

Séjour randonnée à Saint-Cast le Guildo  
du 27 mai au 3 juin 2023

par Monique et Gisèle

Départ tant attendu pour la Bretagne Nord, nous sommes tous à l'heure et retrouvons Thomas qui nous aide à charger les bagages et nous partons à 7 h 45... Exactitude qui ne se démentira pas pendant toute la semaine ! C'est qu'il y aura beaucoup à faire ! Pour le moment, l'autoroute bien monotone (un peu trop plate dès que l'on quitte nos montagnes), mais après un repas à l'aire du Mans (NB cette année fête le centenaire des 24 heures) et quand on prend les routes qui traversent les villes, nous sommes en Bretagne : maisons et églises en granit, et puis l'estuaire de la Rance : la mer, enfin, même si elle est à marée basse !

Nous arrivons (à l'heure !) au VVF, il est en dehors de la ville (mais à 10 minutes à pied), et tout près de la plage de la Mare que l'on voit du bâtiment qui regroupe accueil, bar, restaurant, piscine... et de certains appartements. La directrice et la responsable des hébergements nous donnent les renseignements d'usage et nous pouvons nous installer dans les petites maisons individuelles. Un autre groupe de randonneurs venu de Vendée sera notre voisin de table pendant la semaine.

Les choses sérieuses commencent le dimanche ! Nous faisons connaissance de bonne heure avec nos guides, Christophe accompagnera les plus rapides (et nombreux), Yannick ceux qui veulent s'arrêter plus souvent. Jusqu'à jeudi et si l'on excepte une matinée de visite à Saint-Malo, nous allons arpenter matins et après-midis un grand tronçon du sentier côtier, le fameux GR 34 qui va du Mont Saint Michel à Saint-Nazaire en suivant la côte accidentée de la Bretagne, si découpée que l'on n'en connaît pas la distance exacte ! Et cela par un temps magnifique. Les matins sont frais, nuageux : la mer offre toutes les nuances pastel de gris, gris-vert et gris-bleu, et puis le vent se lève, chasse les nuages et la mer est vraiment émeraude, mais aussi agitée, avec écume sur les récifs et belles vagues de marée montante sous un grand soleil que tempère la force du vent. Nous allons suivre ce « chemin des douaniers » de part et d'autre de la pointe de Saint-Cast, vers l'Ouest jusqu'à Erquy, c'est la côte de Penthièvre, et vers l'Est jusqu'à Saint-Jacut-de-la mer et c'est la côte d'Émeraude. Cette dernière va jusqu'au cap du Grouin et se prolonge par la baie du Mont Saint Michel que nous allons traverser vendredi.

Le premier jour donc, nous partons à pied du VVF pour commencer par notre lieu de séjour : Saint-Cast et sa pointe, d'où l'on voit celle de la Latte avec son fort et le cap Fréhel. Le chemin longe ensuite la baie de la Fresnaye et les deux groupes se rejoignent près d'un ancien moulin en ruines dont les petits murets permettent à chacun de trouver une place de pique-nique, à l'ombre de la forêt. Le premier groupe repart pour une nouvelle boucle, le second rejoint la ville dans cette forêt dense qui suit un ruisseau et fait penser à une forêt primaire tant la végétation est luxuriante. « Saint-Cast » : prononcer « Saint Ka », c'est le nom d'un lieu comme « le Guildo » et les deux lieux forment une seule commune. Au sortir de la forêt, les maisons

anciennes sont en schiste, on ne voit pas les joints entre les pierres comme si les murs étaient en pierres sèches et les toits sont en ardoises. Plus loin, la ville a l'allure d'une station balnéaire, belles maisons en bordure de la plage immense en arc de cercle. Mais l'église est entièrement en pierres, jusqu'au toit, et l'intérieur est surtout remarquable par un vitrail (du XIX ème) qui illustre « la bataille de Saint Cast » remportée au XVIII ème siècle par les Français sur les Anglais avec la participation des paysans bretons. Un petit parc dont le centre porte une croix signale la présence d'un ancien cimetière annexe qui a été utilisé après la bataille et pendant les deux épidémies de choléra qu'a connu la ville. Au bout de la plage, le petit port de pêche et le port de plaisance, et nous revenons par le sémaphore pour retrouver la plage de la Mare juste au-dessous du VVF. Le grand groupe a fait 19 km, mais le petit quand même 17 !

Le lundi, Thomas nous conduit au fort la Latte, les grands marcheurs partent vers l'Est et les « marcheurs d'opérette » directement vers l'Ouest sur le chemin côtier qui rejoint le Cap Fréhel. Le vent souffle à 70 km/h, heureusement de la mer vers la terre pour nous éviter d'être poussés vers la falaise ! Mais quelle beauté ! La mer est de plus en plus bleue, verte et blanche de vagues, et la lande superbe dont la végétation varie selon l'exposition au vent. Mais la lande d'ajoncs et de « bruyère en fleur » (une pensée pour le grand Victor !) domine, Yannick nous fait remarquer des filaments ocre-rouge sur certains ajoncs. Ce sont des cuscus, une plante parasite qui ne produit pas de chlorophylle et qui la prend sur l'ajonc. Comme dans la forêt, il y a des nombrils de Vénus en fleur et toutes les petites fleurs de couleurs vives qui s'acharnent à tapisser même le chemin quand il n'est pas trop pierreux. Les botanistes se régalerent...

Au cap Fréhel, une terrasse domine les rochers de la réserve ornithologique où nichent les oiseaux marins dont le nombre est impressionnant. Il y a même des petits pingouins ! Nous pique-niquons au pied du phare à l'abri du vent, et grimpons vers une petite chapelle à clocher à peigne où Thomas nous sauve de la fatigue !

