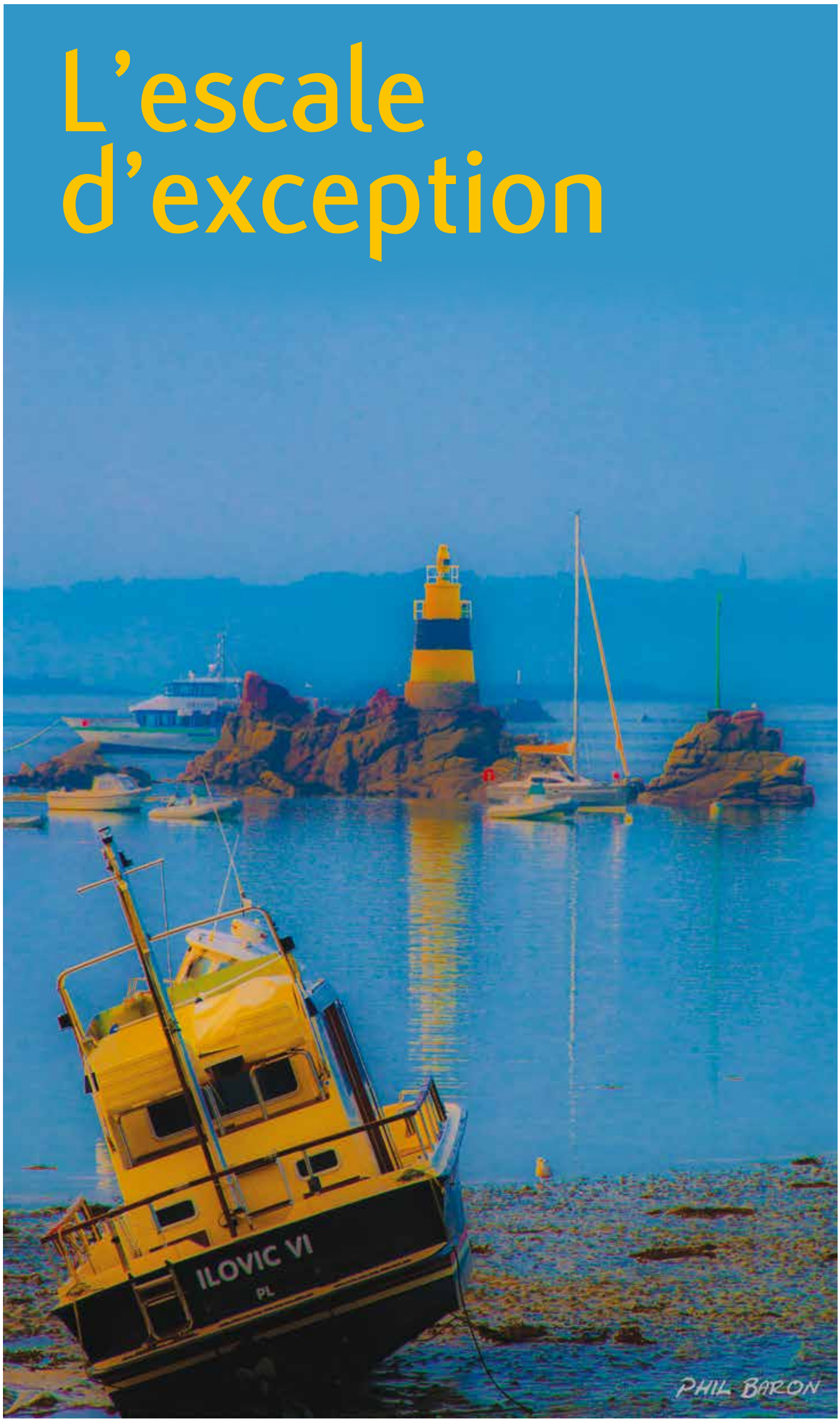
La Bréhatine

Le journal de l'Arcouest | Saison 2018

L'escale d'exception



À la Pointe de l'Arcouest

Les gars de la marine marchande se racontent à Milmarin

Page 3

Destination Bréhat

L'île de Bréhat par la mer

Pages 4-5

Découverte du patrimoine

Le château de la Roche-Jagu, sentinelle de l'estuaire du Trieux

Page 6

Découvrez toutes les richesses de l'abbaye de Beauport

Page 7

Du côté de Paimpol

Revivre l'épopée de la pêche morutière au musée de Paimpol

Page 8

Gestion portuaire : changeons d'échelle !

Page 9

Patrimoine naturel

Un petit moulin bon comme du bon pain

Page 10

Pontrieux, une petite cité de caractère nichée dans un écrin boisé

Page 11

Gastronomie

L'A.O.C. du célèbre coco de Paimpol souffle ses 20 bougies !

Page 12

Événements

Deux gazelles dans le Sahara

Page 13

Destination Jeux

Page 14

BRETAGNE

Bréhat | Paimpol | Guingamp | Vallée des Saints

HALLO

HELLO

BON JOUR

demat

GUINGAMP - BAIE DE PAIMPOL

TOURISME

Nos incontournables !

Croisières, randonnées, visites, gastronomie...

Unmissable! Boat trips, walks, sightseeing, gastronomy... /
Das absolute Muss! Bootsfahrten, Wanderungen, Ausflüge, Gastronomie...

Temps forts 2018

2018 Highlights / Wichtigste Ereignisse in 2018

Bons plans et idées séjours

Great ideas for your visit / Unsere beste Vorschläge und Pauschalangebote

La Bretagne par nature

www.guingamp-paimpol.com

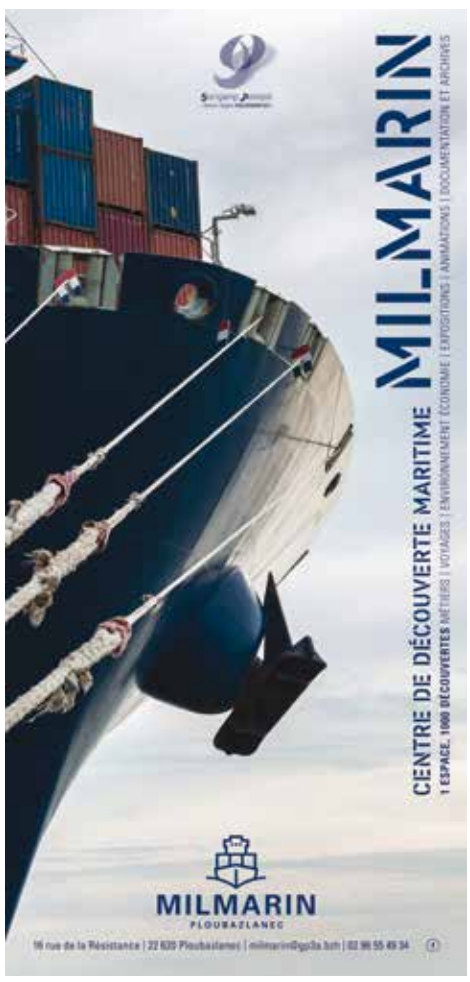
TÉLÉCHARGEZ
LE MAGAZINE
SUR NOTRE SITE !

Les gars de la marine marchande se racontent à Milmarin

L'ancien presbytère de Ploubazlanec accueille depuis l'année dernière un centre culturel dédié notamment aux professionnels de la marine marchande.

L'ancien presbytère de Ploubazlanec accueille Milmarin.

Le musée « Mémoire d'Islande »



« Mille milliards de mille sabords ! »

Le Capitaine Haddock aurait sûrement levé son verre avec panache devant l'hommage rendu à sa corporation par le centre Milmarin. Dans son exposition permanente intitulée « l'appel du large », le public découvre l'univers et les coulisses de la marine marchande, encore trop peu connus. Pourtant, le transport par bateau assure à lui seul plus de 80 % des échanges de marchandises dans le monde. Transport roi du commerce international, il raconte la mondialisation vue de la mer et questionne l'économie et l'environnement.

À Milmarin, l'accent a été mis sur l'expérience humaine à bord de ces géants d'aciers. Les marins interviewés, tous originaires de la région de Paimpol, témoignent de leur parcours (formation, métier, ports, navires) et racontent leur quotidien à bord des ferries, pétroliers, céréaliers ou porte-conteneurs : la vie rythmée par les quarts, l'éloignement de la famille, l'aventure, la promiscuité, le danger, etc. Une fois par mois, un marin en chair et en os assure la visite lui-même, rendant le parcours du spectateur encore plus authentique. Il faut réserver auprès du centre. Milmarin n'a pas lésiné sur les nouvelles technologies pour s'adresser au grand public. On y trouve des bornes vidéo pour écouter des marins, des jeux interactifs sur écran pour découvrir les grandes routes commerciales maritimes. Clou de la visite, le public peut assister au déchargement d'un navire sur le port de Brest grâce à un casque d'immersion à 360°.

On peut compléter sa visite par une escale aux « Docks de Roger Courland » du nom de l'officier de marine qui a inspiré le projet de Milmarin. Il s'agit d'un fonds documentaire sur la mer riche de plus de 5 000 pièces. Prenez le temps d'écouter les témoignages de marins du Goëlo glanés par le centre. Deux autres points d'intérêt : le musée « Mémoire d'Islande » consacré à la grande pêche morutière qui a façonné l'âme de la région, incontournable, et une antenne de l'office de tourisme de Guingamp Baie de Paimpol, spécialisée dans les activités nautiques.

