

LIVRET D'ACCUEIL



Bienvenue au gîte de Pen Lan !

*79 bis rue de Pen Lan
22610 Pleubian*

Nous sommes heureux de vous accueillir dans notre gîte où, nous l'espérons, vous passerez un agréable séjour.



Vous trouverez dans ce livret les informations utiles au bon déroulement de vos vacances.

Nous vous souhaitons un très agréable séjour et restons à votre disposition pour tout renseignement ou conseil.

Vos hôtes, Nadège et Yoann.

Présentation

Notre gîte se situe sur la presqu'île de Pen Lan sur la commune de Pleubian. **PLEUBIAN** est une station touristique située au nord-ouest du département des Côtes d'Armor, à 15 km à l'ouest de Paimpol.

D'une superficie de 2 010 hectares, elle dispose en partie nord et est d'une façade littorale d'environ douze kilomètres. Les communes avoisinantes sont :

- A l'ouest, KERBORS
- Au sud, PLEUMEUR-GAUTIER
- A l'est, LANMODEZ

Au nord, la Manche et l'archipel de Bréhat constituent la façade maritime. Elle totalise 2 744 habitants (134 habitants/km²) (recensement 1999). L'habitat s'organise en deux pôles urbains distincts :

- Le centre-bourg,
- L'Armor au Nord.



Histoire



Le front de mer de Pen Lan s'est considérablement développé depuis le 19^{ème} siècle, en particulier grâce à l'implantation en 1898 de la première usine d'algues et à la construction d'une jetée.

La baie de Laneros était traditionnellement le port abri des marins goémoniers de l'Armor-Pleubian. La petite grève sud-est de Pen Lan était réservée aux bateaux en exercice et le fond de la baie de Laneros correspondait au site d'hivernage. Ces bateaux étaient armés à la pêche, au sable et au bornage. L'accès facile à la mer dans une zone d'échouage permettait aussi d'assurer les opérations d'entretien et de restauration de ces bateaux.

L'industrialisation du site s'est poursuivie à la fin du 20^{ème} siècle, avec la construction de nouveaux bâtiments à l'usage des industriels de l'algue, installés en front de mer, dans le prolongement du site, peu urbanisé (habitat traditionnel). Une zone artisanale maritime liée aux produits de la mer (conchyliculture) a été réalisée à l'extrémité de la presqu'île de Pen Lan dans la dernière décennie du

20^{ème} siècle. Dans le même temps, le front de mer a été aménagé par la commune de Pleubian à l'usage des randonneurs côtiers : sentiers, enrochements, talus, dessertes à la mer. Une zone de mouillage pour les bateaux de plaisance et les chalands ostréicoles a été aménagée en baie de Laneros.



La 'Presqu'île de Pen Lan', comme l'appelaient les anciens habitants de ce secteur, était à l'origine, du point de vue géomorphologique, un ancien cordon dunaire, constitué en partie de galets et parallèle au Sillon de Talbert. Le front de mer de Pen Lan est bordé au nord par la petite grève du Sillon de Talbert et au sud par la baie de Laneros et ses îlots, dont certains sont habités comme l'île Hadren. La pointe ouest est aujourd'hui limitée par la jetée de l'ancienne usine d'algues et se referme comme un 'crochet',

formant une anse ouverte au sud. Ce front de mer s'étend sur environ 6 km en linéaire. Il a été

bâti tardivement. La carte des ingénieurs géographes, datée de 1770, montre encore le passage de l'eau de mer à grande marée de la petite grève à la baie de Laneros, avec pour conséquence, une partie des terres submersibles.



Le cadastre de 1829 montre quelques maisons bâties en face de l'île Hadren. Un plan d'eau cadastré est repérable sur la partie nord du front de mer. Il n'existe plus aujourd'hui. Le front de mer s'est bâti sur la partie sud autour des maisons des marins goémoniers, dont les embarcations étaient mouillées dans la baie de Laneros. Les parcelles autour de ces habitations étaient peu cultivées en raison de la nature du sol (sables et galets).

L'urbanisation du site s'est développée au cours de la 1ère moitié du 20^{ème} siècle, en raison de la construction de l'usine d'alginate à la fin du 19^{ème} siècle, puis s'est accélérée dans la seconde moitié du 20^{ème} siècle, avec d'une part le phénomène des résidences secondaires et d'autre part, l'aménagement d'une zone artisanale maritime conchylicole et goémonière. Une distillerie, produisant du whisky, s'est installée en 2009 sur le site industriel. Plusieurs stations de captage de l'eau de mer ont été installées sur le Domaine Public Maritime. Des enrochements ont été réalisés sur une grande partie du front de mer, en bordure des talus, avec des rampes d'accès à la mer.

