

L'ESSENTIEL

OFFICE DE TOURISME BRETAGNE CÔTE DE GRANIT ROSE

FASCINANT DES PAYSAGES UNIQUES sculptés par les éléments !

PATRIMOINE

Un voyage dans le temps
côté mer & terre

P. VIII

NATURE

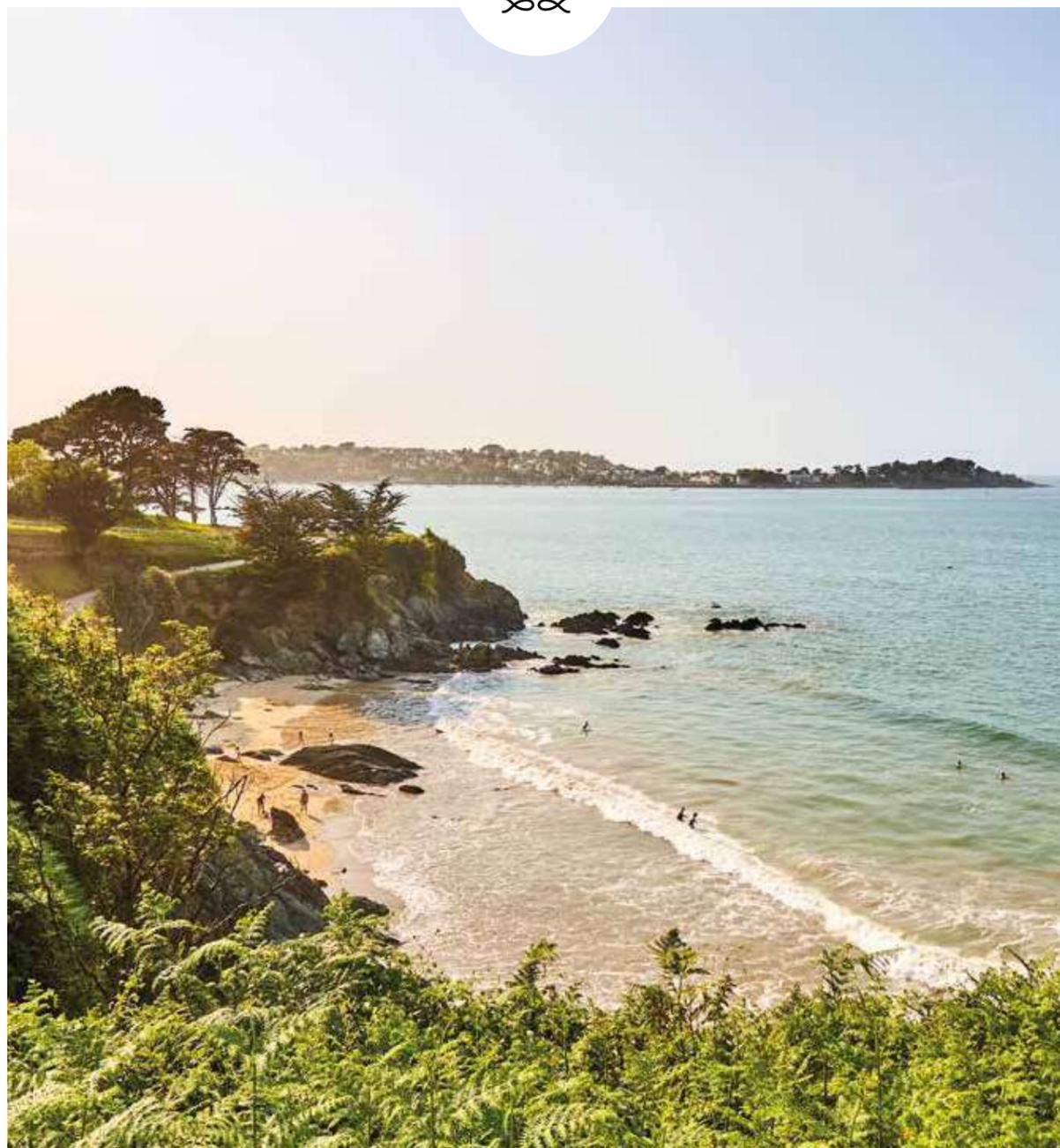
Et au milieu coulent
des rivières

P. X

LOISIRS

Faites le plein
de sensations

P. XIV



Plage des curés
Plestin-les-Grèves

Un, deux, trois, nous irons...

... explorer une variété de paysages insoupçonnés sur la Côte de Granit Rose !
En suivant nos rivières, plongez au cœur des forêts, découvrez de petites villes
au charme fou et imprégnez-vous d'une Bretagne authentique.
En longeant nos côtes, profitez de l'air iodé pour de longues balades le long de l'estran,
vivez l'expérience de la pêche à pied et savourez nos produits locaux.
Toute l'année, les sens sont mis en éveil pour mieux cultiver l'essentiel.



BAIE DE LANNION,
aux confins du Trégor
et de la Cornouaille

OÙ ?

Site de Goariva à Plougras

LE SAVIEZ-VOUS ?

