



Guide découverte

PLEYBEN / CHÂTEAULIN / PORZAY

2022-2023



TOUT
commence
en FINISTÈRE



www.menezhom-atlantique.bzh

MENEZ-HOM
ATLANTIQUE



ALL'BREIZH

≡ Ici, destination durable ≡



Offices de
Tourisme
de Bretagne

Voyageons ensemble

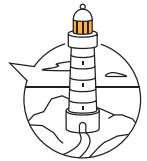
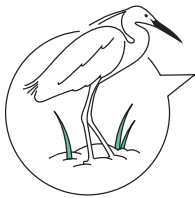
Charte du voyageur



“ **En Bretagne,
sur ce territoire marin, urbain, paysan,
on murmure que...**



Les **voyageurs** ne comptent pas pour du beurre.
La côte se montre plus **sauvage** que les habitants.
On reçoit des vagues d'émotions, même en pleine **tempête**.
On grave chaque instant dans sa **mémoire**, pas sur les pierres.
On ramasse ses déchets parce que c'est pas la **mer** à boire.
On retourne la **terre** des champs, pas le sable fin de l'estran.
On consomme local aussi naturellement que l'on **savoure** une crêpe.
On pose volontiers la bolée pour danser au **fest-noz**.
On **contemple** les ballets d'aigrettes sur la pointe des pieds.
On retrouve sa **liberté** sans s'échapper des sentiers de randonnée.
Les guides enchantent les visiteurs et ce n'est pas une **légende**.
La **rencontre** avec la Bretagne se partage avec fierté. ”



Les Offices de Tourisme de Bretagne vous souhaitent la bienvenue.
Degemer mat !

Projet soutenu par :

Partagez et signez la charte du voyageur :
www.charte-du-voyageur.bzh



SOMMAIRE

BIENVENUE ! 03

RESPIRER 08

LÀ OÙ TOUT COMMENCE !

SE RESSOURCER 16

UNE NATURE TOUS LES JOURS CHANGEANTE !

CULTURE & PATRIMOINE 40

S'ÉMERVEILLER ET FAIRE DES DÉCOUVERTES ENRICHISSANTES !

EN FAMILLE 54

BIEN-ÊTRE 59

SAVOURER 62

IDÉES & SOUVENIRS 73

PRATIQUE 76

Directrice de publication : Céline Lesassier
Rédaction : Corinne Flo'c'h - Nathalie Salaün - Céline Lesassier
Création et conception graphique : Artao
Impression : Imprimerie Guivarc'h

Crédits photos : Corinne Flo'c'h, Lénaïg Le Doaré (p.7,22,26,31), Jérôme Maltête (parapente, p.7), Alexia Gestin (p.7, 21, 41 et 45), Dizolo (randonnée, p.7), Viezzier Martin/BTO (Plage de Pentrez & Port-Launay, p.7), Job Nicolas/CRTB (île de Sein, p.7), Yannick Derennes / CRTB (p.9, 72), Philippe Bittel (épave de Kervijén, p.9 et Le passage p.20), Pascal Bodéan (L'oeil, p.15), Mairie de Châteaulin (p.16), Gaël Rognant (p.19), Nathalie Salaün (Port-Launay, p.20), Christine Prigent (Fontaine à eau, p.21), Jean-Claude Erhmann (Le Victor, p.21), Marie-Claire Lavanant (p.23), Pierre Briand (p.27), Bretagne Vivante p.36, Grumpy Nature (P.37), Mairie de Cast (Chapelle Saint-Gildas, p.42), Ronan Coquil (Port-Launay, p.46), Musée de l'école rurale, Musée Mémoires 39-45, Maison des vieux métiers vivants, Moulin de Kerouat (p.49), Jean-François Chaussepied (artiste, p.50), Mathieu Le Gall / Mairie de Châteaulin (p.64), Emmanuel Berthier / CRT (p.73).
Page de couverture : © Guillaume Prie / CRTB

Edition 2022
Document non contractuel, informations transmises par nos partenaires ou données à titre indicatif et qui ne sauraient engager notre responsabilité. L'ensemble est la propriété de l'éditeur. Toute reproduction même partielle est interdite.
Mangez 5 fruits et légumes par jour. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommez avec modération.

Imprimé sur papier certifié PEFC/FS



Les services de l'office de tourisme *L'office de tourisme, le réflexe bons plans !*

Écouter et vous conseiller

CONSEIL EN SEJOUR

Nos équipes vous accueillent sur 5 offices de tourisme. Avant votre séjour, nous pouvons vous aider à préparer vos vacances. Une fois arrivés sur notre destination, nous vous conseillons de façon personnalisée pour agrémenter votre programme de visites, balades, animations, infos pratiques... Comme toute bonne chose à une fin, une fois à la maison, partagez vos meilleurs souvenirs de vacances sur nos réseaux sociaux et continuez à vous évader en suivant nos actualités et plus belles photos !

Embarquer et s'évader !

BILLETTERIE

L'Office de Tourisme vous propose la billetterie pour :

- les îles (Ouessant, Molène et Sein) avec la compagnie Penn ar Bed,
- l'archipel des Glénan avec les Vedettes de l'Odet,
- les croisières promenades en rade de Brest et Presqu'île de Crozon avec le Brestoâ,
- les croisières promenades en Presqu'île de Crozon avec les Vedettes Sirènes,
- Océanopolis.

Rester connecté

WIFI GRATUIT

Vous pouvez vous connecter, gratuitement, à internet à tout moment de la journée, devant nos 5 offices de tourisme grâce aux hotspots Wifi.

Ce service fonctionne 24h/24 toute l'année, même en dehors des horaires d'ouverture.

Nom du réseau : wifi-public
Pas de code de connexion

Se balader ou randonner

BOUTIQUE RANDO

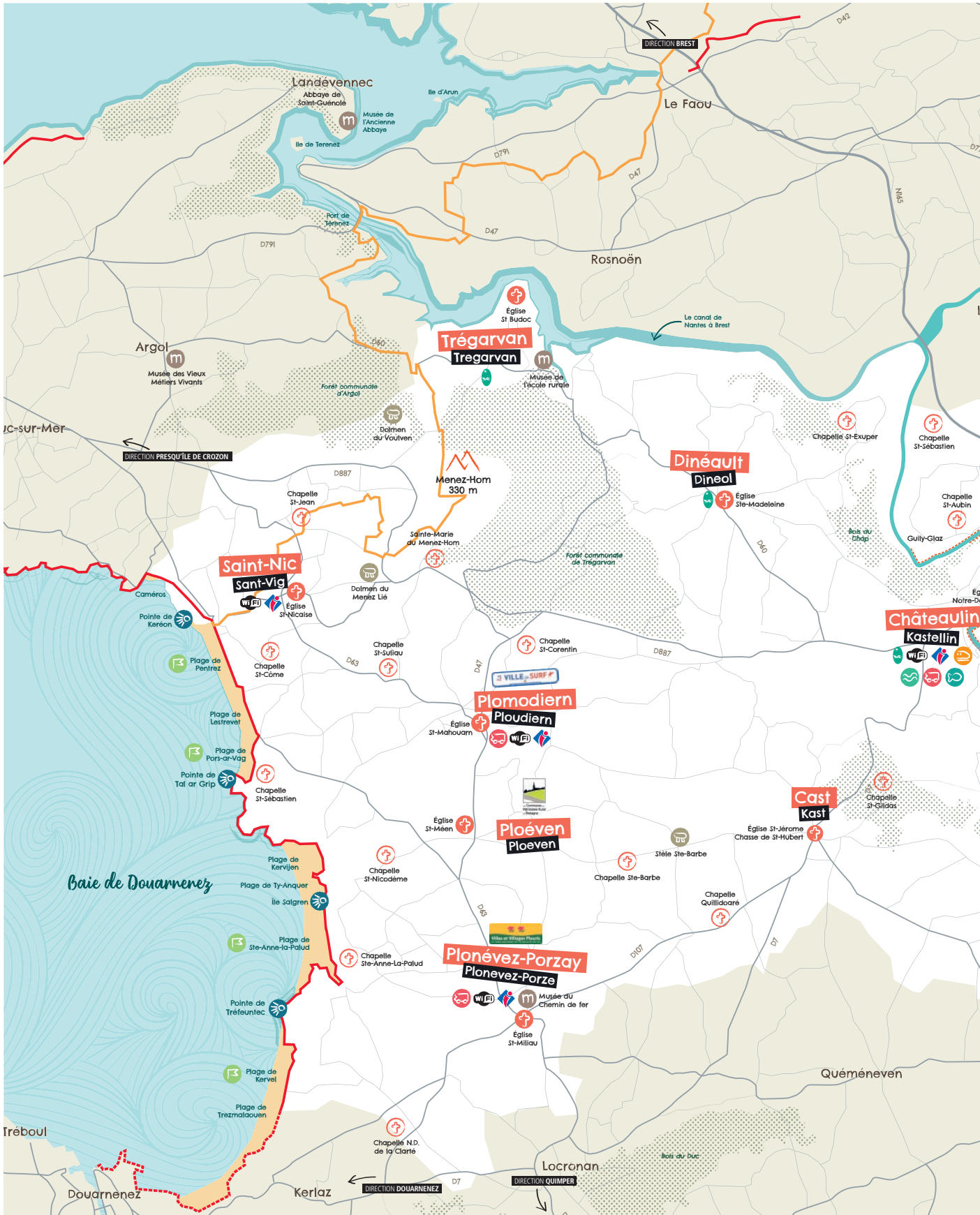
Guide de randonnée pédestre (Petites Randonnées (PR®))

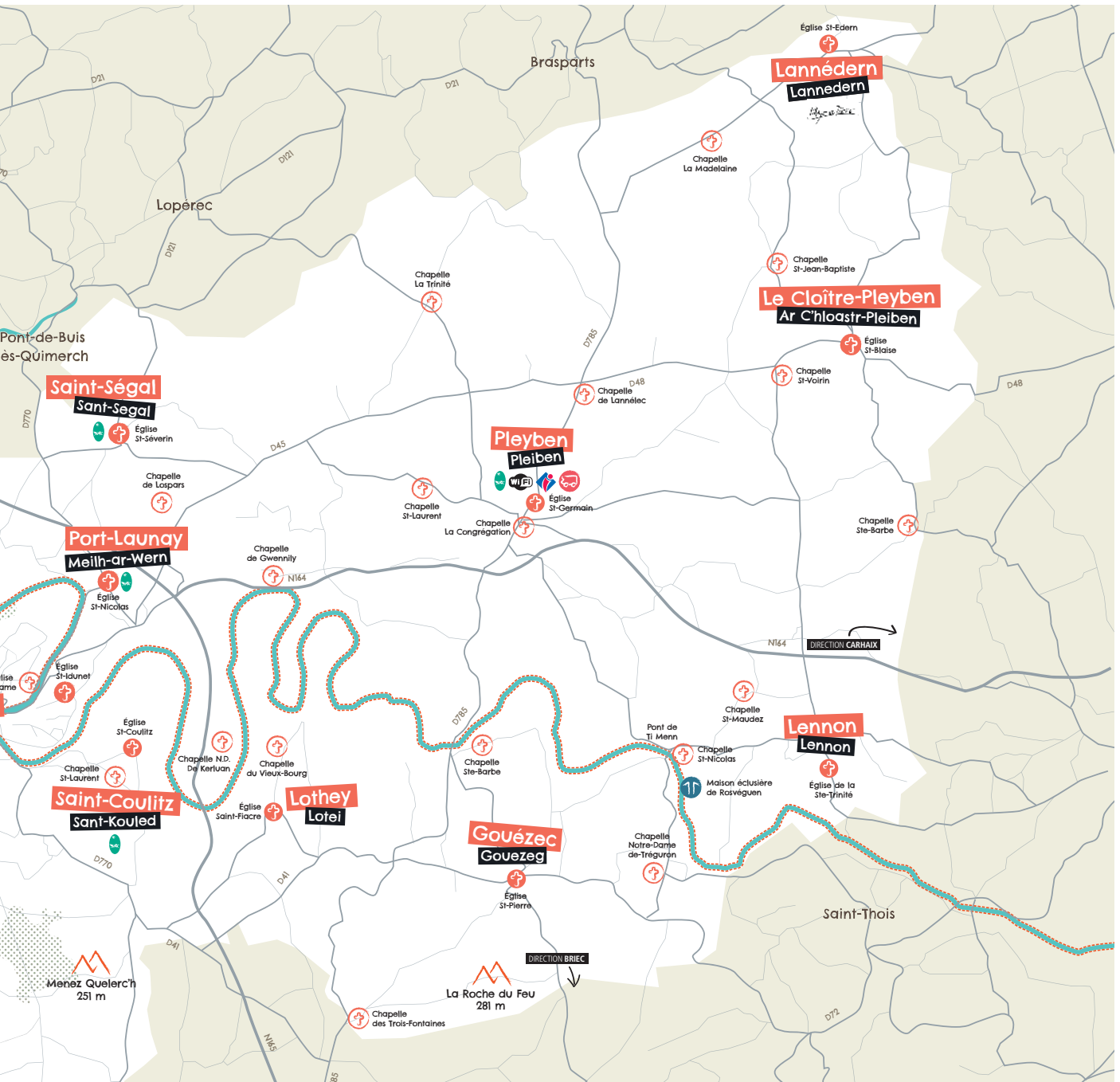
Guide VTT
Châteaulin-Porzay/Menez-Hom

Fiche rando à l'unité
Topo Guide VTT Porzay
(10 circuits)

Retrouvez les coordonnées de nos accueils touristiques en dernière page de ce guide

Retrouvez-nous aussi en "accueil mobile" !





- | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Points de vue |  Aire pour Camping Car |  Piscine |
|  P.N.R.A. Communes du Parc Naturel Régional d'Armorique |  Chapelles |  Observatoire aquatique |
|  Commune du patrimoine rural de Bretagne |  Églises |  Maison éclésièrre |
|  Villes et villages fleuris |  Mégalithes |  Gare ferroviaire |
|  Ville de surf |  Musées |  Sentier côtier GR®34 |
|  Village en poésie |  Point information |  Sentier côtier GR®37 |
| |  Plages surveillées |  Chemin de halage |

#1



@cl3mbzh.photo
#ploeven #ilesalgren

MENEZ-HOM
ATLANTIQUE



ALL'BREIZH

@tranchig

#portlaunay #reflets

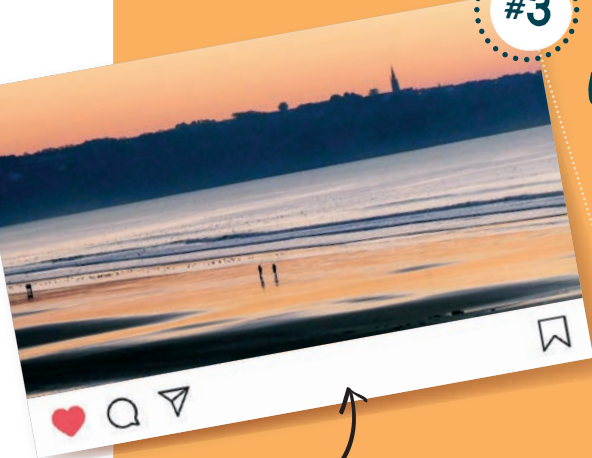
#2



TOP 5 instagram

Partagez
vos plus beaux
clichés avec
#menezhomatlantique

#3



@bas_breton29
#plonevezporzay
#coucherdesoleil
#plagedekervel

#4



@sebastien_joncour_29
#gouezec #rochedufeu

#5



@alexigst

#pleyben
#enclosparoissial



#1

Profiter de la vue à 360° depuis l'un de nos trois sommets



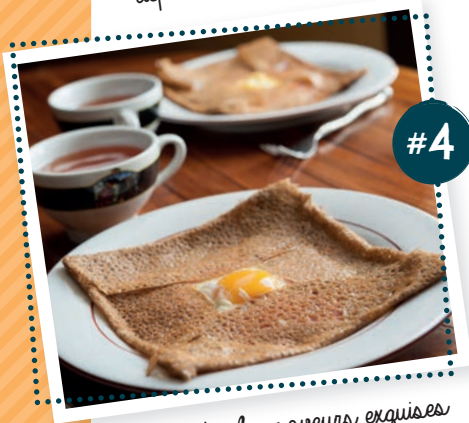
#2

Randonner entre terre et mer dans une nature préservée



#3

Se détendre lors d'une balade bucolique sur les bords du canal



#4

Déguster les saveurs exquises de nos produits locaux



TOP 10 des expériences à vivre



#5

S'émerveiller devant un magnifique coucher de soleil sur la mer



#6

Flâner sur les marchés



#7

Tester une activité de glisse ou un sport à sensation



#8

Découvrir la richesse et les secrets du patrimoine



#9

Builer sur nos plages



#10

S'évader sur une île (Ouessant, Sein, Molène ou les Gloran)



© Derennes Yamick / CRTB

Nos plages de sable fin... Se (re)poser, se dépenser... se retrouver !

Sur nos longues plages de sable fin, tranquilles et familiales, vous pourrez seul, entre amis ou en famille, prendre plaisir au farniente, à la baignade, à la lecture, aux jeux de plage, à la construction de châteaux de sable... ou tout simplement savourer les bienfaits d'une bonne sieste, bercé par le doux roulis des vagues.

NOS 4 PLAGES SURVEILLÉES DU 2 JUILLET AU 28 AOÛT

#1

La plage de Pentrez

Ses 4 km d'étendue de sable fin, en baie de Douarnenez, n'attendent que vous ! La plage de Pentrez sur la commune de Saint-Nic est idéale pour une baignade en toute sécurité ou des jeux de plage en famille... Amateurs de sensations fortes ? En char à voile ou sur l'eau, Pentrez, c'est THE place to be ! Goûtez aussi à cette ambiance de station balnéaire, où il fait bon flâner tout en dégustant une glace et s'émerveiller devant un coucher de soleil ! Pourrez-vous apercevoir la Pointe du Van dans le Cap-Sizun ou le Cap de la Chèvre en Presqu'île de Crozon ?

#2

La plage de Pors ar Vag

Bordant la baie de Douarnenez, la plage de Pors ar Vag est un endroit formidable, les pieds dans le sable et la mer plein les yeux. Cette anse préservée ravira les familles et les amoureux du surf : ce site n'a rien à envier aux autres spots bretons. Débutant ou expert en sports nautiques ? Vous y trouvez assurément votre bonheur !

#3

La plage de Sainte-Anne-la-Palud

Une végétation typique, une odeur épicée... le cordon dunaire annonce la plage de Sainte-Anne-la-Palud, l'une des plus grandes plages de la baie de Douarnenez, et sans doute l'une des plus charmantes ! Posez votre serviette et piquez une tête, en toute sécurité. Vous souhaitez plutôt vous dépenser ? Ici, les pratiques nautiques sont reines : char à voile, surf, kayak de mer, kite et paddle.

#4

La plage de Kervel

Magnifique plage de sable fin, restée sauvage, la plage de Kervel offre une vue panoramique sur la baie de Douarnenez. Plage familiale, c'est aussi un spot très apprécié des amoureux des sports de glisse. Les plus jeunes s'amuseront à sauter dans les vagues pendant que les plus sportifs les surferont !

Voire "to do list"

Se tartiner de crème solaire
Lire le best-seller du moment
Faire un concours de
châteaux de sable
Piquer une tête
Prendre les vagues, à body,
en surf ou sur un paddle
Tester la marche aquatique
Admirer un coucher de soleil
Faire un château de sable
Ne rien faire !

Farniente ou
baignade ?
Les deux, bien sûr !



Bon plan

Nos plages sont autant
de points de départ de
belles randonnées le
long du GR®34

Le soir après dîner,
émerveillez-vous devant la beauté
d'un coucher de soleil

Basse mer ? Pleine mer ? Grande marée ?

Les marées sont le résultat des forces exercées par la lune et le soleil sur la terre. Lorsque la mer monte très haut et descend très bas, ce sont des grandes marées. La basse mer désigne le moment de la journée où la mer se retire, et la pleine mer, le moment où la mer atteint son niveau le plus haut.

Le calendrier des horaires de marées est disponible, gratuitement, dans les offices de tourisme et consultable en ligne sur notre site internet.



Vestiges d'épaves

Il n'est pas rare d'apercevoir sur des plages de la baie de Douarnenez, à l'instar de la plage de Kervijen à Plomodiern, des restes d'épave. Puis la mer vient à nouveau les recouvrir...

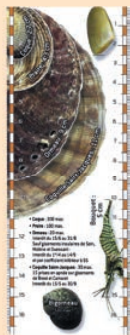
Comment sont-ils arrivés là ? Dans les années 50, la pénurie de bois se faisant ressentir, les agriculteurs rachetaient les vieux bateaux des pêcheurs pour récupérer le bois et faire le feu qui servait à la cuisine quotidienne.



© Eugénie Pagot / CRTB



© Doreen Yannick / CRTB



Pêche à pied : bonnes pratiques

Ce sont les grandes marées... le moment idéal pour un petit tour à la pêche à pied ! Avant de partir, équipez-vous de la réglette du Parc Marin d'Iroise pour connaître la réglementation et notamment les tailles minimum de capture à respecter. Profitez-en pour consulter également l'arrêté préfectoral en vigueur !

Réglette disponible dans vos offices de tourisme

+ D'INFO : www.pecheapied-responsable.fr

Partagez vos plus belles photos
avec #menezhomaatlantique

L'océan & la plage comme terrains de jeux

#1 À fond la glisse

Avec leurs vagues faciles à dompter, nos plages sont les spots idéaux pour s'initier ou se perfectionner au surf ou au body board. Vous avez une semaine pour devenir le roi ou la reine de la glisse... c'est le moment de prendre un cours de surf !

Breizh Road Surfing, p. 13
En location : Char à voile
de Sainte Anne la Palud, p. 12
Breizh Trip Surf School, p.13
Penn ar Surf School, p.13

#2 Voler sur l'eau

Le kite-surf aurait été inventé sur la Plage de Sainte-Anne-la-Palud pour s'exporter ensuite à Hawaï et dans le monde entier. Amateurs ou confirmés, nos plages idéalement orientées vous offriront de belles sensations. Débutants, c'est le moment de vous lancer... accompagnés par nos experts !

WestGliss, p. 13

#3 Rouler sur le sable

Laissez-vous porter par le vent sur nos longues plages de sable fin. Encadrés par des moniteurs diplômés, vous serez grisés par cette sensation de vitesse, et respirez notre grand air iodé !

Char à voile du bout du monde, p. 12
Char à voile de Pentrez, p. 12
Char à voile de Sainte Anne la Palud, p. 12

#5 Tous debout

Changez de point de vue et découvrez le plaisir de pagayer debout sur une planche.

Penn ar Surf School, p. 13
Dizolo, p. 33



#4 S'éclater dans les vagues

En famille ou entre amis, partagez un moment insolite sur l'eau en bouée tractée à partir du port de Morgat..

Accrochez-vous...
Fous rires garantis !

WestGliss, p. 13



#6 Prêts à pagayer ?

En randonnée accompagnée ou seul, sillonnez notre littoral préservé en kayak, à la découverte de grottes pittoresques et d'une faune et d'une flore variées.

Dizolo, p. 33
Char à voile de Pentrez, p. 12



#7 Ça donne quoi avec des ailes ?

En toute sécurité, vous pourrez découvrir cette étrange sensation d'avoir des ailes grâce au powerkite... Que du plaisir !

Char à voile du bout du monde, p. 12

#8 Un char à cerf volant, vous êtes sûrs ?

Avec les pieds, vous contrôlez la direction et, avec les mains, le cerf volant. Ne vous emmêlez pas les fils ! Sensation étonnante de liberté et de prise avec les éléments...

Char à voile du bout du monde, p. 12

#9 Marcher dans l'eau

Envie de pratiquer un sport nautique sans perdre pied ? La marche aquatique est faite pour vous ! Elle allie pratique sportive et bienfaits de la mer et agit tel un activateur de bien-être...

Dizolo, p. 33
Char à voile de Pentrez, p. 12

#10 Taquiner le poisson

Avec votre guide, vous découvrirez le plaisir d'une session de pêche en mer ! Suivez ses conseils avisés pour être sûrs de ramener le dîner !

Breizh Pêche, p. 14



© Edgiane Nagao / CRFB



© Breizh Road Surfing

La baignade pour tous

Où les trouver ?

Les Tiralò sont des fauteuils roulants de baignade qui permettent aux personnes à mobilité réduite de se baigner.

Club de char à voile de Pentrez (Saint-Nic), plage de Kervel (Plonévez-Porzay), plage de Sainte-Anne-la-Palud (Plonévez-Porzay). En juillet et août, la réservation s'effectue auprès des postes de secours. En hors saison, il est préférable de se renseigner auprès des mairies des communes concernées (p. 76-77) ou directement auprès du club de char à voile de Pentrez (Saint-Nic) (p. 12).



Découvrez nos plages et nos activités nautiques !

LÉGENDE

- Surf
- Bodyboard
- Stand up Paddle
- Kite surf
- Char à voile
- Kayak de mer
- Douche
- Marche aquatique
- Plage surveillée

Nos amis les chiens sont interdits sur les plages du 1^{er} juin au 30 septembre (arrêté préfectoral du 19 janvier 2018)

Surf et sports de glisse



CHAR À VOILE DU BOUT DU MONDE

👤 Jérôme Bouchet
✉ Plage de Lestrevet - 29550 Plomodiern
☎ 06 81 63 83 74
@ charavoileduboutdumonde@gmail.com
🌐 www.charavoileduboutdumonde.com

École ouverte toute l'année

École labellisée Fédération
Française de char à voile

TOUT
commence
enFINISTÈRE



Char à voile : Séances d'initiation et de progression. Accessible en bi place dès 5 ans et seul à partir de 8 ans. Moniteur expérimenté et diplômé d'état.

Kitebuggy/powerkite : Découvrez de nouvelles sensations tractées par un cerf-volant (à partir de 12 ans).

Kart à voile : Le kart à pédales, équipé d'une voile, vous permettra d'évoluer en milieu urbain et d'avoir une première approche du déplacement avec le vent (hors juillet/Aout)

Tir à l'arc : animation au tir à l'arc à seulement deux pas de la plage.

NOUVEAUTE 2022 : BATTLE ARCHERY

A mi-chemin entre paintball et tir à l'arc, ce jeu d'équipe est fun et ludique.

Tarifs :

char à voile :

Initiation - Séance de 1H : 20 €/pers.

(tarif groupe à partir de 8 pers.).

Progression - Séance de 2H : 35 €/pers.

Kart à voile : à partir de 15 € (devis sur demande)

Formule 2x2 heures - Kitebuggy : 100 €/pers.

Formule powerkite - Séance de 1H : 35 €/pers.

Tarifs battle archery - Tir à l'arc : Séance de 1H30 : 20 €/pers.

(tarif groupe à partir de 8 pers.)



CLUB DE CHAR À VOILE DE PENTREZ

✉ 9 chemin des dunes - 29550 Saint-Nic
☎ 02 98 26 94 61 / 06 11 80 09 79
@ ccvpentrez@gmail.com
🌐 www.charavoilepentrez.fr

Ouvert toute l'année

Pour connaître, les jours d'ouverture,
consultez le site internet !



Activité char à voile : encadrés par des moniteurs diplômés sur un parcours balisé, venez découvrir de nouvelles sensations !

Char à voile

Initiation (dès 8 ans) :

• Mini4 : 20 € / 1h15

• MC2 : 23 € / 1h15

Perfectionnement :

• Ecolo : 23 € / 1h15

• Biplace : 29 € / 1h15

Marche aquatique : profitez des bienfaits de la mer de façon originale !

Location de kart à pédales :

5 €/personne/séance de 15 minutes

Tarifs : nous consulter

Paddle : nous consulter



CHAR À VOILE DE SAINTE ANNE LA PALUD

Char à voile & locations
de matériel nautique

👤 Erwan Chapalain
✉ Plage de Sainte-Anne-la-Palud - 29550 Plonévez-Porzay
☎ 06 76 87 94 36
🌐 www.charavoile29.com

Ouvert toute l'année



Venez découvrir le char à voile sur la belle et longue plage de Sainte-Anne-la-Palud.

Séance de char à voile

Tarifs : de 1 à 5 pers. : 25 € / pers.

Groupe à partir de 6 pers. : 22 € / pers.

(1h30) - Dès 9 ans

Chaussures fermées indispensables.

Locations : surf ou kayak surf
(combinaisons fournies)

Tarifs : 10 € (1h) ou 15 € (2h)



WESTGLISS

Ronan Eveno
 06 65 26 25 76
 westgliss@gmail.com
 www.westgliss.com

Ouvert toute l'année
 Age minimum pour la pratique de
 l'activité : Kitesurf : 12 ans (40 kg) -
 Bouée tractée : 8 ans



WestGliss propose des cours de kitesurf, en eau profonde, au départ du port de Morgat et des plages de la baie de Douarnenez.

Ces cours sont dispensés en toute sécurité : bateau 115 CV, liaison radio entre moniteur et élève, matériel de dernière génération, combinaisons et gilets de sauvetage fournis. WestGliss propose également des sorties en bouée tractée pour les groupes et individuels au départ du port de Morgat.

