

Direction le Finistère pour une exploration du Cap Sizun

Depuis quelques années, le Finistère nous appelle une fois par an. Après un road trip qui nous mena jusqu'à la pointe du Corsen, en passant par le Conquet, le Finistère ne nous déçoit jamais. Et sans suspense, le Cap Sizun nous a séduit, cueilli, saisi le cœur !

On vous embarque avec nous pour le découvrir, magnifique et sauvage.

Le Cap Sizun, grand site de France, Kesaco ?

Vous voyez la fourchette que dessine la pointe de la Bretagne ? Le Cap Sizun est tout simplement la dent la plus au sud. Le Cap Sizun est cette longue avancée dans la mer d'Iroise dont l'emblème est la pointe du Raz. Ce territoire est délimité au nord par la baie de Douarnenez et au sud par celle d'Audierne. L'ile de Sein lui fait face, séparée par le Raz de Sein qui a fait frémir les marins.

En 2004, la pointe du Raz a été classée grand site de France, puis 2000 hectares du Cap Sizun ont été rajoutés en 2014. Ce label, très difficile à obtenir, est attribué à des sites exceptionnels dont la gestion, les efforts de protection et les démarches d'accueil du public favorisent un développement durable d'espaces hautement fréquentés. Dans le cas de la pointe du Raz, il faut savoir qu'il y a une vingtaine d'année, le parking se situait vraiment très près de l'éperon rocheux, le site était très fréquenté, la végétation avait disparue sur les lieux occupés par les différentes installations. Le déplacement du parking et des commerces à plus de 800 mètres de là a permis à la lande de reprendre ses droits et aux visiteurs de profiter de la beauté du site sans le spectacle de l'amoncellement de voitures. Pour ne pas exclure les personnes qui auraient des difficultés à parcourir cette distance, le site a mis en place un service de navettes qui empruntent l'ancienne voie. Les recettes du parking payant (8 €) financent la protection et le développement du site.

Cet aménagement a aussi permis de mettre en place différents sentiers pédestres bien balisés. Et ce n'est qu'un des exemples de la gestion du site pour promouvoir un développement durable. Il faut savoir que la pointe du Raz peut accueillir jusqu'à 6000 personnes par jour ! 900000 par an… L'enjeu est donc colossal pour que la cohabitation entre la nature et les Hommes perdure.

Arrivée à Audierne et coup de foudre à la plage

Pour cette découverte du Cap Sizun, nous posons nos valises à Audierne. Indéniablement, c'est une ville tournée vers la mer. Elle doit d'ailleurs son développement aux riches armateurs, au commerce maritime, à la pêche et aux conserveries qui selon les époques ont favorisé son essor. Aujourd'hui le tourisme permet aussi à la ville de rayonner. Le port d'Audierne situé dans une baie à longtemps été un port refuge pour les marins, car le littoral n'est pas très hospitalier par ici. Il n'en demeure pas moins que l'accès au port est complexe, ce

qui explique que ce port accueilli les prémices de la société centrale de sauvetage de naufragés. Cette activité liée à la pêche se lie toujours aux environs du port avec la présence de la criée réputée pour ses poissons nobles, ses viviers ou bien encore cette passerelle permettant de compléter et d'améliorer le chemin de halage.

Lors de la construction du chemin de halage qui permettait de tirer les bateaux pour les aider à sortir du port (à l'époque il n'y avait pas de puissants moteurs), un mur de pierres aurait dû se trouver à la place de la passerelle, mais les débuts des travaux du chemin de halage montrèrent que ces constructions augmentaient le ressac dans le port. En laissant passer les vagues, la passerelle n'entrave pas le mouvement de l'eau et ne l'amplifie pas. Elle permet aussi aux bateaux de passer en dessous et d'accoster dans des chambres d'épanouissement (trop mignon ce terme) avant de repartir. Cette passerelle n'a aujourd'hui plus de fonction portuaire mais elle est un symbole fort du patrimoine de la ville.