C'est à Goariva qu'en 1736 fut installée une des premières bornes géodésiques servant de point de repère pour établir une cartographie du royaume de France. Aujourd'hui, en plus de pouvoir profiter d'une vue imprenable à 360° sur les Monts d'Arrée, le site a été équipé de cinq espaces de découverte, d'activités ludiques et d'un grand jeu à vivre en famille ou entre amis pour percer les secrets des lieux.

CÔTE SAUVAGE,
au pays des contes et légendes

.....
*Suivez le guide et laissez-vous
emporter par ce passeur de
mémoire !*

OÙ ?

Tréguier en saison estivale
(juillet et août).

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le mardi soir à 21 h tapante,
rendez-vous devant la cathédrale
de Tréguier pour suivre Yvan Dagorn
au gré des ruelles et placettes et
découvrez tous les secrets de la ville.
Ce conteur traditionnel breton,
véritable figure locale, transmet
avec passion des histoires qui vous
feront rire, pleurer et vous émouvront.
Des contes et légendes collectés depuis
1992 auprès de ses ancêtres et d'autres
personnalités du territoire.



CÔTE DE GRANIT ROSE,
et ses rochers aux formes insolites

.....
*Ici, le Père Trébeurden
veille sur la station*

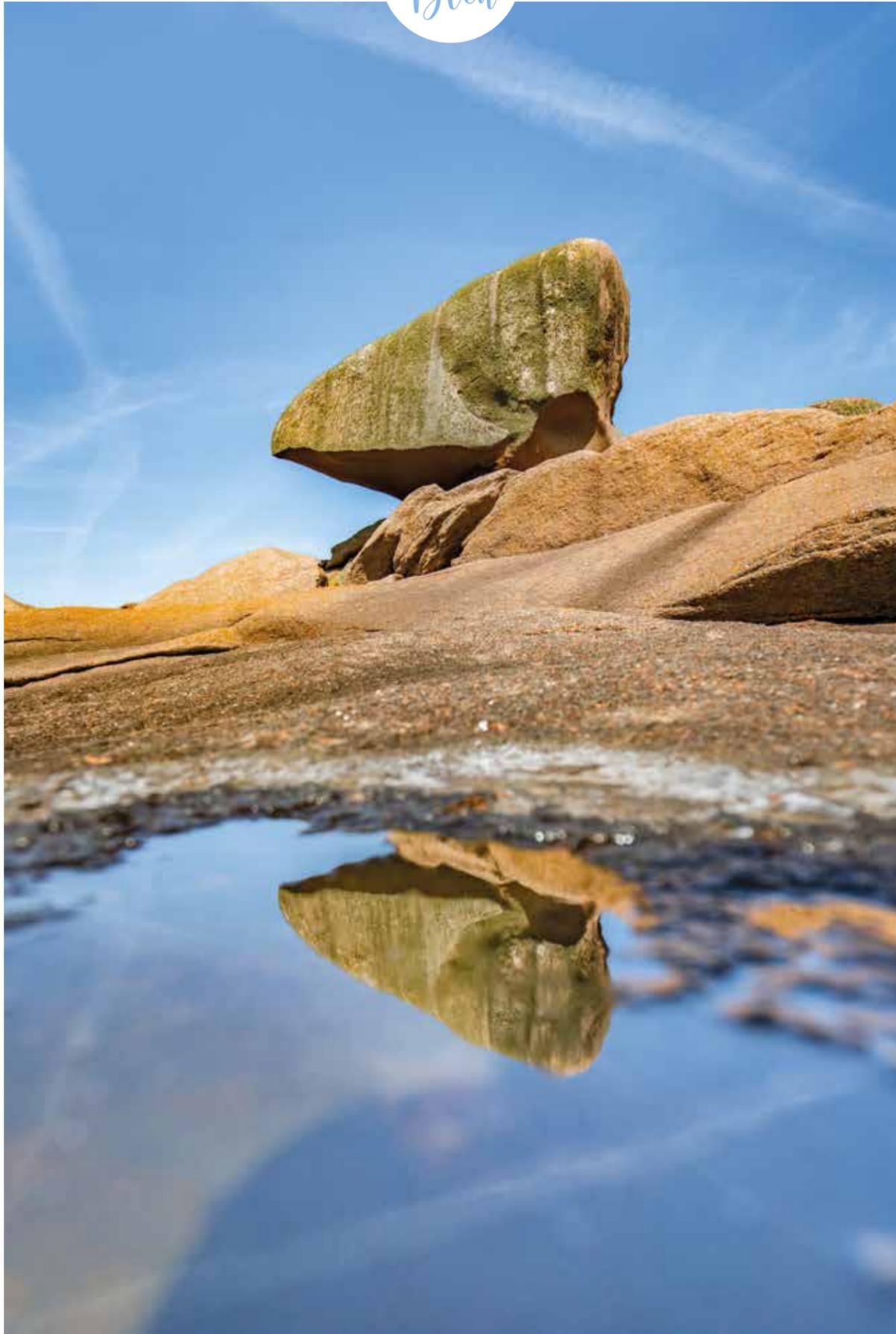
OÙ ?