MILMARIN - 16 rue de la résistance
Ploubazlanec - 02 96 65 49 34

50 bougies pour le GR34

Le sentier de randonnée le plus populaire de France fête cette année ses 50 ans. Il passe par la pointe de l'Arcouest et l'île de Bréhat.

En 1968, une poignée de passionnés de randonnée posait sur le littoral breton les premières balises rouges et blanches des fameux sentiers de Grande Randonnée. Le GR34 était né. 50 ans plus tard, il rafle le titre de GR préféré des Français aux champions en titre, les GR20 corse et GR70 (ou chemin de Stevenson) ! Surnommé « le sentier des douaniers », il emprunte le parcours de ceux qui luttaient contre la contrebande de marchandises par la mer au XVIIIe siècle. Du Mont-Saint-Michel à La Roche Bernard dans le Morbihan, il longe les côtes bretonnes sur plus de 2000 km et offre un véritable condensé de Bretagne. Comment ne pas succomber à ses vues imprenables sur la mer, à ses falaises et ses dunes, à la richesse de sa faune et flore océaniques ou son patrimoine historique ? Le GR34 se parcourt d'une traite (comptez tout de même quelques mois) ou par tronçons. La pointe de l'Arcouest et l'île de Bréhat constituent de belles échappées d'une journée ou plus. Si la nature est omniprésente, vous pourrez également découvrir de nombreuses chapelles, un moulin en fonctionnement, les oiseaux du Sillon de Talbert, ou encore l'histoire de la pêche morutière au Musée de la mer.

La Bréhatine
Le journal de l'Arcouest | Saison 2018

Cette publication ne peut être vendue.
Ne pas jeter sur la voie publique.

Publication : *Les Terrasses de Bréhat et Les Vedettes de Bréhat*
Parution : *mai 2018*
Conception, coordination et rédaction : *Katia Marchand, Rivacom Brest*
Maquette et mise en page : *GéDéZ'ailes Communication*
Page jeux : *Chloé Simon, Rivacom*
Crédits photos sauf mentions contraires : *Lucile Chombart de Lauwe, Bereflex, Isabelle Guégan, Domaine de La Roche Jagu, Maud Delaflotte pour Best Western.*

L'île de Bréhat par la mer

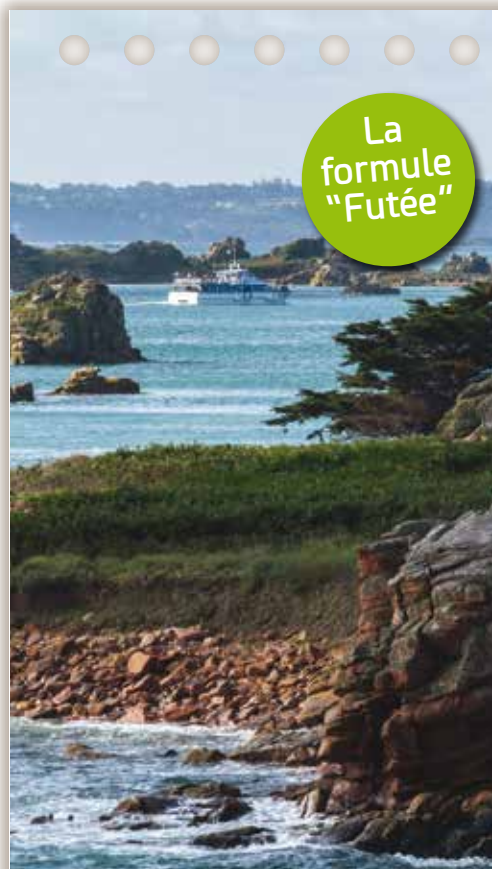
Embarquez à bord de l'une des 5 Vedettes de Bréhat reliant la pointe de l'Arcouest à l'île de Bréhat pour une croisière commentée de 45 mn et découvrez depuis la mer les secrets de « l'île aux fleurs » et les 95 autres îlots que compte l'archipel de Bréhat.

Avec ses fondations dans l'eau et son toit de chaume, le moulin de Birlot marque la partie ouest de l'île de Bréhat. Il fonctionnait avec le reflux de la mer (la marée descendante) ainsi que l'étang de 2 hectares situé derrière la digue, soit 30 000 m³ d'eau de mer. À l'époque, un moulin comme celui-ci pouvait fournir 25 tonnes de farine par an, contre 100 tonnes pour un moulin à vent. Il a cessé son activité en 1916.

Le moulin de Birlot

Le saviez-vous ?

L'Île de Bréhat est une vieille dame sortie des glaces il y a 300 millions d'années. Trois cents Bréhatins habitent ce confetti de 3,5 km de long sur 1,5 km de large. Sur cette île de poche baignée par la Manche, on circule à pied et à vélo. Le climat de Bréhat est particulièrement doux, ce qui explique sa luxuriance. On y trouve des plantes exotiques et méridionales apportées au fil des siècles par les marins de l'île : des figuiers, des mimosas, des palmiers, des eucalyptus ou des agapanthes, etc. En 1907, l'île de Bréhat est classée premier site naturel français protégé. Les voyageurs venant du continent débarquent au Port Clos.



Traversée + Tour de l'île de Bréhat

Une formule idéale pour découvrir l'archipel de Bréhat. Un circuit commenté de 45 mn, à l'issue duquel vous débarquerez sur l'île pour une visite libre. Retour à votre convenance par les traversées directes.

Du 7 avril au 30 septembre 2018 (10 passagers minimum).

DEPART DU TOUR DE L'ÎLE DEPUIS L'ARCOUEST		DEPART DEPUIS BREHAT	RETOUR DE BREHAT	
MATIN	APRES-MIDI	APRES-MIDI	MATIN	APRES-MIDI
9h30	13h30	14h15	-	14h00
10h00(1)	14h30	-	-	15h00
10h30	15h30	-	-	16h00
11h00(1)	16h15(1)	-	-	17h00
11h30	-	-	11h15	18h00
12h00(1)	-	-	12h15	19h00
12h30(2)	-	-	-	19h45(1)

(1) départ supplémentaire du 15/07 au 31/08
(2) départ supplémentaire du 15/07 au 31/08 suivant affluence

Adulte : 16,00 € / Enfant 4 à 11 ans : 11,00 € / Enfant 0 à 3 ans : GRATUIT

Du 1er octobre 2018 au 31 mars 2019

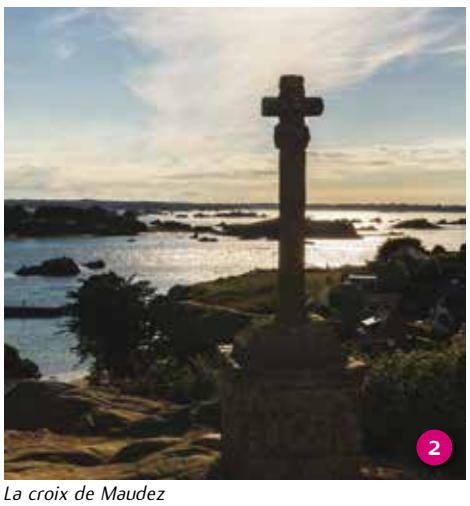
DEPART DU TOUR DE L'ÎLE DEPUIS L'ARCOUEST	DEPART DEPUIS BREHAT	RETOUR DE BREHAT	
APRES-MIDI	APRES-MIDI	MATIN	APRES-MIDI
-	-	9h00(2)	14h00
14h30(1)	14h45(1)	9h45	16h00
-	-	11h15	17h00
-	-	-	18h00

(1) départ assuré si 10 passagers - (2) sauf 25/12 et 01/01

PENSEZ-Y ! votre billetterie à Paimpol Place de la République

Vedettes de Bréhat

Informations et billetterie sur www.vedettesdebrehat.com



La croix de Maudez

La Croix de Maudez est le calvaire le plus ancien de l'île. Elle a été érigée en 1798 à la mémoire du moine irlandais Saint Maudez, fondateur d'un monastère implanté sur l'île Maudez, située juste en face sur le cheval du Kerpont. La légende dit que le saint la débarrassa des vers qui l'infestaient et devint ainsi habitable. Plus tard, les gens s'y seraient rendus pour se guérir des vers.

L'anse de la Corderie était le port principal de l'île du XVIe au XVIIIe. Au large de Bréhat, le trafic maritime était intense et les batailles navales avec les Anglais étaient fréquentes. Les navires de guerre ou de commerce mais aussi les corsaires faisaient relâche dans l'île. C'est aussi de là que partaient les pêcheurs de morues dès 1504. Son appellation « La Corderie » vient de la fabrique de corde qui était implantée ici dès le XVIe siècle.

Le saviez-vous ?

De la côte, on peut discerner une marque noire continue sur tous les rochers baignés par la mer. Né de la rencontre entre la terre et la mer, ce lichen nous indique la hauteur moyenne des marées de tous les jours.