En continuant notre visite d'Audierne, nous atterrissons à sa grande plage, notre hôtel se situant juste en face. Les couleurs chaudes de fin de journée embellissent cette plage qui ne manque pas d'éclat. Le sable est blanc, l'eau turquoise, les dunes sont parsemées de linaigrette duveteuse. Passer sur la grande plage d'Audierne sera notre rituel de début et fin de journée pendant ce séjour.

Introduction magistrale au Cap Sizun : la réserve de Goulien

Baptisée réserve du cap sizun ou réserve naturelle de Goulien (commune où elle se situe), ce petit bout de littoral à flanc de falaises est le repères de nombreux oiseaux. Si les passereaux comme le pipit maritime, le tarier pâtre ou la linotte mélodieuse fréquentent plutôt les landes, c'est du côté des falaises et rochers que vous trouverez les oiseaux marins tels que les goélands, le fulmar boréal ou le guillemot de Troil. Certains sont de grands voyageurs et se posent sur terre uniquement ici le temps de nidifier et d'élever leurs petits. Et même si ce n'était pas la saison la plus propice à l'observation des oiseaux, nous avons pu voir de nombreux tariers pâtre, pipits, des fulmars et goélands de différentes espèces (argenté et marin).

Le paysage a lui seul vaut le déplacement et à vrai dire, il nous a tellement captivé que nous en avons presque oublié nos adorés volatiles. Cette côte déchiquetée cache de jolies criques, des recoins insoupçonnés et des couleurs changeantes au gré du temps.

Je suis une fan inconditionnelle de ces étendues de lande, j'aime leur côté à la fois très hostile, inextricable et piquant et en même temps tendre et coloré. L'ajonc acéré côtoie la douce bruyère. Le gênet réveille le regard avec ses fleurs d'un jaune vif. Le chardon rappelle qu'il ne faut pas trop s'approcher, qui s'y frotte, s'y pique. Cet écosystème va parfaitement au littoral finistérien et peut être même à ses habitants. Derrière une carapace, une apparente rudesse ou fierté, se cache une tendresse et une beauté désarmante. Je réalise en écrivant ces mots qu'ils décrivent assez bien ma grand mère, pure bretonne et finistérienne.

A l'entrée du site, certains jours vous trouverez des bénévoles de Bretagne vivante qui pourront vous aider à percer les mystères de cette nature. Ils pourront vous indiquer aussi les balades à effectuer dans les environs. Le sentier du GR34 passe ici et je vous conseillerai bien d'en emprunter un bout, car tout le littoral est magnifique et préservé ici.

Balade contée à la pointe du Raz, où comment la redécouvrir le temps d'une journée

Nous avions déjà découvert la pointe du Raz lors d'un road trip finistérien, ce jour là le temps était gris et légèrement brumeux. Nous avions été subjugués par la beauté du lieu, mais la possibilité d'assister à une balade contée pour redécouvrir le lieu nous a donné envie de revenir.

Accompagnés d'un guide, nous réalisons le trajet qui mène jusqu'à la pointe à la différence près que celui ci est émaillé d'anecdotes, d'histoires et d'informations sur le site. Avec beaucoup de verve, d'enthousiasme et d'humour, notre guide nous en apprend beaucoup sur la pointe du Raz. A commencer par l'évolution de sa gestion touristique que j'évoquais en préambule. Dans ses mots, j'ai senti la fierté d'avoir rendu à ce territoire sa superbe et d'arriver au quotidien à le gérer durablement. Il nous montre des photos avant/après et nous comprenons le privilège que nous avons à découvrir le site aujourd'hui et non il y a 20 ans. Au delà de l'éperon rocheux, il faut savoir que la pointe du Raz est un lieu où se combinent différentes activités. Touristique bien sûr mais aussi militaire (au coeur du sémaphore) et même religieuse (une petite parcelle appartient au diocèse de Quimper). Une complexité que nous n'avions pas saisi lors de notre première visite.