Source : <http://sallevirtuelle.cotesdarmor.fr/asp/inventaire/pleubian/>

Le gîte

Le gîte a été entièrement rénové en 2014 dans un style contemporain et nous avons fait en sorte que la maison et ses équipements soient fonctionnels. Ainsi nous espérons que le gîte et ses équipements seront à la hauteur de vos attentes.

Départ et arrivée

Arrivée le samedi à partir de 16 h.	Départ le samedi avant 10h (un état des lieux de sortie sera effectué en votre présence)
-------------------------------------	--

- ✓ Le règlement correspondant à la totalité du montant de la location devra être versé dès votre arrivée.
- ✓ Un inventaire vous est remis à votre arrivée, merci de le contrôler dans un délai de 24h, cet inventaire vous permettra en outre de situer tous les équipements mis à votre disposition dans le gîte. Merci de nous signaler tout manquement, nous compléterons.

Les équipements

Le gîte est aménagé de telle sorte que vous ne manquiez de rien. Ainsi, vous trouverez :

- **A l'entrée** : Un jeu de clé (boîtes aux lettres, portillon jardin, porte garage et d'entrée), un fer et une table à repasser.
- **Dans la cuisine** : un four, un micro onde, un frigo congélateur, un grille pain, une bouilloire, une machine à café, une plaque de cuisson, un lave-vaisselle ainsi que toute la vaisselle nécessaire (cf inventaire joint à votre arrivée).
- **Dans le salon**, une télévision HD avec de nombreuses chaînes nationales et internationales, des jeux de société et une bibliothèque dans laquelle vous trouverez entre autres des ouvrages sur les pratiques de pêche et l'environnement marin, des guides contenant les itinéraires des randonnées accompagnés d'un carte IGN ainsi que des romans.
- **A l'extérieur** : une place de parking vous est réservée devant la maison. Une terrasse équipée de spots et d'un store banne électrique (ne pas utiliser par vent fort), du mobilier de jardin et un barbecue sont à votre disposition. Un jet d'eau est également disponible, veillez à bien le fermer après utilisation.

- **Les chambres :** La chambre parentale est équipée d'un lit 160 x 200 et d'une télévision HD. Vous trouverez dans la seconde chambre un lit 140 x 200. La troisième chambre se compose de deux lits 90 x 200. Chaque chambre dispose d'espace de rangement. Les draps et la literie sont neufs et de qualité. Les lits sont faits à votre arrivée et un jeu de linge de toilette par personne (1 serviette de bain, 1 serviette de toilette, 1 gant de toilette) est mis à disposition gratuitement.
- **La salle de bain :** Elle se compose d'une baignoire munie d'un pare douche, d'un sèche-serviette électrique et d'un meuble double vasque. Deux tapis de bain sont fournis ainsi qu'un sèche-cheveux et qu'une boîte de premiers secours.
- **Le garage :** Vous trouverez dans le garage une machine à laver ainsi qu'un sèche linge à condensation. Veillez à nettoyer le filtre et vider la cuve de récupération d'eau après chaque utilisation. Par ailleurs, 3 vélos (+ anti-vol) sont mis à votre disposition gratuitement ainsi que 2 bains de soleil, du petit matériel de pêche à pied, et des jouets de plage pour les enfants (seaux, pelles, ballon).

Quelques règles simples :

- ❖ La location est sous votre responsabilité, pensez à fermer portes et fenêtres pendant vos absences. En aucun cas le propriétaire n'est responsable des vols et dégradations pouvant être commis.
- ❖ Cigarette : nous vous demandons de ne pas fumer ou d'allumer de bougies à l'intérieur du gîte d'une part pour les odeurs et d'autre part, du fait que des détecteurs de fumée sont placés à différents endroits du gîte. Un cendrier est mis à votre disposition à l'extérieur.

En cas d'urgence :

Electricité : Les disjoncteurs se trouvent dans le garage, une lampe de poche se trouve dans le tiroir de la cuisine. Un extincteur est situé sous le tableau électrique, dans le garage.

Eau : la vanne d'arrivée d'eau se trouve dans le garage au pied du compteur électrique

En cas d'incident, merci de nous prévenir au plus vite de façon à résoudre rapidement les problèmes pour vous permettre de poursuivre vos vacances en toute sérénité.