À Trébeurden, sur le castel, face à
l'île Millau, entre la Pointe de Bihit et
le port.

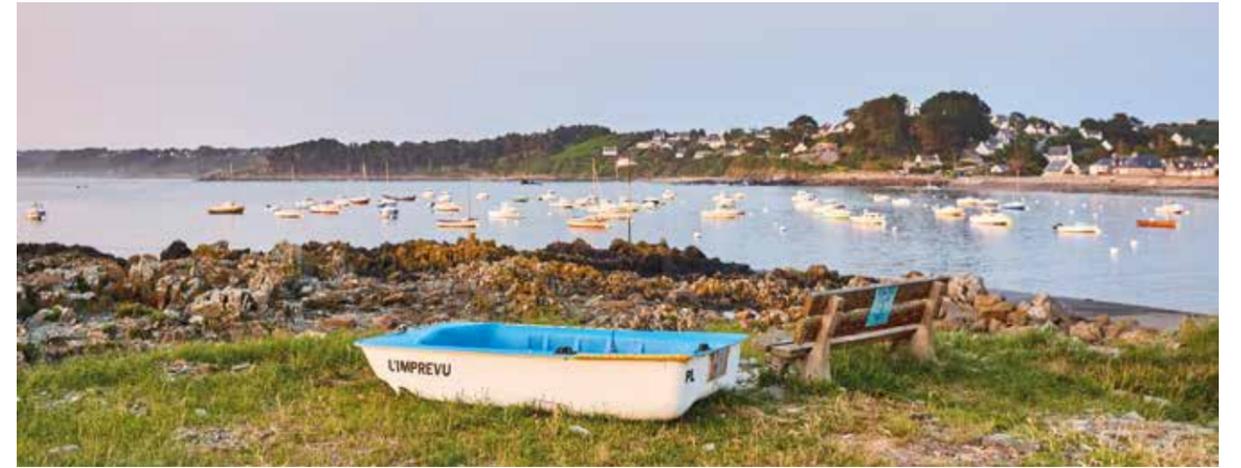
LE SAVIEZ-VOUS ?

Ce colosse en granite est l'emblème et
la figure protectrice de la station. Ce
personnage en pierre fait face à la mer
et prend comme des allures de gardien.





Trégastel,
Le Dé - Plage du Coz-Pors



De haut en bas

Trérez-Locquémeau,
Port

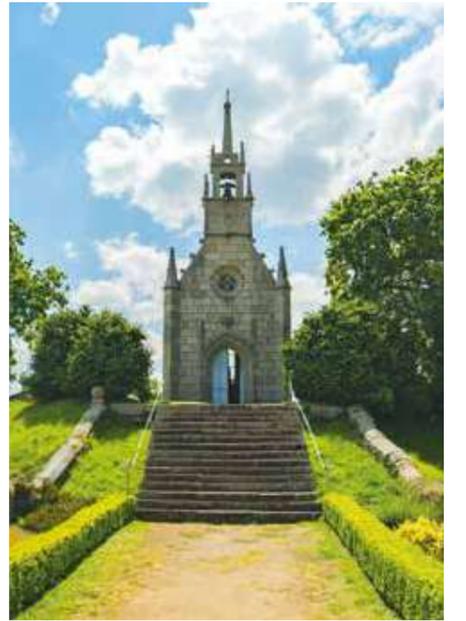
Ramassage
de praires

Trébeurden,
Port

Pleubian,
Sillon de Talbert



Lanvellec



De haut en bas

Pêche en rivière sur le Léguer

La Roche-Jaudy, Chapelle du Calvaire



Ploubezre, Moulin du Losser

Ploubezre, Château de Kergrist

Lannion, Port du Beg-hent



TRÉGASTEL JOLIE PETITE STATION BALNÉAIRE

Non loin du célèbre village de Ploumanac'h, cette commune est traversée par le sentier des douaniers, le fameux GR34®. Ici, on profite de magnifiques plages de sable fin, d'activités nautiques, d'un patrimoine riche et de curiosités naturelles incontournables, telles que les rochers aux formes curieuses et originales... Ici, règne une harmonie parfaite entre nature et villégiature.



Une vieille sécherie devenue l'emblème de la Côte de Granit Rose ! Au détour d'une balade sur la Presqu'île Renote, le long de la plage de Tourony, ou de la plage Saint-Guirec, vous apercevrez sûrement cet édifice tout en granite rose perché au sommet de son éperon rocheux qui pourrait sortir tout droit d'un conte de fées. Le château de Costaérès,

du nom de l'île qui l'abrite, est en fait un manoir néo-médiéval caractéristique des grandes maisons de villégiature du XIX^e siècle. Cette demeure privée, de laquelle on peut s'approcher à marée basse, porte le nom de coz-seherez en breton qui signifie vieille sécherie. En effet, cette île servait de sécherie à poisson avant la construction du manoir.