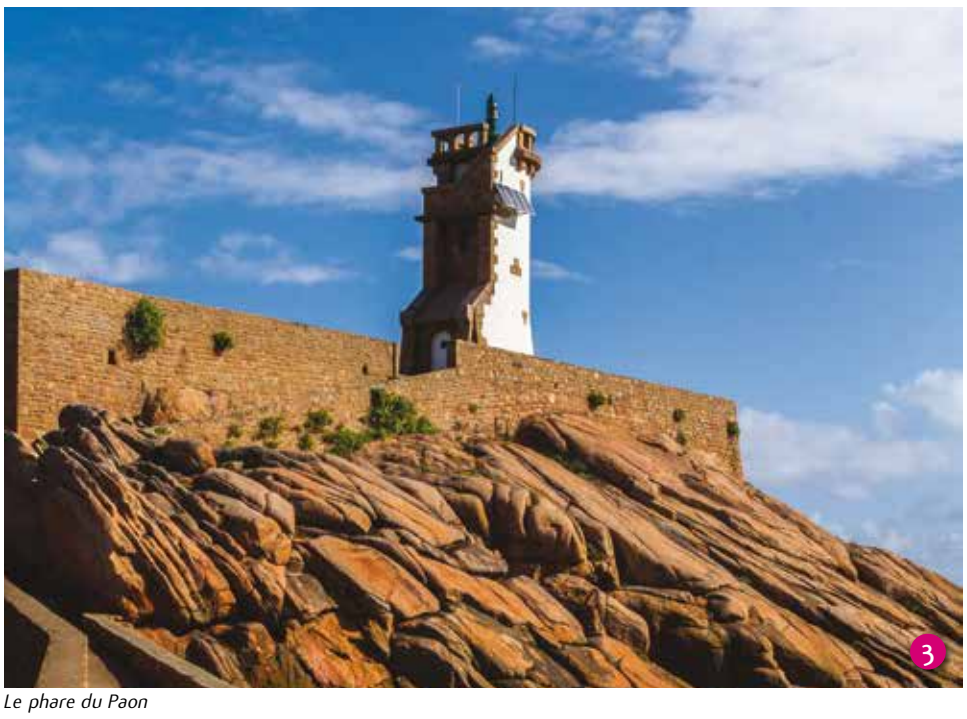
Allumé pour la première fois le 1er août 1860, **le Phare du Rosédo** était aligné avec son jumeau le phare du Paon pour alerter les navires de l'écueil rocheux dangereux de la Horaine, au large de la pointe du Paon et pour indiquer l'entrée de la baie du Trieux. Le phare du Rosédo mesure 13 mètres et domine la mer de 40 mètres. Sa portée lumineuse de 20 milles marins éclaire plus de 37 km à la ronde.

Haut de 22 m, **le Phare du Paon** éclaire à 21 km à la ronde. Aujourd'hui entièrement automatisé, il fut gardé pendant 55 ans par une femme, Aline Durand. En hiver et par fortes tempêtes, les embruns peuvent passer par-dessus la lanterne, les vagues atteignant parfois 4 mètres. Du bateau, on peut apercevoir un gouffre près du phare. Une légende raconte que les jeunes filles célibataires de l'île s'y rendaient pour trouver l'amour. Elles cherchaient un galet ou une pièce de monnaie et la jetaient de la falaise dans le gouffre. Si cette pierre atteignait l'eau sans ricochet, elles seraient mariées dans l'année.

L'île Lavrec conserve de nombreuses traces d'occupation humaine du Néolithique jusqu'au Moyen Âge, notamment un bâtiment romain pourvu d'un système de chauffage et un cimetière mérovingien et carolingien. On trouve également les ruines du tout premier monastère de Bretagne créé au Ve siècle par saint Budoc.

L'île Logodec est la plus boisée de l'archipel. D'une superficie de 5 hectares, elle est entièrement recouverte de conifères et de résineux. Comme toutes les îles qui entourent Bréhat, celle-ci est entièrement privée et gardée à l'année.

Grâce à son exposition plein sud et sa bande rocheuse qui la protège des vents, **la plage du Guerzido** est la plage principale de l'île. Elle est composée de galets à marée haute et de sable fin sur la basse mer. Idéale pour pique-niquer et se baigner.



Le phare du Paon

La plage du Guerzido

La star de la baie

La star de la Baie de Saint-Brieuc, c'est la coquille Saint-Jacques. Chaque année, on en pêche plus de 5 700 tonnes depuis les ports d'Erquy, Loguivy-de-la-Mer et Saint-Quay-Portrieux. Avec ses 150 000 hectares, le gisement naturel classé de la Baie de Saint-Brieuc demeure la zone la plus productive au niveau national. La pêche à la coquille Saint-Jacques s'effectue de la mi-octobre à la fin du mois de mars à raison de 2 jours par semaine et 45 minutes par jour. C'est une activité extrêmement réglementée, surveillée de près par les Affaires Maritimes. Tout pêcheur pris à frauder avant ou après l'heure autorisée, ne serait-ce que de 2 ou 3 minutes, se voit retirer temporairement sa licence de pêche et écope d'une forte amende. Cette réglementation très stricte a été mise en place par les marins pêcheurs eux-mêmes avec l'appui des scientifiques de l'Ifremer pour préserver la ressource du gisement.

Traversée directe vers Bréhat

Après 10 minutes de traversée à bord de l'une de nos vedettes depuis la pointe de l'Arcouest, découvrez Bréhat en toute liberté. Cerclée de granit rose et d'un sentier côtier de 9,5 km, Bréhat offre aux promeneurs de somptueux panoramas d'une Bretagne sauvage et préservée.

Du 7 avril au 30 septembre 2018

DÉPART VERS BRÉHAT		RETOUR DE BRÉHAT	
MATIN	APRÈS-MIDI	MATIN	APRÈS-MIDI
8h15	13h30	7h20(2)	14h00
9h30	14h30	8h00(3)	15h00
10h30	15h30	9h00	16h00
11h00	16h15	9h45	17h00
11h30(1)	17h30	11h15	18h00
12h00	18h30	12h15	19h00
12h30	19h30	-	19h45(1)
-	20h00(1)	-	-

(1) départ supplémentaire du 15/07 au 31/08
(2) du lundi au vendredi sauf pendant les jours fériés et les vacances scolaires de la zone B
(3) samedis, dimanches, jours fériés et vacances scolaires zone B

Du 1er octobre 2018 au 31 mars 2019

DÉPART VERS BRÉHAT		RETOUR DE BRÉHAT	
MATIN	APRÈS-MIDI	MATIN	APRÈS-MIDI
8h15(1)	14h30	7h20(4)	14h00
9h30(2)	16h15	8h00(5)	16h00
11h00(3)	17h30	9h00(2)	17h00
12h00	18h15	9h45	18h00
-	-	11h15	-

(1) sauf dimanches et jours fériés - (2) sauf les 25/12 et 01/01
(3) valable uniquement pendant les vacances scolaires zone B et C
(4) du lundi au vendredi sauf jours fériés et vacances scolaires de la zone B
(5) le samedi et vacances scolaires de la zone B sauf dimanches et jours fériés

Adulte : 10,30 € / Enfant 4 à 11 ans : 8,80 € / Enfant 0 à 3 ans : GRATUIT

Vedettes de Bréhat

Informations et billetterie sur www.vedettesdebrehat.com

Le château de la Roche-Jagu, sentinelle de l'estuaire du Trieux

À proximité de Pontrieux, le château de la Roche-Jagu, protégé au titre des Monuments historiques, se trouve au cœur d'un vaste parc d'inspiration médiévale classé « jardin remarquable ». Nature, patrimoine et créations paysagères offrent une visite exceptionnelle.

© LRJ-Chimair-2015

Protégeant l'estuaire du Trieux, le château de la Roche-Jagu est le dernier témoin d'un système défensif bâti entre Pontrieux et l'archipel de Bréhat vers la fin du XIe siècle. Probablement détruite au cours de la guerre de Succession de Bretagne (1341-1365), la forteresse fut remplacée au début du XV siècle par un grand logis fortifié. Élevée au rang de baronnie par le duc de Bretagne François II en 1487, la terre de la Roche-Jagu passa aux mains de plusieurs familles sous l'Ancien Régime. Classé Monument historique en 1930, le château fut légué en 1958 par le vicomte d'Alès au Conseil général des Côtes-d'Armor.

Un parc remarquable

Le Domaine de La Roche-Jagu s'étend sur plus de 64 hectares. Dévasté par la tempête de 1987, le parc fut mis en valeur à partir de 1992 par l'architecte-paysagiste Bertrand Paulet, alors nouvellement diplômé de l'École nationale supérieure du paysage de Versailles. Animé par la volonté de créer « un parc dans un site naturel », l'architecte a su créer un site aux multiples facettes. Potager médiéval, jardin d'agrément, espaces arborés et bocagers, roseraies, allée de camélias, landes littorales et pré-salés, palmeraies et bassins à rouir le lin constituent autant de lieux de flânerie pour le visiteur guidé par l'écoulement de l'eau et le chant des oiseaux.

Au vu des qualités paysagères et botaniques du site, le parc s'est vu reconnaître les qualités de « jardin remarquable » par le Ministère de la Culture et de la Communication en mars 2005. En 2017, le parc est labellisé Écojardin, couronnant ainsi le savoir-faire d'une équipe de jardiniers qui s'y affaire au quotidien.

Renseignements : 02 96 95 62 35
chateaudelarochejagu@cotesdarmor.fr
www.larochejagu.fr

La fabuleuse odyssée des épices

Du 5 mai au 30 sept. 2018

Poivre d'Inde, cannelle de Ceylan, curcuma et cardamome..., l'odyssée des épices est un voyage au long cours entre les continents et à travers les âges. Mêlant quête d'horizons lointains et recherche de saveurs exotiques, l'exposition retrace l'histoire des routes des épices et leurs usages depuis l'Antiquité. La scénographie au design poétique et contemporain plonge le visiteur dans un univers polysensoriel.