Vélo :

Nous mettons à votre disposition des vélos gratuitement, nous n'effectuons pas de service d'assistance en cas de crevaison ou autre. Un kit de dépannage vous est fourni avec chaque vélo ainsi qu'un antivol. Nous dégageons toute responsabilité en cas d'accident.

Des parcours vous sont présentés à la fin du présent livret d'accueil.

Animaux

Les animaux ne sont pas autorisés dans le gîte de façon à ne pas incommoder les locataires qui pourraient être allergiques.

Ramassage des ordures

Ici, nous effectuons le tri sélectif, ainsi 2 poubelles sont mises à votre disposition à l'extérieur :

- une poubelle **jaune** (déchets recyclables uniquement sauf verre) : cartons, plastiques, conserves, emballages.

- une poubelle **marron** : déchets ménagers.

- une poubelle **verte** se trouve dans le garage pour les verres

Nous nous chargeons de les vider chaque semaine.

Renseignements pratiques

Faire ses courses :

A l'Armor Pleubian vous trouverez une boulangerie, un primeur (ouvert tous les jours l'été), un petit supermarché (*Proxy* ouvert aussi le dimanche en fin d'après midi), un bar tabac, une poste.

A Pleubian, vous trouverez tous les commerces de proximité suivants : charcuterie, poissonnerie, boulangerie, coiffure, fleuriste, garage, quincaillerie, supermarché (super U et huit a huit), station service, tabac, banques, poste, ...

Vous avez aussi la possibilité d'acheter vos produits directement chez les producteurs locaux :

Légumes frais

FAY Bernard : 54 rue de la Presqu'île Tél : 02.96.22.89.31

Pêcheurs professionnels

RICHARD Gérard : 10 rue Bazile Tél : 02.96.22.87.91

Ostréiculteurs

GICQUEL Joël : 68 rue de Pleumeur Tél : 02.96.16.55.15

BOUTIN Michel : rue de Pen Lan Tél : 02.96.16.58.95

EARL ROGER BRABEC : rue de Pen Lan Tél/Fax : 02.96.16.57.49

EARL LE HOGUILLARD Jean-Claude : rue de Pen Lan Tél : 02.96.16.58.55

Les marchés

Toute l'année

<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>	<i>Dimanche</i>
Trégastel	Trébeurden Louannec Plouaret Paimpol	Locquirec Tréguier Plouha	Lannion	Lanmeur Perros-Guirec Guingamp La Roche Derrien Lézardrieux Loguivy-Plougras Bégard Minihy-Tréguier	Pleumeur-Bodou Trébeurden Penvénan Pleubian Saint Briec	Plestin les Grèves Lannion rive gauche Ploubazlanec

En gras, les marchés les plus proches

En juillet et Août

<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Dimanche</i>
Buguélès à partir de 17h	Perros-Guirec (Trestraou) de 15h à 23h Plestin les Grèves le soir	A la ferme Santez Katell (Plestin) à partir de 18h Mercredis en fête à Tréguier	A Pleudaniel chez l'Agneau de la Presqu'île de 16h à 19h du 18/07 au 15/08	A Trébeurden à partir de 17h	A Plougrescant le matin

Santé

MEDECINS :

Jean-Marc BOURDIEU : 40 rue de la Presqu'île - Tél : 02.96.22.89.78 Fax : 02.96.55.52.13

Jean-Luc LE CORRE : 5 rue de Kermagen - Tél : 02.96.22.91.42

Jean-Paul THOMAS : 35 rue de la Presqu'île - Tél : 02.96.22.85.26

DENTISTES :

Benoît DERRIEN : 22 rue Armor - Tél : 02.96.22.81.45

PHARMACIES :

Pharmacie PEUZIAT : 13 rue de Pleumeur - Tél : 02.96.22.91.16 Fax : 02.96.22.87.26

Pharmacie "Saint-Georges" C. OLLIVIER-LE MEE/J. OLLIVIER : 15 Place Saint-Georges Tél : 02.96.22.97.71

INFIRMIERS À DOMICILE :

Marie-Ange JACOB : 11 B Place Saint-Georges Tél : 02.96.16.57.92

Maryse PARANTHOEN : 14 Place du Château Tél : 02.96.16.54.81 Portable : 06.83.41.78.35 Email : maryse.paranthoen@wanadoo.fr