Tarifs : cours de Kitesurf : à partir de 110 € / pers.
 (assurance comprise) - Bouée tractée : à partir de 22 € / pers.
 (groupe de 8 pers. et + : à partir de 19 € / pers.)
 en couple, en famille ou entre amis



BREIZH ROAD SURFING

École Française de Surf

Stéphane Herjean
 06 98 28 88 30
 breizhroadsurfing@gmail.com
 www.breizhroadsurfing.com

École ouverte du 1^{er} avril
 au 30 novembre 2022



Les cours sont encadrés et assurés dans des vagues adaptées à tous niveaux par un moniteur expérimenté. Cette école labellisée Ecole Française de Surf, exclusivement itinérante depuis 2013, transporte ses élèves en minibus vers différentes plages en baies de Douarnenez et d'Audierne selon les conditions, dans le but d'offrir des prestations sécuritaires. A partir de 5 ans. Prêt du matériel et assurance inclus.

Tarifs : Semaine : 220 € (vacances) / Découverte : 65 € (été)
 Découverte + : 110 € (été) / Année : 370 € (période scolaire)



PENN AR SURF SCHOOL

Kévin Brélivet
 06 69 50 04 28
 pennarsurfschool@gmail.com
 www.pennarsurf.bzh

École ouverte d'avril à décembre



L'école de surf sur la plage de Kervel vous propose des cours pour tous les âges et tous les niveaux dans un cadre convivial. La plage de Kervel est un lieu idéal pour les premiers pas en surf.

Tarifs
 Séance d'1h30 (de 5 à 8 ans)
 et séance de 2h (de 8 ans et plus)
 Cours de surf : 35 à 40 € - Forfait 3 jours : 95 à 105 €
 Forfait 5 jours : 135 à 145 €
 Location de matériel



BREIZH TRIP SURF SCHOOL

École de surf itinérante & Ecole de Surf à Plomodiern

Sébastien EL ANGAR
 Camping Le Kergoz, Plage de Lestrevet
 29550 Plomodiern
 06 26 96 37 19
 contact@breizhtripsurfschool.com
 www.breizhtripsurfschool.com

Ouvert toute l'année
 Présence sur Plomodiern en juillet et août
 Infos et résas, connectez-vous
 sur notre site internet pour
 vous inscrire dès maintenant.



École de surf itinérante, la Breizh Trip Surf School, permet aux surfeurs de découvrir les spots du coin et d'évoluer sur différents types de vagues. Pour les cours de surf, il n'est jamais trop tard pour vous inscrire ! Chaque semaine, un programme qui répond au mieux aux conditions de vagues, avec les horaires de cours suivants :

A partir de 5 ans - Prêt du matériel et assurance incluse
 Départ à 9h pour le surf itinérant - La navette dessert
 St-Nic, Telgruc, Argol et Lanvéoc (retour à Plomodiern à
 13h30)

Sur place à Plomodiern : 1 cours le matin : 9h/10h30 ou
 11h/12h30 (niveau perfectionnement petits et grands) /
 2 cours l'après-midi : 14h30/16h00 (kids) et 16h30/18h
 (tous niveaux) / 3^e cours en afterwork en fin de journée :
 pour les niveaux perfectionnement (ados et adultes...) -
 Départ de Plomodiern à 18h et retour à 21h/21h30 !

Autres activités : Paddle, sauvetage côtier

Activités nautiques



CATAVOILE 29

- 👤 Erwan Rognant
- 📍 Quai Kador
29160 Crozon-Morgat
- ☎ 06 69 18 07 76
- ✉ contact@catavoile29.fr
- 🌐 www.catavoile29.fr

Ouvert toute l'année



Découvrez les plus beaux sites de la presqu'île de Crozon en catamaran de croisière ou en pirogue. Avec nos guides experts locaux, embarquez pour la plage de l'île Vierge, le Cap de la Chèvre, l'île de Sein en catamaran et les grottes marines de Morgat en pirogues. Programme et réservations sur le site internet.

Naviguez à la carte : c'est vous qui décidez du programme ! (mise à disposition possible de stand up paddle, palmes, masques, tuba, combinaisons, canne à pêche).

Tarifs : Balades (Île Vierge, cap de la chèvre, Baie de Douarnenez, île de Sein)

Adulte : de 55 à 140 € / Enfant : de 25 € à 70 €



BREIZH PÊCHE 29

- 👤 Gaël Rognant
- 📍 13 rue de la plage - 29550 Saint-Nic
- ☎ 06 15 41 16 49
- ✉ breizh.peche.29@live.fr
- 🌐 www.guide-de-peche-bretagne.fr

Ouvert toute l'année



Moniteur, guide de pêche, pro staff Ultimate Fishing, diplômé d'état BPJEPS "Pêche de loisir" option pêche en milieu maritime.

Venez me rejoindre pour vous initier ou perfectionner seul ou entre amis aux techniques de pêches modernes en bord de mer sur la presqu'île de Crozon, en rade de Brest et Baie de Douarnenez ou en rivière sur les berges de l'Aulne.

Prestations : Pêche Bord - 1/2 journée : 120 € / pers.
Pêche Bord - 1 journée : 180 € / pers.
Pêche Bateau - 1/2 journée : 180 € / pers.
Pêche Bateau - 1 journée : 250 € / pers.
Pêche du thon rouge au leurre : 1000 € de 1 à 4 pers.

Traversées maritimes et croisières



PENN AR BED ILES Ouessant / Molène / Sein

- 📍 Quai Georges Lombard
29200 Brest
- ☎ 02 98 80 80 80 / 02 98 70 70 70
- ✉ contact@pennarbed.fr
- 🌐 www.pennarbed.fr

Ouvert toute l'année



Liaisons quotidiennes vers Ouessant, Molène et Sein.

Été comme hiver, embarquez en toute sécurité à bord de l'un de nos 6 navires spacieux et confortables. Prenez le large avec nos équipages et embarquez par les ports de Brest, Le Conquet, Audierne et Camaret vers les îles de la mer d'Iroise Ouessant, Molène et Sein.

Tarifs :

Adt : 30 / 35 €

Enft (4 à 16 ans) : 20 / 25 €

Enft de 0 à 3 ans : gratuit

Billetterie à l'office de tourisme de Châteaulin, Pleyben, Plomodiern et Plonévez-Porzay



VEDETTES DE L'ODET

- 📍 2 avenue de l'Odét - Vieux port
29950 Bénodet
- ☎ 02 98 57 00 58
- ✉ contact@vedettes-odet.com
- 🌐 www.vedettes-odet.com

Ouvert du 9 avril au 2 octobre 2022

Départ de Bénodet et Concarneau d'avril à septembre. Départ de Loctudy, Beg Meil, Port-La-Forêt et Quimper en juillet et août

Réservation conseillée 48 heures à l'avance.

Embarquez à bord des Vedettes de l'Odét pour découvrir les plus beaux sites maritimes de Bretagne Sud : la rivière de l'Odét en croisière promenade et gourmande.

Les îles Glénan "le lagon breton" en formule Evasion, découverte de l'archipel, sortie nature, exploration vision sous-marine ou escapade en kayak de mer.

Tarifs : Adulte : de 7 € à 53 €

Junior (13-17 ans) : 5 € à 47 €

Novice (4-12 ans) : 3 € à 29 €

Mousse (0-3 ans) : gratuit à 7 €

Tribu (2 adultes + 3 enfants) : -15% sur certaines formules

Menu : 35 à 60 €



Billetterie à l'office de tourisme de Plomodiern



LE BRESTOÂ

- ✉ Quai Georges Lombard - 29200 Brest
Cale du Fret - 29160 Crozon
- ☎ 02 98 33 04 18 / 07 78 37 03 23
- @ bonjour@lebretoa.com
- 🌐 www.lebretoa.com

Ouvert du 1^{er} avril au 31 octobre 2022



Laissez votre voiture : embarquez sur Le Brestoâ ! Au départ du port du Fret, rejoignez le centre ville de Brest en 30 minutes ou débarquez face à l'entrée Océanopolis (Bénéficiez d'un tarif privilégié sur vos billets Océanopolis). C'est aussi l'occasion de découvrir les 180 km² de Rade avec des circuits d'1h30 à 3h avec ou sans restauration à bord.

Tarifs : à partir de 10 € / Adulte

Billetterie à l'office de tourisme de Plomodiern et de Saint-Nic



VEDETTES SIRENES

- ✉ Quai Kador - Port de Morgat
29160 Crozon
29 quai Gustave Toudouze - 29570 Camaret
- ☎ 06 60 93 97 05
- @ info@sirenes.bzh
- 🌐 www.sirenes.bzh

Ouvert du 4 avril au 28 septembre 2022

Horaires : tous les jours
(voir site internet)



DÉCOUVREZ LA PRESQU'ÎLE DE CROZON AUTREMENT. Du port de Morgat à la Presqu'île de Roscanvel en passant par le cap de la Chèvre, Camaret et la pointe de Pen Hir, embarquez pour l'une de nos cinq balades au fil de l'eau et admirez les trésors maritimes de la Presqu'île de Crozon.

Grottes marines, falaises abruptes, fortifications, chaque circuit vous invite à vous émerveiller et à profiter d'un moment unique sur l'océan.

Tarifs : Adulte : de 16 à 27 €
Enfant (13 à 17 ans) : de 14 à 24 €
Enfant (4 à 12 ans) : de 10 à 18 €
Enfant (1 à 3 ans) : de 4 à 8 €
Gratuit pour les bébés



Billetterie à l'office de tourisme de Châteaulin, Pleyben, Plomodiern, Plonévez-Porzay et Saint-Nic



NOTRE DAME DE RUMENGOL

- ✉ An Test - Ti Mein - 29460 L'hôpital Camfrout
- ☎ 02 98 20 06 58
- @ contact@antest.net
- 🌐 www.antest.net

15 juin : Remontée de l'Aulne (de Brest à Port-Launay)
16 juin : Descente de l'Aulne (de Port-Launay à Brest)

NOUVEAUTÉ 2022 :

Mercredi 16 juin : SOIRÉE CONTES À QUAI, 20h, quai de Port Launay, ouvert à tout.e.s, même non participant à la croisière.

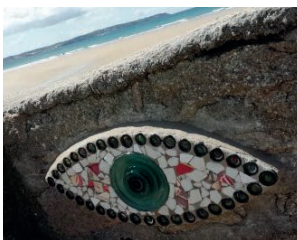
Céline Gumuchian vous embarque au gré de contes traditionnels et de chants d'ici et d'ailleurs ; un voyage statique pour adultes et enfants de + de 7 ans, à prix libre.

Retrouvez toutes les dates des sorties sur www.antest.net

Embarquez à bord du "Notre Dame de Rumengol", gabare de la mer d'Iroise classée monument historique et venez vivre un moment inoubliable en participant aux manœuvres sous les conseils avisés des membres d'équipage ! Tout au long de votre sortie en mer, vous découvrirez les paysages cachés de l'Aulne, les oiseaux de la rivière, les moulins à marées, le cimetière de bateaux de Landevennec, l'écluse de Guilly Glaz.

Tarifs, prix public 2022 :

Remontée ou descente seule (retour en car inclus) : Adulte : 70 €
Duo : 130 € - Enfant : 40 €
Aller - Retour (nuit à bord et repas du soir inclus) : Adulte : 115 € - Duo : 215 €
Enfant : 65 €



Le saviez-vous ?

Sur les communes littorales de Plonévez-Porzay, Plomodiern, Ploéven, Saint-Nic, Trégarvan, mais aussi au lieu-dit le Passage à Dinéault, découvrez "l'œil" de Pierre Chanteau ! L'artiste plasticien a disséminé tout au long de ses pérégrinations en Finistère, plus d'une centaine d'yeux en verre et en faïence, en hommage aux milliers d'hommes et de femmes qui ont porté secours aux marins en difficulté. Un jeu de piste, grandeur nature, à l'échelle du Finistère, une vraie invitation à la découverte !

+ D'INFOS : "Taoi Lagad, Serr Lagad" - "Coup d'œil, Clin d'œil" - <http://pierrechanteau.fr/clin-doeil>



Se mettre au vent !

Le canal à vélo, à pied ou à cheval, c'est la voie verte idéale pour aborder, en douceur, en famille, entre amis ou en amoureux, l'itinérance. Pas de bruit de moteur, ici la voiture n'est pas autorisée ! Calme, tranquillité et quiétude seront les maîtres mots de votre escapade.

Le chemin de halage qui borde le canal bénéficie d'un tracé plat, ombragé et convient naturellement aux familles en quête d'un itinéraire sécurisé. Le bon plan pour les balades dominicales ! Au détour d'un méandre, observez une végétation aux couleurs et aux reflets changeants et des panoramas plus verdoyants les uns que les autres. Un paradis vert et bleu, loin de la frénésie, loin de l'artificiel, où l'on se reconnecte à l'essentiel.

UNE ESCAPADE à Châteaulin



Jolies chaumières du Vieux Bourg, vestiges du donjon du château, lavoirs, prieuré saint-Idunet, chapelles de Lospars ou de Kerluan, viaduc, ... la ville ne manque pas de charme et d'atouts pour qui est sensible à la beauté des vieilles pierres. Le long des quais, une exposition photographique en plein air vous raconte le Châteaulin d'hier à travers quinze bacs à fleurs ornés de clichés provenant de la collection des archives Le Doaré.

Partez à la découverte... L'église Saint-Idunet et l'observatoire aquatique vous invitent à une halte tout au long de l'année. En saison estivale, l'église Notre-Dame se dévoile aux visiteurs grâce aux visites guidées. Profitez du soleil... Faites une pause pique-nique dans le jardin arboré et fleuri du Lentoc'h, sur les bords du canal ou au plateau de la petite gare. Prenez le temps... Flânez dans les commerces du centre-ville ou sur l'un de ces deux marchés : traditionnel le jeudi, bio et artisanal le mercredi.



© Martin Mezer / CRTB

LÀ OÙ COMMENCE l'histoire...

Avec ses 237 écluses et ses nombreux ouvrages d'art, le canal de Nantes à Brest est considéré comme la plus grande œuvre technique du XIX^e siècle et serpente les plus belles vallées bretonnes.

Ce grandiose canal a longtemps contribué au développement économique de la Bretagne. La première pierre de la première écluse, aujourd'hui disparue, est posée entre Châteaulin et Port-Launay le 7 septembre 1811. Ouvert à la navigation en 1836, il constitua une artère vitale, pendant près d'un siècle, pour l'intérieur de la Bretagne dont bénéficièrent surtout l'industrie ardoisière et l'agriculture. Ce rôle économique fut de courte durée. La concurrence du transport ferroviaire et routier ruina les espoirs de développement nés autour du canal. Partez à la découverte de ce magnifique héritage de l'histoire et laissez-vous séduire par le charme de ses douces courbes et de ses rives indolentes, ponctuées d'aires de repos ou de pique-nique !

Inaugurée par Napoléon !

L'écluse du Guily Glaz (Port-Launay) est la 237^e écluse du canal de Nantes à Brest et la dernière écluse maritime aménagée sur l'Aulne maritime. Elle a été inaugurée en 1858 par Napoléon III et l'impératrice Eugénie. Après deux années de travaux, un barrage à clapets mobiles a été construit (ayant pour effet de diminuer en quelques minutes, le niveau de l'Aulne sur plusieurs kilomètres). A proximité, vous trouverez une aire de pique-nique, avec barbecue, à votre disposition. Vous pourrez également découvrir des moutons d'Ouessant gambadant joyeusement dans leur enclos. Une pause bucolique qui vous réserve de jolies surprises !



© Martin Mezer / CRTB

Longer le canal de Nantes à Brest à pied ou vélo est une expérience de déconnexion. Calme et sérénité règnent tout du long de cette voie fluviale.



365

kilomètres



237

écluses



555

mètres de
dénivelé



30

années : c'est
la durée de
ce chantier
gigantesque !



160

millions de francs-or
de 1860* : c'est le coût
total de la construction
du canal



1

mètre : c'est le
tirant d'eau du
chenal en Finistère

*soit 150 millions d'euros en 2000



Changez de point de vue !

Essayez-vous au stand up paddle pour une balade sereine au fil de l'eau ! Vous profiterez ainsi de rivages sauvages et accéderez à des petits coins de paradis au charme insoupçonnés. Et si le cœur vous en dit, vous pourrez pagayer au coucher de soleil dans une symphonie de couleurs !

+ D'INFO : Canal Loisirs (p. 24)



On fait chauffer les muscles !

Rien de tel qu'un petit tour en pédalo ou en barque pour se détendre en famille ou entre amis à votre rythme. Plaisir et fous rires assurés !

+ D'INFO : Canal Loisirs (p. 24)



À vélo ou à cheval !

Profitez des berges pour une balade bucolique en famille ou une sortie romantique en amoureux, loin du tumulte !



Canal, terre de trail !

Le canal est le lieu idéal pour la pratique de cette d'activité ! Pas besoin d'être un sportif de l'extrême, juste d'avoir envie de découvrir le paysage et de s'évader ! Son tracé plat permet une course à pied sur longue distance, en pleine nature et en toute sécurité.



Glissez sur le plus grand toboggan du Finistère !

Un parcours de plus de 20 km est possible en kayak ou en canoë kayak de Pleyben (Pont-Coblant) à Châteaulin en saison estivale grâce à l'installation de glissières. Sensations garanties ! C'est le moment de louer un kayak, de se jeter à l'eau et de partir à l'aventure, non ?

+ D'INFO : Canal Loisirs (p. 24)



En plein dans le mille !

Qui n'a jamais rêvé de se prendre pour Robin des Bois ? Force, précision, contrôle, patience et maîtrise de soi seront vos meilleurs atouts pour découvrir le tir à l'arc !

+ D'INFO : Canal Loisirs (p. 24)

Char à voile du bout du monde (p. 12)



À l'abordage !

Embarquez à bord d'un vieux gréement pour une excursion en famille ou en amoureux à la découverte des recoins magiques et secrets du canal et de l'Aulne maritime bercé par le clapotis de l'eau.

+ D'INFO : Notre Dame de Rumengol (p. 15)



Vous hésitez entre vélo et Kayak ?

Facile... prenez les deux ! Le matin à vélo, l'après-midi en kayak pour découvrir le canal autrement !

+ D'INFO : Canal Loisirs (p. 24)

POUR LES MORDUS de pêche en eau douce !

Si vous êtes un passionné de pêche, vous rêvez sans doute de l'endroit idéal !
La région Menez-Hom Atlantique est un petit paradis pour les pêcheurs.
Véritable joyau de la nature, elle offre une grande diversité d'espèces halieutiques :
poissons migrateurs, carnassiers et autres cyprinidés.
Sa rivière appelée l'Aulne est le plus grand bassin versant du département du Finistère.
Dans ce magnifique cadre, le pêcheur que vous êtes aura la sensation
de vivre un moment privilégié !

5 conseils pour la pêche en eau douce

Être bien organisé & avoir le bon matériel.
Opter pour la bonne technique de pêche.
Trouver le bon endroit.
Suivre le soleil, la lune et la météo.
Rester calme et patient !

Les meilleurs coins ?

A PORT-LAUNAY :
Le long des berges à Guilly Glaz.

A CHÂTEAULIN :
le long des 2 rives ou
en amont des écluses.

A SAINT-COULITZ :
au lieu dit "La pointe" près de
l'ancienne usine hydroélectrique.

A PLEYBEN :
Ruisseau du Vernic (direction
Pont-Coblant, parcours de pêche).
De nombreux postes de pêches sont
également présents tout au long du
chemin de halage.

A PLOMODIERN :
Ruisseau de Kerharo.



Gaël Rognant

*Pêcheur émérite,
guide de pêche*

Le petit truc en plus qui peut faire toute la différence ?

Pour les débutants, c'est de
commencer par la base : la
pêche des poissons blancs
(gardons, ablettes).

*"Le plus important n'est pas
de prendre du poisson mais
du plaisir !"*

*Et si la canne à pêche et
vous ça fait trois, Gaël est
aussi guide de pêche (voir
p.14), contactez-le !*

Si je veux pêcher comment je dois m'y prendre ?

Pour pêcher dans l'Aulne, il faut un
permis en cours de validité ! RDV Au
local de l'AAPPMA de Châteaulin
ou sur www.cartedepeche.fr
pour remplir cette formalité !

Si vous êtes déjà pêcheurs, il vous faut
vérifier la réciprocity de votre carte !

**Bon plan vacances : optez pour une
carte journalière (12 €) ou une carte
hebdomadaire (33 €) !**

Des postes de pêches sont également
accessibles aux personnes à mobilité
réduite tout au long du canal.

Un doute sur la réglementation ? Des questions ?

AAPPMA - 33 Quai Cosmao
Châteaulin / 09 50 24 56 95
06 42 75 71 13

<https://aappma-chateaulin.jimdofree.com/>
chateaulin.saumon@wanadoo.fr

Fédération du Finistère pour la pêche
et la protection du milieu aquatique
02 98 10 34 20
www.peche-en-finistere.fr

A vos cannes, prêts, feu... partez !

Un chemin d'eau parsemé de curiosités...

3



A la découverte des poissons migrateurs !

OBSERVATOIRE AQUATIQUE
CHÂTEAULIN

Renseignements pour l'ouverture de l'observatoire au 02 98 73 40 31

1



Une pause hors du temps

LIEU DIT "LE PASSAGE"
DINÉAULT

4



Châteaulin, 4^e ville électrifiée de France !

RUINES DE L'ANCIENNE USINE HYDROÉLECTRIQUE
SAINT-COULITZ

2

Port-Launay, Port d'intérêt Patrimonial

GUILY GLAZ
PORT-LAUNAY

L'écluse de Guilly Glaz est la 237^e et dernière écluse maritime aménagée sur le canal de Nantes à Brest.



ET SI VOUS TESTIEZ LE CANAL DE NANTES À BREST à vélo ?



Notre "petite cathédrale"

CHAPELLE SAINT SÉBASTIEN
SAINT-SÉGALL

5



Un enclos paroissial de toute beauté !

BOURG
PLEYBEN

6



Renforcez vos mollets en testant le vélo à eau sur le contre halage à Gouézec !

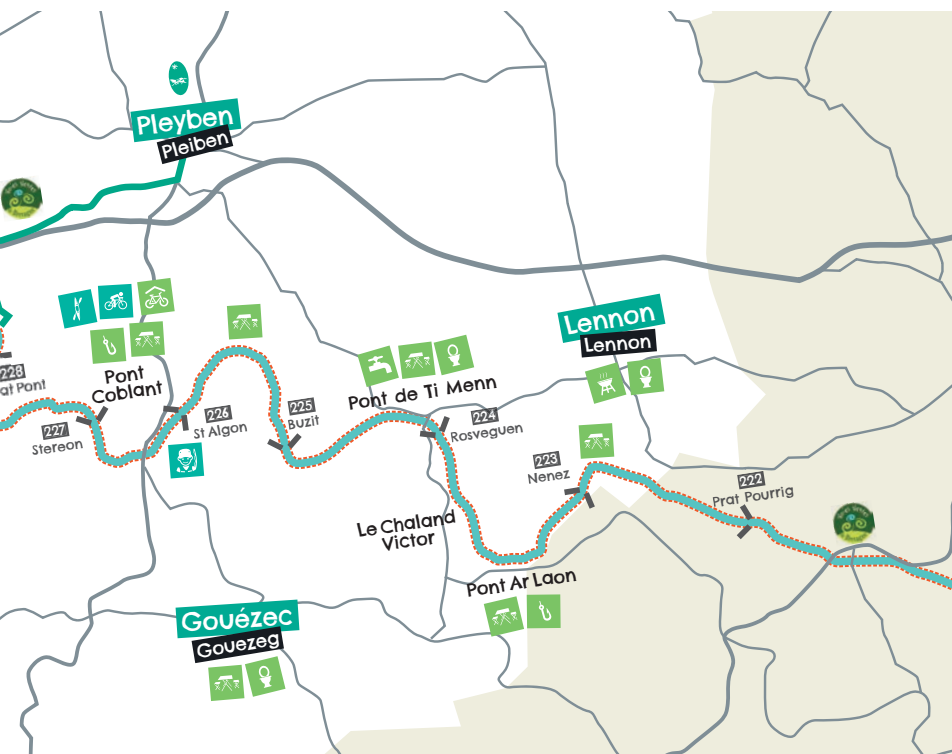
7



Victor ou le dernier vestige de la batellerie sur le canal de Nantes à Brest !

VISIBLE AU PONT TI MENN
(À LA LIMITE DES COMMUNES DE LENNON, GOUÉZEC ET PLEYBEN)

8



- P.N.R.A. Communes du Parc Naturel Régional d'Armorique
- Maison de la plaisance
- Location de vélos
- Observatoire aquatique
- Base d'activités
- Abri à vélo
- Aire de bivouac
- Aire de pique-nique
- Point d'eau
- Barbecue
- Poste de pêche
- Toilettes
- Écluses
- Chemin de halage
- Voie verte - N°6 (5,5 km)

Se déplacer le long du canal

A pied, à vélo ou en bateau,
le canal de Nantes à Brest vous offre un
périple nature au cœur de la Bretagne !

A VÉLO OU À PIED, UN TERRAIN DE JEU VERT ET ZEN !

Marcheurs et cyclistes, vous trouverez, de halte en halte, les équipements nécessaires à la récupération du sportif, à la découverte de la nature ou tout simplement à un pique-nique bien mérité !



Utilisez les Gwasked Beloioù, les abris à vélos du canal !

Ces abris, fermés par votre antivol à vélo, vous permettent de délaissier votre monture (vélos, remorques, bagages, etc.), le temps d'aller faire la visite d'une maison éclésièrre, de vous restaurer, de visiter un bourg ou de faire quelques emplettes en toute tranquillité.

A Pont-Coblant (Pleyben).



Profitez des aménagements tout au long du canal !

Tables couvertes et accessibles à tous, barbecue (idéal pour des repas grillades !), repose-vélos et points d'eau viendront émailler votre parcours. Des panneaux d'information vous permettront également de vous repérer tout en découvrant l'histoire du canal.

Tout au long du canal !

IDÉE + : l'emplacement de l'ensemble du mobilier est consultable sur <https://kartenn.region-bretagne.fr/vn>

FAITES UNE PETITE HALTE !

Des petits coins de repos (aires de repos ou de bivouac) vous accueillent tout au long de votre parcours... Profitez-en !

**Sur l'îlot de l'écluse de l'Aulne (Châteaulin), au lieu-dit Toul ar Pesked (Pleyben)
ou encore à la maison éclésièrre de Rosvéguen (Lennon).**

Bon plan

Louez votre vélo auprès de Canal Loisirs (p.25) à Pleyben ou sur www.velocouest.fr (p.25) et sillonnez le canal !



OH MON BATEAU !

Quel plaisir de prendre les commandes de sa propre embarcation et de partir à l'aventure en famille ou entre amis sur le reposant et verdoyant canal ! Le canal de Nantes à Brest est navigable : tous les bateaux dont le tirant d'eau est inférieur à 1 mètre peuvent naviguer sur le linéaire finistérien. Les bateaux dont le tirant d'eau est compris entre 1 et 2,7 mètres peuvent uniquement naviguer dans le bief de Guily Glaz et l'Aulne maritime.

ON FAIT COMMENT pour passer les écluses ?

Les écluses sont exclusivement manœuvrées par les personnels de la Région Bretagne.

Le service est offert en permanence pendant les horaires de navigation cependant un délai de prévenance est nécessaire pour organiser votre passage dans les meilleures conditions :

entre l'écluse 192-Goariva et l'écluse 236-Chateaulin

Délai : 24h (48h pour les convois groupés)

Départ du mardi au samedi (prévenir la veille avant midi)

Départ dimanche ou lundi (prévenir avant vendredi midi)

Contact : 02 97 75 12 45

Le passage de l'écluse de Guily Glaz est assuré entre 2h30 avant la pleine mer et 2h après la pleine mer (horaires de pleine mer de Brest), dans une amplitude comprise entre :

9h/18h de début octobre à début mars (hors saison de navigation) : passage avec délai de prévenance de 48h, uniquement du lundi au vendredi. Contact : 02 97 75 12 45

7h/22h de début avril à début octobre (pendant la saison de navigation) : passage sans prévenance.

UNE P'TITE douche ?

A Port-Launay

La Maison de la Plaisance vous propose ses services : douches, sanitaires et bac à laver. Et le long des quais, des bornes peuvent alimenter votre bateau en électricité et en eau.

Localisation :

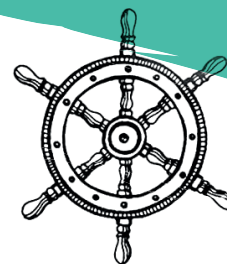
Quai des Amiraux Douguet
Port-Launay Ouverture : 24h/24

Tarif :

1 jeton coûte 3€ (au choix : 4h d'électricité ou 4 min de douche). L'accès à la maison se fait au moyen d'un code mentionné sur le ticket délivré par le distributeur. Paiement possible par carte bancaire.