Programme Saison 2018

MAI

Sam. 19 mai de 15 h à 18 h
Cuisine aux épices
Gwen Nicolas du restaurant Le Petit Jagu et Christophe Lemaire de La Cale aux Épices (Paimpol).

Sam. 26 mai de 15 h à 18 h
Sophrologie Nature autour des 5 sens
Catherine Briens et Béatrice Le Bars – Sophrologues.

JUIN

Sam. 2 juin de 15 h à 18 h
De la graine au pain. Dans le cadre de la manifestation nationale Rendez-vous aux jardins. Accès libre en continu.

Sam. 9 juin à 15 h
La fabuleuse odyssée des épices. Éric Birlouez, ingénieur agronome et sociologue, spécialiste de l'histoire de l'alimentation.

Sam. 16 juin de 9h30 à 17 h
Les épices dans la phytothérapie. Bruno Barbarin, conseiller en phytothérapie.

Dim. 17 juin de 15 h à 18 h
Inventer une histoire autour des épices.
Anne-Laure Lussou, journaliste, poète, accompagnatrice de projets d'écriture.

Mer. 20 juin de 15 h à 17 h
Les compagnies des Indes et les épices. Brigitte Nicolas, conservatrice en chef du Musée de la Compagnie des Indes – Ville de Lorient.

Sam. 23 juin - 15 h
Le petit âne joueur de luth
Conte musical de Marie Diaz et Aurélien Daniélo.

Mer. 27 juin de 15 h à 17 h
Des épices dans le parfum
Annick Le Guérer, anthropologue, spécialiste du parfum.

Sam. 30 juin de 14 h à 18 h
Confitures épicées
Association Vert le jardin

JUILLET

Dim. 1er juillet -16 h
3 Fois Jane
Cie Le Grand Appétit

Dim. 8 juillet
Spectacle

Sam. 14 juillet - 16 h
Sparky In The Clouds
Gaël Faure
L'Œil de Polyphème

Dim. 15 juillet - 16 h
L'Œil de Polyphème

Du mer. 18 au lun. 31 juillet
1,2,3... Jouez !

Dim. 22 juillet - 16 h
Les Fables de La Fontaine
Alain Paris

Mar. 24 juillet
Acro-Yoga
14h30 à 16 h > 6 - 12 ans
16h30 à 17h30 > 4 - 5 ans
Mélanie Le Marchand, Les poissons volants.

Dim. 29 juillet
Maryvonne la Grande
Marthe Vassallo
2 séances : 15 h et 17h30

16 h : Duo Du Bas

AOÛT

Dim. 5 août - 16h
Love I Obey
Rosemary Standley et Helstroffer's Band

Jeu. 9 et 16 août
Grimpe d'arbres
2 séances de 10h30 à 12h30 et de 14 h à 17 h

Dim. 12 août - 16 h
La petite cuisine musicale
Mélisme(s) - Direction Gildas Pungier.

Mer. 15 août - 16 h
La Brise de la Pastille
Galapiat Cirque

Jeu. 16 août - 16 h
Heavy Motors
La Société protectrice de Petites Idées

Ven. 17 août - 20 h
Fest-noz Dindan al loar
Yann-Fañch Kemener Trio, Fleuves

Sam. 18 août - 22 h
Cinéma en plein air
Azur et Asmar (1 h 41).
Film d'animation de Michel Ocelot (2006)

Dim. 19 août - 16 h
Henri Texier
« SAND Quintet »
Jacky Molard Quartet

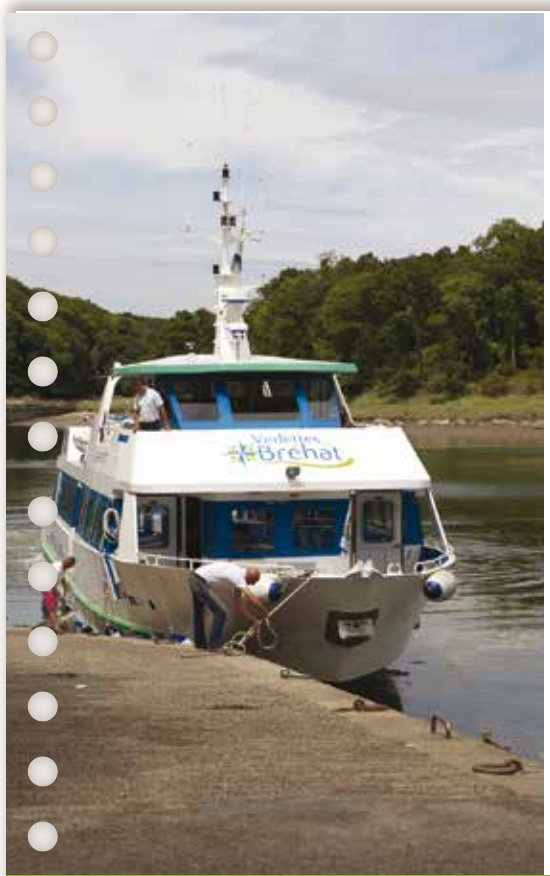
Sam. 25 août - 22h
Cinéma en plein air
1492 : Christophe Colomb
(2h34). Réalisé par Ridley Scott (1992)

Dim. 26 août - 16 h
Spectacle

SEPTEMBRE

Sam. 15 (de 10h à 19h) et dim. 16 septembre (de 10h à 20h)
Journées Européennes du Patrimoine.
Gratuit, réservation sur place

Sam. 15 septembre - 15 h
La vie quotidienne dans les châteaux forts en Bretagne à la fin du Moyen Âge
Yves Coativy, historien médiéviste, professeur à l'U.B.O., Brest .



Explorez la riviève du Trieux

Naviguez au cœur des terres, pour une croisière de 4 heures environ, sur la rivière du Trieux.

Longue de 71,8 km, elle se jette dans la Manche à Loguivy-de-la-Mer, magnifique petit port de pêche.
Les eaux calmes de la rivière vous révéleront de magnifiques lieux chargés d'histoire : le pont de Lézardrieux, le château de la Roche-Jagu... Vous ferez une escale d'1 heure 30 pour une visite guidée extérieure du château et de ses jardins médiévaux.

De juin à septembre 2018 - Traversées au départ de Bréhat ou de l'Arcouest (30 passagers minimum)

DATES	DEPART DE BRÉHAT	DÉPART DE L'ARCOUEST	RETOUR
Juin Dimanches 10, 24	13h30	13h45	18h00
Juillet Dimanches 8, 22	13h30	13h45	18h00
Août Mercredi 8 Mardi 21	13h30	13h45	18h00
Septembre Jeudi 6	13h30	13h45	18h00

Adulte : 23,00 € / Enfant 4 à 11 ans : 14,50 € / Enfant 0 à 3 ans : GRATUIT

PENSEZ-Y ! votre billetterie à Paimpol Place de la République

Réservation obligatoire
Vedettes de Bréhat : 02 96 55 79 50
Boutique des Vedettes à Paimpol et Offices de Tourisme de Paimpol, Saint-Quay-Portrieux et Binic

Vedettes de Bréhat

Informations et billetterie · 02 96 55 79 50 et sur www.vedettesdebrehat.com

Découvrez toutes les richesses de l'abbaye de Beauport

Abbaye de Beauport
SITE DU CONSERVATOIRE DU LITTORAL
PAIMPOL

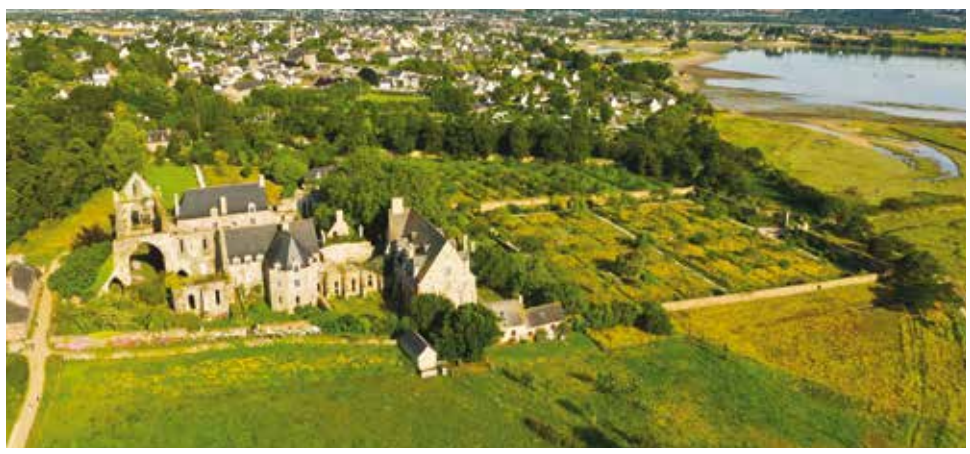
Son nom Beauport ou *Bellus Portus* dit bien son exceptionnelle dimension littorale : l'abbaye a été fondée par l'ordre des Prémontrés en 1202, face à la mer.

Le site témoigne de huit siècles d'histoire. Chaque époque, monastique ou laïque, y a laissé sa marque, de l'architecture gothique élégante aux jardins, en passant par les vergers. De ce mélange naît le charme romantique des lieux.