KINESITHÉRAPEUTES :

Marguerite NOUEL DE KERANGUE : 69 rue de Port-Béni Tél : 02.96.22.81.60

AMBULANCE :

Rose Marie ALANIC LEGALL Taxi - VSL - Ambulance : 27 rue de Pleumeur Tél : 02.96.22.91.19 Portable : 06.82.35.16.00

Annie et Claude LE BOURDONNEC Taxi - Transports malades- Commune de
stationnement PLEUBIAN - 7 Traou Bihan Tél : 02.96.20.15.90 Portable : 06.83.26.04.32

CENTRES HOSPITALIERS :

PAIMPOL

Hôpital : Chemin Malabry - BP 91 22501 PAIMPOL Cedex. Tél : 02.96.55.60.00

GUINGAMP

Hôpital : 17 rue Armor BP 10548 22200 PABU
Tél : 02.96.44.56.56 Fax : 02.96.44.56.20
Urgences secrétariat : 02.96.44.56.34

Polyclinique Armor Argoat : 19 rue Armor
Tél : 02.96.44.80.00 Fax : 02.96.44.82.00

LANNION

Hôpital : Rue Kergomar
Tél : 02.96.05.71.11 Fax : 02.96.05.70.84
Urgences : 02.96.05.71.10

Polyclinique du Trégor : Rue docteur Feuillu
Tél : 02.96.46.65.65 Fax : 02.96.46.42.71

URGENCES :

POMPIERS 18

SNSM : rue Boisgelin 22610 PLEUBIAN - Tél : 02.96.55.56.35

CROSS CORSEN 1616

GENDARMERIE : 17 Avenue Trégor 22740 LEZARDRIEUX
Tél : 02.96.20.10.17

SAMU 15

URGENCES PORTABLES 112

Que faire ?

Ici, sur notre presqu'île la mer vous entoure, vous pourrez profiter de toutes (ou presque) les activités liées à la mer :

Les paysages :



- 📍 Au nord, le sillon de Talbert sépare et protège la presqu'île de la Manche et de ses vents dominants du Nord Ouest.
- 📍 A l'est, vous jouirez d'une vue imprenable du Bréhat et ses nombreux îlots découverts et accessibles pour certains à marée basse.
- 📍 Au sud, vous profiterez de l'exposition ensoleillée de la terrasse et de la vue sur le mouillage de Pen Lan et l'entrée du Trieux entre « mer et rivière ».
- 📍 A l'ouest, la grève où viennent nicher les oiseaux migrateurs l'hiver, vous offrira de beaux coucher de soleil.

La marée :



Nous tenons à vous informer que la marée dans cette région de Bretagne est un phénomène étonnant et puissant dont le marnage (différence de hauteur d'eau entre la pleine mer et la basse mer) peut atteindre 11 mètres, ce qui modifie profondément le paysage en fonction de l'heure de la marée.

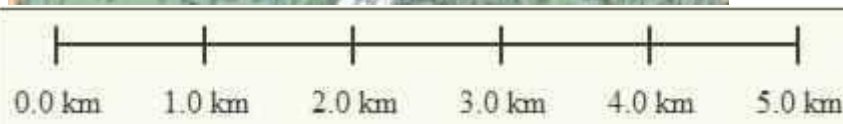
Prenez garde particulièrement à ce phénomène si vous souhaitez profiter de l'estran pour pêcher, randonner, observer la faune et flore marine...car les nombreux rochers et îlots masquent les chenaux qui se remplissent d'eau sans que vous vous en aperceviez. En effet, depuis le gîte, elle peut se retirer jusqu'à 4 kms. Pensez à revenir vers la côte dès la première heure de marée montante (la renverse), cela vous évitera quelques frayeurs particulièrement si vous vous situez loin, observez également le mouvement des autres pêcheurs qui vous entourent.

Par ailleurs, les courants de marée peuvent être forts à mi-marée notamment près des chenaux, attention à ne pas vous laisser surprendre lors de la marée descendante (le jusant).



Extrait de la carte
marine n°7127

En vert, l'estran à
basse mer
coefficient 120



A voir sur Pleubian:

Le sillon du Talbert, site naturel remarquable classé unique en Europe. C'est un cordon de galets et de sable créé par l'équilibre des courants entre le Trieux et le Jaudy. Large de 30m, il avance dans la mer sur une distance de 4.5 kilomètres et constitue le point le plus au nord de la Bretagne.