Côté nature, c'est un paysage de lande qui domine, seul écosystème à supporter le vent fort et la pauvreté du sol. Ici les plantes ont intérêt à être flexibles pour ne pas être brisées sous les assauts du vent, mais doivent également résister à un manque d'eau. Car contrairement à ce que l'on pourrait penser, les plantes ici souffrent de sécheresse. Même si les pluies sont abondantes, le vent assèche tout très rapidement.

Au delà des plantes caractéristiques de la lande, on retrouve le long des allées principales quelques espèces étrangères comme des moutardiers. La faute à qui ? A l'Homme ! Qui en randonnant sur les sentiers, sème sans le vouloir des graines qui ont squatté les interstices de leurs vêtements. Daniel est intarissable sur la pointe du raz, il en connait toutes les légendes ou les histoires, j'aurai pu vous relater tout ce qu'il nous a transmis mais ce serait dommage de spoiler une éventuelle visite de votre part. Ce que je peux vous dire, c'est que cette balade m'a permis de découvrir autrement la pointe du Raz. Sa richesse va bien au delà de son panorama exceptionnel.

Le cap Sizun côté mer, littoral sauvage et pêcheurs intrépides

Le lendemain, en allant à l'île de Sein, nous avons longé les côtes du Cap Sizun, d'Audierne à la pointe du Van. Au creux des vagues, nous avons pu observer ce littoral sous un autre angle. De la mer, la pointe du Raz semble plus discrète, les distances se troublent. D'ici on perçoit d'autant plus les courants de marées qu'agitent le raz de sein, cette route maritime entre l'île de Sein et la pointe du Raz. C'est un passage bien connu des marins pour sa difficulté. Pour des questions de sécurité et pour éviter des catastrophes écologiques, ce passage n'est plus autorisé aux gros navires qui doivent le contourner. Si vous avez un peu de chance, vous apercevrez peut être des petits bateaux.

Ce seront sans doute des pêcheurs. Quand les oiseaux survolent la zone, cela signifie que le poisson est en abondance. Les pêcheurs viennent alors tenter leur chance. Les maquereaux comme coincés dans les remous font le festin des bars. Les pêcheurs doivent user de beaucoup de ruse pour attraper les bars à la ligne. Ils doivent sans cesse changer de leurres car le bar ne se laisse pas si facilement avoir. Au retour de l'île de Sein, j'ai vu plusieurs de ces embarcations, les voir tanguer ainsi, comme de fragiles coques de noix, permet de saisir tout le danger et la folie de ce genre de pêche. Les ligneurs comme on les appelle, sont très respectés pour les risques qu'ils prennent, mais aussi pour les méthodes de pêche viscéralement à l'opposé de certaines techniques industrielles. Si ces hommes poursuivent cette pêche, c'est qu'elle est très lucrative. Chaque bar du raz de sein est vendu avant même d'être pêché. Sa chair bien préservée par cette prise

rapide est très recherchée.

Tels ces bateaux, dans les courants du raz de sein, nous avons chaviré devant la force sauvage du Cap Sizun.

Tels ces fleurs au cœur de la Lande, nous avons dû nous plier devant la beauté du Cap Sizun.

Découvrez nos autres articles sur le Finistère :

- road trip de 10 jours dans le Finistère
- à la rencontre des phoques et dauphins de le mer d'Iroise
- un week end entre Le Conquet et la pointe Saint Matthieu
- à la découverte de l'île de Sein

Guide pratique – visite du cap Sizun et la pointe du Raz

Où loger à Audierne ?

- **Hotel de la plage**

Son emplacement, face à la grande plage d'Audierne est exceptionnel (surtout si vous avez une chambre avec vue sur la mer). Il n'y a qu'à traverser la route pour être sur une plage de sable blanc et d'eau turquoise. L'hôtel s'inspire des codes classiques de l'hôtellerie de bord de mer. L'ambiance marine se retrouve dans la décoration. Les chambres sont spacieuses et certaines disposent d'un balcon. Le restaurant de l'hôtel sera attentif à vos moindres demandes et dans votre assiette vous ne retrouverez que de bons produits. Le poisson et les fruits de mer y sont excellents.