L'abbaye et le domaine de Beauport ont été acquis en 1992 par le Conservatoire du Littoral. En association avec le département des Côtes d'Armor, 20 ans de travaux ont permis de sauvegarder le monument et la mosaïque de paysages qui l'entoure.

Aujourd'hui, la découverte passe par des visites et balades. Un festival de musique, des parcours artistiques et des spectacles rythment la saison culturelle, laissant une large place à l'émotion et à l'étonnement. Beauport renoue également avec la tradition intellectuelle des abbayes en s'inscrivant dans une démarche de pensée et d'échange sur le rapport Homme-Nature.

Informations et réservation :
02 96 55 18 58
www.abbayebeauport.com


© Olivier Durand

© DR

© DR

Programme Saison 2018

> BEAUPORT EN VOIX
24 > 27 MAI 2018

Durant trois jours de festival, Beauport vous convie à une (re)découverte sensible de l'abbaye en proposant un rendez-vous qui réunit quelques grandes voix du moment.

> KREIZ BREIZH AKADEMI en résidence
13 JUIN 2018

KBA est l'un des dispositifs majeurs d'émergence de la scène musicale bretonne. Le nouveau collectif sera en résidence de création à Beauport du 11 au 14 juin. Il travaillera sur le thème du bagad. Les 18 musiciens de cette nouvelle promotion proposeront de petites formes musicales, suivies d'un temps d'échange sur l'AKADEMI imaginée par Erik Marchand.

> LES ESCALES DE NUIT
25 JUILLET > 9 AOÛT
les mercredis et jeudis

À la tombée de la nuit, un parcours artistique visuel et musical s'éveille aux quatre coins de l'abbaye, révélant les lieux d'un autre point de vue. Une flânerie estivale entre étonnement et rêverie.

> JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE
15/16 SEPTEMBRE

Cette année, c'est la thématique nationale « l'art du partage » qui sera notre fil conducteur pour les Journées du patrimoine.

> SCIENCES FRICTION
28 > 30 SEPTEMBRE

Beauport renoue avec la tradition intellectuelle des abbayes en accueillant chaque année un temps de recherche scientifique sur le rapport Homme/Nature, associé à une restitution et une programmation culturelle ouvertes à tous.

> LE JOUR DE LA NUIT
13 OCTOBRE

Le temps d'une soirée, nous éteignons les lumières pour vous dévoiler l'abbaye de Beauport les sens en éveil.

> SCÈNES D'AUTOMNE AU JARDIN
20 > 22 OCTOBRE

Concerts, expositions, ateliers nature, jeux, théâtre, conférences, etc. Les parcs et jardins des Côtes d'Armor s'animent et, 4 jours durant, l'art et la culture se mêlent à la nature.

> NOËL À BEAUPORT
22 DÉCEMBRE > 6 JANVIER

L'abbaye se pare de ses plus belles lumières et décors de Noël et vous invite à vivre un moment féérique. Une programmation de contes et d'ateliers vient compléter la balade.

Croisière en baie de Paimpol

Partez à la découverte des trésors de la baie de Paimpol, pour une croisière inédite d'1h30.

De l'anse de Beauport, vous aurez un point de vue magnifique et inédit sur l'abbaye maritime du XIIIe siècle, joyau de l'architecture bretonne classé aux Monuments historiques.
Vous naviguerez vers la pointe de Plouézec et ses fameuses falaises, puis vers le phare de Lost-Pic, qui marque l'entrée de la baie de Paimpol. Vous découvrirez également l'île Saint-Riom ainsi que la baie de Launay et ses superbes villas du début du XXe siècle.

D'avril à septembre 2018 (25 passagers minimum)

DATES	DEPART DE PAIMPOL	RETOUR À PAIMPOL
Avril		
Jeudi 19	9h30	11h00
Mai		
Vendredi 4	10h00	11h30
Vendredi 18	9h30	11h00
Juin		
Dimanche 3	10h00	11h30
Dimanche 17	10h00	11h30
Juillet		
Mardi 3	10h00	11h30
Dimanche 15	9h30	11h00
Dimanche 29	9h00	10h30
Août		
Dimanche 12	9h00	10h30
Mardi 28	9h00	10h30
Septembre		
Mardi 11	9h00	10h30

Adulte : 18,00 € / Enfant 4 à 11 ans : 12,00 € / Enfant 0 à 3 ans : GRATUIT

Réservation obligatoire
La Boutique des Vedettes à Paimpol,
et Office de Tourisme de Paimpol-Goëlo,
Place de la République, Paimpol.

Vedettes de Bréhat

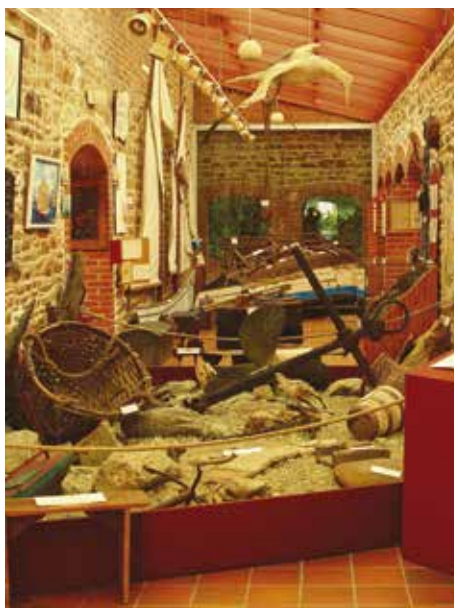
Informations et réservations : La Boutique des Vedettes à Paimpol et sur www.vedettesdebrehat.com

Il était une fois… les pêcheurs d'Islande

Pour comprendre l'âme de Paimpol et de son arrière-pays, il faut plonger dans l'histoire de la grande pêche morutière en Islande racontée au musée de la mer de la ville.

80 navires paimpolais arment à Terre-neuve en 1895. Carte postale : collection particulière.

Goélettes dans le port de Paimpol. Carte postale : collection particulière.



© Musée de la Mer

Installé dans d'anciennes sécheries à morues, le musée de la mer retrace l'histoire de cette pêche mythique pratiquée par les Paimpolais à Terre-Neuve dès le XVIe siècle, mais surtout en Islande par la suite

C'est au XIXe siècle que Paimpol entre dans l'histoire et s'impose comme un des principaux ports d'embarquement bretons pour les bancs islandais. Au plus fort de l'activité, 80 bateaux de la flottille arment pour la pêche en Islande en 1895. Le port connaît une activité extraordinaire et la région entière s'enrichit mais à bord, c'est une autre histoire. « Les bagnards de la mer » affrontent pendant six à huit mois le froid, les tempêtes, la brume, les maladies et la promiscuité pour remplir de poissons les cales des bateaux. 120 goélettes et plus de 2 000 Islandais de Paimpol et sa région périrent entre 1850 et le début du XXe siècle. Une page se tourne en 1935 avec le débarquement de la dernière goélette paimpolaise, La Glycine. Parcourir les allées du musée, c'est prendre conscience du lourd tribut que les familles paimpolaises ont payé durant les campagnes de pêche en Islande, une histoire rude mais dont elles sont fières. On peut y voir d'anciennes tenues de pêche, des instruments de navigation, des maquettes de goélettes, des tableaux d'embarquement ou de naufrage immortalisés par les peintres de l'époque.

© Musée de la Mer

Les Halles aux poissons de Paimpol

Carte postale : collection particulière.

C'est dans cette halle en bois de style Napoléon III que les femmes de marins vendaient autrefois le poisson séché que leurs maris avaient pêché au large de l'Islande. Dans les années trente, les goélettes traditionnelles disparaissent au profit de bateaux à vapeur équipés de chalut. Les étals des femmes de marins laissent place à ceux des poissonniers. Construites en 1864 sur l'emplacement de l'ancien lavoir municipal, les Halles de Paimpol accueillent aujourd'hui des expositions, des conférences et des spectacles. Réhabilitée en 2005, celle qu'on appelle désormais La Halle reçoit en novembre 2008 le prix départemental des « Rubans du patrimoine » valorisant le patrimoine bâti et l'amélioration du cadre de vie.

La Halle, place Gambetta, Paimpol

Les marchés de la semaine

Lundi : Pontrieux
Mardi : Paimpol
Mercredi : Tréguier
Jeudi : Lannion
Vendredi : Lézardrieux
Samedi : Plouézec
Dimanche : Ploubazlanec

Les rendez-vous de l'été 2018

> EXPOSITION TEMPORAIRE « PÊCHE ET COMMERCE, AUTRES REGARDS » JUSQU'AU 4 NOVEMBRE

Au Musée de la Mer de Paimpol, plongez dans l'univers portuaire et industriel des navires marchands, de ceux qui les arment, les construisent et les réparent avec des sculptures, des photos et des tableaux rassemblés par le musée municipal. On peut approfondir sa visite avec l'exposition dédiée aux métiers de la mer pratiqués par les gens du Goëlo : pêche côtière, transport de passagers, extraction et la commercialisation de sable et des engrais marins.

Musée de la mer, 1 rue de Labenne.

