d'un cutter. Replier les découpes vers l'intérieur de la bouteille.



Y verser 25cl de jus de pomme pur fruit ou de la bière brune, blonde (possibilité, mais ce n'est pas indispensable, d'ajouter du sirop de fruits). Suspendre la bouteille dans un arbre, arbuste ou coin tranquille à 1,50 M. du sol environ. La vider toutes les 3 semaines/1 mois et la remplir à nouveau.

Vidéo <https://www.youtube.com/watch?v=g3NdVDwOqR0>

## ACCÈS AUX CIMETIÈRES

Les règles du confinement rendent le deuil difficile, les obsèques ont lieu en petit comité et les relations avec l'entourage proche sont limitées. Dans cette période difficile pour les familles qui vivent un deuil, il importe que chacun puisse aller se recueillir au cimetière.

Les cimetières constituent un motif de déplacement valable, que ce soit au titre de la promenade (heure autorisée à moins d'1km du domicile) ou, dans certains cas, lorsque le cimetière est éloigné du domicile, pour un motif familial impérieux.

## BIBLIOTHÈQUES MUNICIPALES

Durant leur fermeture, les abonnés des bibliothèques municipales ont accès aux ressources numériques de la bibliothèque des Côtes d'Armor.  
+ d'infos sur [www.pleudihen.fr](http://www.pleudihen.fr) ou par mail [bmpleudihen@wanadoo.fr](mailto:bmpleudihen@wanadoo.fr)

## Paroisse de Pleudihen/St Hélen/La Vicomté

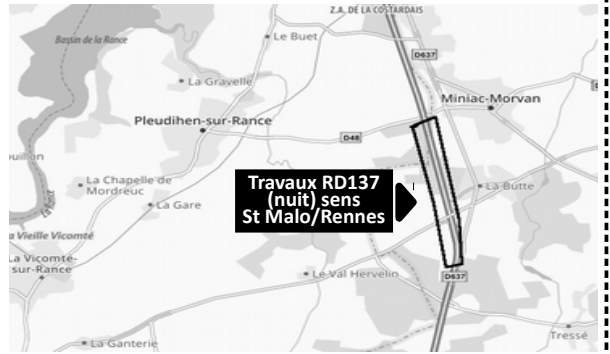
Pour les habitués de la messe dominicale, la messe du dimanche sur France 2 ou la chaîne KTO ([kto.com](http://kto.com)) permet de maintenir le lien avec la communauté chrétienne. Toutefois, l'absence de rassemblement à l'église est difficile à remplacer.  
Vivement la fin du confinement !  
En attendant ce jour, le Père Benoît Lévêque se tient disponible pour parler avec ceux qui le souhaitent.  
Vous pouvez l'appeler au 07 83 91 96 29.



Le bureau de Poste de Pleudihen ré-ouvre à partir du **Mardi 28 Avril**. Durant la crise, il sera ouvert tous les **MARDIS et JEUDIS de 9h à 12h et de 14h à 16h30**.

## TRAVAUX sur la RD137 du 27/04 au 15/05/2020

En raison de travaux de nuit sur la RD137 (portion entre Pleudihen/Miniac et Saint-Hélen/Tressé, sens Saint-Malo vers Rennes), la circulation sera interdite la nuit entre le PR102+750 au PR96+340 sauf pour les riverains au moment où elle sera possible.



## CORONAVIRUS

Ce qu'il faut savoir ?

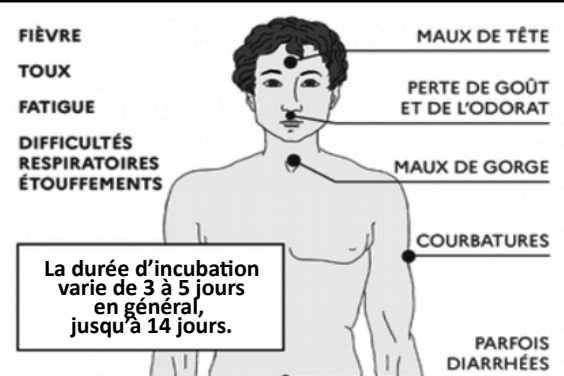


0 800 130 000

## APPLIQUEZ LES GESTES BARRIÈRES

- 1- LIMITEZ tous vos déplacements
- 2- Toussez dans votre coude ou dans un mouchoir que vous jetez dans une poubelle
- 3- Gardez vos DISTANCES (minimum 1m) et évitez tout contact physique
- 5- Lavez-vous régulièrement les MAINS.

## QUELS SONT LES SIGNES ?



La durée d'incubation varie de 3 à 5 jours en général, jusqu'à 14 jours.

**EN CAS DE SYMPTÔMES** : contactez votre médecin et ne sortez pas sans porter un masque de protection.



**LETTRE D'INFORMATION SPECIAL COVID N°2** - Direction : Les Maires  
Rédaction : Mairies de Pleudihen-sur-Rance, Saint-Hélen et La Vicomté-sur-Rance