En cas de problème :

Mairie de Port-Launay :
02 98 86 09 63
CCPCP : 02 98 16 14 00



Pour tout savoir sur le canal (réglementation en cours, avis à batellerie, écluses...) <https://canaux.bretagne.bzh>

N° DES ÉCUSES	NOM DES ÉCUSES	DISTANCE ÉCLUSE SUIVANTE (EN KM)	DISTANCES CUMULÉES (EN KM)
237	GUILI GLAS	4.00	0.00
236	CHATEAULIN	2.20	4.00
235	KOATIGRAC'H	1.63	6.20
234	TOUL AR RODO	2.74	7.83
233	PRAT HIR	2.86	10.57
232	AULNE	1.90	13.43
231	LE GUILLEC	3.00	15.33
230	TRESIGUIDI	2.26	18.33
229	LOTHEY	2.50	20.59
228	KOAT PONT	2.76	23.09
227	STEREON	1.85	25.85
226	ST ALGON	2.12	27.70
225	BUZIT	3.27	29.82
224	ROSVEGUEN	2.74	33.09
223	NENEZ	2.54	35.83

Activités sur le canal



BASE D'ACTIVITÉS NAUTIQUES CANAL LOISIRS

Pont-Coblant - 29190 Pleyben
 09 81 64 34 63
contact@canal-loisirs.com
www.canal-loisirs.com

Ouverte toute l'année
En saison : tous les jours de 10h à 18h
Hors saison : sur réservation en fonction des conditions



Au départ de Pont-Coblant à Pleyben, naviguez en toute sécurité en canoë et kayak, pédalos, barques ou stand up paddle sur le canal de Nantes à Brest. Découvrez nos différentes formules pour 1h ou à la journée !

Idée + : découvrez le canal de Nantes à Brest : le matin à vélo, l'après-midi en kayak à partir de 25 € / pers. Découvrez également notre formule randonnée à partir de 30 € / pers (descente du canal via 3 toboggans). Pensez à réserver !

	1h	½ journ. sur place
Pédalo 4 PL	25 €	35 €
Barques 6 PL	25 €	35 €
Stand up paddle	12 €	25 €
Kayak simple	12 €	25 €
Kayak / canoë double	19 €	35 €
Canoë 4 PL	25 €	42 €

Activités ludiques et sportives



TIR À L'ARC

CANAL LOISIRS
 Pont-Coblant - 29190 Pleyben
 09 81 64 34 63
contact@canal-loisirs.com
www.canal-loisirs.com

Ouvert toute l'année
En saison : tous les jours de 10h à 18h
Hors saison : sur réservation

Séances d'initiation et de découverte durant l'été à la base d'activités de Pont-Coblant à Pleyben. Inscrivez-vous sur l'un des créneaux proposés durant l'été. Possibilité de séance encadrée pour des groupes déjà constitués : nous contacter pour discuter de votre projet. Possibilité de réservation de groupe toute l'année. Dès 8 ans.

Tarifs :
 Adulte : 15 €
 Enfant : 12 €
 Famille : de 38 à 59 €



CENTRE ÉQUESTRE DU VIEUX BOURG

Le Vieux bourg - BP 72 - 29150 Châteaulin
 02 98 16 10 97 / 02 98 16 12 49
esat.chateaulin@lesgenetsdor.org
www.vieux-bourg-chateaulin.fr

Ouvert toute l'année

Venez apprendre et vous amuser au Vieux-Bourg. Balade à poney, stage de découverte ou de perfectionnement, organisation de sorties spécifiques pour les groupes. Le centre équestre met à votre disposition 2 manèges couverts et 3 carrières. Possibilité de restauration et d'hébergement sur place. Dès 3 ans.

Tarif : Balade à poney : à partir de 10 €
 Stages de découverte ou de perfectionnement : à partir de 20 €





FERME D'ANIMATION DU VIEUX BOURG

- ✉ Le Vieux bourg - BP 72 - 29150 Châteaulin
- ☎ 06 12 10 47 29 - 02 98 16 10 97
- @ ferme.esatchateaulin@lesgenetsdor.org
- 🌐 www.vieux-bourg-chateaulin.fr

Ouvert toute l'année
 Pour les particuliers : visite libre :
 lundi, mardi, mercredi, vendredi : 13h30-16h30
 Le samedi : 10h-17h

Dans le cadre privilégié de la mini ferme du Vieux-Bourg, faites connaissance avec les animaux de la ferme (cochons, ânes, chèvres, moutons, volailles, lapins) et la nature.

Idée : la ferme d'animation propose l'organisation d'anniversaire pour les enfants (soin aux animaux, jeux) !

Tarif : 2 €



CENTRE AQUATIQUE COMMUNAUTAIRE

- ✉ 38 rocade de Parc Bihan - 29150 Châteaulin
- ☎ 02 98 86 06 55

Ouverture : nous consulter
 Retrouvez toutes les informations
 sur www.ccpq.bzh

Niché dans un écrin de verdure, face à l'Aulne, découvrez ce nouvel équipement de 3000 m² qui ravira nageurs sportifs comme barboteurs tranquilles !

Pour les sportifs : un bassin de 25 m en inox avec 6 lignes d'eau et éclairage subaquatique.

Pour les enfants et les familles : un bassin ludique en inox de 200 m² avec un espace thalasso, une pataugeoire de 35 m² équipée de jets d'eau, banquettes à bulles et éclairage subaquatique.

Pour tous : un tobogan géant de 56 m !

Vous pourrez également profiter d'un moment de détente en profitant au gré de vos envies de l'espace Bien-être équipé d'un Sauna, d'un Hammam et d'un solarium.



Location de vélos



CANAL LOISIRS

- ✉ Pont-Coblant - 29190 Pleyben
- ☎ 09 81 64 34 63
- @ contact@canal-loisirs.com
- 🌐 www.canal-loisirs.com

Ouvert toute l'année
 En saison : tous les jours de 10h à 18h
 Hors saison : sur réservation

Location de vélos, remorques et suiveurs.

Possibilité de location sur plusieurs jours avec tarifs dégressifs.

Pour les tarifs spéciaux : nous contacter

Tarifs :

	½ jour.	Journée
Adulte	12 €	15 €
Enfant	10 €	12 €
Remorque enfant	10 €	15 €
Vélo suiveur	5 €	10 €



VELOC'OUEST

- LOCATION ET LIVRAISON DE VÉLOS
- ✉ 06 23 36 24 98 / 02 90 73 31 62
- @ livraison.velocouest@gmail.com
- 🌐 www.velocouest.fr

Livraison toute l'année

Réservez votre vélo en ligne sur www.velocouest.fr et faites-vous livrer votre vélo !

Location et livraison de vélos tous chemins, vélos électriques. Nous vous mettons aussi à disposition des sièges bébé, des remorques enfant ainsi que des casques.

Tarifs : nous consulter





Randonnée s'évader, au cœur des éléments...

Notre destination est le lieu idéal pour la pratique de la randonnée ! Ici, tout au long des 2 sentiers de Grande Randonnée®, le randonneur est entraîné entre bruyères, landes arides, falaises découpées, criques profondes, plaines verdoyantes, rives indolentes de l'Aulne, avec l'immensité de la Baie de Douarnenez en toile de fond. C'est certainement l'une des plus belles manières de découvrir la beauté de la côte sauvage et d'être séduit par le charme si tranquille de l'intérieur des terres...

Le GR®34

**le plus maritime
des sentiers de
randonnée !**

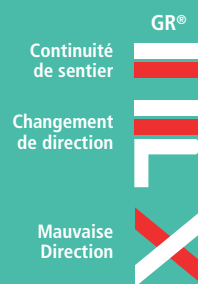
C'est l'un des plus emblématiques sentiers de Grande Randonnée® français. Le GR®34 aussi nommé "Sentier des douaniers" longe sur plus de 2 000 km l'ensemble des côtes bretonnes. De Pentrez à Kervel, il vous offre 14,6 km d'une vue imprenable sur la mer.

+ D'INFO sur www.mongr.fr

Étapes Crozon > Douarnenez

De Morgat à Trez-Bellec	16	3h45
De Trez-Bellec à Pentrez	7	2h
De Pentrez à Lestrevet	3	45 min
De Lestrevet à Pors ar Vag	0,6	10 min
De Pors ar Vag à Tréfeuntec	7,5	1h50
De Tréfeuntec à Kervel	3,5	50 min
De Kervel à Douarnenez	7	1h45
Total	44,6	9h45

Balisage



Le GR®34 est signalé dangereux et exclusivement réservé aux piétons... Soyez prudents ! Il est interdit de la plage de Porz ar Vag à la plage de Lestrevet sur la commune de Plomodiern. Un contournement est également en place au niveau de Kervijen à Plomodiern ainsi qu'au niveau de Ty Anquer sur la commune de Ploéven.

Le GR®37

Parcours de la plage de Pentrez au pont de Térénez

Cet itinéraire traverse la Bretagne d'Est en Ouest. De Vitré à la Presqu'île de Crozon en passant par la Forêt de Brocéliande et le canal de Nantes à Brest. Suivant le GR®34, 17,7 km de parcours vous mèneront jusqu'au sommet du Menez-hom, pour profiter de son panorama à 360°, puis rejoindre le Pont de Térénez, avant de repartir vers le centre Bretagne.

+ D'INFO sur www.mongr.fr

Étapes Pentrez > Térénez

De Pentrez à Coatérel	5	1h15
De Coatérel à Sainte-Marie du Menez-Hom	8,2	2h15
De Sainte-Marie du Menez-Hom au sommet du Menez-Hom	4,5	1h30
Du sommet du Menez-Hom au pont de Térénez	9	2h20
Total	26,7	7h20

Praticable en toute saison, la meilleure période reste cependant de fin avril à mi-octobre où les journées sont plus longues et la flore de sortie !



POUR PRÉPARER VOTRE ITINÉRAIRE,

retrouvez toutes les infos randos sur la carte de randonnée de Brest terres océanes, disponible dans vos offices de tourisme.

#SURPRENEZVOUS



UN PROBLÈME SUR UN SENTIER DE RANDONNÉE ?

Pour le signaler, rendez-vous sur sentinelles.sportsdenature.fr

MON TRO BREIZH, le "Compostelle breton" !

Faire le "Tour de la Bretagne" à pied sur 1 500 km de chemins balisés, vous offrant le meilleur de la Bretagne, ça vous tente ? Vous pouvez bien sûr fractionner votre itinérance selon votre séjour...

L'étape du Tro Breizh de Quimper à Saint-Pol-de-Léon passe par nos communes selon les variantes : Pleyben, Plonévez-Porzay, Ploéven, Plomodiern, Saint-Nic, Dinéault et Trégarvan.



+ D'INFO : www.montribreizh.bzh

@montribreizh

TRO BREIZH

Application Rando Tro Breizh



Petites randonnées

Paysages et couleurs

Plus de 220 km d'itinéraires vous invitent à la découverte. Entre falaises découpées de bord de mer, verdoyante campagne mais aussi méandres scintillants de l'Aulne, mystérieux sous-bois... dans ces écrans paysagers et patrimoniaux, savourez la beauté des panoramas, et déconnectez-vous !

Le plus facile !

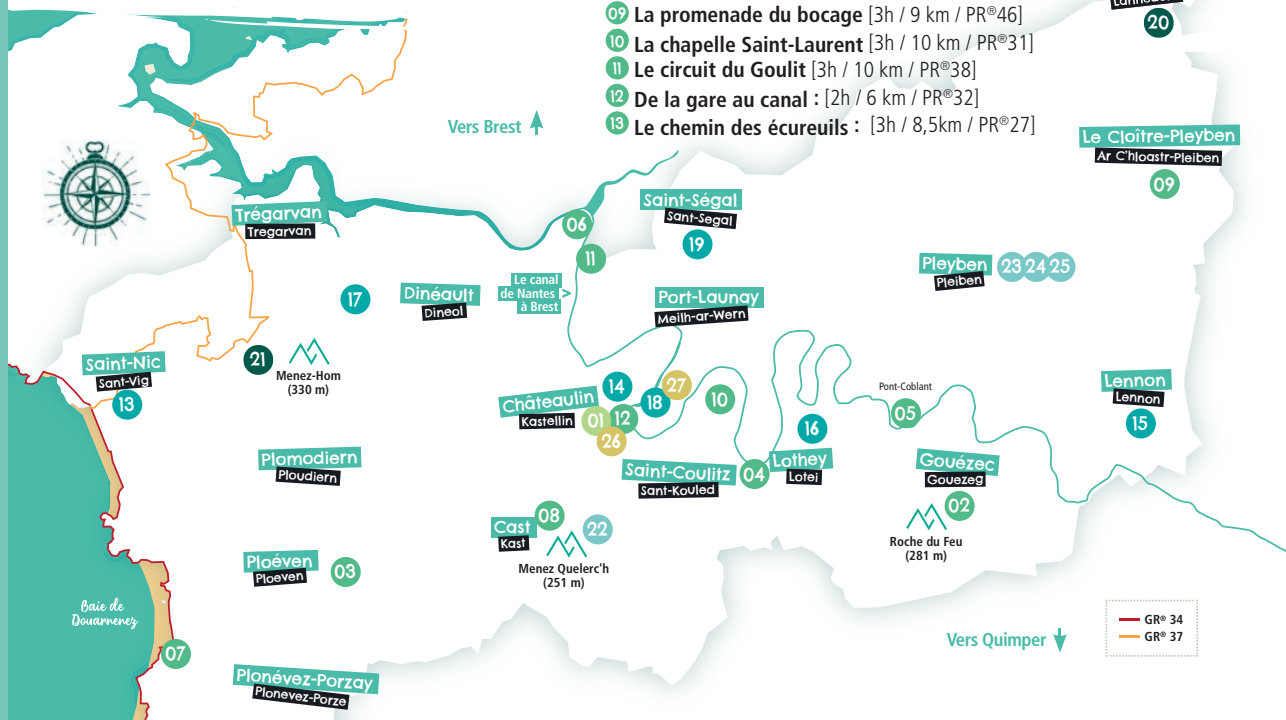
- 01 Les collines bleues [1h40 / 5 km / PR®33]

A faire en famille !

- 02 La montée de la Roche du Feu [1h45 / 5,3 km / PR®44]
- 03 Balade de Sainte-Barbe [2h20 / 7 km / PR®29]
- 04 Le circuit de la Montagne [2h40 / 7,5 km / PR®43]
- 05 La balade de Pont-Coblant [2h15 / 8,5 km / PR®41]
- 06 Le circuit de Saint-Exuper [2h40 / 8,5 km / PR®36]
- 07 Le long de l'anse de Sainte Anne la Palud [3h / 9 km / PR®28]
- 08 Le bois de Saint-Gildas [3h / 9 km / PR®30]
- 09 La promenade du bocage [3h / 9 km / PR®46]
- 10 La chapelle Saint-Laurent [3h / 10 km / PR®31]
- 11 Le circuit du Goulit [3h / 10 km / PR®38]
- 12 De la gare au canal : [2h / 6 km / PR®32]
- 13 Le chemin des écureuils : [3h / 8,5km / PR®27]

Balilage

- PR®
- Continuité de sentier
- Changement de direction
- Mauvaise Direction



Pour les habitués

- 14 Du bois du Chap au Menez Bras [3h / 9,5 km / PR®35]
- 15 La vallée de l'Aulne [3h / 11 km / PR®45]
- 16 Le circuit de l'Aulne [3h / 11,5 km / PR®42]
- 17 Les hauts de Dinéault [4h / 12,5 km / PR®25]
- 18 Le canal de Nantes à Brest [3h / 12 km / PR®34]
- 19 Bois et rivières [3h15 / 12 km / PR®37]

Pour les experts !

- 20 L'ancienne voie ferrée [4h30 / 16 km / PR®39]
- 21 Vers le sommet du Menez-Hom [6h20 / 19 km / PR®26]

Autres circuits communautaires de balades

- 22 Circuit du Menez Quelerc'h [3h / 10 km]
- 23 Circuit de Maner Coz [3h30 / 13 km]
- 24 Circuit de Saint-Laurent [2h15 / 9 km]
- 25 Circuit de la Trinité [2h / 6,5 km]

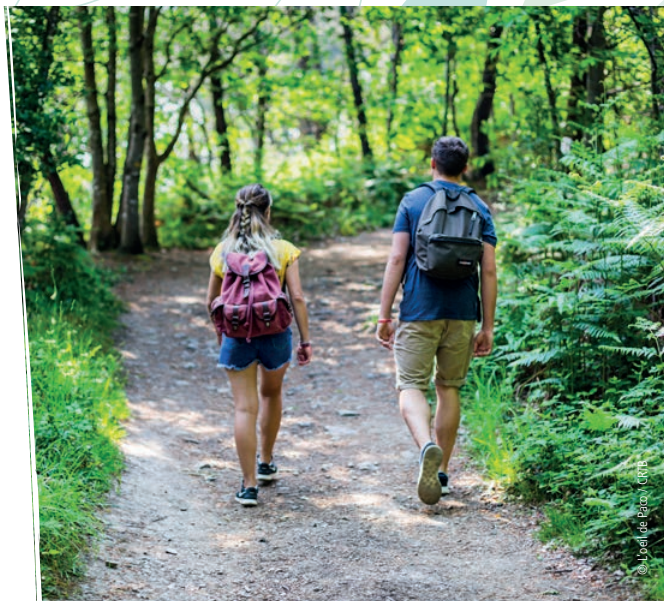
Balade découverte

- 26 Circuit "Au cœur de Châteaulin" [1h30 / 3,5 km / facile]
- 27 Voie verte entre Châteaulin et Port-Launay

**Recommandations pour
une randonnée en toute sécurité !**
Le code du bon randonneur est disponible
sur www.finistere.fr. Sur les voies
partagées, vous devez respecter le code
de la route. En complément, reportez-
vous aux points de vigilance indiqués
sur les supports officiels (Rando-fiches®
ou TopoGuides®).



En vente dans vos offices de tourisme
ou sur www.ffrandonnee29.fr



PROMENONS-NOUS dans les bois !

Profitez du doux parfum des sous-bois,
pour une promenade ressourçante sous
les arbres centenaires, une cueillette de
champignons, de châtaignes
ou de jonquilles...

Au bois du Chap DINÉAULT / CHÂTEAULIN

Surplombant la vallée de l'Aulne, le bois du Chap ravira les adeptes de la balade en forêt. 3 circuits de promenade en pleine nature : circuit botanique (1 km), circuit de la source (1,8 km) et circuit du vallon (2 km) vous sont proposés dans ce parc naturel de 65 hectares. A proximité, des tables de pique-nique sont à votre disposition.

Au bois de Saint-Gildas CAST

Situé au pied des éoliennes, sur les côteaux dénudés du Menez Quelerc'h, en plein cœur de l'ancienne voie romaine Châteaulin-Quimper, le bois de Saint-Gildas, sur 109 hectares, vous invite à la déconnexion. A quelques mètres, découvrez une belle clairière au milieu des hêtres, cyprès et châtaigniers et faites une halte pour découvrir la chapelle Saint-Gildas et sa fontaine.

Recommandation
pour une pratique
en toute sécurité !
Charte et code
du pratiquant sur
vtenfinistere.fr

À VTT : pour des mollets en béton !

Adeptes du VTT, saurez-vous résister à cet appel de la nature : vallée de l'Aulne, sommet du Menez-Hom, pointes majestueuses, immensité de la baie de Douarnenez... En famille, débutant ou sportif, ici il y a des terrains de jeux pour tous les goûts et tous les niveaux. 10 parcours balisés vous feront découvrir les multiples facettes du territoire.

Pour les débutants !

- 01 Boucle de Menez Yann [9,5 km / +230 m]

Pour les sportifs !

- 02 Le bois de Saint-Gildas [9 km / +150 m]
03 De Sainte-Marie à Saint-Corentin [15 km / +450 m]
04 Boucle du Bois de Cleguer [18 km / +322 m]
05 Parcours de Tal ar Grip [21 km / +320 m]
06 Boucle de Menez-Lié [23 km / +350 m]

Pour les bons !

- 07 Les hauts de Dinéault [15,3 km / +380 m]
08 Boucle panoramique [17 km / +470 m]

Pour les mégas bons !

- 09 De l'Aulne à Saint-Gildas [9 km / +150 m]
10 Boucle de Lost ar Run [16,7 km / +480 m]

Un stade VTT
de 2 hectares
à Gouézec !
Pump track, zone de trials,
piste de cross country et
descente à l'honneur !
BOURG DE GOUZÉC

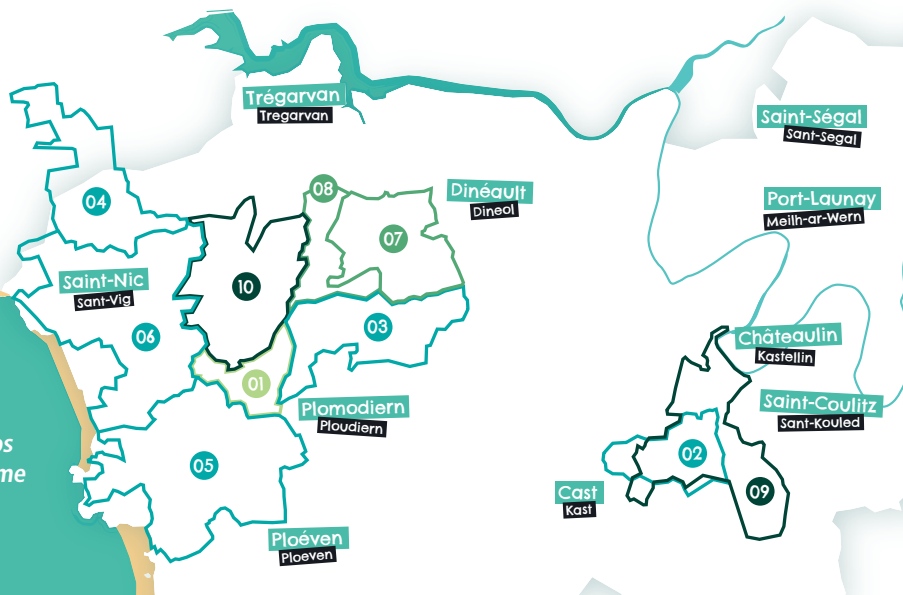
Où louer
un vélo
(VTT ou VTC) ?

Canal Loisirs :
09 81 64 34 63 (voir p. 25)

Véloc'Ouest :
www.velocouest.fr
(voir p. 25)

Guide VTT

En vente dans vos
offices de tourisme
8 €





A bicyclette sur les chemins !

Retrouvez
toutes les
infos sur le
chemin de
halage (p. 20)

Si notre territoire ne dispose pas de pistes cyclables, la pratique du vélo est un plaisir au fil de nos nombreux chemins ruraux et le long du chemin de halage du Canal de Nantes à Brest. Bon plan : les conseillers en séjour de l'office de tourisme peuvent vous aider à créer votre parcours à la campagne ou en ville...

Châteaulin, Terre de vélo

Châteaulin et le vélo, c'est une vraie histoire d'amour ! La ville a accueilli ses premières courses cyclistes en 1889. Dès 1935 est programmée la première édition du circuit de l'Aulne. Ce circuit concourt à la renommée de la ville et verra se succéder les plus grands champions jusqu'en 1998 ! En 1999, les boucles de l'Aulne prennent le relais du circuit de l'Aulne. L'épreuve est aujourd'hui classée 1.1 Europe Tour et manche de la coupe de France FDJ. Châteaulin a eu le plaisir d'accueillir cinq fois le Tour de France (de 1958 à 2021). De grandes courses cyclistes (les championnats de France, le critérium des as...) ont également été accueillis dans la cité de l'Aulne.

+ D'INFO : www.bouclesdelaulne.com

Et si vous testiez la montée du Menez Quelerc'h ?



Raidillon décisif lors des Boucles de l'Aulne et étape fortement appréciée par les coureurs lors du passage du Tour de France, ce mont bénéficie aujourd'hui d'une signalétique à l'image des grands cols alpins ! En quelques chiffres : montée totale 4km, pente moyenne 5,1 km, pente maxi 14%, dénivelé 206 m... Pour les cyclistes, un chronométrage permanent permet de s'étalonner sur la montée grâce à l'application Strava ! Plus de 1000 cyclistes y sont déjà répertoriés... A votre tour !

Rando à cheval : suivez l'Equibreizh !

Sur nos terres de légendes, en toute saison, vous découvrirez une région authentique, au pas de vos chevaux. Vous arpenterez des sentiers au cœur de landes, de bruyères et d'ajoncs des Montagnes Noires et du Menez-Hom, des chemins creux et le canal de Nantes à Brest... Autant de paysages, si secrets et si merveilleux à découvrir à cheval !

Cavaliers, faites une halte dans un joli port ou un village authentique, vous saisirez ainsi toute la richesse d'un patrimoine naturel et préservé...



En Bretagne, l'Equibreizh, itinéraire d'intérêt régional, est identifiable par un balisage carré et orange, avec un fer à cheval.

+ D'INFO : (tracé, réglementation,...) :
www.cdte29.fr / 06 69 49 29 29

Insolite



ÉCOLE DE VOL LIBRE DU MENEZ-HOM

📍 Loïc Ollivier
☎ 02 98 81 50 27 / 06 80 32 47 34
✉ ecole@parapente.bzh
📍 parapente.bzh

*Ouverte de mai à septembre
Pensez à réserver dès à présent !*

Envolez-vous !

L'école de vol libre vous propose des stages de formation au parapente et un forfait journée ou week-end pour la découverte. Les vols s'effectueront dans la baie de Douarnenez au Menez-Hom ou en bord de mer.

Tarifs :
Stage LMMJV : 500 €
Formation WE : 250 €



Activités ludiques et culturelles



SIRENES & GRIFFONS

☎ 02 98 81 25 30 / 07 71 69 02 24
✉ anne.dietrich.xylo@gmail.com

*Animations toute l'année
Langues proposées : français, anglais, allemand
Accessible aux personnes à mobilité réduite*

*Balade culturelle avec une église, deux histoires de fermes bretonnes, trois bouquets de légendes et des lichouseries (douceurs à partager)
Jeudi 21 juillet & jeudi 11 août
Rendez-vous : parking mairie de Cast à 17h
+ d'infos : Anne - 07 71 69 02 24
Réservation : Office de Tourisme - 02 98 81 27 37*

Toute l'année, Anne vous propose des balades et des visites sur le patrimoine et son architecture sans oublier les légendes et les histoires bretonnes... et plein d'anecdotes locales ! Pause détente et partage à la fin de chaque balade autour de petites douceurs bretonnes appelées en breton des "lichouseries" !

Tarifs : Adulte : 7 €
Enfant (6 à 12 ans) : 5 €
Forfait famille (2 adultes + 2 enfants) : 17 €



ATELIER DES BONNES HERBES

📍 Adèle Le Berre
☎ 06 63 27 49 40
✉ morlet_adele@hotmail.com
📍 www.ateliers-botaniques.bzh

*Activités du 1^{er} mai au 1^{er} novembre 2022
En saison : tous les jours
Hors saison : le mercredi, samedi et dimanche
Découverte des plantes sauvages, médicinales et comestibles*

Découvrez les plantes sauvages, médicinales et comestibles avec l'Atelier des bonnes herbes. Plusieurs sorties sont proposées : des balades de 2h sur le littoral, sur le Menez-Hom ou au bord du Canal de Nantes à Brest ; un atelier de 2 heures pour apprendre à cuisiner les plantes sauvages ; une randonnée à la demi-journée.

Tarifs : Balade botanique : 12 €
Cuisine sauvage : 20 €
Randonnée botanique : 17 €
Enfants à partir de 10 ans



Activités ludiques et sportives



DIZOLO

Activités de pleine nature

Randonnées & Vélo

☎ Claire : 06 13 15 49 51

☎ Thibaud : 06 60 23 27 62

Activités aquatiques et d'escalades

☎ Sylvain : 06 88 48 61 54

☎ Maël : 06 32 97 99 31

@ dizolonature@gmail.com

★ dizolo-nature.fr

Ouvert toute l'année



Kayak - Paddle - Coasteering - Escalade
Marche aquatique - Marche nordique
Randonnée nocturne
Location de vélo

Tarifs : Kayak / Paddle / Coasteering à partir de 25 €

Escalade à partir de 25 €

Marche aquatique : 10 €

Marche nordique : 8 €

Randonnée nocturne : à partir de 14 €

Location de vélo : à partir de 18 €

Petit plus : stage multi-activité enfant,
consultez le programme en ligne !



Visites accompagnées



RANDOS DE LA VILLE D'YS BREIZH PANORAMA

☎ 06 71 12 08 43

@ contact@randosvilledys.com

★ www.randosvilledys.com

Ouvert toute l'année

Partez à la découverte du Finistère avec Breizh Panorama ! Ce minibus sonorisé de 8 places vous emmènera à la découverte des plus beaux panoramas et sites de la région. Durant votre trajet et à chaque étape, votre guide vous fera découvrir les différents sites au travers des paysages, des monuments, de la faune et de la flore par des commentaires et des anecdotes locales. Possibilité de randonnées accompagnées.

Rendez vous sur le site internet pour découvrir les rendez-vous et les possibilités de randonnées accompagnées !