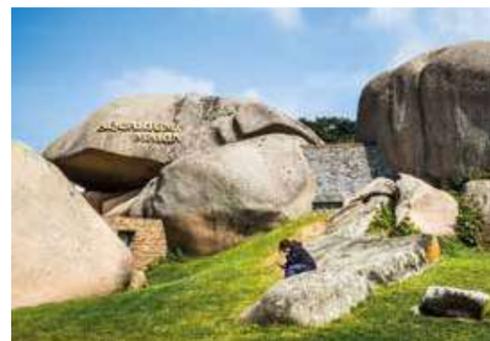
.....

FOCUS : L'AQUARIUM MARIN

À 50 m du petit port et la plage du Coz-Pors se dresse cet étonnant chaos de granite dans lequel s'est installé l'« Aquarium Marin ».

Autrefois chapelle, dépôt de munitions pendant la guerre et même habitations troglodytiques, cette parfaite reproduction de l'habitat naturel des espèces marines locales était un lieu idéal pour l'implantation de l'aquarium grâce à son dédale de petites grottes. En fin de visite, ne passez pas à côté du somptueux panorama qui vous est offert au pied de la statue du Père-Éternel.

Organisé tous les lundis matins sur la place S^{te}-Anne, le marché de Trégastel est un lieu de rencontre par excellence, et un plaisir pour les yeux. Les étals, largement achalandés en saison présentent les produits sucrés et salés de notre région pour laquelle la gastronomie est synonyme de bien vivre. Les produits de la mer (poissons, crustacés), les plats du terroir (charcuterie, fromage, miel...), mais également l'artisanat, les vêtements marins, raviront petits et grands.



La Roche-Derrien

De la Petite Cité de Caractère®, au riche passé médiéval et économique, à la découverte interactive

À La Roche-Derrien, vivez une immersion au cœur de la capitale des tailleurs de lin ; le patrimoine riche et varié vous livrera les secrets d'histoire de cette place forte édifée au XI^e siècle sur un promontoire dominant la rivière du Jaudy. Des maisons colorées du bas de la ville, à la place du Martray bordée par de très belles maisons gothiques, en passant par le plus ancien port du département : nombreux sont les héritages témoignant de la prospérité de la ville au XIX^e et XX^e siècles. En été, suivez les pas de notre guide Viviana à travers ses rues et ruelles pour y découvrir tous ces trésors !



FOCUS : LES SENS EN ÉVEIL !

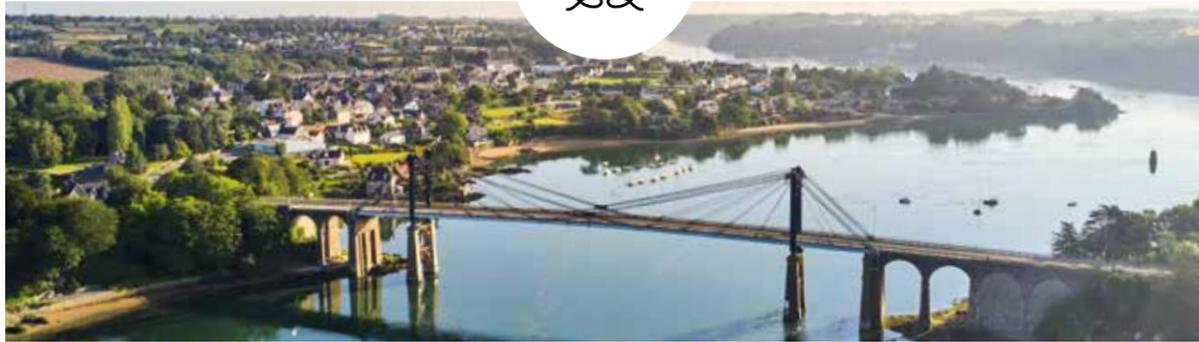
Laissez-vous surprendre par les bruits d'armures et de chevaux dans l'église Sainte Catherine d'Alexandrie grâce à l'expérience du son binaural qui vous replonge au cœur de la guerre de 100 ans à la libération de la cité. Parcourez la ville avec une visite immersive enrichie de la technologie 3D. À l'aide de tablettes numériques mixant réalité augmentée et reconstitutions 3D, partez à la chasse aux druides façon Pokémon Go... et plongez dans le passé médiéval de la cité.

« KAPITAL STOUP » : LA DÉCOUVERTE DE LA CITÉ SE FERA EN DEUX TEMPS.

La ville haute riche qui regroupe la plupart des monuments avec : la place du Martray, le site de la chapelle du Calvaire à l'emplacement de l'ancien donjon et l'église Sainte-Catherine qui arbore un beau vitrail rappelant la capture de Charles de Blois en 1347 et qui abrite un très bel orgue qui proviendrait de l'abbaye de Westminster. Il serait probablement le plus ancien de Bretagne.



Mais n'oubliez pas le bas de la ville, et notamment le quartier du Bas du Pont. C'est celui des chiffonniers et des couvreurs qui ont énormément contribué à la richesse et à la prospérité de la ville. En effet, La Roche-Derrien a su tirer profit de son port et de sa position stratégique le long d'une rivière maritime, pour y développer des activités de négoce liées au lin et aux ardoises, ce qui lui a valu le surnom de « Kapital Stoup » : capitale des tailleurs de lin.