> LA HALLE DE PAIMPOL MOUILLE LE MAILLOT POUR VOUS RETRACER L'HISTOIRE DES BAINS DE MER EN BRETAGNE. DU 15 JUIN AU 16 SEPTEMBRE

Dès la fin du XIXe siècle, l'essor du chemin de fer rend abordable les séjours vers les stations balnéaires… Photos originales d'estivants, affiches publicitaires, photoreportage, maillots, jeux ou et souvenirs touristiques…

La Halle de Paimpol, Place Gambetta

> FÊTE DES ISLANDAIS. DIMANCHE 15 JUILLET

Paimpol honore ses ancêtres, les très nombreux marins partis pêcher la morue en Islande au péril de leurs vies. Défilé des cercles et bagadoù bretons dès 14h30, spectacle de danse et musiques traditionnelles quai Loti à 15 h, triomphe des sonneurs à 18 h. Gratuit. À 21h fest-noz, payant.

> INITIATION À LA DANSE BRETONNE LES VENDREDIS 20 JUILLET, 3 AOÛT ET 17 AOÛT

à 18 h, puis Fest-Noz à 19 h

Place Gambetta, Gratuit.

> BALADES CONTÉES EN MUSIQUE DU PAIMPOL HISTORIQUE ET DU PORT. LES DIMANCHES 22 ET 29 JUILLET, DIMANCHE 5 AOÛT,

À 10h et à 21h : 1 h45 de balade, gratuit.

Rdv au Comptoir de la Mer 10 mn avant le départ.

> « GUINGUETTE AU PRÉ, C'EST À PLOUNEZ » MERCREDI 15 AOÛT

Balade contée du quartier de Plounez à 18 h, puis apéritif musical devant la salle des fêtes et bal à 21 h.

Gestion portuaire : changeons d'échelle !

Comme pour beaucoup d'autres instances, l'organisation de nos ports est dépassée.
Le temps du chacun chez soi, et du chacun pour soi, n'a plus de sens ! L'attente des plaisanciers, des visiteurs, des usagers et des clients des espaces portuaires n'est plus celle d'hier.
Nous inventons donc les offres de demain.

Jean-Yves de Chaisemartin

Le manque d'entretien de nombreux secteurs sur le littoral est visible. Il faut y remédier. L'accès à la mer doit prendre en compte les nouveaux usages qui se développent entre remorques et bateaux amphibies…

Partager la gestion de nos espaces portuaires, ça veut dire concrètement la disponibilité de son bateau pour changer de port, du Trieux à la Baie de Paimpol, du Jaudy à la Côte de Granit Rose par exemple, en fonction du besoin ou de l'envie du client ! Privilégier l'usage, adapter les offres à la demande, c'est la seule façon moderne et prometteuse de s'organiser.

Cette perspective va commencer concrètement, dès cette année, à se mettre en place, d'abord, entre les ports de Paimpol, Pontrieux et Lézardrieux. Regrouper leurs gestions et leurs fonctionnements en une seule entité permettra d'être 3 fois plus efficaces et 3 fois mieux organisés. Mais comment imaginer cet avenir sans le plus bel ancrage maritime de ce territoire : notre trésor qu'est l'Île de Bréhat ?

Le lien entre la terre et la mer s'illustre entre Ploubazlanec et Bréhat encore plus qu'ailleurs. Mieux répartir les recettes de l'activité de transport de passagers, encourager et accompagner l'entreprise de transport qui assure la continuité territoriale, développer l'investissement, optimiser le transport, permettre l'émergence de l'activité touristique sont, entre autres, des objectifs collectifs sur lesquels nous devons tous nous retrouver.

Le respect des traditions, de l'identité de chacun, des ambitions individuelles, peuvent se retrouver collectivement ! C'est la volonté affirmée par le Département des Côtes d'Armor et qui peut voir le jour très rapidement au service de tous.

Alors unissons-nous. Ensemble on sera plus forts !

Jean-Yves de Chaisemartin
Vice-président du Département
des Côtes d'Armor
Maire de Paimpol

Fête des vieux gréements de Paimpol

Les 10, 11 et 12 août

Venez découvrir en famille l'Andalucia, réplique superbe d'un galion espagnol du XVIe siècle, l'Étoile, la goélette de la marine nationale ou des bateaux de pêche du siècle dernier. Une cinquantaine de navires traditionnels sont attendus. Les fonds récoltés servent à les restaurer et à conserver le patrimoine maritime.

48 groupes de musique viendront animer les quais du port de Paimpol : des chorales de chants de marins, du rock breton (Merzin) ou encore de la chanson française (Pied de la pompe). Vous pourrez déguster les spécialités de la région (le fameux coco de Paimpol et la coquille Saint-Jacques de la Baie de Saint-Brieuc), vous initier aux jeux bretons avec vos enfants ou découvrir les costumes traditionnels du Trégor-Goëlo au marché artisanal. Gratuit.

Un petit moulin bon comme du bon pain

Surplombant toute la baie de Paimpol, le moulin de Craca est un témoignage émouvant de la vie paysanne dans le Goëlo au XIXe siècle. Toujours en fonctionnement, on peut le visiter sur réservation pour les groupes toute l'année et même assister à une mouture plus vraie que nature pendant l'été.

© D. R.

Le moulin aujourd'hui.

Plouézec, village rural situé en baie de Paimpol, n'a pas toujours eu sa boulangerie et son pain frais du matin. Dans les années 1850, les paysans du coin se rendaient au moulin pour moudre froment et blé noir cultivés sur leur lopin de terre. Le four communal assurait ensuite la cuisson du pain familial, base de l'alimentation des paysans. Le moulin était aussi un vrai lieu de vie où l'on apprenait les naissances et les décès, où l'on partageait les nouvelles de la ville grâce au meunier, rare lettré du village. Comme les 11 autres moulins du village, celui de Craca rythmait le quotidien des 3 500 habitants de Plouézec, ce qui représentait un moulin pour 300 habitants. Grâce à son emplacement panoramique, il était aussi « un amer » - repère fiable pour les caboteurs et les goélettes entrant en baie de Paimpol. C'est au pied de Craca que les femmes et les enfants attendaient fébrilement le retour des pêcheurs d'Islande à la fin de la saison morutière. Abandonnés au profit des minoteries industrielles, les moulins à vent sont tombés en disgrâce à partir de 1900. Le moulin aura fonctionné en tout 84 ans. Il a fallu toute la tendresse de l'association *Les amis du moulin de Craca* pour le restaurer à partir de 1994. Haut de 11 mètres, voir tourner ses ailes de 16,50 m d'envergure et ses meules de 1,5 tonnes est fort impressionnant.

© D. R.

Le résultat de la mouture : le son de blé

© D. R.

Le résultat de la mouture : la farine

Infos et réservations :
www.moulindecraca.fr

Office du tourisme
de Guigamp-Baie de Paimpol
www.guingamp-paimpol.com
Tél. : 02 96 20 83 16

60 kilos de grains moulus par heure !

© D. R.

Le moulin en 1906

En 1848, le moulin de Craca tourne à plein régime. Cette année-là, il écrase plus 103 tonnes de céréales et graminées : 34 tonnes sont de froment et 10 de blé noir (le sarrasin), les autres étant le seigle, l'orge, l'avoine et le méteil pour l'alimentation animale.

Entraînée par l'ensemble rouet-lanterne qui transmet le mouvement des ailes, la meule écrase le grain à raison de 50 à 60 kilos par heure. La mouture recueillie est évacuée vers le blutoir pour y être tamisée. Il en sortira la fleur de farine, les gruaux et le son.

© D. R.

Habillage des ailes du moulin

© D. R.

Voiles en attente, dit «en queue de morue».

Chaussez vos bottes pour visiter un parc à huîtres

Park an Istr - champ d'huîtres en breton - est un parc ostréicole à vocation pédagogique et touristique situé à Plouézec. Des bénévoles proposent des visites ludiques aux curieux de tous âges. On y découvre la vie de l'huître de la naissance à l'assiette et la réalité du métier d'ostréiculteur.

C'est sur le site remarquable de Port Lazo, à 20 minutes en voiture de Paimpol, que l'association Istr.com officie chaque été. Les visites durent 1 h 30. On y découvre d'abord la vie de cet animal dans son environnement naturel : la provenance japonaise de l'espèce élevée ici, son alimentation par aspiration d'eau de mer riche en plancton, son anatomie et son mode de reproduction très particulier et ses nombreux prédateurs sur terre et dans la mer. Le visiteur apprend ensuite le mode d'élevage de cette espèce, rythmé par les marées et le travail physique car il faut très fréquemment changer les poches d'huîtres pour qu'elles grossissent. Des générations d'ostréiculteurs ont affiné ce savoir-faire depuis que l'on cultive des huîtres, c'est-à-dire depuis plusieurs siècles. Mais les hommes de la Préhistoire avaient déjà succombé à la saveur iodée des huîtres sauvages... La visite de Park an Istr se termine par une dégustation gratuite d'huîtres offertes par les ostréiculteurs de la baie de Paimpol.

Visites du parc en juillet et en août
rdv sur le site web http://istr-com.com/
pour connaître les dates de visite.
Pas de réservation.

Fête de l'huître dimanche 2 septembre
sur le Port de Paimpol.