Tarifs :

½ journée : 15 à 25 € / Journée : 30 à 40 €



LA COURSE D'ORIENTATION, un sport pour la tête et les jambes !

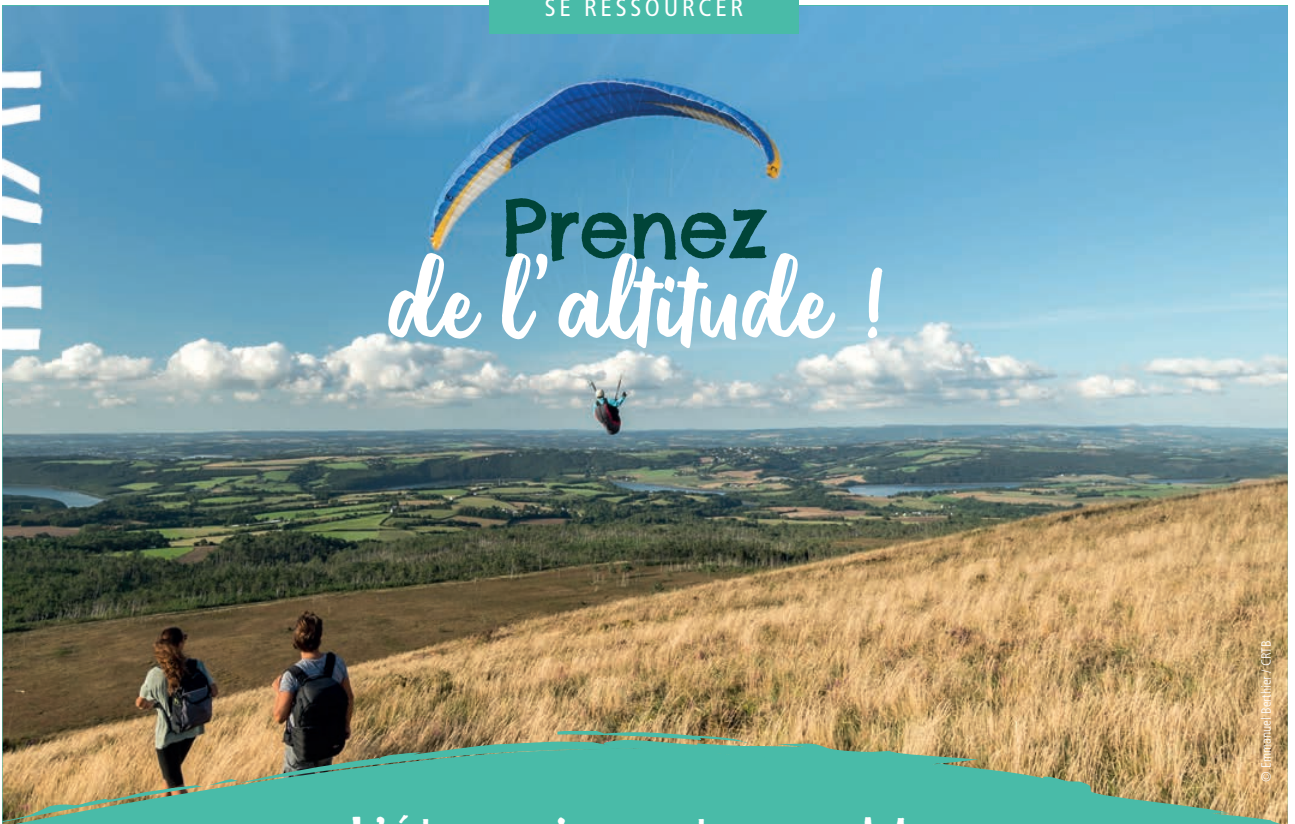


En pleine nature, seul, en groupe ou en famille, venez marcher ou courir autrement ! Au moyen d'une carte d'orientation détaillée et d'une boussole, découvrez des trésors cachés : faune, flore, objets, etc. En tout, ce sont 60 balises, en bois, fixées aux arbres de façon semi-permanente qui sont à découvrir. La carte du parcours est à télécharger sur le site internet de la mairie.

Top chrono, c'est parti... A vous de jouer !

+ d'infos : www.mairiepleyben.fr / 02 98 26 68 11

Prenez de l'altitude !



© Emmanuel Beethoven / CPTB

L'étape incontournable de vos vacances !

SOMMET DU MENEZ-HOM / DINÉAULT

Quand on arrive de la mer, il a fière allure et annonce les Montagnes Noires. 330 m de hauteur ? C'est peu et pourtant pour nous ça veut dire beaucoup !

Le Menez-Hom, prolongement des Montagnes Noires, est l'un des points culminants de Bretagne.

Site sacré à ses origines, lieu de célébration d'un dieu solaire, alors qu'à mi-pente la première source était consacrée à une déesse ou à la Vierge, selon les époques. Ici, les premiers hommes ont vénéré la déesse Brigitte,

dont la statuette fut découverte en 1913 à Dinéault au village de Kerguily. Elle dormait là depuis plus de 1500 ans ! On peut voir son beau visage de bronze au musée de Bretagne à Rennes.

De ce paysage aride où seules poussent les bruyères, la vue à 360° est exceptionnelle sur la rade de Brest, la presqu'île de Crozon, la baie de Douarnenez, les montagnes Noires, la pointe du Van en Cap-Sizun...

Ce site est le théâtre de nombreuses activités : parapente, modélisme,

randonnée... ou vous convie tout simplement à la contemplation.

Venez et revenez, admirez ses couleurs changeantes au fil des saisons et au gré des conditions météo. Des moments inoubliables et uniques... le jeu des lumières et de la brume crée un spectacle toujours renouvelé ! Immanquable, à la tombée du jour, un coucher de soleil au Menez-Hom vous saisit d'une sensation d'immensité, vous laisse deviner les mystérieuses légendes dont il fut le théâtre et que vous narrent nos conteurs & conteuses.



Montagne sacrée
de l'Armorique



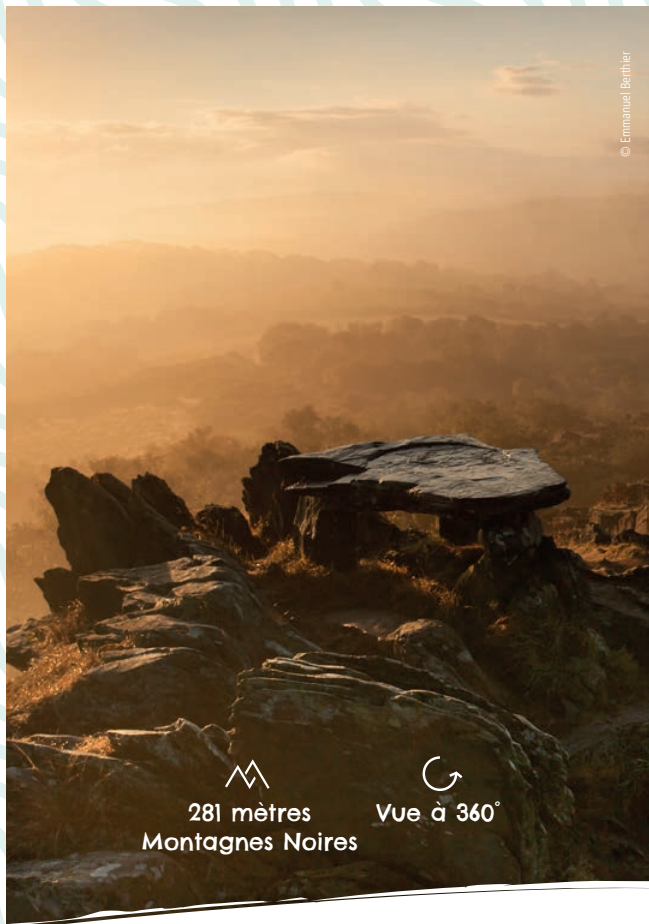
Vieux de 480
millions d'années





Vue à 360°



330 mètres
Montagnes Noires



 281 mètres
 Montagnes Noires

 Vue à 360°

A l'assaut de la Roche du Feu !

GOUÉZEC

En grimpant jusqu'au sommet, on découvre un panorama exceptionnel sur les monts d'Arrée, la vallée de l'Aulne et la Baie de Douarnenez. Au fil des saisons, ce magnifique paysage de prairies, de plaines bocagères et de ruisseaux, se pare de différentes couleurs : vert, jaune, doré, brun... La palette est impressionnante ! Sur ce chaos rocheux, on se sent un peu comme le maître du monde ! Un rapide coup d'œil à la table d'orientation à 360° vous livre les clés de compréhension de ce paysage... Ici par temps clair, on peut apercevoir 33 clochers dans un rayon de 40 km. Bon pour la roche ok, mais le feu me direz-vous ? Lors des invasions normandes et pour prévenir de l'arrivée des Vikings qui remontaient l'Aulne pour piller l'intérieur du pays, un guetteur alerté par un feu allumé au Menez-Hom y allumait un à son tour. Ce bûcher flamboyant pouvait s'apercevoir dans toute la vallée de l'Aulne. C'est à cette époque, que le sommet a hérité de son nom "Karreg an Tan" littéralement la "Roche du Feu" en français. Pour découvrir ce site magnifique, empruntez le PR®44 "La montée de la Roche du Feu" (5km, 2h) !

Le charme tranquille du Menez Quelerc'h

CAST

Parsemé de landes et de bruyères, d'ajoncs de Le Gall, de hautes fougères et de pins, ce petit mont vous fait profiter d'un panorama exceptionnel sur la baie de Douarnenez, la vallée de l'Aulne et la montagne de Locronan et au loin la chaîne des montagnes noires. Avec sa célèbre côte, c'est aussi le théâtre de nombreuses courses cyclistes. C'est le point de départ de nombreuses randonnées à pied dont celle du PR®30 "Bois de Saint Gildas" (9km, 3h) et d'un parcours VTT sportif (9km, dénivelé +150m) à tester au plus vite !



 251 mètres
 Montagnes Noires

 Vue à 360°

Une nature protégée

DES TRÉSORS NATURELS
À DÉCOUVRIR ET À PRÉSERVER !



© Bretagne Vivante

Marais, dunes, forêts, tourbières, prairies...
Les espaces naturels protégés sont des trésors de la nature,
et présentent une faune et une flore exceptionnelles.
Venez les (re)découvrir au détour d'une balade.
Si ces écosystèmes méritent une halte, il sont aussi fragiles et sensibles.
Respectez et contemplez !

Les zones humides...

UNE MOSAÏQUE DE MILIEUX PRÉSERVÉS !



Roselières et marais de Rosconnec : de toute beauté... mais fragiles !

DINÉAULT

La réserve des marais de Rosconnec est formée de roselières et de prairies inondables, qui accueillent une avifaune importante dont la phragmite aquatique, un passereau d'Europe menacé d'extinction, qui survole la pointe de Bretagne en été lors de sa migration post-nuptiale vers l'Afrique.

En complément des boucles de randonnées déjà présentes qui longent le site sans y pénétrer, un observatoire vous permet de découvrir cet espace naturel de toute beauté dans son étendue et de contempler la diversité, l'originalité et la variété de sa flore et sa faune (loutres, insectes, oiseaux, mammifères). On sort les jumelles et on se retrouve sur la plateforme ?

+ D'INFOS : **BRETAGNE VIVANTE**  www.bretagne-vivante.org
 contact@bretagne-vivante.org  02 98 49 07 18



Le marais et la station de baguage de Kervijen

PLOÉVEN / PLOMODIERN

Cette zone humide littorale, située au fond de la baie de Douarnenez est composée d'une mosaïque de milieux naturels : roselières hautes et basses, jonchaies, prairies humides, tremblants, eau libre. Elle abrite également une grande diversité d'espèces animales (mammifères semi-aquatiques, odonates, reptiles et amphibiens, oiseaux, insectes, poissons, grands mammifères, etc.). Les naturalistes passionnés de l'association Grumpy Nature, soutenus par le Conseil Départemental, s'intéressent, de près à la biodiversité de ce marais et notamment son avifaune, en capturant et baguant chaque année près de 6000 oiseaux d'une soixantaine d'espèces différentes, des plus communes (Phragmite des joncs, Bruant des roseaux...) aux plus rares (Phragmite aquatique, Panure à moustaches...). La station de baguage, au cœur du marais, est ouverte tous les jours de fin juillet à fin août, et aussi tous les week-ends de septembre à mi-décembre. Les oiseaux sont capturés, tout en douceur, au sein de la roselière, pour ensuite être identifiés, bagués, mesurés puis relâchés bien sûr ! Promeneurs et estivants affectionnent ce spectacle !

+ D'INFOS : GRUMPY NATURE

✉ associationgrumpynature.wordpress.com

✉ association.grumpynature@hotmail.fr

☎ 07 82 26 32 97

Les dunes de Sainte Anne-La-Palud, UN RICHE ÉCOSYSTÈME !



La zone protégée des dunes de Sainte-Anne-la-Palud repère un très bel ensemble dunaire qui s'étend sur une vingtaine d'hectares entre Tréguer-Bihan au Nord et le vallon de la chapelle Sainte-Anne au Sud. La dune se développe depuis la plage de Sainte-Anne-la-Palud et remonte sensiblement sur le versant. On peut y apercevoir environ 150 espèces végétales. Nombre d'entre elles sont protégées : mousse, chardon bleu, laurier des bois ou bien encore saule. Ici, on retrouve également en abondance une petite plante aux tiges linéaires et aux fleurs jaunes nommée "immortelle des sables". Quand le soleil réchauffe la végétation, cette plante, interdite à la cueillette, dégage une forte odeur épicée pouvant rappeler le curry, le sucre candi ou bien encore le café... Laissez-vos sens en éveil !

**Pour découvrir ce massif dunaire,
rien de tel que d'emprunter le PR®28 le long de
l'anse de Sainte-Anne la Palud (9 km, 3h) !**

Participez à
la préservation
de ces espaces
naturels

Je suis
les sentiers
balisés

Je respecte
les milieux
naturels

Je ne cueille
pas d'espèces
sauvages

Je ne laisse
pas de
déchets

Nos plus beaux points de vue : effet "waouh" !



L'ÎLE SALGREN

L'île Salgren ou l'île à marée haute !

Cette île qui marque la séparation entre la plage de Sainte-Anne-la-Palud et celle de Ty Anquer n'est qu'une île à marée haute ! Aurez-vous la chance de la voir entourée d'eau ? A marée basse, c'est un très joli point de vue à gravir pour profiter d'un magnifique panorama sur la plage de Sainte-Anne-la-Palud et Ty Anquer.

Au loin l'Amérique !

POINTE DE TAL AR GRIP
PLOMODIERN

Ici le charme opère, le ciel se confond avec la mer ! Le somptueux spectacle des vagues qui viennent se briser sur cette pointe rocheuse vous offre un moment quasi magique... comme un instant d'éternité ! C'est un paysage grandiose qui s'offre à vous : falaises, grottes marines... Au loin, une ancienne maison des douaniers, datant de Vauban, aujourd'hui propriété privée, est un témoin du passé : sur ce sentier littoral, si paisible, eut lieu autrefois une lutte sans merci entre contrebandiers et douaniers. En contrebas, un menhir nommé "Quichen ar Menhir", et haut de 1m80, vient ponctuer ce cadre naturel chargé d'histoire.

Une vue grandiose !

POINTE DE TRÉFEUNTEC
PLONÉVEZ-PORZAY

Située le long du GR®34, la pointe de Tréfeuntec est un espace naturel protégé, bordé de falaises abruptes balayées par la mer. Ce lieu calme et paisible est une invitation à la contemplation tant sa vue sur la baie de Douarnenez est à couper le souffle ! Levant les yeux vers le ciel, il n'est pas rare d'apercevoir par beau temps de grands oiseaux de tissus colorés et de ficelles qui survolent la côte ! Vous ne rêvez pas, ce sont bien des vols en parapente. Et si vous aimez la couleur... la fleur de l'armérie maritime, que l'on appelle également "l'oeillet marin", vous émerveillera par sa couleur rose, d'avril à août. A quelques centaines de mètres, on peut apercevoir le manoir de Roz Tréfeuntec, une étrange demeure à l'architecture moderne atypique, qui surplombe la falaise.



POINTE DE TAL AR GRIP



POINTE DE TRÉFEUNTEC

VIVEZ L'EXPÉRIENCE PARC et découvrez une diversité de paysages



Des îles de l'Iroise aux crêtes des Monts d'Arrée en passant par les sentinelles des phares, les falaises de la Presqu'île de Crozon, les grèves de la rade de Brest, le Menez-Hom, les rives de l'Aulne... Depuis sa création, il y a 53 ans, le Parc Naturel Régional d'Armorique est l'expression de la richesse du patrimoine et de la personnalité d'une région authentique, à travers son territoire et son réseau d'équipements variés. Deuxième parc naturel créé en France et premier en Bretagne, il comprend 44 communes dont 7 sur notre destination : Châteaulin, Dinéault, Pleyben, Port-Launay, Saint-Coulitz, Saint-Ségal et Trégarvan. Véritable concentré de Bretagne, le parc est une terre de diversité et de contrastes, où se rencontrent les éléments qui fondent l'identité armoricaine.

Parc naturel régional d'Armorique

✉ 15 place aux foires - 29590 Le Faou

☎ 02 98 81 90 08

@ contact@pnr-armorique.fr

🌐 www.pnr-armorique.fr

“UN PARC EST UN TERRITOIRE VIVANT ET HABITÉ,
RECONNU POUR LA RICHESSE DE SON PATRIMOINE ET DE SA BIODIVERSITÉ”

À la découverte des landes & tourbières d'Armorique

Dans le Finistère, le Parc naturel régional d'Armorique mène des actions de préservation et de restauration de ces espaces naturels, à la fois remarquables et fragiles, sur trois sites : 1 la crête des Monts d'Arrée - Cragou, 2 le Menez Hom et 3 Menez Meur.

Les bons réflexes

pour découvrir le 1^{er} réservoir de biodiversité de Bretagne sans laisser de trace de mon passage !

- Il suffit d'un petit sac pour ramasser vos déchets.
- Je reste sur les chemins, j'évite de rentrer par les clôtures de l'enclos.
- J'évite les tables dans les espaces de camping ou parcs de bivouacs, éco-campings.
- Je prends soin de ne pas déranger la faune locale.
- Je me contente de regarder ou photographier les fleurs.

Plus d'informations : www.pnr-armorique.fr

A LA DÉCOUVERTE DES LANDES & TOURBIÈRES D'ARMORIQUE

Dans le Finistère, le Parc naturel régional d'Armorique mène des actions de préservation et de restauration de ces espaces naturels, à la fois remarquables et fragiles, sur trois sites : la crête des Monts d'Arrée - Cragou, le Menez-Hom et Menez Meur.

Pour en savoir plus sur les bons réflexes pour découvrir le 1^{er} réservoir de biodiversité de Bretagne sans laisser de trace de mon passage !

+ D'INFO : www.pnr-armorique.fr



PARC NATUREL RÉGIONAL
d'ARMORIQUE
PARK AN ARVORIG

Partez à la rencontre de celles et ceux qui, engagés dans une démarche de développement durable, font du Parc Naturel Régional d'Armorique un territoire vivant, respectueux et généreux. Produits locaux, sorties en mer et activités nautiques, loisirs sportifs accompagnés, animations nature-culture, restauration... il y en a pour tous les goûts !

+ D'INFO : www.pnr-armorique.fr

BIENTÔT UN GÉOPARC MONDIAL UNESCO



La géologie locale a laissé son empreinte un peu partout sur le territoire, façonnant l'identité du Parc d'Armorique et y dissimulant de véritables trésors. En raison de son histoire géologique et de sa richesse naturelle, le territoire du Parc d'Armorique possède un patrimoine géologique exceptionnel et témoigne des liens forts qui unissent l'Homme et la Terre depuis des millénaires. C'est pourquoi il est candidat à ce prestigieux label !

Partagez vos plus belles photos avec #GeoparkArmorique

+ D'INFO : www.geopark.pnr-armorique.fr

EXCEPTIONNEL


 LES 13, 14
ET 15 AOÛT
ILLUMINATIONS
DU CALVAIRE

TOP 10

de notre patrimoine religieux !

Vous n'allez pas seulement découvrir des églises et des chapelles !
Mais aussi des trésors, des curiosités, et des pierres chargées d'histoire(s)
et de spiritualité...

L'enclos paroissial et l'église Saint-Germain de Pleyben

LE CALVAIRE LE PLUS MAJESTUEUX DE BRETAGNE



Œuvres anonymes d'architectes, de sculpteurs, transformés au cours de l'histoire, les calvaires sont une création originale de basse Bretagne. Edifié en 1555, le calvaire de Pleyben présente une architecture unique en arc de triomphe à quatre faces.

Venez découvrir ses personnages émouvants, dont certains habillés à la mode bretonne du début du XVI^e siècle. Toute la vie de Jésus y est déployée, vivante, sculptée dans le granit et le grès schisteux.

L'ensemble patrimonial de Pleyben est un enclos : un muret réunit en son sein l'ensemble des éléments culturels de la paroisse, église, baptistère, ossuaire, calvaire (et, autrefois, le cimetière).

Récemment restaurée, la tour-clocher de l'église Saint-Germain a retrouvé sa teinte originelle et impressionne par la beauté de ses lignes géométriques. A l'intérieur de l'édifice, vous découvrirez vitraux, sablières, statues et orgues. En été, des guides bénévoles de la SPREV vous raconteront les secrets de ces pierres. Tous les deux ans, l'association des 7 calvaires monumentaux de Bretagne rend ses couleurs aux pierres à l'occasion de la manifestation "Quand les calvaires s'illuminent..." : ne ratez pas ce moment exceptionnel les 13, 14 et 15 août prochains !



Visite guidée possible, tout au long de l'année, sur demande (se renseigner au 02 98 26 71 05 - d'avril à septembre - et au 02 98 81 27 37 - hors saison)

Du lundi 4 juillet au vendredi 26 août, des visites sont assurées par des guides de la SPREV du lundi au vendredi de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h30 et le dimanche de 14h30 à 18h30. Gratuites et accessibles à tous.

PLEYBEN, CHEMIN FAISANT

Partez à la découverte des pépites cachées de Pleyben grâce à ce circuit de découverte urbain d'1h15 environ !

Disponible en mairie et dans votre office de tourisme de Pleyben





La chapelle Sainte-Marie-du-Menez-Hom de Plomodiern

Une chapelle en or, sur les pas des Templiers

Un édifice hors du commun, par sa richesse architecturale, ses vitraux, ses statues, et son célèbre retable. Ne manquez donc pas :

- le retable, déployé sur trois scènes, l'un des plus beaux de la région
- de belles sablières et poutres de gloire sculptées (XVI^e)
- à l'extérieur, un calvaire (1544) et un arc de triomphe (1739).

D'avril à octobre, la chapelle accueille des visites guidées et quelques concerts.

À visiter : du 1^{er} avril au 31 octobre. Tous les jours de 9h30 à 18h30.

Visite commentée possible sur demande.

Renseignements au 02 98 54 82 70 / 06 79 06 63 02.



HISTORIQUE

La chapelle de Sainte-Anne-la-Palud de Plonévez-Porzay

L'un des plus célèbres pardons de Bretagne !

Construit dans le style néogothique entre 1858 et 1864, cet édifice a remplacé une chapelle du XVII^e s. La légende le fait remonter les origines du pardon à la cité d'Ys et au roi Gradlon au VII^e s. Voici les éléments remarquables à découvrir :

- statue polychrome de sainte Anne (1548)
- vitrail de sainte Anne, de l'atelier Balmet (1936)
- calvaire, en extérieur, réalisé par Roland Doré (XVII^e)
- fontaine du placître (vers 1870).

À visiter de Pâques à la Toussaint, tous les jours de 9 h à 18 h.

Renseignements au 02 98 92 50 17.



La chapelle Saint-Sébastien de Saint-Ségat

Notre petite cathédrale !

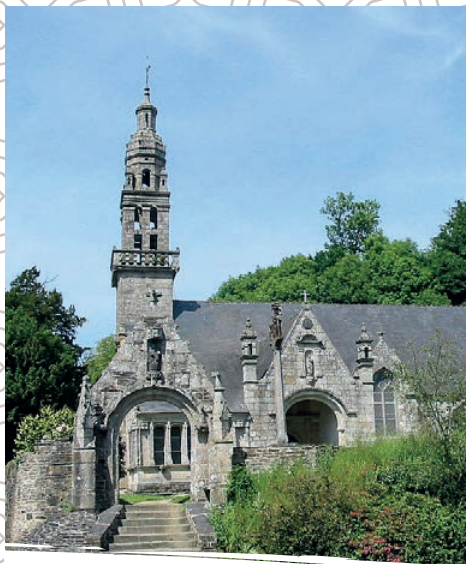
Cet édifice est surnommé "Petite Cathédrale" à la vue de ses dimensions, mais aussi du travail impressionnant des artistes qui y ont travaillé ! De style Renaissance breton, elle fut érigée au XVI^e s. et placée après l'épidémie de peste sous la protection de saint Sébastien. Ne manquez pas les retables, datant de deux périodes distinctes (mi XVI^e et début XVII^e). L'été vous pouvez suivre une visite guidée par la SPREV (Sauvegarde du Patrimoine Religieux en Vie).

À visiter : toute l'année (se renseigner en mairie). Du lundi 18 juillet au dimanche 14 août, des visites sont assurées, par des guides de la SPREV du lundi au vendredi de 10h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h30 et le dimanche de 14h30 à 18h30. Gratuites et accessibles à tous.

Visite guidée possible tout au long de l'année avec l'association Arz Ha Glad. Renseignements au 02 98 73 17 03



HISTORIQUE



L'église Notre-Dame de Châteaulin

Au cœur du Vieux-Bourg



La ville de Châteaulin doit ses origines à la construction d'un château fort construit au X^e autour duquel s'est formé un bourg. L'église Notre-Dame était l'église paroissiale de ce site que l'on nomme aujourd'hui "le Vieux-Bourg".

L'intérieur présente une belle unité malgré les remaniements successifs (XIII^e - XVIII^e). L'élégance et l'originalité des piles de la nef se rattache au style architectural typique de l'école dite de Pont-Croix.

Les éléments les plus remarquables sont le tableau de saint Crépin et saint Crépinien (1669) et celui du Rosaire (1776), la pierre tombale de Jeanne de Tréguidy (1324), les statues de saint Jean-Baptiste (XVI^e - XVI^e), saint Maudez (XVI^e), saint Herbot (XVI^e), sainte Catherine (XVI^e) ou encore celle de la sainte Anne trinitaire (XVI^e). L'église, l'arc de triomphe, la croix monumentale et l'ossuaire sont classés monuments historiques.

Châteaulin soutient le classement des enclos paroissiaux au patrimoine mondial.



Ouverture de l'église Notre-Dame du 11 juillet au 26 août, du lundi au vendredi de 10h30 à 12h30 et de 15h30 à 18h.



La chapelle Saint-Côme et Saint-Damien de Saint-Nic

Le talent des charpentiers et sculpteurs d'autrefois

Cette chapelle fut édifée au XVI^e et XVII^e s., après une épidémie de peste, et est dédiée à deux saints médecins, martyrs à Alep en Syrie au IV^e s. Observez tout particulièrement la charpente des XVI^e et XVII^e s. dans la nef, ainsi que les sablières, très travaillées. Un blason d'une grande lignée de seigneurs bretons, les Rosmadec, figure sur une pierre de granit, dans le bas-côté gauche.

Une visite guidée est possible en juillet et août aux heures d'ouverture de la chapelle : de 11h à 12h et de 16h à 18h
Le dimanche de 16h à 18h - Fermé le samedi.

En juin et septembre : du lundi au vendredi de 16h à 18h.
Renseignements au 02 98 26 54 81.



La chapelle Saint-Gildas de Cast

Gildas, saint protecteur de la rage !

La chapelle est consacrée à saint Gildas, invoqué pour protéger les hommes et les bêtes de la rage. La chapelle, située sur une colline au sol schisteux, en forme de croix latine, présente un petit clocher à dôme et lanternon du XVIII^e, au-dessus de son pignon ouest. L'intérieur abrite notamment des statues de saint Gildas et saint Tugen. Le site comporte un calvaire du XVI^e portant au revers un Christ ressuscité, montrant son flanc percé. L'eau de la fontaine était réputée guérir les maux de tête, de dent, et de la rage !



La chapelle Quillidoaré de Cast

Une étonnante Vierge allaitante !

Au lieu-dit Quillidoaré se dresse la Chapelle N.-D.-de-Bonne-Nouvelle (XVII^e-XVII^e s.). Ne manquez pas, notamment, une Vierge allaitante (XVI^e s.), l'autel et son vitrail de la Crucifixion (XVI^e-XVII^e s.), et, le calvaire (XVI^e s.) orné d'un Christ aux Liens.

A visiter : se renseigner en mairie
Renseignements au 02 98 73 54 34



L'église Saint-Edern à Lannédern

L'enclos, héritage de la prospérité d'antan !