IL Y A LE CIEL, LES OISEAUX ET LES RIVIÈRES !



La Côte de Granit Rose est traversée par de nombreux fleuves et rivières qui ont sculpté les paysages mais aussi dicté l'implantation humaine.

Boire, laver, pêcher, transporter, produire de l'énergie. Dans la région, comme partout en Bretagne, l'eau de la rivière a toujours été un bien précieux. Un élément sacralisé par les innombrables fontaines et chapelles qui jalonnent la destination. Une source d'énergie pour l'activité économique, grâce aux moulins qui servaient à moudre le grain, fouler les draps, tanner les peaux, teiller le lin, et faire le papier.

Cette spécificité est une composante incontournable du Trégor et de son identité.

Parmi ses fleuves, enclavé dans la vallée qui porte son nom on trouve le Léguer, classée rivière à poissons migrateurs de 1ère catégorie et labellisée « Rivière sauvage ». Le Léguer est l'une des rivières à salmonidés les plus renommées en

France. Cette qualité s'écrit dans son histoire moderne où tout a été de nouveau possible avec la destruction de l'ancien barrage hydro-électrique de Kernansquillec, en 1996. Depuis, saumons, truites, mais aussi lamproies, anguilles ou encore chabots ont recolonisé la rivière, symboles de libre circulation des poissons et de reconquête des milieux naturels.

Si différentes techniques de pêche sont possibles (lancer léger, toc...), la pêche à la mouche reste la méthode par excellence sur le Léguer ! Et notamment la pêche en No-kill ! Des guides de pêche proposent aux petits comme aux grands des stages d'initiation pour s'adonner aux joies de la pêche.



LE LÉGUER UNE VALLÉE VIVANTE

Pour s'immerger totalement dans un territoire, quoi de mieux que des rencontres avec les autochtones. Alors, ne ratez pas le Léguer en fête ! Des habitants et bénévoles passionnés, vous racontent les secrets des vieilles pierres, les trésors de la nature, les saveurs des produits du terroir ou les œuvres d'artistes. Un programme estival entre les mois de juin et de septembre, à voir, à marcher et à entendre, pour vivre le Trégor, au plus près de son âme.



Un peu plus à l'est de la Côte de Granit Rose, c'est le Trieux qui vous attend pour une balade magique. Accompagné de Sébastien, passeur des temps modernes, remontez ce fleuve côtier, admirez la faune et la flore luxuriante, découvrez son patrimoine remarquable avec le château de la Roche Jagu et plongez dans l'histoire des hommes qui ont marqué ses rives : Brassens ou bien encore Seznec. Le passeur du Trieux vous replonge dans les années 30, époque où seules ces embarcations nous permettaient de traverser 2 rives.



Et pour les plus aventuriers quoi de mieux que de découvrir nos rivières en Kayak !

Des vacances les pieds dans l'eau, au rythme des marées.

Avec plus de 200km de façade littorale et des dizaines de plages et de grèves, les vacances sur la Côte Granit Rose, c'est venir à la mer !

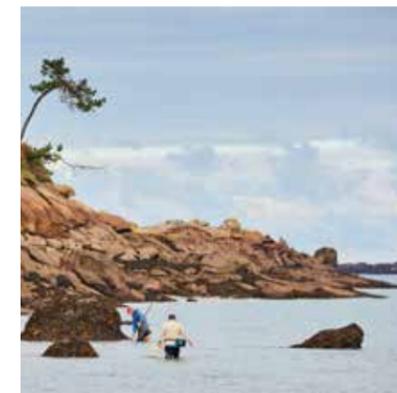
De Plestin-les-Grèves à Lézardrieux, les plages se succèdent et sont de véritables viviers d'activités même quand la mer se retire.



DÉCOUVERTE DE L'ESTRAN ET DES ALGUES

À marée basse, chaussez vos bottes ou vos sandales en plastique et partez à la découverte de l'estran. Cette partie du littoral recouverte par la marée deux fois par jour est extrêmement riche en vie animale et végétale. Pour survivre ici, il est nécessaire de trouver des méthodes d'adaptation astucieuses ; seule la nature a pu imaginer de tels subterfuges.

Plus on descend, plus le sable devient humide et sombre. La vie de plus en plus présente aussi à proximité des rochers. Bonnes fondations, rideaux d'algues pour s'abriter de la lumière, cachettes secrètes, baignoires naturelles : une véritable maison pour bien des espèces marines : bouquets, crabes, étoiles de mer, coquillages, toutes ces petites bêtes n'auront plus de secret pour vous !



De 4 à 94 ans, on met les mains dans l'eau pour explorer les flaques. Tous nos sens se réveillent, surtout lorsqu'on est accompagné par un guide nature. Il vous explique le phénomène des marées, attire votre attention sur la laisse de mer, vous apprend à reconnaître les algues, connaître leurs vertus et vous sensibilise à la préservation de ce milieu si passionnant mais si fragile aussi.

