

TOURISME  
Par Sophie Javaux

Les bienfaits de l'Océan

# Escales en Finistère

On se régale avec ces tourteaux tout frais pêchés.

Sortie en mer pour les pêcheurs au départ du port de Doëlan.

Et sur la plage, un spectacle de qualité : le surf !

Le bord de mer présente une multitude de facettes. Pour l'explorer, on file dans le Finistère, véritable concentré de Bretagne.

**On observe la faune**

Si les beaux jours sont plutôt favorables à certaines sorties, comme l'observation de la colonie de phoques et de grands dauphins, en mer d'Iroise (*infos sur finist-mer.fr*), ou en embarquant dans un catamaran à vision sous-marine, à Bénodet (*infos sur vedettes-odet.com*), vous pouvez toujours, en attendant, visiter Océanopolis, à Brest. Ses aquariums présentent la faune marine tropicale, polaire et tempérée. Un véritable tour du monde des océans !

**On pratique une activité insolite**

Pour les plus aventureux, on n'hésite pas à plonger sur les épaves, que ce soit pour approcher l'*Amoco Cadiz* (*infos sur korejouplongee.com*) ou l'épave d'un trois-mâts en baie de Morlaix (*infos sur plongee-gsm.fr*). Plus modéré, un parcours de nage à Brignogan-Plages permet aux nageurs confirmés de contempler faune et flore marine sur un circuit de 8 bouées (*infos sur cn-brignoganplages.fr*). Enfin, pour tout public et afin de se maintenir en forme, on pratique le longe-côte ou la marche aquatique. Nombreux sont les sites en Finistère à proposer cette activité (*infos sur espace-mer-finistere.com* ou sur



Étendues sauvages, les côtes bretonnes sont idéales pour se ressourcer.



**Prêt à partir !**

**Y aller**

Paris-Brest et Paris-Quimper en moins de 3h30 avec le TGV. Infos sur [oui.sncf](http://oui.sncf). Vols directs depuis Paris, Lille, Marseille et Lyon vers Brest, avec [hop.com](http://hop.com).

**Où dormir**

**Village vacances\*\*\* Azureva**  
À Tregunc, avec son architecture traditionnelle, ce village club propose des formules en pension, demi-pension ou en location, de multiples activités gratuites et 3 clubs enfants-ados. À partir de 287 € par adulte la semaine en chambre double en demi-pension. Infos au 0825 825 432 ou sur [azureva-vacances.com](http://azureva-vacances.com).

**Hôtel de la Mer**  
À Plounéour-Brignogan-Plages, entouré d'une nature préservée. 18 chambres avec vue sur mer, balades organisées par l'hôtel, restaurant le Pontusval, accès illimité au spa pour un séjour détente. À partir de 90 € la chambre double. Infos au 02 98 43 18 47 ou sur [hoteldelamer.bzh](http://hoteldelamer.bzh).

**Le Grand Bleu**  
Une nuit insolite à bord d'un vieux gréement, amarré à Camaret-sur-Mer. Il suffit d'apporter son sac de couchage. La nuit pour 2 personnes : 60 €. Possibilité de sortie navigation (3 h) : 35 € par personne. Infos au 06 64 27 94 29 ou sur [legrandbleu.bzh](http://legrandbleu.bzh).

**Infos tourisme**

[Finistere-tourisme.com](http://Finistere-tourisme.com).  
[Brest-terres-oceanes.fr](http://Brest-terres-oceanes.fr).

Plus d'idées tourisme sur [maximag.fr/loisirs-vacances](http://maximag.fr/loisirs-vacances)

*oceanbyfab.com*). Le tout avec des combinaisons, bien entendu !

**On va à la rencontre des pêcheurs**

Une guide du patrimoine vous emmène découvrir l'envers du décor du monde de la pêche, du port à la criée de Concarneau (*infos sur tourismeconcarneau.fr*). Au Guilvinec, un guide conte la vie dans les conserveries et bien d'autres anecdotes sur ce port bigouden (*infos sur leguilvinec.com*). Et, jouxtant la criée, Haliotika, la Cité de la Pêche, dévoile tout ou presque sur cet univers avec des ateliers créatifs et ludiques dès 3 ans (*infos sur haliotika.com*). Bien d'autres ports ouvrent leurs portes aux visiteurs : Roscoff, Saint-Guénolé-Penmarc'h, Loctudy, Poulgoazec, Douarnenez, Plobanna-lec et Lesconil.

**On déguste les produits de la mer**

Le mieux est d'acheter le poisson directement à la halle aux pois-

sons de Clohars-Carnoët ou de Tregunc, par exemple. À Loctudy, on peut acheter son panier de poissons comme cela se fait pour les paniers de légumes (*infos sur terredepeche.com*). On n'hésite pas non plus à tomber dans les conserves : sardines, thon, foie de morue ou encore soupe. Deux fleurons proposent leurs produits en boutique et leurs ateliers à la visite, à Concarneau (*infos sur gonidec.com* ou sur *conserverie-courtin.com*). Plus inattendu, on consommera, avec modération, du vin vieilli sous la mer à Carantec (*infos sur www.vin-do.fr*) ou avec intérêt, les tartares, confits et moutarde d'algues (*infos sur bord-a-bord.fr*).

**On s'offre les bienfaits de l'Océan**

Plongez dans un bain de bienfaits grâce aux vertus de l'eau de mer et des algues. La thalassothérapie permet de chouchouter son corps et son esprit à Bénodet (*relaisthalasso.com*), Concarneau (*concarneau-thalasso.com*), Roscoff ou Douarnenez (*thalasso.com*). Vous pouvez aussi profiter chez vous des effets bénéfiques des produits marins (*infos sur nividiskin.com* ; *thalion.com*). Ou vous accordez une pause, loin de tout, comme à Ledenez, un îlot rattaché à l'île de Molène, accessible à marée basse. Disposant de deux refuges, on peut s'offrir un petit séjour hors du temps (*infos sur ile-molene.fr*).



Roscoff, charmante cité corsaire de caractère, en baie de Morlaix.

Photo: mer7302/stock.adobe.com ; F. Puyssick/stock.adobe.com ; Hic/stock.adobe.com ; sctmaw2016/stock.adobe.com ; rdelord/stock.adobe.com