Construit au XVI^e s., cet édifice a été remanié au XVII^e s.
A l'intérieur, les élévations comportent la particularité de ne pas comporter de chapiteaux : les arcades de la nef s'insèrent directement dans les piliers. Parmi les éléments remarquables du mobilier, de la statuaire et des verrières, on peut citer :

Le tombeau de granit de saint Edern (XIV^e s.),

Une étonnante chasse reliquaire (seconde moitié du XV^e s.),
Un retable composé de six panneaux en bas-relief relatant la vie de saint Edern (fin du XVI^e s.),

Le vitrail de la Passion (1571),

La statue en bois polychrome de saint Edern (XVII^e s.),

Groupe de la crucifixion sur un entrait décoré (vers le XVII^e s.),
A l'extérieur : une croix de calvaire (XVI^e s.), et un ancien ossuaire devenu chapelle (1668).

A visiter : en accès libre tout au long de l'année



L'église Saint-Blaise du Cloître-Pleyben

Saint Blaise, invoqué contre les maux de gorge...

Cet édifice fut érigé au XVI^e s. et placé sous la protection de saint Blaise, saint peu nommé dans le diocèse. L'église fut modifiée au XIX^e siècle. A l'intérieur, vous pourrez observer notamment un ensemble de statues en bois polychrome du XVI^e s., où l'on peut reconnaître saint Yves, également visible sur le calvaire.

A visiter : se renseigner en mairie
Renseignements au 02 98 26 60 05

De pierres et d'histoire(s)

IL ÉTAIT UNE FOIS... LES PREMIERS HOMMES

La Bretagne est une terre de mégalithes. Ici ce n'est pas Carnac... toutefois notre territoire conserve de nombreuses traces des premiers Hommes : des menhirs (ceux de la pointe de Tal Ar Grip à Plomodiern), une stèle de l'âge de fer (à Ploéven), des dolmens (comme celui de Menez-Lié à Saint-Nic) ou encore les tombelles et les restes de Cromlec'h au Menez-Hom (au sommet).



Q Focus

La stèle Sainte-Barbe date de l'âge du Fer (450 ans avant J.C.). Sans doute utilisée à des fins de cérémonies culturelles celtiques, la stèle ne fut christianisée qu'au VI^e siècle en la gravant d'une croix. La coutume veut que les jeunes gens qui veulent se marier doivent lancer un caillou sur le sommet de la stèle... s'ils réussissent, leur vœu sera exaucé !

Le saviez-vous ?

DOLMEN

Le mot est composé de deux mots de la langue bretonne : dol qui signifie "table" et maen qui veut dire "pierre". C'est un monument mégalithique formé d'une ou de plusieurs dalles de couverture soutenues par des piliers formant les parois d'une chambre funéraire. Les dolmens servaient autrefois de sépultures collectives.

MENHIR

Le terme "menhir" est un mot issu du breton maen, "pierre", et hir, "longue". Un menhir est une pierre dressée, plantée verticalement.

Les dolmens et les menhirs sont des vestiges du Néolithique.

CITÉS PATRIMONIALES

Des villes et villages façonnés par l'Histoire et les Hommes

Pleyben

Pleyben est une charmante cité patrimoniale, connue pour ses galettes... et son remarquable enclos paroissial édifié entre le XV^e et le XVII^e siècle ! Immanquable depuis la voie principale traversante, le calvaire est sans doute l'un des plus majestueux de Bretagne (voir page 40).

Notre coup de cœur gourmand :
la chocolaterie Châtillon !

Pleyben soutient le classement
des enclos paroissiaux au
patrimoine mondial.



Châteaulin

Au cœur du Finistère

Nichée dans une boucle du Canal de Nantes à Brest, Châteaulin est une halte charmante pour flâner à la découverte du patrimoine... ou faire du shopping ! Selon la légende, un certain Idunet fonde son ermitage à "Nin", l'ancien nom du site. La ville doit son nom à ce "Castel Nin". L'ermitage devient un prieuré puis une forteresse au X^e siècle. Riche de son port et de l'activité générée par le canal, la ville se développe au XIX^e siècle, grâce à ses foires, son poids administratif et les ardoisières locales. Châteaulin, c'est aussi les éditions Jos le Doaré, qui publient depuis 1898 des cartes postales de toute la région Bretagne. Le secteur est aussi une terre d'accueil d'entreprises agro-alimentaires. L'Aulne est par ailleurs un fleuve réputé pour la pêche, avec ses saumons, truites et brochets. Autre symbole de la ville : le vélo (voir page 31).

Notre coup de cœur patrimoine :
l'église Notre-Dame (voir page 42).

Port-Launay

Le troisième port commercial du Finistère au XIX^e s. !

A Port-Launay, les maisons colorées des anciens armateurs et commerçants du port se reflètent joliment dans les eaux tranquilles de l'Aulne. Dans ce décor patrimonial, flanqué de bâtisses de caractère, témoins de l'antériorité de l'activité portuaire de la cité, c'est le point de départ du Canal de Nantes à Brest. Cet environnement paisible et verdoyant vous invite à la balade, à pied, à vélo, sur l'eau... et en famille !

Notre conseil d'experts : flâner le long des quais et partir à la rencontre... des moutons d'Ouessant !



Ploéven

Commune du patrimoine rural



Ploéven est un charmant petit village, à l'identité à la fois champêtre et maritime. De l'Argoat à l'Armor, la commune s'étire de l'intérieur des terres à l'océan, au niveau de Ty Anquer. Ses richesses architecturales, historiques, naturelles et son patrimoine rural ancien et religieux témoignent d'une histoire économique prospère. Au cœur du bourg, le charmant ensemble paroissial du XVI^e s. est bordé de cyprès, d'ormes et d'hortensias. Le chœur de l'église comporte huit panneaux dédiés à la Passion du Christ ; et ceux du porche sont dédiés aux Docteurs de l'Eglise.

Le saviez-vous ? Le clocher de l'église Saint-Méen fut foudroyé plusieurs fois !



Lannédern *Village en Poésie*

Village en poésie

Charmante étape et terre d'accueil au sud des Monts d'Arrée, la cité de saint Edern comporte des trésors du patrimoine religieux, à partir du XIV^e siècle (voir page 43). Le label "Village en poésie" a été attribué en 2019 à la commune. C'est une reconnaissance de la place prépondérante donnée à la poésie dans la vie culturelle locale, et en tant que lien intergénérationnel, notamment à l'occasion du "Printemps des poètes". Suivez le calendrier des animations !

A vous de mener l'enquête ! Partez à la recherche des affichages poétiques qui parsèment la cité : ici cet art s'inscrit aussi dans l'espace public...

Nos autres coups de cœur patrimoniaux : la chapelle Saint-Sébastien de Saint-Ségal (voir page 41), le Vieux-Bourg de Lothey, etc.

Partagez vos propres coups de cœur
sur Instagram avec #menezhomaatlantique

Lannédern soutient le classement
des enclos paroissiaux au
patrimoine mondial.



Assouvir votre curiosité !

Notre destination recèle d'équipements aux thématiques variées, qui vous invitent à vous imprégner de la culture bretonne, par l'histoire économique ou de mémoire, par le patrimoine bâti, culturel ou naturel... Des incontournables pour satisfaire votre curiosité, vous imprégner des lieux, comprendre et apprendre, tout en partageant un très bon moment !

Musées et parcs de découverte



MUSÉE DE L'ÉCOLE RURALE

✉ Kergroas - 29560 Trégarvan
☎ 02 98 26 04 72
@ contact@musee-ecole.fr
🌐 www.musee-ecole.fr

Du 06/02 au 20/02, du 10/04 au 24/04
et du 23/10 au 6/11 : tous les jours sauf le samedi
et le 1^{er} novembre : 14h-18h

Du 8/07 au 31/08 : tous les jours sauf le samedi :
10h30-18h30

Du 1/09 au 16/09 : tous les jours sauf le samedi :
10h30-13h/14h-18h30

Le 17/09 et 18/09 : Journées Européennes
du Patrimoine : 10h30-13h/14h-18h30

Du 25/04 au 7/07, du 19/09 au 21/10 :
les mercredis, vendredis, dimanches, jours fériés
(sauf le 1^{er} mai) : 14h30 - 17h30

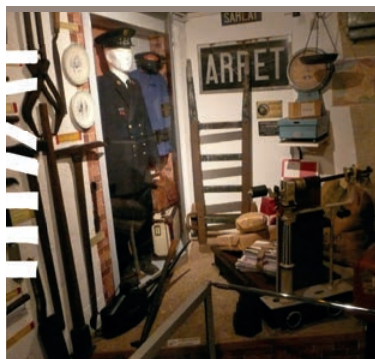
Du 18/12 au 30/12 : les mercredis, jeudis,
vendredis et dimanches sauf 25/12 : 15h00 - 18h00

Dans un cadre insolite, plongez dans l'histoire de l'école, celle des campagnes françaises à l'aube du XX^e siècle, mais aussi celle d'aujourd'hui. Visitez les expositions temporaires qui traitent de sujets intimement liés à l'école. Plus qu'un visiteur, devenez témoin et acteur de ces expositions.

Exposition 2022 :
La fabrique de l'école 2.0 jusqu'au 29 mai
Tout s'explique ? À partir du 3 juillet

Tarifs :

- Plein tarif : 6 €
- Réduit : 5 € - 3,5 €
- Forfait famille : 17 €



MUSÉE DU CHEMIN DE FER

✉ 15, Tro ar Hoat - 29550 Plonevez-Porzay
☎ 02 98 92 56 55 / 06 75 36 39 66
@ museevapeurdumenez@yahoo.fr
🌐 www.musee-train.com

Ouvert du 1^{er} avril au 31 août 2022
Tous les jours de 10h à 12h et de 14h à 19h
Visite sur RDV (max. 5 personnes)

L'épopée du chemin de fer vous intéresse ou vous êtes tout simplement curieux ? Jacques, le maître des lieux, vous fera partager sa passion et ses connaissances : la vapeur, les outils et les costumes. Vous y découvrirez aussi un bureau de gare d'époque, un circuit de train animé et une centaine de lampes et lanternes.

Tarif : entrée gratuite



MUSÉE DE L'ANCIENNE ABBAYE DE LANDEVENNEC

- ✉ Place Yann Landevennec - 29560 Landevennec
- ☎ 02 98 27 35 90
- @ musee.landevennec@wanadoo.fr
- 🌐 www.musee-abbaye-landevennec.fr

Ouvert du 10 avril au 30 juin : 10h30 à 18h00
 Du 1^{er} juillet au 18 septembre : 10h30 à 19h00
 Du 19 septembre au 6 novembre : 10h30 à 18h00



Situées en Presqu'île de Crozon, dans un paysage maritime remarquable, les ruines de l'abbaye et le musée témoignent de son histoire prestigieuse. Fondée au V^e siècle par St Guénoël, elle disparaît à la Révolution puis renaît dans les années 1950.

Exposition 2022 : L'an Mil à Landevennec : Age d'or ou déclin ?

Tarifs :
 Adulte : 6 €
 8 à 25 ans : 3,50 €
 Pass famille (2 adultes + 2 enfants et +) : 17 €



MAISON CORNEC

- ✉ 29190 Saint-Rivoal
- ☎ 02 98 68 87 76
- @ contact@ecomusee-monts-arree.fr
- 🌐 www.ecomusee-monts-arree.fr

Ouvert du 9 avril au 18 septembre 2022
 Hors saison : du dimanche au vendredi de 13h à 18h
 En saison : tous les jours de 11h à 13h et de 14h à 19h



La maison Cornec bâtie en 1702, dans laquelle cohabitaient hommes et bêtes, est conservée dans son état d'origine. A côté, la maison Bothorel témoigne de l'évolution du "confort" moderne dans les années 50. Au cœur du bourg, un voyage dans le temps non loin des tourbières du Yeun Elez sur le chemin de la montagne Saint-Michel.

Tarif : entrée à prix libre



MOULINS DE KEROUAT

- ✉ 29450 Commana
- ☎ 02 98 68 87 76
- @ contact@ecomusee-monts-arree.fr
- 🌐 www.ecomusee-monts-arree.fr

Ouvert du 6 mars au 18 septembre 2022
 Hors saison : du dimanche au vendredi de 11h à 18h
 En saison : tous les jours de 11h à 19h

Ce village de meuniers s'est développé autour du 1^{er} moulin bâti en 1610. Les deux moulins, maisons meublées, bâtiments annexes, sentiers de découverte témoignent de la vie quotidienne au 19^e siècle. L'exploitation des lieux a permis aux habitants de pourvoir à leurs besoins à travers les siècles dans un cohabitation complète avec l'environnement.

Tarif : Adulte : 5 €
 Famille (2 adultes max et enfants moins de 18 ans) : 14 €
 Enfant de 8 à 18 ans et réduit : 3 €
 Gratuit moins de 8 ans



MUSÉE MÉMOIRES 39-45

- ✉ Le Prédic – Route de la pointe Saint Mathieu
29217 Plougonvelin
- ☎ 02 29 02 84 56
- @ contact@museememoires39-45.fr
- 🌐 www.museememoires39-45.fr

Ouvert tous les jours du 1^{er} avril au 11 nov. de 10h à 18h30.
 Ouvert tous les jours durant les vacances de Noël et d'hiver de 10h à 18h (sauf fériés).
 Environ 1h30 de visite libre
 Accès PMR limité à 30% du blockhaus

A deux pas de la pointe Saint-Mathieu, venez visiter un incroyable blockhaus de commandement allemand. Sur 5 étages et 500 m² d'expositions, vous pourrez découvrir des centaines de témoignages, objets et documents, ainsi qu'un panorama unique sur Quessant et la rade de Brest.

Tarifs : Adulte : 8,50 € / Enfant (6-16 ans) : 5,50 € / Groupe (à partir de 12 pers.) : 6,50 €





MUSÉE VIVANT DES VIEUX METIERS

✉ Bourg - 29560 Argol
☎ 02 56 04 81 59
@ contact@museevivant.fr
🌐 www.museevivant.fr

Ouvert du 10 avril au 30 juin :
dimanche, mardi ; jeudi de 14h à 17h30

Du 3 juillet au 28 août : tous les après-
midi de 14h à 18h fermé le samedi

Du 1^{er} septembre au 29 septembre :
dimanche et jeudi de 14h à 17h30

Mois d'octobre : tous les dimanches 2,
9, 16, 23, 30 de 14h à 17h30

Fêtes d'Automne : 23, 25, 27, 30
octobre et 2 et 3 novembre de 14h à
17h30

Notre musée vous emmène en voyage dans le passé où notre équipe d'animateurs bénévoles redonne vie aux métiers et activités d'autrefois à travers des démonstrations pour restituer la vie campagnarde de notre région.

Installé dans une ancienne ferme, nous disposons d'un vaste espace d'exposition, organisé en différents ateliers : apiculteurs, cordier, vannier, forgeron, sabotier, menuisier, brodeuse, tisserand, fileuse de laine et de lin, tourneur sur bois, sculpteur de cuillers en bois, potière, les métiers de la mer. D'autres animations sont présentées en extérieur sur notre parc de 2 500 m² autour du four à pain, du lavoir, du pressoir, de la hutte du sabotier et du jardin médicinal.

En plus, chaque après-midi, une animation spéciale apporte un focus sur les savoir-faire locaux sauvés de l'oubli. Vous trouverez le calendrier des animations sur notre site.

Nos animateurs ont à coeur de vous transmettre leur savoir en toute convivialité.

Prévoir deux heures de visite.

Passez également un bon moment au Parc des Jeux Bretons (gratuit) situé à proximité.

Tarifs : Adulte : 6 €
Enfant (6-17 ans) : 3 €
- de 6 ans : gratuit





Terre d'inspiration

NOTRE DESTINATION MENEZ-HOM ATLANTIQUE EST **UNE TERRE D'ARTISTES ET D'ARTISANS D'ART !**

Si certains viennent y puiser l'inspiration, d'autres y vivent depuis toujours ou y ont posé leurs valises et leurs talents. Ici, l'environnement est quasi magique avec une histoire riche, un patrimoine culturel et naturel préservé. Tous les atouts de la Bretagne réunis en un seul endroit : c'est l'idéal pour stimuler l'inspiration et la création. Des contreforts du Menez-Hom, en passant par les longues et magnifiques plages de sable fin, aux rives arborées et verdoyantes du canal, on peut y croquer de jolies scènes bucoliques et maritimes dans une quiétude propice à la création. Soleils levants ou couchants, effets d'orage et levers de brume, les lumières y sont, chaque jour, différentes... Impossible de ne pas s'enthousiasmer devant de tels spectacles !

Toute l'année, le territoire s'anime ! Festivals folkloriques ou musicaux, concerts, soirées contées, animations et expositions sont également autant d'évènements culturels et artistiques qui mettent à l'honneur la richesse, la diversité et l'importance de l'art et de la culture... Ces moments partagés deviendront des souvenirs de vacances inoubliables ! Vous êtes plutôt un flâneur néophyte ou vous avez plutôt l'œil averti ? Poussez la porte des ateliers de nos artistes et artisans d'art et laissez-vous séduire par leurs univers artistiques tout en originalité ?
Vous n'êtes pas à l'abri d'un coup de cœur !

**Retrouvez toutes les infos
sur les expositions du territoire sur
www.menezhom-atlantique.bzh**

*" Rien n'est noir, rien n'est gris.
Ce qui semble gris
est un composé de nuances
claires qu'un œil exercé devine.
J'aime la Bretagne,
j'y trouve le sauvage, le primitif."*

Paul Gauguin

Expositions 2022

DU 4 JUILLET AU 27 AOÛT

EXPOSITION DE PEINTURE

CHAPELLE SAINT-CÔME
SAINT-NIC

DU 1^{ER} AU 13 AOÛT

36^e SALON DE PEINTURE DU FESTIVAL DU MENEZ-HOM

INVITÉ D'HONNEUR STÉPHANIE
QUINOT-LEVET, PEINTRE SPÉCIALISTE
DE LA TOILE AU COUTEAU

SALLE COMMUNALE / PLACE SAINT-YVES
PLOMODIERN

DU 13 AU 15 AOÛT

EXPOSITION DE PEINTURE

SALLE DE PENTREZ
SAINT-NIC

Artistes et artisans d'art



ANCHES ET SOUFFLET

Fabrication – Réparation
Accordage d'accordéons

- 📍 Benoît Le Toumelin
- ✉ 26 route de Châteaulin - 29550 Plomodiern
- ☎ 06 16 66 74 92
- @ contact@anchesetsoufflet.fr
- 🌐 www.anchesetsoufflet.fr

Ouvert toute l'année

Accueil sur rendez-vous par téléphone

Du mardi au vendredi : 9h30 à 19h et le samedi 9h30-18h30

Installé à Plomodiern dans son atelier "Anches et Soufflet", Benoît Le Toumelin conçoit de A à Z des accordéons diatoniques : choix et travail du bois, grille personnalisée, mécanique italienne, assemblage de précision... Accordage, réparation et restauration d'accordéons diatoniques et chromatiques complètent l'activité de fabrication.



L'ATELIER DE LA SOURIS VERTE

- 📍 Nathalie Desvignes
- ✉ 7 rue de la Presqu'île - 29550 Plonévez-Porzay
- ☎ 02 98 81 63 90 / 06 11 76 19 52
- @ desvignesn@wanadoo.fr
- 🌐 www.stagesceramiquerakubretagne.com

Ouvert toute l'année

Hors saison : du mardi au vendredi : 14h-18h

En saison : du lundi au vendredi :

10h-12h et 14h-19h

Samedi : 10h-12h et 14h-18h

Dimanche : 10h-12h

Personnages bretons stylisés en raku et en faïence. Céramiques animalières colorées et amusantes (poissons, chats, poules, moutons...). Pièces uniques faites à la main à l'atelier.

Stages de raku et de modelage pour les adultes.

Stages de modelage pour les enfants (à partir de 8 ans).



POTR'YVES

- 📍 Yves Bernard-Bonnabesse
- ✉ 22 rue de Kerlobret - 29150 Châteaulin
- ☎ 06 35 91 62 86
- @ potryves@gmail.com
- 🌐 www.potryves.fr

Ouvert toute l'année

Sur rendez-vous en période d'hiver

En été : ouvert tous les mercredis et samedis de 14 h à 18 h.

Vous pouvez aussi me retrouver sur les marchés de créateur et marchés de Noël des environs.

Installé à Châteaulin, Yves vous accueille dans son atelier pour vous faire partager sa passion pour la terre et vous présenter des poteries et céramiques, uniques, colorées et émaillées avec soin. Ses réalisations d'objets utilitaires oubliés tels que entonnoir à confiture, beurriers à eau mais aussi ses sculptures plus abstraites sauront sans nul doute vous séduire. Possibilité de réalisations sur-mesure à la demande

Idée + :

Cours de poterie et d'émaillage possibles tout au long de l'année. Et si vous découvriez la poterie en famille cette année ?

Exposition

En été : ouverte les mercredis et samedis de 14h à 18h
Toute l'année : ouverture sur rendez-vous





LES ABÂTS-JOURS DE JOSÉE

👤 Josée Le Mort
 ✉ 4-5 place de l'église - 29550 Plomodiern
 ☎ 02 98 81 25 97 / 06 73 49 19 54
 @ stal.gwechall@orange.fr

Ouvert toute l'année
En saison : tous les jours de 9h30 à 19h
Hors saison : vendredi, samedi, dimanche de sept. à juin de 9h30 à 19h

Création et réfection d'abat-jours (appliques, suspensions, lampes à poser), toutes techniques (contrecollée, couture : tissu tendu, froncé ou plissé). Entrée libre et gratuite.

Vous souhaitez assortir votre luminaire à votre décoration intérieure ? N'hésitez pas à apporter votre tissu !

Tarif : à partir de 30 €



FER DE RÊVE

👤 Edmond et Agnès Cozien
 ✉ 16 rue de Maurice de Trésguidy
 Zone du Drevers - 29190 Pleyben
 ☎ 07 86 52 10 30 / 06 77 08 93 04
 🌐 www.ferdereve.com

Ouvert toute l'année sur rendez-vous

Des animaux à la taille imposante postés autour de l'atelier dévisagent passants et conducteurs : vache, cheval et même escargots... Aglaé et Germain, un couple de cochons, un travail en commun pour cette fraîche création. Edmond et Agnès proposent d'ailleurs la vente et la location de leurs créations aux particuliers, collectivités, usines... un bon moyen pour attirer l'attention.



JEANNE-SARAH BELLAÏCHE

Céramiste

👤 Atelier la Terre Tourne
 ✉ Stéréon - Pont-Coblant - 29190 PLEYBEN
 ☎ 06 18 78 39 55
 @ jeannesarahbellaïche@gmail.com
 🌐 www.jeannesarah.com

Atelier ouvert toute l'année sur RDV par sms ou mail
Atelier et exposition : entrée libre / vente directe

Un atelier de céramique et un espace d'exposition nichés dans la campagne au bord de l'Aulne. On y découvre un travail de sculpture et d'objets décoratifs fruits de la maîtrise d'un savoir-faire et de la connaissance d'un matériau, l'argile, le tout investi d'une belle créativité. Les fils créatifs de la céramiste sont le féminin et le mouvement.



© Jeanne-Sarah Bellaïche

10 signes que tu deviens presque breton !!!

Ici on détourne certains mots français ou on emploie des expressions issues d'une traduction mot à mot du breton ! Alors si tu utilises ces "bretonnismes", c'est que tu commences assurément à devenir breton !

1

Allez, da gousket
(Au lit !)

2

Celle-là, c'est une
pikès ! (Chipie)

3

Tiens, tu as fait une
cuche aujourd'hui !
(Queue de cheval)

4

J'ai été en
riboul hier soir
(j'ai fait la fête)

5

Passes par ici,
c'est un ribin
(raccourci)

6

Qu'est-ce que je suis
skouiz aujourd'hui !
(fatigué)

7

Tiens, mets ça
à la jaille
(à la poubelle)

8

Il fait frisket,
mets ton palto !
(Il fait froid,
mets ta veste !)

9

Je vais faire
de l'essence
(aller à la
station-service)

10

Manger des
lichouseries comme
une gouelle
(des gourmandises
comme un goinfre)

CASSOLETTE SAINT-JACQUES & crevettes



RECETTE POUR 4 PERSONNES :

INGRÉDIENTS

12 noix de Saint-Jacques
12 crevettes roses cuites et
décortiquées
800 g de champignons de
Paris frais
3 échalotes grises
2 gousses d'ail
75 g de beurre (salé bien sûr !)
1 cuil. à soupe de farine
25 cl de Noilly-Prat ou de
cidre demi-sec local
20 cl de crème liquide
Persil plat ciselé
Sel
Poivre

- 1 Pelez et émincez les échalotes et l'ail. Coupez les noix de Saint-Jacques en deux dans l'épaisseur.
- 2 Faites fondre le beurre dans une casserole à feu doux, faites-y dorer les noix de Saint-Jacques 1 min, puis prélevez-les à l'écumoire. Ajoutez dans la casserole les échalotes et l'ail, faites suer 5 min.
- 3 Emincez finement les champignons et les faire suer avec un peu de beurre dans une poêle à part. Une fois qu'ils ont rendu toute leur eau, ajoutez-les dans la casserole avec l'ail et les échalotes et faites sauter en mélangeant régulièrement.
- 4 Poudrez de farine, mélangez sur le feu, puis déglacez avec le Noilly-Prat ou le cidre. Ajoutez les crevettes, laissez frémir 5 min, puis ajoutez la crème liquide. Remettez les noix de Saint-Jacques poêlées dans la sauce. Laissez réchauffer 2 min.
- 5 Répartissez dans de jolies cassolettes, ajoutez une petite touche de persil sur le plat et servez sans attendre... Bon appétit !

IDÉES +

Commandez vos
crevettes et coquilles
Saint-Jacques auprès de
nos poissonniers !
(p. 63 & 75)

Flânez sur nos marchés
ou achetez vos
légumes auprès de nos
producteurs locaux et
dans les commerces !
(P. 62 à 75)

Si vous voulez ajouter
une saveur typiquement
bretonne, optez pour
le cidre de l'une de nos
cidreries artisanales !
(p. 63)

Quand le soleil joue à cache-cache !

Vous venez de vous lever, le soleil est caché par les nuages et quelques gouttes tombent...
On vous livre nos conseils pour égayer et transformer cette journée de grisaille en chouette souvenir de vacances !

Ici
il ne fait
jamais ni très
froid, ni trop
chaud !

C'est l'occasion d'apprendre tout en s'amusant... direction un musée !

Un panel varié s'offre à vous : la découverte de **l'école** d'antan et de son exposition sur la fabrique de l'école 2.0 (jusqu'au 29 mai) ou Tout s'explique ? (à partir du 3 juillet), **l'histoire du chemin de fer, la guerre 39-45, les traditions bretonnes, les métiers d'autrefois, etc.** Des ateliers thématiques, instructifs et variés pour les enfants, ou à tester en famille, sont proposés. Demandez le programme !

Envie de voir et comprendre les milieux aquatiques ?

Partez à la découverte du plus grand aquarium du Finistère : **Océanopolis** (prévoir une journée de visite). Petits et grands s'instruisent avec plaisir et repartent avec des merveilles dans les yeux. Le saviez-vous ? À Châteaulin, à l'observatoire aquatique, on peut observer et comprendre les poissons du bassin versant de l'Aulne.

Découvrir l'art et des savoir-faire ?

Poussez la porte de l'un des **ateliers de nos artistes**. Allez à leur rencontre et découvrez leurs univers.

"Il fait beau plusieurs
fois par jour !"
La météo est très changeante...
il est fort possible que le soleil
vienne pointer le bout de son nez
au cours de la journée !

Envie de vous dépenser ?

Découvrez **les bassins de l'Aulne, le nouveau centre aquatique** et faites un concours de brasse ou prenez un **cours d'équitation** dans l'un des manèges du **centre équestre du Vieux Bourg**.

Gourmand(s) ?

Découvrez les secrets de fabrication de nos délicieux produits locaux et titillez vos papilles. Inscrivez-vous à l'une des visites guidées de nos partenaires : **chocolaterie Chatillon, biscuiterie Jain, conserverie Kerbriant, cidrerie de Rozavern ou Paul Coïc**.

Se faire une toile ?

Direction le **cinéma de Châteaulin** !
Et pourquoi pas assister à un concert couvert ?
Demandez le calendrier des animations.

L'idée + de nos experts :

privatiser un spa, pour un moment de bien-être en famille...

Et sortez vos bottes, sautez dans les flaques, profitez des ciels et des reflets changeants, admirez le paysage. Le vent chasse les nuages... demain ou tout à l'heure, il fera beau !

Soirées et balades contées : partagez un moment hors du temps !

Entre réel et imaginaire, les contes et légendes imprègnent la culture bretonne. Nos conteuses, dans les lieux emblématiques propices, vous invitent à partager un moment hors du temps, en solo, en famille ou entre amis, bercés par les légendes bretonnes...