SUR LE SABLE, JE RECHERCHE DES SENSATIONS !



Sur la Lieue de Grève, quand la mer disparaît au profit d'une longue bande de sable de 4 kilomètres de long et qu'une brise apparaît, ça roule sur la plage. À voile, à pédale ou tracté parfois, sous les conseils avisés des coachs du centre nautique de Plestin-les-Grèves, les chars s'approprient très vite et les premiers tours de roues vous feront découvrir la plage d'une façon insoupçonnée. Au ras du sol, la sensation de vitesse est instantanée et intense ! Serviettes et sceaux de plage n'ont qu'à bien se tenir !

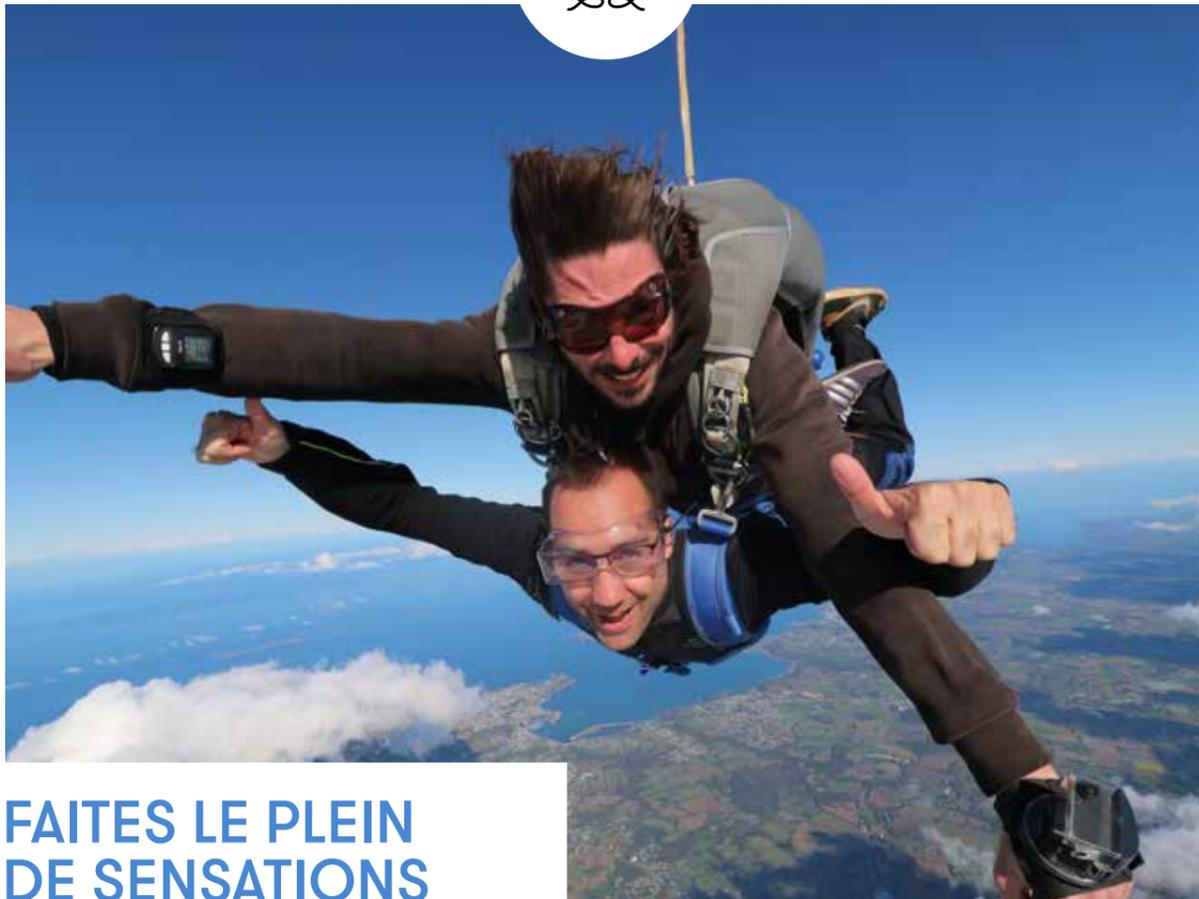
À chacun sa monture, poneys pour les plus petits et chevaux pour les plus grands. Une fois en selle, les rênes en main, laissez-vous porter par l'allure de votre équidé pour un moment de complicité avec l'animal et en communion avec la nature. La balade chemine sur les sentiers côtiers verdoyants pour atteindre la plage où chaque pas vient inscrire cette expérience dans le sable, jusqu'à la vague suivante. Les sabots dans l'eau, cette trace éphémère laissée sur la plage, effacée par le flux et le reflux, reste à jamais graver dans vos souvenirs. Les odeurs iodées des vagues rythment le pas de cette balade nature aux couleurs exceptionnelles aux nuances de glaz.



CHÂTEAUX DE SABLE

Et pour les moins aventureux ou pour les plus créatifs, pourquoi ne pas laisser cours à votre imagination afin de laisser trace de votre passage jusqu'à la prochaine marée haute ?

