

HISTOIRES
DE
PLAGES N° 4

Les sables nomades de Groix

Tout l'été, « Version Femina » vous emmène sur des plages extraordinaires. Cette semaine : les Grands-Sables, à Groix, en Bretagne. Non seulement c'est l'une des seules plages convexes d'Europe, mais en plus, elle se déplace !

TEXTES ET PHOTOS LAURENCE OGIELA

A peine débarqué sur l'île, à Port-Tudy, il faut louer un vélo électrique pour remonter la rue pentue menant au Bourg. La girouette en forme de thon de l'église, sur la place centrale, rappelle que Groix fut le plus grand port thonier de France de 1910 à 1935. Et l'endroit réserve d'autres surprises ! A Primiture, dans l'est de l'île, la plage des Grands-Sables se cache derrière de hautes herbes, le long du sentier côtier. Du sommet d'une colline, on entrevoit sa silhouette convexe unique. Cette particularité géologique serait due à la force conjointe

des courants marins et des vents dominants qui déplacent le sable. De 1981 à 2004, la plage s'est déportée de 450 mètres vers l'ouest ! Elle ne bouge plus aujourd'hui, mais il faut désormais emprunter le sentier côtier à pied pour accéder à son sable blanc, teinté de rouge çà et là par ces cristaux qui ont valu à Groix le surnom d « île aux grenats ». Au sud des Grands-Sables, la plage des Sables-Rouges doit aussi son nom à la présence de ce minéral. Plus loin, la pointe des Chats abrite, quant à elle, du glaucophane bleu, que l'on ne trouve qu'ici et... au Groenland. Une vraie île aux trésors !



À table!

Les Garçons du Port Avec sa vaste terrasse, ce restaurant est idéal pour déjeuner ou dîner face à l'animation du port. Au menu : moules de Groix, fruits de mer, poisson frais et burgers. *Port-Tudy. Au 02 97 80 11 63 et sur facebook.com/lesgarcons.duport.*

Les Alizés Filet de merlu au beurre de sauge, filet d'églefin en croûte de sarrasin, salade de lentilles au maquereau fumé... Frédéric sublime les produits locaux dans sa cuisine maison. 8, rue du G^{al}-de-gaulle, Le Bourg. Au 02 97 86 89 64 et sur lesalizesgroix.com.

L'ambiance

Pour repérer l'accès à la plage, fiez-vous au rassemblement de vélos à proximité. A Groix, on se déplace à deux-roues ou à pied sur les sentiers côtiers. Une fois la plage rejointe, on installe sa serviette entre les buissons d'oyats, qui fixent les dunes irrégulières. A part la cabine des maîtres-nageurs qui surveillent la plage en été, les Grands-Sables ne disposent d'aucun équipement. Prévoyez donc parasol et crème solaire : le ciel breton peut être trompeur !





De village en village

Kervédan, Kerloret, Locmaria... l'île est parsemée de jolis bourgs aux noms qui fleurent bon la Bretagne. On les parcourt à vélo entre des rangées de maisons traditionnelles en granit, à volets bleus, gris ou roses. Pour savoir lequel vous traversez, fiez-vous aux inscriptions sur la chaussée ou sur les pierres, au croisement des routes. Un système de signalisation qui a fait ses preuves.

Pour un pique-nique sur le sable

On remplit son panier de spécialités produites sur l'île... D'abord, une sélection de rillettes de thon, de saint-jacques à la bretonne, de sardines ou de maquereau pêchés localement et cuisinés à l'ancienne par la conserverie Groix & Nature. On ajoute des crêpes, des galettes fraîches, du kouign-amann ou du far de la biscuiterie artisanale Ti Dudi Breizh. Et l'on termine avec les caramels mous au beurre salé classiques, à la réglisse, à la noix de pécan ou aux fruits des Caramels de Groix. Sur groix-et-nature.com, tidudibreizh.fr et caramelsdegroix.com.

Le réflexe beauté local

Ici, pas de thalasso et un seul institut de beauté: on n'est pas sur l'île de Ré! On se la joue naturel et la bonne mine vient de l'air iodé et des embruns. Pour se maintenir en forme, un peu de longe-côte dans les vagues tonifiantes fera l'affaire.

On dort où ?

A l'hôtel Ty-Mad** Idéalement placée près du débarcadère de Port-Tudy, cette demeure bourgeoise appartenait autrefois à l'ancienne conserverie attenante, devenue l'écomusée de Groix. L'hôtel possède 25 chambres au confort moderne et cosy. Grand jardin et piscine en été. *Chambre double à partir de 67 €.* *Petit déjeuner: 12 €.* *Port-Tudy.* Au 02 97 86 80 19 et sur tymad.com.



On en profite pour...

S'initier à l'élevage d'ormeaux

Halioticulteur passionné, Erwan Tonnerre propose de visiter son exploitation et fait découvrir ce gastéropode très fragile. Elevé en circuit fermé dans des bacs avec de l'eau filtrée, il se déguste cuit ou en terrine. *Visite guidée: 3 €.* *Visite dégustation: 7,50 €.* *Groix Haliotis, 1, quai de Port-Tudy.* Au 02 97 86 81 35 et sur groixhaliotis.com.



Visiter la réserve naturelle

L'île aux grenats possède la seule réserve naturelle géologique à intérêt minéralogique de France. Guidé par Catherine Robert, conservatrice du littoral, on arpente la réserve François-Le Bail vers la pointe des Chats et l'on apprend à reconnaître les différents minéraux (une soixantaine) répertoriés sur l'île. *Maison de la réserve, rue Maurice-Gourong, Le Bourg.* Au 02 97 86 55 97 et sur bretagne-vivante.org.



On y va!

Infos Office de tourisme du Morbihan, morbihan.com. Ile de groix, groix.fr.

En train La gare de Lorient est accessible par le TGV Atlantique. AS Paris-Lorient à partir de 20 €. oui.sncf.

La compagnie Océane assure plusieurs traversées quotidiennes jusqu'à Groix (45 min). AR à partir de 30 €. compagnie-oceane.fr.

Coconut's Location loue des vélos, des scooters et des voitures. Vélo électrique: 25 €/jour. 9, quai de Port-Tudy. Au 02 97 86 81 57 et sur coconutslocation.groix.com.

A lire *Géoguide Coups de Cœur, Bretagne Sud*, Gallimard, 13,90 €.

Découvrir la cité de la voile Eric-Tabarly

Sur le chemin ou au retour de Groix, on visite à Lorient ce musée ludique. Simulateurs de navigation, cinéma dynamique, documentaires inédits et dispositifs interactifs initieront petits et grands au monde de la voile et des océans. On peut aussi visiter la base des sous-marins allemands de la Seconde Guerre mondiale juste à côté, et le sous-marin Flore-645. *Lorient la Base.* Au 02 97 65 56 56 et sur citevoile-tabarly.com.