ISABELLE DE COL

☎ 02 98 81 13 77 - 06 25 87 71 53
 @ isabelle.de-col-richard@wanadoo.fr
 📍 isabelle-decolrichard-conteuse.net

DATES DES BALADES CONTÉES
 Les mardis 19 et 26 juillet à 20h30
 Les mardis 2, 9, 16 & 23 à 20h30
 Lieu : chapelle Sainte Barbe – Ploéven
 Point de repli, prévu en cas de météo capricieuse
 Durée : 1h30 / 2h

Un, deux, trois pas le voyage commence ! Nous traversons une prairie, un bois secret se présente... Chacun retient son souffle : le petit pont, le moulin en ruine, les fontaines accompagnent ce périple mystérieux à travers les légendes... Au loin, la chapelle veille ! Ne sont-ce pas là des korrigans qui s'enfuient ? Chut ! ...

Tarifs : Adulte : 6 € / Enfant : 3 €
 Forfait famille : 2 adultes + 2 enfants : 15 €
 Renseignements et réservations
 au 02 98 81 27 37



AZILIZ SOTIN

Organisateur : Gladaan
 ☎ 06 71 84 15 67
 @ 29gladaan@gmail.com
 📍 http://djidjik.fr/

DATES DES BALADES CONTÉES
 Tous les mercredis soirs
 du 6 juillet au 24 août / 20h30
 RDV au sommet du Menez-Hom

Balades contées et chantées au sommet du Menez-Hom Partez à la découverte des légendes du Menez-Hom ! La conteuse vous mène par les sentiers sinueux, dans une nature aux couleurs changeantes, face à l'un des plus beaux panoramas de Bretagne. Ici, le temps n'existe plus, les mythes se fondent dans le paysage. Les guerriers d'autrefois galopent sur la montagne, les fées dansent à la nuit et les korrigans jouent à cache-cache.

Tarifs : Adulte : 7 € / Enfant : 4 €
 Forfait famille (2 adultes + 2 enfants) : 20 €
 Renseignements et réservations au 02 98 81 27 37



LE SAVIEZ-VOUS ? Le roi Marc'h

La légende raconte l'histoire d'un roi légendaire, puissant et craint qui régnait en maître sur la Cornouaille. A la suite d'un mauvais sort, il fut affublé de vilaines oreilles de cheval ("Marc'h" signifiant cheval en breton). Furieux et ivre de colère face aux nombreuses moqueries, il commit alors de nombreuses exactions qui le conduisirent au trépas. A sa mort, Dieu décida de l'envoyer en enfer mais Sainte-Marie, à qui il était particulièrement dévoué, intercèda en sa faveur et obtint du Seigneur, que son âme tourmentée atteigne le paradis, le jour où, du haut de sa tombe au Menez-Hom, on puisse apercevoir le clocher de Sainte-Marie du Menez-Hom...



Chasse au trésor - Chapelle Saint Maudéz
Nac'h Gwen à Lennon

»»» Une semaine ««« avec votre tribu...

MARDI

**20H À 21H30 : BALADES COMMENTÉES
À LA DÉCOUVERTE DE LA VILLE DE
CHÂTEAULIN (DU 19 JUILLET AU 16 AOÛT)**

RDV DEVANT LES HALLES

Ouvert à tous / Gratuit

**20H30 : BALADES CONTÉES
AVEC ISABELLE DE COL RICHARD
(DU 19 JUILLET AU 23 AOÛT) - P.55**

CHAPELLE SAINTE-BARBE / PLOÉVEN

Renseignements et inscriptions
au 02 98 81 27 37

POTS D'ACCUEIL DES ESTIVANTS

DU 21 JUILLET AU 14 AOÛT

RENSEIGNEZ-VOUS À
L'OFFICE DE TOURISME POUR
CONNAÎTRE LES DATES
ET VENEZ PARTAGER UN
MOMENT DE CONVIVIALITÉ
À LA DÉCOUVERTE DES
PRODUITS LOCAUX !

MERCREDI

**20H30 : BALADES CONTÉES
AVEC LA CONTEUSE AZILIZ SOTIN
(JUILLET ET AOÛT) - P.55**

RDV PARKING DU SOMMET
DU MENEZ-HOM / DINÉAULT

Renseignements et inscriptions
au 02 98 81 27 37

**ACCUEIL À LA FERME ET
DÉCOUVERTE DE LA TRAITE - P.65**

La ferme des ptits korrigans vous
accueillent à la ferme tous les mercredis à
partir de 17h30 en juillet et août.

En hors saison, l'accueil à la ferme a lieu
le 1^{er} mercredi de chaque mois à 17h30.
Ouverture du point de vente à 16h tous
les mercredis.

FERME DES PTITS KORRIGANS
MEZ AN DIP / CAST

Renseignements au 06 61 62 08 00

VENDREDI

**20H : LE VENDREDI ON MARCHÉ !
(DU 27 MAI AU 26 AOÛT)**

RDV SUR LE PARKING QUAI COSMAO

Ouvert à tous / Gratuit
Renseignements au 02 98 86 59 76

C'EST SAMEDI !

JE RÉCUPÈRE LE **CALENDRIER
DES Z'ANIMS DE LA SEMAINE** À
VENIR À L'OFFICE DE TOURISME
OU JE LE CONSULTE SUR
WWW.MENEZHOM-ATLANTIQUE.BZH !

Et en +

**CONCOURS DE DESSIN POUR
LES ENFANTS (JUILLET ET AOÛT)**

CHAQUE SEMAINE,
UN THÈME DIFFÉRENT !

Tarif : 1€ / enfant (support
fourni). Pour participer, RDV
dans nos offices de tourisme.

Participez à la 9^e
édition de la chasse
au trésor de l'office de
tourisme et découvrez
le patrimoine du Menez-
Hom Atlantique de façon
ludique et originale !
Dépliant à retirer dans
l'un de nos bureaux
ou en téléchargement
sur [www.menezhom-
atlantique.bzh](http://www.menezhom-atlantique.bzh)

A quelques pas...

Le pays du Menez-Hom Atlantique est idéalement situé, au cœur du Finistère, pour rayonner sur l'ensemble du département. Ici faites le plein d'idées de visites et de découvertes.



Océanopolis Parc de découverte

📍 Port de Plaisance du Moulin Blanc
29200 Brest
☎ 02 98 34 40 40
✉ oceanopolis@oceanopolis.com
🌐 www.oceanopolis.com

*Ouvert à l'année
Horaires 2022 toutes saisons
sur www.oceanopolis.com*

Changeons le regard sur l'océan !

Océanopolis Brest, Centre National de Culture Scientifique dédié à l'Océan, pour connaître et comprendre les différents écosystèmes marins de la planète et mieux les préserver.

Océanopolis vous promet un tour du monde unique au cœur des Océans à travers trois pavillons : polaire - tropical - Bretagne et un sentier des loutres dans des univers marins fidèlement reconstitués.

Réservation en ligne.

Infos, actualité et mesures de prévention sanitaire sur www.oceanopolis.com



Billetterie
dans nos bureaux de Châteaulin,
Pleyben, Plomodiern, Plonévez-
Porzay et Saint-Nic



PENINSULA LE LABYRINTHE

📍 Route de Dinan - 29160 Crozon
☎ 06 64 66 45 56
✉ peninsulaby@gmail.com
🌐 www.peninsulabyrinth.com

*Avril à juin : ouvert tous les jours de 14h à 18h
Été : ouvert tous les jours, en continu, de 10h30
à 18h30
Ouverture hors-saison sujette au contexte,
nous contacter*

Prévoir environ 1h30 sur place !

Dernières admissions 1h30 avant la fermeture. Dans un labyrinthe géant, tout en bois, partez à la découverte d'un conte local original, façon jeu de piste ! Un challenge stimulant pour petits et grands. L'exposition vous fera découvrir la fascinante histoire des labyrinthes du monde.

**Tarifs : Adulte : 10 €
Enfant (5-17 ans) : 8 €, Gratuit 0-4 ans
Groupes (15 pers. et +) sur réservation :
7 € / pers.**



FUN PARK

📍 Route de Dinan - 29160 Crozon
☎ 06 62 21 85 30
🌐 www.funpark.fr

*Ouvert de février à novembre
Juillet-aout : 10h-19h en continu*

Fun Park vous accueille dans un parc verdoyant pour pratiquer l'acrobranche en toute sécurité ! 1 parcours baby (à partir de 4 ans), 4 parcours adaptés pour les enfants de 4 ans, 7 parcours pour les +13 ans avec des hauteurs et des difficultés différentes. Nouveauté : 1 Fun Zone (grands espaces filets, jeux sans baudrier) dès 3 ans... Vous pouvez aussi pratiquer le paintball à partir de 10 ans.

12 parcours - 100 % sécurité

**Tarifs : de 3 à 19 €
Paintball (150 billes) : 20 €**





LES ARCHI KURIEUX

Dans tout le Finistère
 ☎ 02 55 59 69 50
 @ contact@lesarchikurieux.fr
 🌐 www.lesarchikurieux.fr

Ouvert toute l'année
 Programme des sorties et réservations
 sur le site internet

A Locronan, Douarnenez, Quimper et dans 9 autres lieux du Finistère, découvrez la ville au travers d'un jeu de piste ou d'une chasse aux [K]uriosités. Des balades ludiques et insolites à partager en famille ou entre adultes. Réservation indispensable sur le site internet selon les horaires proposés. Livrets jeux disponibles sans réservation pour certaines villes.

Tarifs : à partir de 9 € par personne
 Livret jeux : 12 à 15 € pour 2 à 6 personnes



LA BICYCLETTE

☎ Kernevez - 29242 OUESSANT
 ☎ 02 98 48 81 34 / 06 80 70 94 95
 @ ty-fanch@orange.fr
 🌐 www.labicyclette.net

Ouvert toute l'année de 9h à 19h

Vous partez en balade sur l'île d'Ouessant ? Pensez à réserver votre ou vos vélos. Fanch vous propose la location de vélos VTT, VTC, électriques, vélos enfant, sièges, carrioles, tandem. Présent à l'embarcadère et au bourg de Lampaul.

Et si vous testiez la découverte de l'île en vélo électrique ?

Petite astuce pour reconnaître ce loueur : ses vélos sont rouges !



LOKORN 286

☎ Venelle Tristan - 29180 LOCRONAN
 ☎ 06 33 67 27 87
 @ lokorn286@gmail.com
 🌐 www.lokorn286.bzh

Ouvert du 1^{er} avril au 31 octobre 2022
 Du mardi au samedi : 10h à 19h

Venez découvrir Lokorn 286, la station mobile de skate électrique. Initiation au skate électrique. Des sensations de glisse proche du snowboard. L'activité est accessible à tous à partir de 12 ans. Venez pratiquer en famille, entre amis... Nous pouvons accueillir jusqu'à 5 personnes. Un bon moyen de découvrir Quimper, Locronan et Douarnenez de manière originale. Nous proposons également des pratiques mixtes skate électrique + yoga !

Tarifs : Rando skate : de 35 € à 40 € par personne
 Balade skate : de 20 € à 25 € par personne
 Formule skate + yoga : de 55 € à 60 € par personne
 Pratique de l'activité à partir de 12 ans

Les équipements de sécurité sont fournis ; casques, coudières, genouillères, protège poignet.

Une assurance est également comprise dans tous les forfaits.



#SURPRENEZ VOUS

Partez à la découverte DE LA DESTINATION BREST TERRES OcéANES !

La destination touristique Brest terres océanes est un étonnant concentré de paysages bretons offrant de belles expériences ressourçantes.

Partez à la découverte de la route des phares, ils vous laisseront un souvenir inoubliable ! Prenez le large pour profiter de notre littoral à couper le souffle. Ce sera l'occasion d'embarquer pour l'île d'Ouessant, de vous essayer à la pratique du paddle, de naviguer à bord d'un bateau du patrimoine... Chez nous, les expériences maritimes ne manquent pas ! Envie de randonner au bout du monde ? Vous y êtes. Ici près de 400 kilomètres de littoral vous offrent la possibilité de balades iodées le long du sentier des douaniers, le GR 34®. Voyagez en rade de Brest, écrin de 180 km², protégé de l'océan au cœur de notre destination. Qu'y faire ? Une visite d'Océanopolis, la découverte d'une exposition au fonds Hélène & Edouard Leclerc... ou tout simplement en profiter pour vous ressourcer !



Bien-être

Bouffée d'air iodé, l'océan pour seul horizon... venez vous ressourcer en Menez-Hom Atlantique ! Aux prises avec les éléments naturels, baigné des lumières et couleurs de notre cœur de Finistère, restaurez votre vitalité ! Profitez de votre séjour pour vous offrir des instants beauté et cocooning... Des professionnels de soins et de remise en forme vous accompagneront dans votre cure de bien-être.



NICOLAS DU CHATELLE

**Massages ayurvédiques,
ostéo douce, sonothérapie,
reflexologie plantaire**

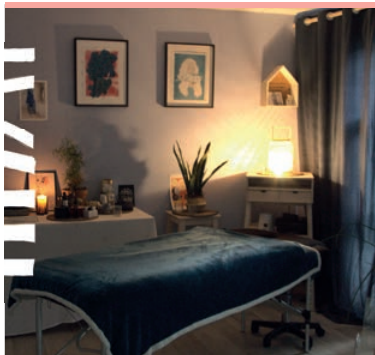
📍 5-7 rue de Pennalé - 29550 Plomodiern
☎ 06 60 32 33 56
✉ nikoduch@yahoo.fr
🌐 www.nicolasduchatelle-therapeute.com

Ouvert toute l'année

Les rendez-vous ainsi que les formations et ateliers dans "l'art du massage" sont ouverts toute l'année.

"Ma pratique est une alchimie d'écoute, de toucher, de paroles permettant au corps et à l'esprit de retrouver un chemin d'unité, d'harmonie, de vitalité et de paix intérieure".

Tarifs : de 40 à 90 €



MASSAGES TY GWEN

📍 14 rue de Gars Maria - 29190 Pleyben
☎ 07 66 58 68 48

Ouvert toute l'année sur rendez-vous
Le lundi et le mercredi : 13h30 à 20h00
Mardi, jeudi, vendredi : 9h30 à 12h30
Le samedi : 13h30-19h00

Gwénola vous accueille pour un moment de détente et de bien-être. Le massage procure une grande détente musculaire et contribue au lâcher-prise. Il permet une meilleure circulation des énergies et la libération des blocages émotionnels afin de retrouver un espace intérieur plus serein.

Tarifs : Massage : de 30 € à 110 €
Massage en duo : 140 €





CÉCILE CANDELA

Réflexologue certifiée

☎ 3 rue du Porzay - 29550 Plomodiern
 ☎ 06 10 16 67 16
 @ candela.cecile@orange.fr
 🌐 www.reflexo29.fr

Ouvert toute l'année
Lundis et jeudis : 9h-19h

Profitez de votre séjour pour découvrir les nombreux bienfaits de la réflexologie plantaire, le crano sacré ou le Chi Nei Tsang. Ces techniques permettent de libérer les émotions, d'équilibrer les organes et de récupérer l'énergie de votre corps pour une meilleure santé aujourd'hui et demain.

Tarifs :
 Réflexologie plantaire : 45 € la séance (1h)
 Chi Nei Tsang : 55 € la séance (1h30)
 Crano Sacré : 25 € la séance (30 minutes)



PATRICIA TREANTON

Pratiques énergétiques

☎ 06 49 53 63 53
 @ lechemindesorchidees@gmail.com
 🌐 le-chemin-des-orchidees.fr

Ouvert toute l'année
Du lundi au vendredi de 9h à 19h
et le samedi de 10h à 18h
Fermé le dimanche

Le Reiki Traditionnel et la Relaxologie de Pleine Conscience : union de la relaxation et de la méditation sont des pratiques psycho-corporelles énergétiques qui permettent de se libérer du stress, de lâcher prise, de retrouver la sérénité, une belle énergie, la joie de vivre, le bonheur intérieur.

Tarifs :
 Séance de Relaxologie : 30 € (30 min)
 Séance de Reiki Traditionnel :
 60 € (1h) ou 80 € (1h30)



LA VAGUE DE BIEN-ÊTRE

Jacuzzi, sauna, massage

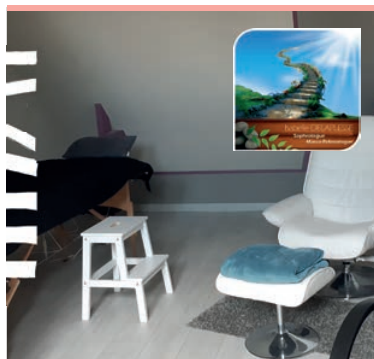
☎ Camping Paradis Menez-Bichen
 8 chemin des dunes - 29550 Saint-Nic
 ☎ 02 98 26 50 82
 @ campingmenezbichen@gmail.com
 🌐 www.menezbichen.fr

Ouvert du 1^{er} avril au 15 septembre
sur réservation

En quête d'un moment de sérénité pour 1 h en privatif. Vous apprécierez le spa et le sauna, ouvert à tous. Rien de tel qu'une pause détente dans notre grand jacuzzi haut de gamme. Tout est pensé pour que vos vacances en Bretagne soient des plus reposantes.

Et pour parfaire ces moments de détente, Carine, notre esthéticienne, propose des soins esthétiques et massages.

Tarifs : 10 € / pers. pour 1 heure de privatisation (tarif min. 20 €). Soins esthétiques & Massages : nous consulter



ISABELLE DELAPLESSE

Sophrologue Somatothérapeute

☎ Lescobet - 29550 Plomodiern
 ☎ 06 30 96 79 45
 @ idelaplessesophrologue@gmail.com
 🌐 isabelle-delaplesse-sophrologie.fr

Ouvert toute l'année sur RDV

Sophrologue, somatothérapeute, je vous accueille dans mon cabinet afin de vous guider vers un mieux-être, vers la découverte de vous-même et vous aide à gérer un stress, une phobie, une addiction, une maladie, à préparer un examen, un accouchement. Sur RDV uniquement. Séances individuelles ou de groupes.

Tarifs : Séance individuelle : 45 €
 Séance de groupe : 12 € / pers.
 Séance préparatoire accouchement : 40 €
 Séance enfant : 20 €
 Massages : de 30 à 70 €





AROMARIE NATUROPATHE

Marie-Pierre Cariou
 12 place de l'église - 29550 Plomodiern
 07 61 07 37 33
contact@aromarie-naturopathe.fr
www.aromarie-naturopathe.fr

Ouvert toute l'année sur RDV

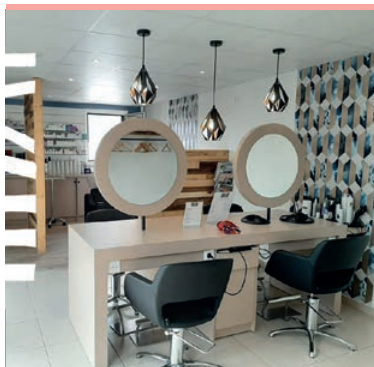
Je vous accompagne pour prendre soin de votre bien-être grâce à l'aromathérapie et à la naturopathie. Éveillez vos sens et venez assister à des ateliers pour connaître les bases et les bienfaits de l'aromathérapie, construire une synergie, connaître les huiles essentielles précieuses, sacrées... Vous pouvez aussi demander un atelier sur-mesure en fonction de vos envies, objectifs personnels. Au plaisir de vous accueillir !

Tarifs : Naturopathie ou aromathérapie : 70 €/ heure

Ateliers d'aromathérapie : de 40 € à 90 €.

Le tarif varie selon la durée ou les huiles essentielles utilisées.

Ateliers sur-mesure à la demande : devis sur demande



UN MOMENT POUR VOUS

Coiffure mixte & Barbier

20 rue de la gare - 29550 Plomodiern
 02 98 81 26 32
unmomentpourvous@bbox.fr

Mardi-mercredi : 9h-13h et 14h-18h00. Jeudi-vendredi : 9h-13h et 14h-18h30. Samedi : 9h-17h
Prise de rendez-vous en ligne sur www.planity.com

Vous désirez changer de coiffure et confier votre chevelure aux mains d'experts ? Aussi habiles avec des ciseaux qu'avec les tondeuses, Pascale et son équipe vous accueillent et vous conseillent pour vos coupes et vos coiffures.

Nouveau : Messieurs, un service barbier est à votre disposition... Et si vous testiez le rasage complet à l'ancienne ?



L.S. ESTHETIQUE

Stéphanie Linger
 1 impasse Eric Tabarly - 29550 Plomodiern
 02 98 73 38 54 / 06 48 35 96 07
steph_linger@hotmail.fr

Ouvert toute l'année

Lundi : 14h-19h

Mardi, jeudi & vendredi : 9h-13h et 14h-19h

Mercredi : 9h-13h

Samedi : 9h13h et 14h-16h

Stéphanie vous propose un riche panel de prestations esthétiques : épilation définitive à la lumière pulsée, épilations avec différentes cires, soins du corps et du visage, massages à la carte, prothésie ongulaire, extensions ou rehaussement de cils, teinture de cils et sourcils.

Elle vous propose également du maquillage permanent (sourcils, lèvres, etc.) et du maquillage à la carte avec une ligne innovatrice certifiée bio !



LE GALET

Espace beauté bien-être

Kergoasguen - 29550 Plonévez-Porzay
 02 29 40 27 67 / 07 86 84 85 27
legaletespacebeaute@orange.fr
www.legaletespacesbeaute.fr

Ouvert toute l'année sur rendez-vous

Mardi, jeudi, vendredi et samedi : 9h30-18h00

Découvrez la boutique en ligne !

Découvrez un espace de beauté détente d'exception !

Dans une ambiance chaleureuse et cocooning, recevez un diagnostic personnalisé avec des produits haut de gamme et dernières technologies afin de vous prodiguer le soin sur-mesure le mieux adapté.

Le Galet Espace Beauté est l'endroit idéal pour votre détente, c'est un espace hors du temps pour prendre soin de soi. Diverses prestations soins visage, épilations, soins détente du corps, mains/pieds, massages duo.

Cosmétique de la mer morte, technique épiloderm, modeling Bloomee.



Produits locaux

Laissez-vous tenter par de produits authentiques et savoureux fabriqués, avec talent et savoir-faire, par les commerçants et artisans de la région, et... régaliez-vous !



MICHEL CHATILLON Chocolatier – Biscuitier

☒ 46 place Charles de Gaulle - 29190 Pleyben
☎ 02 98 26 63 77
@ info@chatillon-chocolat.com
🌐 www.chatillon-chocolat.com

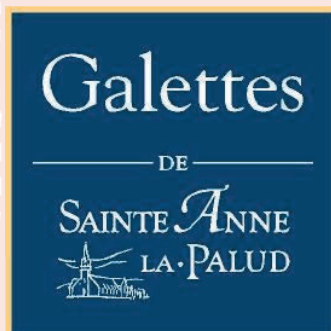
Ouvert toute l'année
En saison (juin à sept.) : 9h-12h30 et 13h30-19h
Hors saison : 9h-12h30 et 14h-19h

A Pleyben (sur le circuit des Endos Paroissiaux)
Visite gratuite de la fabrique de Chocolat "Michel Chatillon"

Fabrication artisanale : chocolats fins, Florentins, Galettes Bretonnes, Pétales de crêpes au sarrasin, Cœurs de Plougastel à la fraise, la spécialité de la Bretagne !

Visite guidée gratuite - Toute l'année sur réservation

Dégustation gratuite à la sortie de la visite
Vente sur place en boutique et sur notre site de vente en ligne.



GALETTES DE SAINTE ANNE LA PALUD Biscuiterie Jain

☒ 1 rue de la clarté - 29550 Plonévez-Porzay
☎ 02 98 92 50 63
@ biscuiterie.jain@wanadoo.fr
🌐 www.biscuiterie-jain.com

Ouvert toute l'année
En saison : du lundi au samedi : 9h30-12h15 et 14h30-19h00, dimanche matin de 10h15-12h30.
Hors saison : du mardi au samedi : 10h00-12h15 et 14h30-18h30.

A Plonévez-Porzay, venez découvrir notre biscuiterie artisanale offrant un large choix de produits artisanaux : galets, palets, gâteau breton, crêpes, kouign amann sans oublier notre création originale : le Lichouzig "petite bonne chose" en breton... nature, aux pépites de chocolat ou bien encore au caramel au beurre salé mais aussi nos rayons conserverie et épicerie fine.

Visites guidées et gratuites du 11 juillet au 20 août 2022 : les vendredis, samedis et lundis à 11h, 16h, 17h et 18h.

Uniquement pour les groupes (et sur réservation) en hors saison.



CONSERVERIE KERBRIANT

☒ Parc d'activités de Lannugat Nord
32 rue Jean Kervoalen - 29100 Douarnenez
☎ 02 98 70 52 44
@ contact@kerbriant.fr
🌐 www.kerbriant.fr

Dernière conserverie artisanale et familiale de Douarnenez, Kerbriant vous propose des douceurs pour l'apéritif, des plats cuisinés pour la famille ; toute une gamme de produits issus de la mer, fait maison et à l'ancienne, un régal pour les papilles !

Visite guidée gratuite

En juillet et août : visite possible du lundi au vendredi sur RDV.

Hors saison & vacances scolaires : visite possible tous les après-midis du lundi au vendredi sur RDV.





CIDRERIE PAUL COÏC

☒ Lieu-dit Kerscouédic - 29710 Plonéis
 ☎ 06 30 56 19 01
 @ cidrerie.coic@gmail.com
 🌐 www.cidrerie-coic.com

*Ouverte toute l'année
 Du lundi au samedi de 10h30 à 19h*

Découvrez une cidrerie traditionnelle !
 Exploitation en agriculture biologique.
 Paul Coïc, producteur passionné vous propose la visite des vergers et de l'atelier de fabrication. La visite est suivie d'une dégustation.

Spécialités : cidre, jus de pomme, jus de pomme pétillant, pommeau et lambig de Bretagne AOC, confit et vinaigre de cidre

Visite guidée et gratuite d'avril à août
 Du lundi au vendredi à 11h, à 14h30 et à 16h30



CIDRERIE DE ROZAVERN

☒ Kerferman - 29560 Telgruc-sur-Mer
 ☎ 02 98 26 01 44
 @ contact@rozavern.fr
 🌐 www.rozavern.fr

*Accueil, dégustation à la cidrerie d'avril à août :
 du lundi au samedi de 10h à 19h.*

De septembre à mars : voir sur www.rozavern.fr

*Retrouvez toutes les dates des animations
 régulières en ligne sur www.rozavern.fr*

Ferme cidricole au cœur de la Presqu'île de Crozon, nous récoltons, dans nos vergers conduits en agriculture biologique, les cinquante variétés de pommes qui s'exprimeront dans nos différentes productions.

Spécialités : cidres, jus de pommes, Pommeau et Lambig de Bretagne AOC, confit et vinaigre de cidre

Visite guidée gratuite en juillet & août : tous les mardis et jeudis à 11h et 18h

Marchés de producteurs locaux en juillet & août : tous les lundis de 17h à 20h suivi d'un concert gratuit

Retrouvez toutes les informations mises à jour sur www.rozavern.fr



FOURNIL DE PLOEVEN Boulangerie-Pâtisserie-Epicerie

☒ 2 rue de la Mairie - 29550 Ploéven
 ☎ 02 98 81 20 36
 @ serge.poquet@sfr.fr
 🌐 www.fournil-de-ploeven.fr

*Ouvert toute l'année
 Du mardi au samedi : 7h-12h50 et 16h -19h00
 Le dimanche : 7h-12h30
 Juillet et août : du lundi au samedi : 7h-13h et 15h30 -19h30
 Le dimanche : 7h-12h30*

Dès l'entrée dans la boutique, laissez-vous happer par la délicieuse odeur du pain frais ! De la baguette tradition aux pains spéciaux en passant par nos délicieuses pâtisseries (capitole, craquant, tutti-frutti), venez découvrir notre savoir-faire traditionnel. Nous assurons en supplément un service d'épicerie de proximité.



POISSONNERIE CAROFF

☒ 10 rue de la plage - 29550 Plomodiern
 ☎ 06 65 33 23 74

*A Plomodiern : d'avril à oct. : mardi, mercredi, vendredi et samedi : 9h-12h30
 De nov. à mars : mercredi, vendredi, samedi : 9h-12h30
 A Plonévez-Porzay : toute l'année : le jeudi sur la place à côté de l'office de tourisme de 9h30 à 12h30*

Ouvert tous les dimanches matins sur le marché de Plonévez-Porzay d'avril à septembre

Chez les Caroff, le poisson c'est une histoire de famille ! Stéphane et Marie vous proposent tout au long de l'année des poissons et des crustacés en arrivage direct de la criée bigoudenne ! Envie de déguster un plateau de fruits de mer pendant votre séjour ? Contactez-nous !

Possibilité de cuisson des crustacés à Plomodiern sur demande

Confection de plateaux de fruits de mer sur demande





BERGERIE DU MENEZ-HOM

✉ Patrik Sastre-Coader
Le Guilly - 29150 Dinéault
☎ 06 50 06 88 06 (textos uniquement)
@ contact@bergerie-menez-hom.bzh
🌐 www.bergerie-menez-hom.bzh

*Magasin ouvert toute l'année sur rendez-vous
Retrouvez tous les événements de la Bergerie
sur la page Facebook*

La bergerie vous propose différents produits en vente directe :

Laine : fil à tricoter, laine de rembourrage

Viande d'agneau fraîche (sur commande) ou surgelée

Conserves : terrines, rillettes et confit de foie

Des visites découvertes sur le Menez-Hom et des tontes des moutons ouvertes au public s'organisent en période estivale.