Que ce soit pour le land art ou les châteaux de sable, les ingrédients sont les mêmes : du sable fin humide, quelques outils et le tour est joué !



FAITES LE PLEIN DE SENSATIONS

Sortir de sa zone de confort, s'immerger en pleine nature, dans les airs ou dans l'eau. À chacun son plaisir pour un shoot 100 % adrénaline.



Sensation équilibriste

Utopiarbre, à Trégastel, vous invite à contempler la mer, les 7 îles, les rochers et blocs de granit depuis un point de vue unique : les arbres ! Grâce à une technique de cordes issues du monde de l'élagage, prenez de la hauteur durant votre séjour et respirez à hauteur de cime. Accessible à tous même en situation de handicap.

www.utopiarbre.fr

Sensation légèreté

Un saut en chute libre au-dessus de la Côte de Granit Rose à la découverte de paysages magnifiques. Beg-Léguer, Trébeurden et son port de plaisance, l'Île Grande, le Radôme... La Côte de Granit Rose se découpe au travers d'une palette de couleurs unique. L'équipe de 7ème ciel à l'aérodrome de Lannion vous accompagne pour une glisse à la verticale avec vue panoramique sur une nature... À couper le souffle !

www.septiemeciel-parachutisme.fr

Sensation fluidité

À Lannion, vous pourrez également vous amuser au stade d'eau vive. Sur un torrent artificiel alimenté par la marée, adonnez-vous à la pratique du raft, du kayak ou bien encore de la nage en eau vive !

www.lannionsportsnature.bzh



Comment cultiver l'art de la convivialité ?

Rendez-vous à L'art aux Heures

Un parcours original.

Elle était infirmière, lui étudiant en architecture. Marie et Pierre sont deux auvergnats d'origine qui ont opéré un changement radical pour se lancer dans la pâtisserie. Après avoir fait ses armes dans la prestigieuse maison Angelina et d'autres fameux établissements parisiens en tant que chef de partie pendant huit ans, Pierre convainc Marie de prendre le large pour Trébeurden. S'ils ne connaissent pas la station, ils sont immédiatement séduits par la proximité avec le bord de mer et la nature généreuse.



Leur cuisine ?

Créative et imaginée au gré de leurs voyages. Ils proposent surtout ce qu'ils aiment et aimeraient trouver dans leurs assiettes chaque jour. Ici on aime partager, faire goûter, mélanger les assiettes et les saveurs quitte en fin de dîner à mélanger les tables et convives. On aime aussi prendre son temps pour déguster, savourer et échanger avec ses amis... Tout un art !

Les produits sont simples, sublimés par les épices et les herbes.

Que signifie pour eux « Cultiver l'essentiel » ?

Pour Pierre, qui se lance dans la culture d'herbes aromatiques dans son jardin, c'est en toute logique « le fait maison ».

Pour Marie, « la convivialité et le sens du partage pour cultiver les rapports humains ».

www.lartauxheures.fr



Rencontre avec

Benoît Chaumard,
ostréiculteur passionné
de la Presqu'île de Lézardrieux

Sur la Presqu'île de Lézardrieux « Les Huîtres de Saint Riom » se transmettent de père en fils depuis 1981. Benoît y a rejoint son père en 2017, prolongeant ainsi la tradition d'une passion qui privilégie la qualité à la quantité. Une philosophie qui leur a permis d'obtenir deux distinctions en 2019 et 2020 avec la médaille d'argent et d'or au concours général agricole.

Comment s'organise l'année dans l'entreprise ?

De janvier à mai, nous profitons des températures fraîches, propices à un meilleur taux de survie, pour relever les poches afin de trier les huîtres par taille. Elles sont ensuite remises sur les parcs où elles continueront leur croissance pendant environ 3 ans.

En été, nous avons le bar à huître que nous avons ouvert l'an dernier. Les visiteurs viennent à notre rencontre et peuvent déguster nos produits. C'est aussi le moment où nous nous rendons en Charente Maritime capter les naissains qui seront ramenés en Bretagne un an plus tard.

Enfin de septembre à décembre c'est le moment le plus dense de l'année avec la préparation des fêtes. Lavage, calibrage, mises en bassin de purification, emballage et enfin commercialisation. Bref, on ne chôme pas !

Et à chaque grande marée, nous nous rendons sur les 15 hectares de concession afin de retourner les poches pour éviter que les huîtres ne se collent dans le maillage de la poche dans laquelle elles grandissent.

Quels sont vos canaux de distribution ?

Nous privilégions la vente au détail et à 90% en local. Nous vendons sur les marchés, en poissonnerie et dans certaines grandes surfaces et commerces du secteur mais aussi en direct à l'entreprise. Nous proposons aussi de la livraison à domicile que nous avons lancée durant le confinement.