© Pixabay

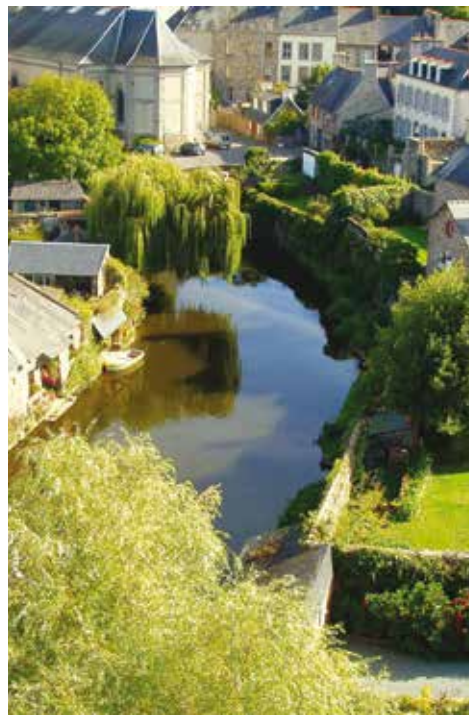
Pontrieux, une petite cité de caractère nichée dans un écrin boisé

Grâce à son emplacement géographique unique, Pontrieux s'est fait une place dans l'histoire économique et historique du Trégor.

Située à mi-chemin entre Guingamp et la Manche, Pontrieux se trouve au fond de l'estuaire du Trieux, fleuve côtier breton. À marée montante, l'eau remonte la ria sur 18 km, permettant aux navires de croisière et de plaisance de s'engager dans la rivière, de passer l'écluse et d'atteindre le port de Pontrieux. La forêt domine l'estuaire en épousant ses méandres. Le massif de Penhoat-Lancerf, réserve du conservatoire du littoral, s'étend sur une superficie de 600 hectares. Ce site protégé recèle de nombreuses richesses naturelles : forêts de pins, tourbières et prés-salés. L'estuaire se découvre par bateau, en kayak et même en train à vapeur.

Pontrieux tire son nom du pont qui enjambe l'estuaire du Trieux, pontrev en breton, trev signifiant Trieux. La ville s'est construite autour du pont Saint-Yves. Jusqu'au XIXe siècle, il fut l'unique point de passage permettant de franchir le Trieux et de passer du Trégor (rive gauche) au Goëlo (rive droite). Par grandes marées et si l'hiver est particulièrement pluvieux, il n'est pas rare que les maisons du centre-ville bordant le fleuve soient inondées. Le pont Saint-Yves a d'ailleurs été par deux fois détruit par les fortes crues avant d'être consolidé au début du XXe siècle.

© D. R.



© D. R.

Historiquement, le Trieux constituait la limite entre les évêchés de Saint-Brieuc et de Tréguier. Jusqu'à la révolution, la vie religieuse de la cité s'organisait autour des églises des deux rives. Rive gauche, l'église Saint-Yves accueillait les offices funéraires ; Rive droite, Notre-Dame des Fontaines s'occupait des mariages et des baptêmes. Mais ce pont fit surtout la richesse de Pontrieux. Au Moyen-Âge, il fut source de péages pour les seigneuries locales. Du XVe au XIXe siècle, la ville devint un carrefour commercial important du nord Bretagne. On y organisait les grandes foires aux bestiaux et la voie fluviale permit au XIXe siècle de transporter de grandes quantités de marchandises telles que le lin, le chanvre et le bois. Arrivées à Pontrieux, elles convoyaient ensuite par la terre vers Guingamp, plaque tournante régionale pour aller vers la capitale.

© D. R.

C'est à cette époque que les maisons bourgeoises en pierre de taille du centre-ville ont été construites par les riches commerçants ayant fait fortune grâce au fleuve. L'office de tourisme propose une visite par bateau originale, celle des lavoirs privés de ces familles bourgeoises. Pour éviter les cancans des lavandières, les maîtresses de ces riches maisons se firent construire leur propre lavoir en bout de jardin donnant sur le fleuve. Il y en a une cinquantaine en tout à Pontrieux. « Laver son linge sale en famille » n'a jamais été aussi vrai !

On peut mentionner trois autres points d'intérêt à Pontrieux. Avec ses 3 têtes sculptées sur les poutres représentant une Bretonne et un Breton en coiffes traditionnelles et le chevalier Du Guesclin, la maison natale de Le Trocquer, ministre et député du XXe siècle, vaut le détour. C'est d'ailleurs la maison à colombages la mieux conservée de la ville. On peut pousser sa visite jusqu'aux cartonneries Huet, célèbres pour avoir imprimé les premiers tickets de métro de Paris, et finir par le moulin du Richel aujourd'hui transformé en gîte, avec sa grande roue bien conservée.

Sensibilisation à l'environnement à la maison de l'Estuaire

Situé à Plourivo, en bordure de Trieux, le manoir de Traou Nez accueille « La maison de l'estuaire », un espace dédié à l'environnement pour les petits et les grands. On peut y voir des expositions temporaires sur la biodiversité, suivre des ateliers nature, assister à des spectacles vivants, profiter de la fraîcheur des arbres sur le sentier de randonnée GR34 ou faire une halte par le train à vapeur du Trieux.

Fêtes des lavoirs à Pontrieux le 15 août

Dès 10 H 30 promenades en barques, initiation à la lessive. Démonstration de pose de coiffes. A partir de 11h30 : restauration sur place. Une descente du Trieux aux flambeaux des Lavandières puis un feu d'artifice clôturera cette journée à 23h15.

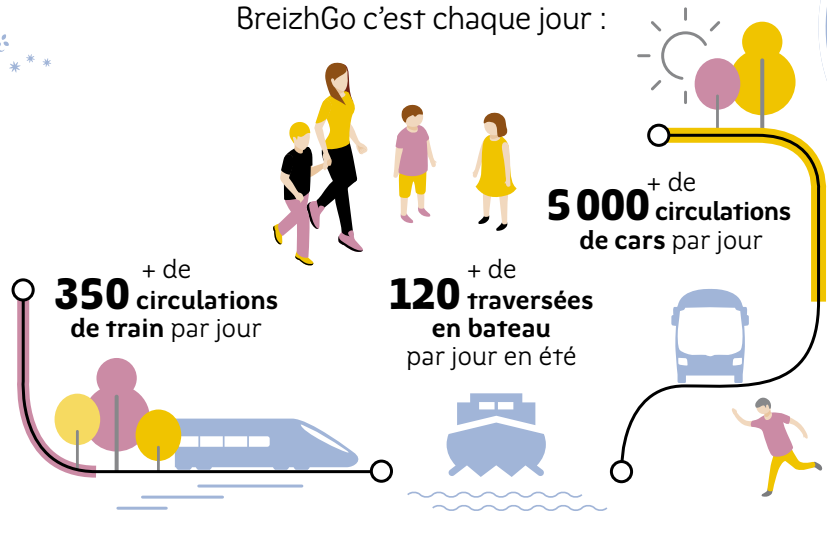
BREIZHGO

Le réseau de transport de la Région Bretagne

En train, en car ou en bateau : voyagez dans toute la Bretagne avec BreizhGo !

Organisatrice du transport ferroviaire (TER Bretagne), des lignes routières interurbaines et des liaisons maritimes avec les îles, la Région a choisi d'appeler son grand réseau de mobilité BreizhGo.

BreizhGo c'est chaque jour :



Découvrez Bréhat grâce aux liaisons maritimes du réseau BreizhGo assurées par les Vedettes de Bréhat

Région BRETAGNE

L'A.O.C. du coco de Paimpol a 20 ans. Cet été, la fête sera belle !

Cultivé depuis 1928 sur les zones côtières du territoire du Trégor-Goëlo, dans les Côtes d'Armor, c'est le premier haricot à avoir obtenu l'Appellation d'Origine Contrôlée, le premier légume breton et même le premier légume français ! Le coco de Paimpol est un pionnier… qui a même sa fête.

En 1998, le coco de Paimpol obtenait les prestigieux labels français A.O.C. puis européen A.O.P. Pour les producteurs, l'A.O.C. ou Appellation d'Origine Contrôlée est un sésame précieux. Ce label français protège la qualité d'un produit alimentaire ou agricole, l'aire géographique où il est cultivé et le savoir-faire des producteurs. Mais n'est pas labellisé qui veut… Le cahier des charges auquel sont soumis les cultivateurs est extrêmement rigoureux. Du semis du haricot à sa commercialisation, les producteurs doivent respecter un protocole très précis s'ils veulent prétendre à ce label. Pour le coco, un des critères retenus concerne le mode de récolte. Communément appelée « plumage », la récolte se pratique en séparant les gousses de la tige et des feuilles. Il n'existe pas d'autre façon d'obtenir un grain demi-sec de haute qualité. La récolte est intégralement réalisée à la main, dans le respect d'une tradition et d'un savoir-faire légendaires. Chaque année, de juillet à novembre, plus de 2 000 cueilleurs investissent les champs pour « plumer » le coco, semé de mi-mars à fin juin de la même année.

À l'origine de l'A.O.C.

C'est pour lutter contre la contrefaçon de vins et d'eaux-de-vie qu'apparaît le concept de terroir et d'Appellation d'Origine Contrôlée au début du XXe siècle. Un décret-loi de 1935 organise l'A.O.C. : la définition du label, la protection des produits et leur contrôle. Si les vins et les fromages sont les plus connus du grand public, l'A.O.C. s'élargit à l'ensemble des produits alimentaires et agricoles dans les années 1990. Les fruits, les légumes et les huiles peuvent désormais être labellisés. Quarante-cinq d'entre eux ont été labellisés. Par souci de clarté pour le consommateur, les produits ne portent plus que la mention européenne A.O.P. depuis l'année 2012. Une exception : seuls les vins sont autorisés à porter l'Appellation d'Origine Contrôlée française (A.O.C.).