LE PAIN D'ANNETTE

✉ 2 rue Saint-Jean - 29550 Saint-Nic
☎ 02 98 73 87 27 / 06 26 11 28 63
@ lepaindannette@free.fr

*Hors saison : du jeudi au dimanche : 7h-13h
En saison : le lundi sur le marché de Pentrez (Saint-Nic)
Du mercredi au dimanche : 7h-13h*

"Le Pain d'Annette" propose des pains au levain fabriqués avec des farines biologiques : pain multicéréales, pain aux fruits, pain complet, tourte de seigle et petit épeautre. Les viennoiseries et pâtisseries sont toutes faites sur place. Un espace salon de thé, une petite épicerie et bientôt un coin librairie sur place.



D'ETHAWENN
BOULANGERIE - PÂTISSERIE
SANDWICHES
LA QUALITÉ FAIT LE GOÛT !

LA GRANGE D'ETHAWENN

Boulangerie - Pâtisserie
Sandwicherie

✉ 16 rue de Quimper - 29190 Pleyben
☎ 02 98 26 62 20
@ lagrangedethawenn@orange.fr

*Ouvert toute l'année
Lundi, mardi, jeudi, vendredi,
samedi : 7h à 19h
Le dimanche 7h à 12h30*

Venez découvrir les délicieux produits faits maison par Steve & Manuella (différents pains et viennoiseries sur levain naturel et avec du pur beurre AOP, bagatelle label rouge, gamme de pains label rouge certifiée agriculture biologique, galette des rois, etc.). Ici le plus dur est de choisir !

Ils vous proposent également des formules petit déjeuner (3,80 €) ou déjeuner (6 €)

MEILLEUR CROISSANT
DE BRETAGNE & MEILLEUR
CROISSANT DU FINISTÈRE
2017

MEILLEUR
BAGUETTE DU
FINISTÈRE
2018



Une charcuterie
artisanale moderne

MAISON LE GRAND

Charcutier - Traiteur

✉ Place de l'église - 29550 Plonévez-Porzay
☎ 02 98 92 50 25
@ charcuterielegrand@orange.fr
🌐 www.charcutier-legrand.fr

*Ouvert toute l'année
Du mardi au samedi : 8h30-13h et 15h-19h
Le dimanche : 9h-13h*

La Maison Le Grand vous propose sa charcuterie artisanale : plateau de charcuterie, conserves, grillades mais aussi ses délicieuses spécialités (langue de porc aux herbes, chotten de porc rôti, jambon en croûte...). Retrouvez aussi la Maison Le Grand sur les marchés : Mardi : Pleyben • Mercredi / Samedi : Tréboul - Douarnenez • Jeudi : Argol • Vendredi : Telgruc

*Nouveauté : drive en ligne
pour toutes vos envies de viande !*





NCOULOIGNER ATELIER DES SENTEURS

📍 10 rue de la Montagne
29550 Plomodiern
✉ couloigner.nathalie@gmail.com
🌐 www.ncouloigner-atelierdessenteurs.fr

Ouvert toute l'année

*Jeudi, vendredi : 9h à 12h
et de 16h30 à 19h*

Le samedi : 10h à 12h

*Hors saison : consulter le site
internet*

Ateliers Parfums

Lors d'un atelier ludique, devenez apprenti parfumeur et créez votre propre parfum ! Ouvert à tous, à travers un cours de création de parfum, une façon conviviale d'aborder l'univers de la parfumerie naturelle.

Ateliers Bougies

Avec notre atelier de fabrication de bougies, nous souhaitons vous proposer de retrouver votre enfant intérieur et laisser parler vos sens et votre cœur pour façonner vos propres bougies naturelles parfumées.

Lors des ateliers, chaque créateur repart avec sa création.

Tarifs : Atelier parfum 50 ml par personne : 55 €/pers.
(pas de minimum de personne)

Atelier parfum 10 ml par personne : 20 €/pers.
(pour un minimum de 6 personnes)

Atelier bougie 100 g par personne : 40 €/pers.
(pour un minimum de 2 personnes)



FERME DES P'TITS KORRIGANS

📍 Mez An Dip - 29150 Cast
☎ 06 61 62 08 00
✉ contact@fermedespitiskorrigans.fr
🌐 www.fermedespitiskorrigans.fr

Ouvert toute l'année

Accueil et découverte de la traite à la ferme

Hors saison : le 1er mercredi de chaque mois à 17h30

En saison : tous les mercredis à partir de 17h30

*Accueil au magasin : tous les mercredis
à partir de 16h*

Envie de découvrir le savoir-faire local ? Envie de renouer avec les animaux et la nature ? Rendez-vous à la Ferme des P'tits Korrigans à Cast pour découvrir la traite des vaches et la fabrication de desserts fermiers : yaourts, crèmes desserts, riz au lait et fromage blanc. Laurence et André vous accueillent à la ferme tous les mercredis (juillet et août) à partir de 17h30.



MARIE ET LA CHOCOLATERIE Chocolaterie ambulante

📍 Sur les plages du Porzay
et au bourg de Plomodiern
☎ 07 68 09 49 00
✉ marie.boudouard@gmail.com

Venez vous immerger dans l'univers du cacao ! L'artisanat et la découverte des saveurs du terroir d'ici et d'ailleurs sont garantis chez Marie ! Au cœur du bourg ou le long de la plage, venez déguster une boisson chaude ou fraîche, une pâtisserie, une douceur, toutes préparées avec soin sur place, à base des produits laitiers, végétaux, fruits, plantes, et cacao de qualité, tous au plus proche des producteurs, dans le respect de la nature et des hommes. Ateliers de fabrication de chocolats, après-midi goûter pour des occasions spéciales ou à domicile avec sa caravane chez vous... N'hésitez pas à réserver votre voyage gourmand privatisé !

Points de vente :

Souci du détail (Plonévez-Porzay) - Cave du Bistronome (Châteaulin) - Pain d'Annette (Saint-Nic)

Les dimanches après-midi à la plage de Lestrevet/
Plomodiern et Le lundi matin sur le marché de Pentrez/
Saint-Nic





CHAQUE JOUR DE LA SEMAINE, EMPORTEZ VOTRE PANIER ET FLÂNEZ SUR L'UN DE NOS MARCHÉS À LA DÉCOUVERTE DE NOS PRODUCTEURS ET ARTISANS LOCAUX !

LUNDI**PLOMODIERN**

MARCHÉS NOCTURNES
ET DANSES BRETONNES

Juillet et août (sous réserve)

SAINT-NIC

MARCHÉ TOUS PRODUITS

Pentrez

Du 4 avril au 26 septembre (matin)

MARDI**PLEYBEN**

2^e mardi du mois

MARCHÉ TOUS PRODUITS

Place Général de Gaulle

Toute l'année (matin)

CAST

PETIT MARCHÉ
DE PRODUCTEURS
(MARAÎCHERS, VIANDE)

Bourg

Toute l'année (matin)

SAINT-SEGAL

PETIT MARCHÉ
DE PRODUCTEURS
ET D'ARTISANS

Ménez Bos

Du 21 juin au 30 août (17h à 20h)

MERCREDI**CHÂTEAULIN**

MARCHÉ BIO ET ARTISANAL

Run ar Puñs

Toute l'année (16h à 19h)

JEUDI**CHÂTEAULIN**

MARCHÉ TOUS PRODUITS

Place de la résistance
et quai Jean Moulin

Toute l'année (matin)

Du 30 juin au 25 août :
Laissez-vous emporter
par les sonorités de l'orgue
de l'église Saint-Idunet
de 10h30 à 11h30 lors de
votre marché !

VENDREDI**PLOMODIERN**

MARCHÉ ALIMENTAIRE
(TOUS PRODUITS EN SAISON)

Bourg

Toute l'année (matin)

SAMEDI**DINÉAULT**

MARCHÉ ALIMENTAIRE

Halles

Toute l'année (matin)

PLEYBEN

MARCHÉ ALIMENTAIRE

Place Général de Gaulle

Toute l'année (matin)

DIMANCHE**GOUÉZEC**

MARCHÉ TOUS PRODUITS

Pont-Coblant

Place de l'ancienne chapelle des
carriers au bord du canal

De fin juin à fin août (9h30 à 12h30)

PLONÉVEZ-PORZAY

MARCHÉ TOUS PRODUITS

Du 3 avril jusqu'au 30 octobre (matin)



Plage de Pentrez / Saint-Nic



Restaurants et crêperies

Découvrez une sélection des adresses incontournables de la destination : crêperies, restaurants traditionnels, pizzerias et restaurants gastronomiques ! Laissez-vous tenter par nos délicieuses crêpes bretonnes, un plateau de fruits de mer ou bien encore nos alléchants produits du terroir...
Bon appétit !

L É G E N D E

CONFORT

- Vue mer / canal
- Accès handicapé
- Chaise bébé
- Terrasse
- Accueil de groupe
- Abris à vélo
- Animaux acceptés
- Jardin
- Animaux acceptés
- Service en continu
- Aire de jeu
- Parking
- Plat à emporter
- Wifi

LABELS

- Petit Futé
- Guide du Routard
- Lonely Planet
- Gault & Millau
- Michelin
- Relais & Châteaux
- Géoguide
- Crêperie Gourmande
- Pointe de Bretagne
- Qualité Tourisme

MOYENS DE PAIEMENT

- Chèque vacances
- Ticket restaurant
- Chèque déjeuner
- Carte bancaire non acceptée

CHÂTEAULIN



LE MINUSCULE

✉ 5 rue Baltzer - 29150 Châteaulin
 ☎ 02 98 86 28 66
 @ leminusculechateaulin@orange.fr
 🌐 www.restaurant-le-minuscule.com

Ouvert toute l'année
Ouvert mardi, mercredi, vendredi,
samedi de 9h à 15h et de 17h à 22h
Le jeudi de 9h à 15h
Le dimanche de 17h à 22h

Le Minuscule vous accueille dans une ambiance chaleureuse et conviviale et vous propose une cuisine traditionnelle de qualité : des viandes, des poissons, des tartines, des salades, des poêlées, des pâtes ainsi que des plats de saison et des moules.

2 salles - 82 couverts / Terrasse de 28 couverts en saison

Formules : de 13 à 15 € (midi) et de 15 à 18 € (soir)
Menus : à partir de 30 € / Menu enfant -12 ans : 9,50 €

Pizzas à emporter : livraison (week-end) :
 +3,50 € à Châteaulin (à partir de 2 pizzas)
 + 4 € à l'extérieur (à partir de 4 pizzas)





LA FRITERIE BREIZH

☎ 7 Grand Rue - 29150 Châteaulin
 ☎ 02 98 86 38 79
 @ clairegrouhel@hotmail.com

*Ouvert tous les jours midis et soirs
 sauf le lundi, dimanche et les jours fériés*

Restaurant de spécialités belges et de produits locaux autour de frites maison cuisinées à la belge !

2 salles - 25 couverts

Tarif : A la carte : 9,90 € à 19,90 €
 Menu : 24,90 € / Menu enfant : 7 €



LE CLONA

☎ 13 rue Baltzer - 29150 Châteaulin
 ☎ 02 98 81 50 83
 @ leclona2021@gmail.com

*Ouvert toute l'année
 Lundi, mardi, jeudi, vendredi :
 8h30 à 15h30 et de 17h30 à 21h30
 Le mercredi : 8h30 à 15h30*

Situé au pied de l'église, le Clona vous accueille dans un cadre convivial et chaleureux. Cuisine traditionnelle avec des produits frais de saison. Cuisine "Fait Maison". Pour un moment de détente, venez déguster un verre autour d'une planche dans notre petit salon ou en terrasse.

1 salle et un salon : 72 couverts / Terrasse : 20 couverts

Tarifs : A la carte : de 10 € à 25 €
 Formule du jour (2 plats) : 14 € (le midi) et 17 € (le soir)
 Formule du jour (3 plats) : 17 € (le midi) et 20 € (le soir)
 Menu enfant : 10 €
 Menu groupe : nous consulter



LA PIZZA 2.0

☎ 5 Grand Rue - 29150 Châteaulin
 ☎ 06 88 43 01 71
 @ lapizza2.0chateaulin@gmail.com
 * lapizza20chateaulin.eatbu.com

*Ouvert toute l'année
 Du mardi au samedi de 11h30 à 14h / 18h à 20h30*

Toutes nos pizzas sont fabriquées de façon artisanale avec un prix de vente unique à 9,90 €.

Pâte faite maison.

Tarifs :
 Prix de vente unique : 9,90 € la pizza
 Menu : 11 € avec boisson



PLEYBEN



LE STIRWEN

☎ 17 rue de Quimper - 29190 Pleyben
 ☎ 02 98 26 38 52 / 06 68 59 15 20
 @ creperierestaurantlestinwen@orange.fr
 * www.le-stirwen.fr

*Ouvert toute l'année
 Réservation recommandée
 Lundi, mardi, vendredi et dimanche :
 midis et soirs
 Jeudi, mercredi : midi uniquement
 (le mercredi midi et soir en saison)
 Samedi : soir uniquement*

Le Stirwen vous propose une carte de crêperie et de restaurant traditionnel, une cuisine simple et généreuse.

Testez la formule du midi pour le déjeuner de vos vacances !

1 salle - 25 couverts

Tarifs : à la carte : de 10 à 20 €
 Formule midi : 10,90 à 13,10 €
 (avec buffet, plat du jour, dessert, boisson)
 Menu enfant : 8,90 €





LA BLANCHE HERMINE

☒ 1 place Charles de Gaulle - 29190 Pleyben
 ☎ 02 98 26 61 29
 @ contact@la-blanche-hermine.com
 🌐 www.la-blanche-hermine.com

Ouvert toute l'année
 Hors saison : ouvert du mercredi au dimanche
 En saison : ouvert du mardi au dimanche
 et jours fériés

Une ambiance bretonne pour vous faire découvrir une cuisine traditionnelle comme "autrefois" - Eñañ ha debriñ Breizhek !

Spécialités : potée des montagnes noires, choucroute Kreiz-Breizh, caillettes de Cornouaille, cotriade de poissons, marmite de Saint-Jacques au curry, profiteroles de blé noir.

Tarifs : à la carte



PLOEVEN



AU MENHIR DE PLOEVEN

☒ 1 lieu-dit Le Cosquer - 29550 Ploéven
 ☎ 06 72 31 63 48
 @ aumenhirdeploeven@gmail.com
 🌐 www.aumenhirdeploeven.fr

Ouvert toute l'année
 Du lundi au jeudi : de 11h à 14h15 et de 17h45 à 20h45
 Du vendredi au dimanche : de 11h à 15h et de 17h45 à 21h30

Friterie typique à 5 minutes des plages, nous proposons un large éventail de burgers Bio, fish and chips, burritos et pièces au grill, à emporter ou sur place en extérieur dans un cadre bucolique. Frites fraîches, recette traditionnelle des Flandres au blanc de bœuf. Livraison possible – Retrouvez également nos plats du jour sur facebook. Fait maison – Produits de la Ferme – Approvisionnement local.

1 terrasse : 30 couverts

Tarifs : Tarif carte : de 8 € à 15 €
 Tarif formule plat du jour : 8 € ou 10 €
 Tarif formule burger : 14 € et 18 €



PLOMODIERN



LE MENEZ-HOM

☒ 2 rue du Dr Vourc'h - 29550 Plomodiern
 ☎ 02 98 81 27 92
 @ resto.lemenezhom@orange.fr
 🌐 www.menezhom-restaurant.fr

Toute l'année :
 du lundi midi au samedi midi
 Mai et juin :
 vendredi soir et samedi soir en plus
 Juillet août :
 du mercredi soir au samedi soir

En plein cœur du bourg, venez découvrir ce restaurant traditionnel et ouvrier où l'on travaille avec talent les produits locaux. Chaque midi, 3 menus vous sont proposés. 2 samedis par mois, on vous propose de déguster les délicieuses spécialités bretonnes : kig ha farz, potée, marmite du pêcheur.

Plats du jour et pâtisseries bretonnes à emporter.

3 salles - 120 couverts / Terrasse de 8 couverts

Tarifs : A la carte / Menus : de 9,30 à 12,30 €
 Menu enfant : 7,60 € / Menu groupe : de 12,30 à 29 €



L'OASIS

☒ 1 rue des embruns - 29550 Plomodiern
 ☎ 02 98 26 47 58
 🌐 loasisrestaurant.wordpress.com

Ouvert toute l'année (congé en janvier)
 Hors saison : tous les jours sauf le mardi
 D'avril à septembre :
 7 jours/7 en service continu

Face à l'océan, profitez de la magnifique vue sur la plage de Pors ar Vag en dégustant moules et frites, fruits de mer, poissons ou viandes. En juillet et août, l'Oasis, c'est aussi l'endroit idéal pour une petite pause salée ou sucrée dans l'après-midi !

Nouveau : plateau de fruits de mer à emporter sur demande !

2 salles - 100 couverts / Terrasse de 100 couverts

Tarifs : A la carte / Formule
 Menus : de 20 €, 25 € à 35 € / Menu enfant : 12 €





LE KREIZKER

☒ 8 place de l'église - 29550 Plomodiern
☎ 02 98 26 31 79

Ouvert toute l'année

*Lundi, mardi, vendredi, samedi,
dimanche : 12h-13h45 et 19h-21h
Mercredi : 12h-13h45
Fermé le jeudi*

Au cœur du bourg, le Kreizker vous propose une cuisine authentique et savoureuse à base de produit frais et un large choix de pizzas dans un cadre chaleureux et convivial. Ici, tout est fait maison ! Dégustez la spécialité du chef, la pizza sur blé noir ! Grand choix de rhums arrangés.

1 salle - 30 couverts / Terrasse de 12 couverts
Tarifs : A la carte / Pizzas : de 7,50 € à 14,50 €
Menu : 14,50 € / Menu enfant : 9 €
Menu groupe : nous consulter



CHEZ TATABEL

☒ Porz ar Vag - 29550 Plomodiern
☎ 09 84 39 43 74
@ cheztatabel29@gmail.com

Ouvert d'avril à septembre

*En saison : tous les jours de 12h à 22h
Bar jusqu'à 23h
Hors saison : du jeudi au lundi
de 12h à 14h et de 16h30 à 21h*

Tatabel vous accueille dans son bar crêperie resto "paillotte" à proximité des campings, du centre nautique, des plages et des circuits de randonnée. Produits artisanaux locaux, bio et fermiers. Crêpes froment et blé noir, burgers maison, frites, viandes et fromages fermiers, légumes bio, salades et glaces. Bières, cidre, vins, apéros, digeos et jus artisanaux, locaux et bio aussi ! Animations proposées : concerts, marché artisanal et jeux.

2 terrasses couvertes - 30 couverts
Tarifs plats : de 5 € à 30 € (sur place ou à emporter)



PLONEVEZ-PORZAY



CRÊPERIE GOURLAN

☒ 14 rue de l'Argoat
29550 Plonévez-Porzay
☎ 02 98 92 51 34

Ouverture toute l'année

*Lundi, mardi, jeudi, vendredi
& samedi : 8h-19h30
Mercredi : 10h-19h30*

Sa réputation n'est plus à faire ! Depuis 46 ans, la crêperie d'Anne-Marie Gourlan est un vrai lieu de convivialité et de plaisir gustatif dans un décor breton très chaleureux. Ses crêpes traditionnelles de blé noir et de froment sont une vraie référence dans la région !

1 salle - 48 couverts
Crêpes à la carte : de 2,20 à 8,00 €
Menus : de 10 € à 15,20 €
Crêpes à emporter - service en continu



PIZZERIA KER-MOOR

☒ 1 rue de Cornouaille
29550 Plonévez-Porzay
☎ 02 98 11 90 61
☑ Carte des pizzas sur pizzatoy

Ouvert toute l'année

*Du mercredi au dimanche
et le lundi en plus en saison !*

Ronan, votre pizzaiolo, vous propose des pizzas artisanales à pâte fine en deux dimensions : 33 et 26 cm et des paninis ! Laissez-vous tenter par la Ker-Moor, une délicieuse pizza à la fondue de poireaux faite maison et au saumon... un délice !

Tarifs : de 6,50 à 12,50 €





RESTAURANT DE L'HÔTEL*** DE LA PLAGE

Relais et Châteaux

☒ Plage de Sainte-Anne-la-Palud
29550 Plonévez-Porzay
☎ 02 98 92 50 12
@ info@plage.com
🌐 www.plage.com

Ouvert du 9 avril au 1^{er} novembre
Déjeuner : jeudi, samedi et dimanche
de 12h30 à 13h30
Dîner : tous les jours de 19h30 à 21h
En saison, la Chaumière, terrasse brasserie,
est ouverte tous les jours de 12h30 à 13h30

Confortablement installés dans la belle salle à manger à vue panoramique, venez déguster la cuisine raffinée et créative du chef Yoann Noël qui compose pour vous une partition gastronomique entre terre et mer. Crustacés, coquillages et poissons côtoient viandes et volailles de Bretagne, le tout accompagné de légumes de la région. Harmonie parfaite entre plaisir des yeux et de l'assiette !

2 salles - 50 couverts
Terrasse de 20 couverts en saison

Tarifs : à la carte
Menus : 54 € / 69 € / 132 €
Menu enfant : 24 €



SAINT-NIC



CRÊPERIE SAINT CÔME

☒ Saint Côme - 29550 Saint-Nic
☎ 02 98 26 55 86
@ pierre.ledroff@laposte.net
🌐 www.creperie-stcome.com

Ouvert de fin mars à octobre
Hors saison : du mercredi au dimanche :
12h-13h30 et 19h-20h45
En saison : du mardi au dimanche
de 12h00-14h00/18h30-21h00
Fermé le lundi sauf le lundi 15 août

Venez déguster les délicieuses crêpes à base de productions locales : saucisses de Châteaulin, chèvre du Menez-Hom, tomme du Nevet. Crêpes et galettes bio.

Découvrez également la spécialité de la maison, le célèbre gâteau de crêpes... un délice pour les papilles !

1 salle - 50 couverts / Terrasse de 30 couverts

Tarifs : A la carte / Menus : de 12 à 25 €
Menu enfant : 8,90 €



LE BISTROT DES PÊCHEURS

☒ Camping Paradis Menez-Bichen
8 chemin des dunes - 29550 Saint-Nic
☎ 02 98 26 50 82
@ campingmenezbichen@gmail.com
🌐 www.menezbichen.fr

Ouvert d'avril à septembre
En saison : tous les jours : de 12h et 14h et 19h à 22h / Hors saison : vendredi, samedi, dimanche de 19h à 21h

Le Bistrot des Pêcheurs est ouvert à tous pour partager sur place (ou emporter) de bons petits plats faits maison et avec des produits locaux, dans une ambiance conviviale.

La restauration rapide est également au menu : pizzas, burgers, quiche, salades fraîchement composées... ici, il y en a pour tous les goûts !

1 salle - 40 couverts

Tarifs : à la carte / Menus : de 15 à 25 €
Menu enfant : de 6,50 à 8 €





LES SALLES DE TI GLAZ

☒ 7 rue du Menez-Hom - 29550 Saint-Nic
 ☎ 06 08 88 93 58
 @ lessallesdetiglaz@orange.fr
 🌐 www.cochongrille29.fr

Ouvert toute l'année
 (sur réservation)

Depuis 1979, les salles de Ti Glaz vous accueillent pour vos repas de groupes, de famille, de mariage ou d'anniversaire. Leur spécialité ? Un délicieux cochon grillé cuit au feu de bois pendant 7 heures, un vrai délice pour les papilles !

Repas à thème et service traiteur à domicile sur demande.

Tarifs : nous consulter



CAVES



L'ENTREPOTE

Cave à boire et à manger

☒ 6 rue de la Presqu'île - 29550 Plomodiern
 ☎ 02 98 93 46 87
 @ lentrepote.bzh@gmail.com
 🌐 www.lentrepote.bzh

Ouvert toute l'année. Hors saison : ouvert du mardi au jeudi de 10h à 14h et de 16h30 à 21h

Le vendredi : 10h à 14h et de 16h30 à 1h00

Le samedi : 10h à 1h00 (fermé le dimanche et le lundi)

En saison : ouvert du mardi au jeudi de 11h à 22h

Vendredi et samedi de 11h00 à 1h00

Le dimanche de 11h à 14h

Fermé le lundi sauf le lundi 15 août

L'Entrepote, une cave à boire et à manger. Pour déguster sur place ou à emporter des bières artisanales, des vins récoltants et des produits locaux. Snacking le midi et planches apéro le soir. Babyfoot et fléchettes électroniques pour vous divertir le temps d'un apéro. Suivez le programme sur les réseaux sociaux ! Accueil de groupes : 15 personnes maximum

Tarifs : Planches : 7,50 € à 15 €
 Snacking midi : 8 € à 15 €



NECTAR ET PAPILLON

Cave à boire et à manger

☒ 21 place Charles de Gaulle - 29190 Pleyben
 ☎ 09 87 18 83 81
 @ olivier.philippe29@gmail.com
 🌐 www.nectar-et-papillon.fr

Ouvert toute l'année

Du mardi au vendredi : 9h30 à 14h et de 16h à 19h

Le samedi : 9h à 14h et de 16h à 19h30

Le dimanche : 9h à 12h15

Olivier vous accueille dans sa cave entouré de vins, de spiritueux aux saveurs locales comme exotiques, de bières et de champagnes. Plus de 200 références de bouteilles à découvrir en cave ! Il vous propose également un large panel de fromages et de pièces de charcuterie...

Le fromage et la charcuterie traditionnelles et fines sont issues de productions artisanales, locales ou de pays.

Alors n'hésitez pas à venir découvrir la cave et vous faire plaisir autour d'une planche fromage charcuterie et d'un verre et pourquoi pas les déguster en terrasse !



Souvenirs

La gastronomie bretonne ? Dans votre imaginaire, c'est forcément des crêpes et... des fruits de mer !

Vous savez quoi ? Vous avez raison ! Mais chaque région a ses spécialités ou décline les recettes traditionnelles selon le savoir-faire de ses cuisiniers et producteurs locaux. On a testé pour vous les produits de notre terroir. On ne s'est pas trop forcé ! C'est un plaisir au quotidien... Alors on vous dévoile notre sélection de sept "lichoueries" (douceurs) et autres bonnes choses, typiquement bretonnes, à déguster !



La crêpe bretonne : Epaisse ou fine ? Moelleuse ou croustillante ? Au froment ou au blé noir (appelé encore sarrasin) ? A la crêperie ou sur le pouce en flânant au marché, on se laisse toujours tenter par une crêpe chaude et moelleuse, petit plaisir gourmand des vacances. Nos crêperies ont chacune leur spécialité et leur carte. (P.67 à 71)

La biscuiterie artisanale "Les galettes de Sainte-Anne-La-Palud" à Plonévez-Porzay, c'est l'amour des "lichoueries", de père en fils ! L'occasion de venir découvrir "LE LICHOUZIG", ce gâteau fin et très goûteux qui veut dire petite bonne chose en breton : son nom vous dit tout ! Nature, aux pépites de chocolat ou au caramel au beurre salé... il se savoure très facilement avec un nougat glacé, une salade de fruits frais ou tout simplement avec un café. (P.62)



"**Kouign Aman**", c'est littéralement en breton "un gâteau au beurre". Cette recette fut inventée par nos voisins de Douarnenez vers 1860. Comme souvent en cuisine, cette spécialité est issue d'un "raté", en l'occurrence d'une pâte à pain ratée, qui s'est avérée un régal avec son dosage disproportionné en beurre ! Une recette qui est devenue incontournable de la boulangerie bretonne, un savoir-faire transmis de génération en génération. Chacun de nos boulangers a sa propre recette. Laissez-vous tenter à la gourmandise et savourez ce croustillant incomparable... Riche en beurre, oui, mais qu'est-ce que c'est bon !!!



La chocolaterie Châtillon à Pleyben a à cœur de proposer régulièrement des nouveautés. A l'issue de 6 mois de travail mené par Renaud Chérel, une nouvelle friandise a gagné les étals de la jolie boutique en 2018 : le cœur de Plougastel. Une pâte de fruits de la fraise gariguette de Plougastel, du chocolat noir, de la ganache de chocolat elle-même à la fraise... un savant équilibre des goûts et une explosion de saveurs en bouche ! (P.62)

Cap sur les produits de la mer pour un grand bol d'iode dans vos assiettes ! La conserverie artisanale et familiale Kerbriant à Douarnenez vous prépare les meilleures recettes artisanales bretonnes issues de produits bio ou de la production locale afin de valoriser la pêche bretonne. On vous souffle quelques idées pour ravir vos papilles : rillettes de poissons à tartiner pour l'apéro, bonnes soupes traditionnelles de poissons, conserves de sardines... (P.62)



Les cidreries : Le saviez-vous ? C'est dans le Finistère qu'est né le Cidre AOP Cornouaille, seul cidre en appellation d'origine protégée de Bretagne. A l'image d'un vin, c'est aussi par l'assemblage des différentes pommes (acides, douces, amères) récoltées dans son verger que le cidriculteur façonne le goût de son cidre. Le cidre se déguste seul à l'apéritif ou avec des crêpes... selon vos envies ! Connaissez-vous le jus de pommes pétillant, le confit de cidre... ? La Cidrerie Paul Coïc à Plonéis et la Cidrerie de Rozavern à Telgruc sur Mer vous ouvrent leurs portes pour une petite dégustation. L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. (P.63)



Si vous ne connaissez pas les terrines, rillettes et confit de foie de la Bergerie du Menez-Hom à Dinéault, ne perdez plus un seul instant. Les produits sont élaborés avec des moutons élevés 100% en plein air et 100% à l'herbe de la ferme. Ces petits délices se dégustent sans modération sur des tranches de pain frais et grillé ! (P.64)



Nos bonnes adresses shopping, gourmandes et services...
Tout pour réussir votre séjour côté pratique.