Le mardi après-midi, c'est vers l'Est que nous partons : le Guildo où nous passons à côté d'un moulin à vent, puis d'un moulin à marée pour aller jusqu'au château des ducs de Bretagne construit par Gilles de Bretagne. Les ruines sont importantes et la vue magnifique sur l'estuaire de l'Aguenon que la marée montante envahit.

Le lendemain, retour vers l'Ouest : nous partons d'Erquy, ville balnéaire très étendue, pour marcher sur la côte entre le cap d'Erquy et les Sables d'or en face de l'îlot Saint Michel : même mer, même lande ventée, c'est toujours aussi beau ! Et puis, quand nous traversons des villes et des villages, la végétation des jardins nous ravit aussi : les rhododendrons sont en fleur, les hortensias pas encore mais promettent, et partout ces massifs de petites pâquerettes roses qui sont des érigerons que l'on dit aussi « marguerites folles ».

Le jeudi, cap à l'Est, de la pointe du Bay le chemin monte et descend sans arrêt au-dessus des parcs à bouchot par les Quatre Vaux, les camions amphibies sont sur

place et les mouliniers travaillent. Sur la plage, une classe de petits écoliers s'étonne des « bateaux à roues ». La marée haute ne nous permet pas d'aller à pied sur l'île des Hébihens, alors nous suivons le chemin de la pointe du Chevet à Saint-Jacut-de-la-mer jusqu'au château des ducs de Bretagne que l'on voit sous un autre angle.

Je n'ai pas parlé du mardi matin : matinée urbaine, à Saint-Malo. Nous faisons le tour des remparts de la ville fortifiée, souvenir de Cartier, des Terre-Neuves et des corsaires (Surcouf) et belle réalisation de Vauban qu'il a fallu reconstruire après la guerre. Et puis chacun choisit son moment intra-muros : achats, pause-café, dégustation d'huîtres, de crêpes et de kouin aman, flânerie et étape étonnante pour ceux qui ont trouvé « le bistrot du bout de la rue du port.... » je n'ai pas retenu tout son nom mais les photos feront foi !

Les soirées au VVF furent animées ! (après de bons repas...) Si le documentaire du premier soir était peu convaincant (le GR 34 est beaucoup plus beau que la liste des plages de la côte !), la soirée dansante animée par deux excellents musiciens a plu à nos grands danseurs et à leurs admirateurs, les soirées magie et jeux étaient très drôles, et la soirée karaoké a révélé des talents que l'on ne soupçonnait pas !!!

Mais avant le retour et le bonheur d'avoir passé ces moments avec ce grand groupe dont la bonne humeur, la ponctualité, la gentillesse sont sans défaut, bien sûr j'inclus Thomas dans cet ensemble, et l'efficacité et les sourires du personnel du VVF, il faut parler du clou du séjour : la traversée à pied de la baie du Mont Saint Michel. Je laisse la plume à Gisèle pour ce grand moment !

Vendredi 02 juin : départ à 8h30 pour notre dernière randonnée. Destination le Mont Saint-Michel à environ 80 km. Le soleil est encore avec nous avec cependant un peu de vent. Dans le car tout le monde se pose la question "quelles chaussures vais-je prendre pour traverser la baie ?".

Nous nous garons sur le parking réservé aux autocars. Il y a déjà une file d'attente au départ des navettes. Avec le guide nous décidons de partir à pied pour atteindre le Mont environ 3 Km ; "nous gagnerons du temps" dit-il. Nous pouvons admirer le Mont Saint Michel qui se détache sur le ciel bleu et son ponton qui enjambe la baie en faisant une courbe.

Le guide Jean François nous attend sur l'ancien parking au pied du Mont. Après les présentations, il nous explique les différentes marées (l'amplitude, l'influence de la lune) et aussi les aménagements colossaux qui ont permis d'éviter l'ensablement du site. Sans ces travaux, (barrages pour maîtriser l'ensablement, déplacement du parking, navettes etc.) le Mont Saint-Michel ne serait plus une île !!!

Le guide nous demande d'enlever nos chaussures que nous accrochons à nos sacs. Nous commençons la traversée de la baie et nous nous retrouvons dans une zone de sables mouvants. Le guide nous fait piétiner et danser sur place. Le sol commence à bouger et à onduler. Nous nous écartons et Jean François piétine sur place et commence à s'enfoncer dans le sable jusqu'à mi-cuisse. Après 10 minutes d'effort en se penchant en avant, sur le côté et en libérant un genou il ressort du

piège. C'est assez impressionnant.

Nous repartons en direction de l'île de Tombelaine. Nous devons traverser 3 bras de mer ; le guide part en éclaireur pour trouver un passage. Nous avons de l'eau à mi-cuisse avec parfois un courant et sur les rives de la boue à mi-mollet.

Enfin arrivés à 13 heures chacun trouve un rocher à l'abri du vent pour le pique-nique.

En repartant le guide nous fait un bref historique de l'île de Tombelaine. Au XIème siècle deux moines ont colonisé l'île et ont construit une église ; pendant la guerre de 100 ans les anglais l'ont investie s'en servant de base pour conquérir le Mont St Michel mais sans succès. Maintenant c'est un lieu protégé pour les oiseaux et de nombreuses espèces y nichent.

Nous continuons de marcher dans l'eau et arrivés au pied du Mont nous avons 45 minutes pour faire un tour dans la rue principale du village qui est noire de monde. Pour nous rendre au car, nous prenons la navette surchargée.

Quelle magnifique journée ! Tout le monde en gardera un souvenir inoubliable.