Informations et réservation

Où manger dans le Cap Sizun ?

- Hôtel de la Plage (Audierne) : une belle carte avec des produits locaux, un service irréprochable. Nous gardons un très bon souvenir de nos deux diners dans ce restaurant.
- Restaurant au Roi Gradlon (Audierne) : ce restaurant est situé sur la grande plage d'Audierne. Si vous réservez vous aurez surement une table avec une vue imprenable. Ici, on est aux petits soins pour vous. Les produits sont de qualité, nous y avons très bien mangé. Un régal pour les yeux et les papilles.
- Crêperie du Cap Sizun (Plogoff) : la crêperie est très bien située si vous êtes en route pour la pointe du Raz. Elle dispose d'une aire de jeux pour les enfants. Il y a un vaste choix de galettes mais aussi de moules frites. Je vous recommande les moules à la bretonne qui sont bien généreuses en crème et lardons. Très bon accueil du personnel et prix raisonnables.

Que faire à la pointe du Raz et au Cap Sizun ?

Toutes les infos sur le grand site de la Pointe du Raz en cap Sizun se trouve sur ce site.

- Randonner et admirer les paysages grandioses le long du GR 34 qui longe tout le cap.
- Observer les oiseaux à la réserve du Cap Sizun et se balader aux alentours

La réserve est accessible gratuitement toute l'année. Des bénévoles de Bretagne Vivante sont présents les dimanches et jours fériés, de début avril à fin août.

- Assister à une balade contée à la pointe du Raz

L'accès au site de la pointe du Raz est gratuit pour les piétons. Le parking quant à lui est gratuit pour la première demi-heure puis il coûte 4 € pour les motos, 8 € pour les voitures et 15 € pour les cars, caravanes et véhicules attelés.

Il existe différentes visites et randonnées accompagnées accessibles sur réservations. Retrouvez les sur le site de la pointe du Raz.

- Contempler le coucher de soleil à la pointe du Van ou la pointe du Millier
- Aller se baigner dans la très belle et grande plage d'Audierne
- Découvrir l'histoire de la baie des trépassés

- Découvrir le Cap Sizun en vélo grâce à la véloroute et aux voies vertes en Ouest Cornouaille

Le cap Sizun et la pointe du raz avec un enfant ?

Le climat tempéré de la Bretagne est idéal pour des enfants, notamment les bébés. Attention cependant en plein été. Les jours de très beau temps comme ce fût notre cas, la température monte vite et avec l'absence d'ombre et la réverbération de l'eau, cela peut vite fatiguer. N'oubliez donc jamais la crème solaire (même quand il y a des nuages, si si !), lunettes de soleil, chapeau et de l'eau !

Parmi les occupations préférées et faciles d'accès pour les enfants il y a bien sûr la plage. Si vous souhaitez randonner pour voir les paysages grandioses du littoral, il faudra les tenir en haleine avec des missions à réaliser (trouver tel oiseau, telle fleur, faire le guide, arriver le premier, crapahuter sur les rochers). Bien sûr pas de remède miracle, cela dépend des enfants. Mais ce que j'expérimente beaucoup avec Hélio c'est de lui expliquer ce qu'il voit, lui demander de me commenter, qu'il me décrive à sa façon sa perception du paysage. Je lui donne aussi des petits jeux ou challenges à réaliser. L'observation pure à 3 ans et demi ça reste complexe, mais en le rendant acteur c'est fou de voir à quel point il peut rester longtemps dans un coin nature sans s'ennuyer.



Epingle moi sur pinterest !

Ce voyage a été réalisé en partenariat avec Finistère Tourisme. Une mine d'informations pour préparer votre séjour !

Vous préparez un voyage en terre bretonne ?
Retrouvez notre guide complet sur la Bretagne
Les plus endroits à visiter dans le Finistère
et tous nos carnets de voyage !