**grain^{de}
malice**

GRAIN DE MALICE (GDM)

☎ 13 place du marché - 29150 Châteaulin
☎ 02 98 27 11 23
🌐 www.graindemalice.fr

Ouvert toute l'année
Du mardi au samedi : 9h30-12h30 et 14h-19h

Notre Grain de Malice Châteaulin s'affirme plus que jamais comme une boutique de mode pour femmes et de conseils féminins. Elle propose des vêtements actuels et mieux adaptés à toutes les silhouettes du 36 au 48. Elle conseille dans la convivialité et la complicité toutes les femmes désireuses de se faire plaisir.



**DP...
am**

DU PAREIL AU MÊME (DPAM)

☎ 2 Grand Rue - 29150 Châteaulin
☎ 02 98 73 27 66
🌐 www.dpam.com

Ouvert toute l'année
Du mardi au samedi 9h30-12h30 et 14h-19h

On a tous une histoire avec Du Pareil au Même, à vos enfants de créer la leur ! Du Pareil au Même, ce que les enfants aiment !

Vêtements de 0 à 14 ans.



**Rive
Gauche**



RIVE GAUCHE

☎ 31 quai Cosmao - 29150 Châteaulin
☎ 02 98 73 19 98 / 06 38 21 07 11
@ bonjour@rivegauchechateaulin.fr
🌐 rivegauchechateaulin.fr

Ouvert toute l'année
Du mardi au samedi en continu de 10h à 19h

Rive Gauche vous propose un large éventail de vêtements et d'accessoires pour femme... Laissez-vous séduire !





MALICE

📍 2 rue Paul Gauguin - 29150 Châteaulin
 ☎ 02 98 86 48 16
 🌐 www.magasin-malice.fr

Ouvert toute l'année
 Du lundi au vendredi : 9h30-12h15 et 14h-19h
 Samedi : 9h30-19h en continu

Malice vous propose des articles de cuisine, de la décoration et des loisirs créatifs à petits prix pour aménager, ranger, décorer, s'amuser ou recevoir. Revendeur de la marque Hespéride et Atmosphaera.

Pour des intérieurs / extérieurs tendance !

Commande et livraison possible, voir conditions en magasin.



AUDREY C. OUTURE

👤 Audrey Chabert
 📍 4 rue de Cornouaille - 29550 Plonévez-Porzay
 ☎ 07 81 94 04 24
 @ audreycouture29@gmail.com
 🌐 www.audrey-couture.fr

Atelier ouvert uniquement sur rendez-vous, commandes sur www.audrey-couture.fr

Depuis 2018, Audrey crée toute une panoplie d'articles en tissu pour les bébés et toute la famille. Tapimoutik (tapis bébé pour enfant), plaids, accessoires pour le repas et la déco... le tout personnalisable à souhait que cela soit en terme de tissus ou d'inscriptions floquées.



STAL GWECHALL

📍 4-5 place de l'église - 29550 Plomodiern
 ☎ 02 98 81 25 97 / 06 74 63 34 58
 @ stal.gwechall@orange.fr

Ouvert à l'année
 Juillet et août : tous les jours de 9h30 à 19h
 Septembre à juin : vendredi, samedi et dimanche de 9h30 à 19h

Achat - Vente - Estimation.

Pour les amoureux de beaux objets anciens et d'antiquités, Stal Gwechall, un lieu à visiter, au coeur du bourg, qui vient d'ouvrir de nouvelles salles d'exposition regorgeant de merveilles pour les amateurs et les curieux.



Moins cher

vos poissons en direct de la criée

LA FRAICHEUR GARANTIE

Place de Kerjean Châteaulin
 TEL: 02 98 86 04 12
 www.e.leclerc.com
 f E.Leclerc Châteaulin

DRIVE E.Leclerc

Chez Moi, vos courses en clic!

JARDI E.Leclerc

Route de la Gare Châteaulin
 TEL: 02 98 16 15 55

Location E.Leclerc

RELOCATION DE MOBILITÉS ET D'ÉQUIPEMENTS

maison E.Leclerc

espace culturel E.Leclerc

MES PROMOS DU MOMENT

E.Leclerc Châteaulin

Hypermarché, Drive, Espace Culturel, Station Service, Distributeur Bancaire, Laverie automatique

OUVERTURES

Hypermarché: du Lundi au Samedi de 8h30 à 19h30
 le Vendredi de 8h30 à 23h00

Jardinerie: du Lundi au Vendredi de 9h00 à 12h00
 et de 14h00 à 19h00 - Le Samedi de 9h00 à 19h00

Intermarché SUPER

PLOMODIERN
 www.intermarche.com

INTERMARCHÉ PLOMODIERN

8 RUE DE LA GARE - 29550 PLOMODIERN
 02 98 81 56 67

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h15
 Le dimanche de 9h à 12h15

En été : ouvert du lundi au samedi de 9h à 20h
 Le dimanche de 9h à 12h30



NUMÉROS utiles

Les mairies

CAST / 29150

Place Saint-Hubert

02 98 73 54 34

@ mairie.de.cast@wanadoo.fr

www.mairie-cast.com

CHATEAULIN / 29150

15 quai Jean Moulin

02 98 86 10 05

@ mairie@chateaulin.fr

www.chateaulin.fr

Ville de châteaulin - Page de la mairie

Application citykomi

DINEAULT / 29150

3 rue de la Tour d'Auvergne

02 98 26 00 55

@ mairie-dineault@wanadoo.fr

www.dineol.fr

Application citykomi

GOUEZEC / 29190

5 rue Karreg an Tan

02 98 73 30 06

@ mairie.gouezec@orange.fr

Application citykomi

LANNEDERN / 29190

11 rue René Caro

02 98 26 40 56

@ mairie.lannedern@wanadoo.fr

www.lannedern.bzh

communelannedern

LE CLOITRE-PLEYBEN

29190

11 rue de la mairie

02 98 26 60 05

@ mairie-cloitre-pleyben@wanadoo.fr

lecloitrepleyben.mairie

LENNON / 29190

25 place de l'église

02 98 73 71 08

@ mairie-de-lennon@wanadoo.fr

LOTHEY / 29190

8 place de la mairie - Bourg

02 98 73 32 79

@ mairie.de.lothey@wanadoo.fr

PLEYBEN / 29190

Place Charles de Gaulle

02 98 26 68 11

@ contact@mairiepleyben.fr

www.mairiepleyben.fr

CommuneDePleyben

Application citykomi

PLOEVEN / 29550

Place de la mairie

02 98 81 51 84

@ mairie-ploeven@wanadoo.fr

www.ploeven.bzh

PLOMODIERN / 29550

20 rue du Dr Yourc'h - BP 15

02 98 81 51 29

@ mairie@plomodiern.bzh

www.plomodiern.fr

CommuneDePlomodiern

PLONEVEZ-PORZAY / 29550

5 allée du stade

02 98 92 50 23

@ mairie-plonevez-porzay@wanadoo.fr

www.plonevez-porzay.net

plonevezporzay

Application mymairie

PORT-LAUNAY / 29150

Place du Général de Gaulle

02 98 86 09 63

@ port.launay@wanadoo.fr

Application citykomi

Mairie de Port-Launay

SAINT-COULITZ / 29150

Place François Mitterrand

02 98 86 17 65

@ mairie.saint-coulitz@orange.fr

www.saint-coulitz.fr

Application citykomi

SAINT-NIC / 29550

12 rue du Menez-Hom

02 98 26 50 36

@ mairie@saint-nic.fr

www.saint-nic.fr

SAINT-SEGAL / 29590

Place de Guillaumes

02 98 73 17 03

@ accueil@mairie-saintsegal.fr

www.mairie-saintsegal.fr

saintsegal

TREGARVAN / 29560

568 route de l'Aulne

02 98 26 02 06

@ mairie.tregarvan@wanadoo.fr

COMMUNAUTÉ

DE COMMUNES

PLEYBEN-CHATEAULIN-

PORZAY

Rue Camille Danguillaume

CS 60043 - 29150 Châteaulin

02 98 16 14 00

@ contact@ccpcp.bzh

www.ccpcp.bzh

Application citykomi

CCPleybenChateaulinPorzay

LES BIBLIOTHÈQUES municipales

CAST / 29150

Bibliothèque Jeanne Laurent
Place Saint Hubert

02 98 73 65 25

📧 bibliotheque.cast@orange.fr
🌐 www.bibliotheque-cast.fr

CHATEAULIN / 29150

Bibliothèque Perrine-de-Grissac
Quai Robert Alba

02 98 86 16 12

📧 bibliotheque@chateaulin.fr
📘 BibliothequeChateaulin
🌐 www.bibliotheque-chateaulin.fr

DINEAULT / 29150

5 place de l'église

02 98 26 05 32

GOUEZEC / 29190

Médiathèque Ty Lenn

2 place de l'église

02 98 99 78 16

📧 tylenn.mediaoueg@gmail.com
🌐 www.gouezeg-bibenligne.fr

LANNEDERN / 29190

Arrée Lecture

Rue de la vieille école (Près de l'église)

LENNON / 29190

Place de la mairie

📘 BibliothequeDeLennon

LOTHEY / 29190

Biblio'they - 6 bis route de Châteaulin

02 98 26 27 02

PLEYBEN / 29190

14 rue de Gars Maria

02 98 26 30 65

📧 bibliotheque.pleyben@wanadoo.fr
🌐 pleyben.opac3d.fr
📘 bibliothèque Pleyben

PLOEVEN / 29550

Place de l'église

02 98 81 51 84

PLOMODIERN / 29550

Rue du Dr Vour'ch

09 67 23 50 84

📧 biblio.plomodiern@gmail.com
🌐 bibliotheque.plomodiern.fr

PLONEVEZ-PORZAY / 29550

4 place Cornouaille

02 98 92 57 55

📧 plonevez-porzay-pom.c3rb.org
📧 bibliothequeplonevezporzay@orange.fr

SAINT-NIC / 29550

Rue Saint Jean

(au-dessus du restaurant scolaire)

02 98 81 50 89

📧 bibliothequesaintnic@orange.fr

SAINT-SEGAL / 29590

Près de l'ancienne école

Le cinéma

CHATEAULIN / 29150

Cinéma Agora

5 Place de la Résistance

09 63 62 65 29

LES NUMÉROS pratiques

Bureau de change (Brest) :

02 98 44 17 71

Besoin d'une baby-sitter ?

Le point Information Jeunesse (PIJ)
vous propose une liste de baby-sitters
02 98 86 13 11 / 06 40 05 45 42
pij@polysonnance.org

LES NUMÉROS d'urgence/santé

**N° d'urgence européen
(toutes urgences) :** 112

Pompier : 18

Samu-Smur : 15 (ou par sms : 14)

Police : 17

Gendarmerie (Châteaulin) :

02 98 86 10 35

Police municipale (Châteaulin) :

02 98 86 15 50

Douanes : 09 70 21 51 56

Urgence en mer

(depuis le littoral) : 196

Urgence en mer

(depuis la mer) : Radio VHF canal 16

Cross Corsen : 02 98 89 31 31

Hôpital - Carhaix : 02 98 99 20 20

Hôpital - Brest : 02 98 22 33 33

Hôpital - Quimper : 02 98 52 60 60

Centre antipoison : 02 99 59 22 22

SOS Médecin : 3624

Pharmacie de garde : 3237

Dépannage - Électricité :

Enedis : 09 69 32 35 29

Dépannage - Eau :

Véolia : 09 69 32 35 29

LES ACCÈS *wifi*

Venez équipés de votre matériel
(ordinateur, smartphone) et

connectez-vous, gratuitement,

devant chacun de nos 5 bureaux

(Châteaulin, Pleyben, Plomodiern,

Plonévez-Porzay et Saint-Nic) - 24h/24

Nom du réseau : WIFI-PUBLIC ! Entrez

vos coordonnées, validez et surfez !

SALLES DE Spectacle

Salle Arvest - PLEYBEN

02 98 16 13 55 📧 📞 🎧

Run ar Puns - CHÂTEAULIN

09 62 03 44 00 📧 📞



Pratique

Un barbecue à préparer ? Du linge à laver ? Une réparation en urgence ?
Retrouvez ici toutes les bonnes adresses !

BRICO
MARCHÉ
Pouvoir tout faire **Moins cher**

BRICOMARCHÉ

☒ Centre Commercial la Grande Rue
29150 Châteaulin
☎ 02 98 16 13 00

Ouvert toute l'année
Du lundi au vendredi : 9h-12h et 14h-19h
Samedi : 9h-12h30 et 14h-19h



Spécialiste en jardin, bricolage, décoration et bâti, Bricomarché propose aux bricoleurs des produits de qualité à prix bas.



GARAGE
KERAVAL

3 route de Kergoat 29180 QUEMENEVEN
garage-keraval@orange.fr

TÉL. 02 98 26 99 97

GARAGE KERAVAL

☒ 3 route de Kergoat - 29180 Quéménéven
☎ 02 98 26 99 97
@ garage-keraval@orange.fr

Ouvert toute l'année
Du mardi au vendredi : 8h30-12h et 13h30-18h30
Samedi : 8h30-12h et 13h30-17h30

Garage automobile
Réparation et entretien toutes marques
Réparation matériel agricole et motoculture
Réparation bateau



LÉONIE & FRANCE

- ☎ 18 Quai Charles de Gaulle - 29150 Châteaulin
- ☎ 06 49 19 69 49
- ✉ leonieetfrance@gmail.com
- 🌐 <https://leonieetfrance.com>

Ouvert du mardi au vendredi
de 10h à 12h15 et de 14h à 18h30
Le samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 18h30

Située en bordure de l'Aulne, "Léonie et France" est une boutique de créateurs pleine de charme ! Vous y découvrirez des créations mode originales (bijoux fantaisie haut de gamme, sacs, foulards, chapeaux...), des objets de décoration uniques et quelques oeuvres d'art signées par des artistes locaux. A la recherche d'idées cadeaux ou bien encore d'un souvenir de votre séjour ? Léonie & France est l'adresse à ne pas manquer !



LA BOITE À COUDRE

- 👤 Agnès Gourlan
- ☎ 22 rue de la fontaine - 29550 Plomodiern
- ☎ 02 98 81 57 38 / 06 63 93 25 34
- ✉ laboiteacoudre29@free.fr

Ouvert à l'année
Du mardi au vendredi : 9h à 12h et 14h à 19h
Samedi : 9h-12h et 14h à 17h



Agnès est à votre disposition pour réaliser tous vos travaux de couture et de retouches sur vos vêtements. Elle confectionne toutes vos idées d'ameublement (rideaux, coussins, etc.) et des costumes traditionnels bretons de grande qualité à la demande.

Pour tous ceux qui souhaitent apprendre la couture, Agnès vous propose des cours individuels ou en groupe 4 personnes (10 € de l'heure, ou 60 € pour un forfait journée de 8 heures).



MARQUE PURE

Produits écologiques

- 👤 Valérie D'HERVEZ
Conseillère de la Marque
- ☎ 1 Kervel ar Goulit
29550 Plomodiern
- ☎ 06 14 94 26 13
- ✉ v.dhervez@cpure.fr
- 🌐 www.pure.bio

Produits en vente toute l'année à domicile ou sur le site internet de la marque. Je suis conseillère de la marque Pure, le leader français des produits Bio d'exception. Les produits sont écologiques, économiques, très efficaces et concentrés. La nature s'invite chez vous grâce à une large gamme de nos produits : entretien de la maison, beauté, cosmétique, huiles essentielles, forme et bien-être. N'hésitez pas à me contacter pour organiser chez vous ou chez l'une de vos amies un atelier à domicile PURE pour un vrai moment de partage et de convivialité !

Vous pourrez découvrir l'efficacité de nos produits, les tester et profiter d'offres et de cadeaux exclusifs.



LAVERIE AUTOMATIQUE

- ☎ Intermarché - 8 rue de la gare - 29550 Plomodiern
- ☎ 02 98 81 56 67
- 🌐 www.intermarche.com

Ouvert toute l'année 24h/24 - Libre service



LAVAGE AUTO

- ☎ Intermarché - 8 rue de la gare - 29550 Plomodiern
- ☎ 02 98 81 56 67
- 🌐 www.intermarche.com

5 types de lavage – 1 portique rouleau – 1 haute pression – 1 aspirateur
Ouvert toute l'année - 24h/24 – Libre Service

Les plus beaux endroits pour faire une pause pique-nique !

Face à la mer, en ville, au bord du canal ou en pleine nature, savourez des moments de convivialité entre amis et en famille !

A CAST aux abords de la chapelle et du bois de Saint-Gildas

A CHÂTEAULIN le long du canal, à l'aire de Penn ar Pont, au jardin du Lentoc'h, au plateau de la petite gare, au bois du Chap, au jardin intergénérationnel (en contrebas de la Résidence de la Vallée de l'Aulne)

A GOUZÉZEC à la Roche du Feu ou au bord du canal à Pont-Coblant

A LENNON à l'aire de Ty Men (à côté du pont qui enjambe l'Aulne)

A PLEYBEN au passage (centre-ville), à l'aire de Mougoulou et de Garz ar C'Homme ou au bord du canal à Pont-Coblant

A PLOMODIERN à l'aire du parking de la plage de Lestrevet face à la mer (tables, toilettes)

A PLONÉVEZ-PORZAY à l'aire de Tréfeuntec avec des jeux pour enfants et à proximité de la plage de Sainte-Anne-la-Palud et à l'aire des petits korrigans en centre-bourg

A PORT-LAUNAY le long du halage ou à l'écluse de Guilly Glaz (barbecue). Parc des Poètes (tables, aire de jeux pour enfants, barbecue)

A SAINT-COULITZ Park Ti Mamm (barbecue, toilettes, aire couverte)

A SAINT-NIC en contrebas du Menez-Hom, face à la mer, à proximité de la départementale en direction du bourg de Saint-Nic
Au jardin des dunes de la Plage de Pentrez face à la mer (tables, jeux pour enfants, toilettes)

A SAINT-SÉGAL aux abords de la chapelle Saint-Sébastien

A TRÉGARVAN à la cale, face à l'Aulne maritime

Bienvenue aux camping-cars !

4 aires de service sont à votre disposition sur la destination :



A CHÂTEAULIN à l'aire de service privée située sur le parking de l'Intermarché. Stationnement gratuit, 8 places, services : ravitaillement en eau, électricité, vidange WC et eaux usées avec tuyau (2 € pour 1h électricité + 10 min d'eau)

Intermarché - Grand rue
02 98 16 13 13

A PLEYBEN Aire de service communale à l'ancienne gare (direction Morlaix). Stationnement gratuit, 6 places, services : ravitaillement en eau, vidange WC et eaux usées (gratuit)

Mairie de Pleyben - 02 98 26 68 11

A PLOMODIERN Aire communautaire de service située route de Châteaulin (parking de la salle des sports) à proximité du bourg ! Stationnement facile et gratuit - aire de service avec ravitaillement en eau propre, accès à l'électricité, vidange eaux usées et WC : 1,55 € (électricité) - 1,55 € (10 mn d'eau)

A PLONÉVEZ-PORZAY Aire communautaire de service située rue des églantines, en plein cœur du bourg ! Stationnement gratuit, 20 places, services : ravitaillement en eau, vidange WC et eaux usées (2 € pour 5 min d'électricité ou 10 min d'eau)

Mairie de Plonévez-Porzay - 02 98 92 50 23

+ D'INFO : www.menezhom-atlantique.bzh



Mes écogestes en vacances !



Je continue à trier mes déchets	Je veille à la propreté des plages, de la mer et des espaces verts	Je modère ma consommation d'eau et d'énergie	Je privilégie des moyens de transports doux et le co-voiturage
Je découvre les produits issus de l'agriculture et de l'artisanat locaux	J'emporte une gourde en pique-nique ou en balade	J'utilise des produits respectueux de l'environnement	Je respecte l'écosystème des milieux que je visite !

Pensez-y !

Des bacs à marées sont à votre disposition, à proximité de nombreuses plages pour collecter les déchets lors de vos balades !



UN PETIT TOUR à la déchet' ?

	CHÂTEAULIN PÉREN / 02 98 73 04 28		PLONÉVEZ-PORZAY CROIX NEUVE / 02 98 92 57 58		PLEYBEN KOSKEROU / 02 98 26 67 53	
	MATIN	APRÈS-MIDI	MATIN	APRÈS-MIDI	MATIN	APRÈS-MIDI
LUNDI	9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●
MARDI	9h30-12h	13h30-18h ●				
MERCREDI	9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●		
JEUDI			9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●
VENDREDI	9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●
SAMEDI	9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●	9h30-12h	13h30-18h ●

Horaires d'hiver : du 1^{er}/10 au 31/03 (● : 13h30-17h) / Horaires d'été : du 1^{er}/04 au 30/09

Pour accéder aux déchetteries, il est obligatoire de présenter une carte d'accès.

Une question sur le tri, l'emplacement des bacs, les jours de collecte ?

SERVICE DÉCHETS / COMMUNAUTÉ DE COMMUNES / 02 98 16 14 03 / WWW.CCPCP.BZH

Infos mobilité

Comment venir ?



TRAIN

Gares de Brest, Quimper, Châteaulin

3635 / www.voyages-sncf.com
www.ter.sncf.com/bretagne

Correspondances en car

pour toute la destination
 Menez-Hom Atlantique
 02 98 90 88 89 / www.breizhgo.bzh



VÉLO

Par le chemin de halage du canal de Nantes à Brest

(partie V6 Camaret-Vitré)
canaux.bretagne.bzh



BUS

Plusieurs lignes

Toute l'année

RÉSEAU DÉPARTEMENTAL

2,50 € le trajet (2 € pour les moins de 26 ans)
www.breizhgo.bzh
 02 98 90 88 89

(Les gares routières de Quimper et de Brest se situent à proximité des gares ferroviaires).

RÉSEAU BLABLACAR BUS

(au départ de Paris, Brest, Nantes, Rennes, Vannes, etc.)
 Arrêt possible à Châteaulin
fr.ouibus.com

VOITURE



Par les routes nationales

N165 (Nantes/Brest), N12 (Rennes/Brest),
 N164 (Rennes/Châteaulin)

Durée moyenne de trajet :

5h30 de Paris / 3h00 de Nantes
 2h30 de Rennes

AVION



AÉROPORTS

Quimper (40 min)

02 98 94 30 30 / www.quimper.aeroport.bzh

Brest (1h)

02 98 32 86 00 / www.brest.aeroport.bzh

Comment se déplacer sur le territoire ?



TRANSPORT À LA DEMANDE (TAD)

3 lignes en complément des services déjà existants

Toute l'année

- Vers Châteaulin (le jeudi / le samedi)
- Vers Quimper (du lundi au samedi)
- Vers Brest (du lundi au vendredi)

2,50 € le trajet

2 € moins de 26 ans

1 € pour titulaire carte Solidaire

Ce service est à réserver
 au 02 98 90 88 89,
 au plus tard la veille,
 et avant 17h.

www.breizhgo.bzh
www.cccpcp.bzh



COVOITURAGE

- Aire de Ty Raden Saint-Ségal (19 places)
- Aire du Pouillot Châteaulin (76 places)
- Aire de Poul ar Saf Cast (7 places)
- Aire de Ty Blaise Lennon (14 places)

ouestgo.fr / blablacar.fr

SERVICE DES PLAGES



3 lignes desservent le territoire communautaire

Juillet et août

- Circuit Nord : Pleyben (Place Charles de Gaulle) Saint-Ségal (Bourg) / Port-Launay (Place de l'église) Plomodiern (Ecole publique & Lestrevet) Saint-Nic (Pentrez)
- Circuit centre : Trégarvan (Kerbeuz) Dinéault (Place de l'église & Ty Provost) Châteaulin (Gare & Quai Cosmao - côté abri) Saint-Nic (Bourg-Place du 19 mars 1962 & Pentrez)
- Circuit Sud : Saint-Coulitz (Camping La Pointe & Place de la Mairie) / Cast (Bourg) / Plonévez-Porzay (Place de l'église) / Ploéven (Place de la Mairie) Plomodiern (Lestrevet) / Saint-Nic (Pentrez)

2,50 € le trajet

2 € moins de 26 ans

1 € pour titulaire carte Solidaire

Service accessible aux personnes à mobilité réduite.
 Pour les personnes en fauteuil, la réservation est impérative au 02 98 90 88 89 la veille avant 17h00.

www.mobibreizh.bzh et www.cccpcp.bzh

BUS



5 lignes départementales

Toute l'année

- L31 : Brest-Quimper
- L35 : Châteaulin-Carhaix
- L37 : Quimper-Camaret
- L61 : Brest-Carhaix
- L62 : Quimper-Carhaix 2

Tarif : 2,50 € (2 € pour les moins de 26 ans)
 02 98 90 88 89
www.breizhgo.bzh

Profitez de l'offre "car + vélo". Certains bus sont équipés de rack à vélo pour les vacances de Pâques et en saison estivale (8 vélos). Ce service est à réserver au 02 98 90 88 89, au plus tard la veille, et avant 17h.



TAXIS

(voir p. 83)

Nos taxis



02 98 81 54 08
06 19 17 01 17

Taxi Peron
Toutes distances
Transports médicaux assis

(consultations, hospitalisations, rayons, dialyses, kiné...)



✉ taxiperon@gmail.com véhicule aménagé pour fauteuil roulant taxi peron

Ste Alain JOLEC

AMBULANCES
JUSSIEU
secours



PLOMODIERN
CHATEAULIN
DOUARNENEZ
AUDIERNE
AMBULANCES
V.S.L
TAXIS

02 98 81 27 28



Funéplus
Réseau Funéraire

Chambres Funéraires
Contrats Obsèques
Devis
Exécution des obsèques
Marbrerie
Gravure
Caveaux et Monuments

CHÂTEAULIN / PLONEVEZ-PORZAY
02 98 92 00 27

Trajets toutes distances
Véhicules 9 places



Possibilité de transporter
des vélos sur demande

02 98 86 00 15

taxiclabor@gmail.com



Consultations, Hospitalisations,
Rayons, Dialyses, Rééducations

DADEN David 7j/7
TAXI DU PORZAY

02 98 92 55 06

Transports médicaux assis
Gares et aéroports

06.63.44.29.70

Nos bureaux d'information touristique



PLOMODIERN

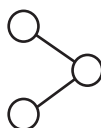
- ✉ 4 place Saint-Yves / 29550 Plomodiern
- ☎ 02 98 81 27 37
- ✉ info@mha-tourisme.com

Ouvert toute l'année
D'octobre à mars, du lundi au vendredi :
9h30-12h30 / 14h-17h30
D'avril à septembre, du lundi au samedi :
9h30-12h30 / 14h00-18h
Les dimanches de mi-juillet à mi-août : 10h-12h30

CHÂTEAULIN

- ✉ Les Halles / 29150 Châteaulin
- ☎ 02 98 86 02 11

Ouvert d'avril à mi-septembre
D'avril à juin & septembre, du mardi au samedi :
de 9h30-12h30 / 14h-17h30
Juillet et août, du lundi au samedi :
9h30-12h30 / 14h-18h
Les dimanches de mi-juillet à mi-août : 10h-12h30



Partagez vos plus
belles photos avec

#menezhomatlantique



DEVENEZ
AMBASSADEURS
DU MENEZ-HOM
ATLANTIQUE

Suivez-nous !



PLEYBEN

- ✉ Place Charles de Gaulle / 29190 Pleyben
- ☎ 02 98 26 71 05

Ouvert d'avril à septembre
Du mardi au samedi : 9h30-12h30 / 14h-17h30
(18h en saison)

PLONÉVEZ-PORZAY

- ✉ 10 Place de l'église / 29550 Plonévez-Porzay
- ☎ 02 98 92 53 57

Ouvert d'avril à juin
Les mardis, mercredis et samedis : 9h30-12h30
Les dimanches 19 et 26 juin : 9h30-12h30
Ouvert juillet et août
Les lundis, mardis, mercredis et samedis :
9h30-12h30 / 14h-18h
Le dimanche : 9h30-12h30

SAINT-NIC

- ✉ Plage de Pentrez / 29550 Saint-Nic
- ☎ 02 98 26 55 15

Ouvert de juillet à août
Du lundi au samedi : 9h30-12h30 / 14h-18h
Le lundi matin, retrouvez-nous en accueil mobile
sur le marché.

Infos & Coups de cœur :

www.menezhom-atlantique.bzh

