



ESCAPADES D'ICI SLOW BREAK

GOURMANDE, ARTISANALE, NATURE...
 NOS SUPER IDÉES POUR LÂCHER PRISE
 LE TEMPS D'UN WEEK-END (VOIRE
 PLUS) DANS LA RÉGION.

PAR CAROLE ANDRÉ

RÉVER EN PLEINE CAMPAGNE

Au cœur de la campagne morbihannaise, la **FERME LAITIÈRE DE KERBASTARD** – et ses vaches de races bretonnes anciennes – accueille les visiteurs dans une tiny house (à partir de 139 € la nuit) en pleine nature. Les producteurs font visiter la ferme et découvrent la transformation du lait bio en beurre, yaourts, crème et skyr. Ces produits, vendus aux meilleurs restaurateurs, se retrouvent sur la table du petit-déjeuner pour une expérience 100% locavore. Bubry. Tél. : 02 97 27 61 20. fermedekerbastard.fr

S'INSTRUIRE LORS D'UNE BALADE BOTANIQUE

Sur les sentiers de Châteaulin ou dans les ruelles de Quimper, **ADELE LE BERRE**, botaniste et herboriste passionnée, guide les néophytes à la découverte des plantes sauvages. Les orties, le plantain, les pissenlits deviennent remèdes ou ingrédients de recettes surprenantes comme ce délicieux moelleux aux orties (20 € l'atelier cuisine sauvage). Les balades citadines permettent de découvrir la ville autrement, en suivant les herbes folles (10 €). Atelier des bonnes herbes. Châteaulin. Tél. : 06 63 27 49 40. ateliers-botaniques.bzh



ADELE LE BERRE



FERME LAITIÈRE DE KERBASTARD

PÊCHER TRANQUILLE EN RIVIÈRE

Pour apprendre à pêcher le saumon de printemps, direction Lannion et le **LEGUER**, première rivière labellisée « Site rivières sauvages » du Grand Ouest en 2017. Dans cet environnement préservé, des animations sont proposées dès le printemps (10 € à partir de 3 ans, matériel fourni) pour attraper ses premiers poissons. Chacun pourra s'initier ou se perfectionner aux différentes techniques de pêche et à la connaissance des espèces de poissons. Ces rendez-vous invitent à remettre les poissons vivant à l'eau, participant ainsi au développement pérenne et éthique de la pêche de loisir. federation-peche22.com



LE LEGUER

DÉCONNECTER AU RYTHME DES MARÉES

Les grandes marées de printemps ont lieu cette année du 17 au 19 avril. Direction **SAINT-MALO** pour un spectacle ébouriffant à marée haute et de belles séances de pêche à pied à marée basse. Avec un seau et un râteau, une épuisette, on traque les crevettes dans les mares et on gratte le sable à la recherche de coques. On se munit d'une règle pour ne pas garder de prises trop petites et préserver la ressource. On admire la mer montante depuis l'hôtel **ARINIZ** (à partir de 85 € la nuit) qui donne sur la plage de Rochebonne. ● ● ●
 8, boulevard Hébert, Saint-Malo. Tél. : 02 99 56 01 19. ariniz.com

GUANAS BATHY (PHOTOGRAPHIE) / L'ŒIL DE PÉCHO - PRESSE

7 AVRIL 2022





NOUVEAU CAP DÉCO

L'incroyable vue sur la mer ne change pas mais la déco du resto **LE CAP-HORN**, au cœur des Thèmes marins de Saint-Malo, a été entièrement revue. Yana K, studio d'architecture intérieure de Saint-Lunaire, a été choisi pour relooker le célèbre restaurant en lui donnant une atmosphère paisible qui fleure bon les embruns. L'établissement est désormais doté d'une ambiance naturelle et contemporaine, empreinte de notes assumées d'Art déco. 100, boulevard Hébert, Saint-Malo. Tél. : 02 99 40 75 40. restaurant-caphorn.fr

... ESCAPADES D'ICI

S'INSPIRER D'UNE FEMME LIBRE

Le **MUSÉE DE PONT-AVEN** et le **MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE QUIMPER** s'associent pour présenter une double exposition sur Vivian Maier en Bretagne avec près de 250 photos. La photographe américaine, restée anonyme toute sa vie, propose une œuvre riche et originale. On aime les nombreuses photos inédites, scènes de rue saisies sur l'instant, à New York et Chicago (Quimper), et autopoitrtraits mêlant subtilement jeux d'ombres et de miroirs (Pont-Aven).

Jusqu'au 29 mai. Musée de Pont-Aven. Place Julia, Pont-Aven.

Tél. : 02 98 06 14 43. museepontaven.fr

Musée des Beaux-Arts de Quimper. 40, place Saint-Corentin, Quimper.

Tél. : 02 98 95 45 20. mbaq.fr

PRENDRE LE TEMPS D'ÉVEILLER SES PAILLES

Ambiance insulaire et gourmande à **GROIX** où, après une traversée de 45 minutes depuis Lorient (à partir de 16 € par adulte), les food lovers seront comblés par cette île aux multiples producteurs. Légumes bio, escargots, cidre ou bière sont cultivés, élevés et fabriqués sur place; on y ajoute la touche gourmande de la biscuiterie Ti Dudi. On visite l'élevage d'ormeaux d'**ERWAN TONNERRE**, deuxième producteur de Bretagne, et on déguste les poissons fumés des **FUMAISSONS DE GROIX** avant de shopper chez **GROIX & NATURE** des rillettes de la mer, des tartares d'algues et la fameuse huile de homard (9,90 € les 100 ml), leur produit signature. groix.fr



4

METTRE LA MAIN À LA TERRE

Dans les jardins de la magnifique abbaye cistercienne du Relec, l'établissement culturel **CHEMINS DU PATRIMOINE EN FINISTÈRE** propose une saison culturelle, dans tous les sens du terme, autour du jardin potager. Une réflexion sur notre rapport à la nature qui nous invite à mettre la main à la pâte. Les ateliers pratiques, balades botaniques et conférences sont une occasion unique de repartir avec des savoir-faire pour lancer son propre carré de verdure. Les prochaines animations (5 €) nous apprennent à réussir les semis et à adapter notre jardin aux changements climatiques. Abbaye du Relec. Plouñéour-Ménez. Tél. : 02 98 78 05 97. cdp29.fr/fr

S'OXYGÈNER EN BORD DE MER

Marcher sur la plage, respirer l'air marin, prendre le temps de poser sa respiration sur le rythme des vagues, c'est ce que propose le centre de **THALASSO DE CONCARNEAU** dans sa cure Respirer (1 644 € les 6 jours). Au bord de la plage des Sables blancs, les séances d'oxygénation, accompagnées par une coach, permettent de renforcer le système immunitaire, de booster notre énergie et d'améliorer la qualité du sommeil. On profite du séjour pour faire un tour dans la cité fortifiée, construite sur un îlot, et pour flâner dans les ruelles pavées, bordées de jolies boutiques et d'échoppes d'artistes et d'artisans. ●

Tél. : 02 98 75 05 40. concarneau-thalasso.com