Creac'h maout, tertre de 41m d'altitudes avec des ruines du sémaphore (haut lieu de la résistance en août 1944).



Table d'orientation avec une vue panoramique de l'estuaire du Jaudy à Bréhat.

A faire :

Le marché le samedi matin qui anime le centre bourg.

La pêche à pied qui peut être pratiquée à marée basse. Nombreux coquillages à ramasser sur l'estran (coques, palourdes, couteaux...)

Les circuits de randonnées en plus du sentier de grandes randonnées (GR34) qui suit le bord de mer sur une quinzaine de kilomètres, cinq circuits balisés existent sur la commune. Une carte IGN de la région est mise à votre disposition dans la bibliothèque, veillez à la remettre en place à votre retour de randonnée.

La visite des églises et des chapelles.

Les activités proposées par CAP Armor qui vont du kayak de mer à la danse bretonne et qui se déroule dans la presqu'île (inscription Office du tourisme ou par téléphone 0673138754)

La distillerie de whisky.

L'île de Bréhat à 30 minutes.

Paimpol et l'abbaye de Beauport à 20 minutes.

Tréguier et sa cathédrale.

Le château de la Roche Jagu avec ses magnifiques jardins, sa palmeraie et ses spectacles, prolongez votre promenade jusqu'à Pontrioux, ville touristique.

La Côte de Granit Rose, un monde à part. Plages de sable fin, îles et îlots, petites criques isolées, aplombs rocheux, sentiers parfumés, paradis de tranquillité...



Perros-Guirec

Au coeur de la Côte de granit rose, un site naturel protégé d'une exceptionnelle beauté. Paysages insolites et grandioses où la terre et la mer sont parsemées de rochers de granit rose aux formes découpées par le vent et les vagues depuis des millénaires. Un littoral de 13 km, 3 grandes plages de sable fin et une vue panoramique sur l'archipel des 7 îles, l'une des plus grandes réserves ornithologiques de France.

Ploumanac'h

Niché entre de grands blocs de granit rose. Le long de la côte, des chemins permettent de marcher parmi ces blocs vers un phare de granit rose.

Trégastel

La beauté des sites s'apprécie à pied le long des sentiers côtiers (17 km). En bord de mer ou dans la vallée boisée des Traouiero, chacun à sa cadence découvre un univers magique.

Trévou-Tréguignec

Idéalement située, entre Perros-Guirec, Lannion et Tréguier. Une grande diversité de paysages riches en couleur, dans un environnement naturel et préservé : 4 plages familiales, 2 petits ports de pêche, vallée, sous-bois, étangs et marais de Trestel. La grande plage de Trestel est très recherchée par les amateurs de glisse.

Trébeurden

A l'entrée de la Côte de Granit Rose, Trébeurden vous offre tous les avantages d'une station balnéaire, du port de plaisance à la plongée sous-marine en passant par l'école de voile.

Lannion

Capitale du Trégor, elle offre aux visiteurs le cachet d'un vieux centre au patrimoine historique préservé, de jolies places aux maisons à pans de bois et d'ardoises, d'étroites venelles pavées et commerçantes.

A quelques pas, depuis la vallée du Stanco, le visiteur gravit les 140 marches pour accéder à la majestueuse église de Brélévenez...

Où manger ?

Nous recommandons :

L'Auberge du Trieux à Lézardrieux pour sa bonne table.

Restaurant l'écluse Quai Armand Dayot à Paimpol au fond du chantier naval.

L'abri des barges moulin de Carpont à Trédarzec pour son cadre magnifique et sa bonne table.

Le Balthazar, 26 rue des Patriotes à Paimpol pour sa chaleureuse ambiance.

Le Théo Jasmin, 5 place Gambetta, Paimpol pour ses produits frais.

Crêperie **La Krampouzerie** à Tréguier pour son décor et ses crêpes

Restaurant **l'Estuaire** à Tréguier pour ses choix de menus

LE BIGOUDEN BLUES près du sillon du Talbert pour le cadre

Restaurant-Bar-Crêperie-Pizzeria "**AVEL-ZO PLEUBIAN**" au bourg de l'Armor pour leur sympathie et leurs bons plats du jour.

Cette liste n'est bien sûr pas exhaustif, bien d'autres restaurants valent le détour à Paimpol, Pontrieux, Plouguiel, Tréguier... n'hésitez pas à consulter les *guides petit futé*, *guide du routard*, *guide michelin*....