Un haricot pas comme les autres qui a sa fête !

Le Coco de Paimpol fait la fierté des habitants du Trégor-Goëlo qui le fêtent tous les 25 août. Cette année sera particulière puisque c'est l'anniversaire de sa labellisation. Au programme des festivités : défilé des confréries, concours de plumage et d'écossage, défilé d'engins agricoles anciens, concours d'animaux, jeux pour enfants, dégustation de recettes, animation avec un chef étoilé, vente de légumes, conte « La petite histoire du coco de Paimpol », stands d'artisans, restauration à base de coco de Paimpol, soirée dansante et feu d'artifice… Ça se passe à l'anneau du Champ de Foire à Paimpol.

Chiffres-clés

- **230 producteurs** de coco de Paimpol
- **6 000 tonnes** produites chaque année sur les côtes costarmoricaines.

Le coco à la loupe

Le coco est reconnaissable entre tous. Il possède une gousse jaune paille, marbrée de violet à maturité. L'ouverture de sa cosse délicate dévoile de jolis grains semblables à des perles. Ils se consomment à la manière des légumes frais. Les connaisseurs lui trouvent un goût de noisette et de châtaigne.

Cocos de Paimpol terre et mer, échalote traditionnelle au beurre blanc et cidre

Temps de préparation : 20 mn / Temps de cuisson : 40 mn / pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

- **400 g de cocos de Paimpol écossés (soit 1 kg de gousses)**
- **4 filets de lieu jaune d'environ 180 g pièce**
- **8 tranches d'andouille de Guéméné**
- **1 échalote traditionnelle**
- **50 g de beurre + 10 g pour la cuisson du lieu**
- **20 cl de cidre**
- **un bouquet garni**

Cuisez les cocos de Paimpol dans de l'eau avec le bouquet garni, une vingtaine de minutes pour qu'ils restent croquants ou plus longtemps pour des cocos plus moelleux. Réservez.

Emincez finement l'échalote, puis cuisez-la dans le cidre à feu moyen jusqu'à ce qu'il soit presque entièrement évaporé.

Ajoutez environ 50 g de beurre bien froid coupé en petit carrés, petit à petit en mélangeant doucement à feu très doux jusqu'à ce que le beurre soit monté. Réservez.

Assaisonnez le poisson, puis cuisez-le dans une poêle avec le beurre et l'huile d'olive en l'arrosant de temps en temps jusqu'à ce que la chair commence à se détacher. Poêlez les tranches d'andouille quelques secondes.

Dressez et servez immédiatement.

Accords mets et vins : *Un vin fin : un Bourgogne blanc*

Le Truc du chef : *pour une présentation soignée, disposez le poisson sur un lit de cocos de Paimpol et finissez par la tranche d'andouille.*

Crédit photos et recette : Prince de Bretagne / expression-bretagne.com

HÔTEL · RESTAURANT · SPA
Les Terrasses de Bréhat
★★★★
Face à Bréhat, une escale gourmande

RÉSERVATION CONSEILLÉE : 02 96 55 77 92 · terrassesdebrehat@orange.fr
Pointe de l'Arcouest · 22620 Ploubazlanec · www.lesterrassesdebrehat.fr

Deux gazelles dans le Sahara

Originaires du Trégor-Goëlo, Katerine et Joanna participeront à l'édition 2019 du Rallye Aïcha des Gazelles du Maroc, « Le Dakar féminin ». Elles conduiront « Lady Green », leur tout-terrain adoré. Interview croisée mère-fille.

Qu'est-ce qui a motivé cette expédition ?

Joanna : Partager notre passion pour les Defender, un modèle mythique de chez Land Rover. Cette voiture est une invitation au voyage. On aime aussi sa conduite et son look aventure.

Katerine : Son côté rétro aussi ! Churchill avait une UKE 80 et la Reine d'Angleterre circulait dans ses propriétés à bord de ses « Lands »… Au-delà de ça, c'est partager une aventure formidable avec ma fille et me lancer un défi sportif ambitieux car j'aurai 68 ans l'année prochaine.

Qu'appréhendez-vous le plus ?

K. : La résistance physique bien sûr. Neuf jours de course, levers aux aurores, entre 10 et 12 heures de conduite quotidiennes, les nuits sous tente… Le rythme sera soutenu et le quotidien rustique.

J. : L'adrénaline nous tiendra, maman ! Et tu as une résistance à toutes épreuves. Pour moi, je crains la technicité de la conduite dans les dunes, semblable aux terrains boueux paraît-il. Nous allons nous y former lors d'un stage intense de 2 ou 3 jours.

Pourquoi ce rallye ?

J. : Le sport automobile est un monde d'hommes. Nous aimons l'entraide féminine prônée par cette épreuve. Le fait que ce soit un rallye à l'ancienne nous plaît aussi. Les GPS sont interdits. On a juste une carte, une boussole et un compas de relèvement.

K. : Apprendre à se débrouiller seule en pleine nature, savoir s'orienter, affronter ses peurs, se dépasser.

Joanna et Katerine sont sponsorisées par Les vedettes de Bréhat et Émile Garcin propriétés.

Pour les suivre sur facebook : Mother & Jo, Objectif Rallye des Gazelles

Le Rallye Aïcha des Gazelles du Maroc : quèsaco ?

Unique en son genre, il rassemble chaque année et ce depuis 1990 des femmes de 18 à 71 ans et de nationalités différentes dans le désert marocain. Elles étaient 400 compétitrices en 2018. Ce rallye développe une autre vision de la compétition automobile : pas de vitesse, pas de GPS, uniquement du hors-piste. L'objectif : faire le moins de kilomètres en pointant un maximum de balises.

Événements maritimes

Assistez à bord des Vedettes de Bréhat aux prochains grands événements maritimes. Le 4 novembre 2018, partagez l'émotion des 123 marins au départ de La Route du Rhum. Du 6 au 16 juin 2019, participez à l'Armada de Rouen, le rassemblement international des grands voiliers à l'embouchure de la Seine.

Renseignements auprès des Vedettes de Bréhat : 02 96 55 79 50

© Marcel Mochet

Embarquez pour une croisière unique !

Des croisières privatisées, des formules créatives

Séminaires, réceptions familiales, cocktails, goûters ou buffets embarqués, à bord de nos 5 vedettes, nous élaborons pour vous des formules sur-mesure.

Des excursions maritimes d'exception

Découvrez l'archipel de Bréhat, la rivière du Trieux, la baie de Paimpol, ou bien vivez aux premières loges les grandes fêtes maritimes (Brest, Rouen) ou les départs de grandes courses au large.

© Marcel Mochet

Vedettes de Bréhat

Demande de devis et réservation : 02 96 55 79 50 www.vedettesdebrehat.com

SUDOKU

	7						6	5
5				3	9	4		
		6	5	1		9		
1		7			6		3	
6		8		5		2		4
	5		1			6		9
		1		7	5	8		
		9	3	4				1
7	4						9	

JEU DES 7 DIFFÉRENCES

un poisson jaune en plus - l'anémone en plus - une anémone a disparu - un poisson est devenu orange - la baleine a perdu une nageoire - un caillou a disparu - le maillot de la petite fille a changé de couleur

WWW.PAIMPOL-FESTIVAL.BZH

BRETAGNE

FESTIVAL DU CHANT DE MARIN PL 2019 Paimpol Pempoull 2-3-4 AOÛT

FESTIVAL DU CHANT DE MARIN

GOUEL KAN AR VARTOLODED

PEMPOULL | PAIMPOL

PRODUIT EN BRETAGNE

2 3 4 AOÛT 2019

A VIZ EOST

MUSIQUES DES MERS DU MONDE

SONEREZHIOÙ MORIOÙ AR BED

Best Western PLUS

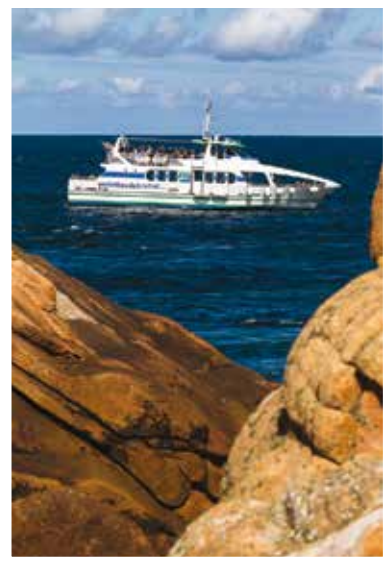
Face à Bréhat, une escale unique !

Ouvert toute l'année

RÉSERVATION CONSEILLÉE : 02 96 55 77 92
terrassesdebrehat@orange.fr
Pointe de l'Arcouest · 22620 Ploubazlanec
www.lesterrassesdebrehat.fr

HÔTEL · RESTAURANT · SPA
Les Terrasses de Bréhat
★★★★

Le temps d'une escale, visitez Bréhat, l'île aux fleurs et aux rochers roses



Achetez vos billets en ligne !

Photos : Bereflex

Tél. 02 96 55 79 50 · www.vedettesdebrehat.com

Vedettes de Bréhat

Ne pas jeter sur la voie publique SVP.