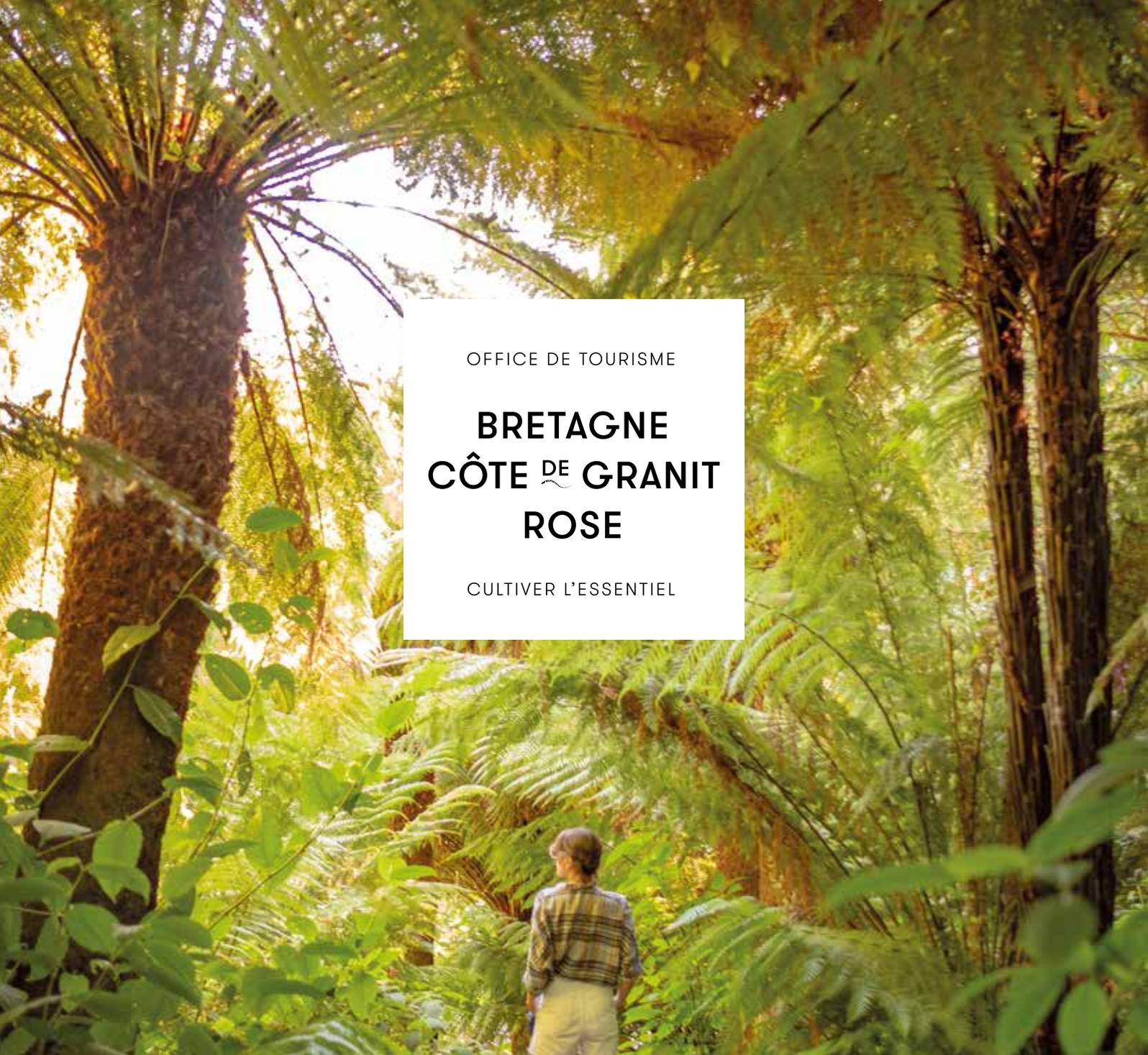
Nous travaillons aussi avec la conserverie Breiz'illettes afin de transformer les calibres difficilement vendables en rillettes.

Que vous inspire la phrase « Cultiver l'essentiel » dans votre métier ?

C'est de faire des produits les plus qualitatifs et savoureux possible, le plus simplement possible !

Nous travaillons énormément sur la densification des poches. Nous préférons avoir moins de quantité au profit de la qualité. Plus une huître aura de la place pour se développer, meilleure elle sera !

www.huitrepaimpol.fr



OFFICE DE TOURISME

BRETAGNE CÔTE DE GRANIT ROSE

CULTIVER L'ESSENTIEL



www.bretagne-cotedegranitrose.com

2, quai d'Aiguillon - 22300 Lannion - 02 96 05 60 70

Retrouvez nous sur   #cotedegranitrosetourisme



Responsable de publication : Laurence Hébert, Directrice de l'Office de tourisme Bretagne Côte de Granit Rose. Responsable édition : Carole Prud'homme. Création graphique : Tactiques Communicatives
Crédits photos : A. Lamoureux, T. Poriel, E. Berthier, L'Oeil de Paco, N. Toutain, L. Lagarde, Y. Dagorn, Lehmann, C. Lallement, S. Lemaître, Ville de Lannion, OT Côte de Granit Rose, 7ème ciel, Utopiarbre, L'Art aux heures, La Lanterne, Samuel Jouon / Déclic Armor, AdobeStock.