

# Bretagne Cornouaille Rulan

"C'est un roc !...c'est un pic !...c'est un cap ! Que dis-je, c'est un cap ? C'est une péninsule !"  
*Cyrano de Bergerac, Edmond Rostand, 1897.*

Entre terre et mer, la Bretagne étend ses 27 207 km<sup>2</sup> (dont 2 700 km de côtes) sur quatre départements : les Côtes d'Armor (22), le Finistère (29), l'Ille-et-Vilaine (35) et le Morbihan (56).

Elle occupe 5 % du territoire national, héberge plus de trois millions de Bretons qui vivent le long de 40% des côtes françaises.

La Bretagne, c'est d'abord la mer...



Elle s'élanche dans l'Océan Atlantique, telle une péninsule, le nez au vent. Entourée d'eau sur trois de ses côtés, c'est une région maritime par excellence (Armor) : son littoral est ponctué de ports et de côtes.

Le climat breton est océanique et tempéré. Le temps en Bretagne varie au rythme des marées, selon les cycles de la lune et en fonction des vents. C'est ce qui explique le climat changeant que l'on trouve sur les côtes bretonnes. Brumeux le matin, il n'est pas rare de voir le soleil percer en milieu de journée pour laisser ensuite la place à la pluie, légendaire, puis au retour du ciel bleu.

Le temps en Bretagne peut changer du tout au tout en moins d'un quart d'heure. L'hiver, la région essuie ses plus lourdes tempêtes, mais les températures sont rarement négatives alors que, l'été, l'air du littoral vient rafraîchir l'atmosphère.



A l'extrême ouest de la côte bretonne, la fin de la terre, le Finistère, Pen ar Bed en Breton fut ainsi appelé par évocation de l'Abbaye bénédictine de Loc Mazé, St Mathieu-de-Fine-Terre dont les ruines hantent la pointe éponyme. Le département du Finistère occupe l'extrémité occidentale de la Bretagne. Sa superficie est de 6 785 km<sup>2</sup>.

Bordé par la mer sur plus des deux tiers de son périmètre, il est de forme régulière, avec cependant des côtes souvent très découpées. C'est une région peu élevée avec environ les trois-quarts de sa superficie au-dessous de 200 mètres d'altitude et la moitié au-dessous de 100 mètres.

Situé à la pointe de la Bretagne, le Pays de Cornouaille regroupe 95 communes réparties dans le Sud-Finistère sur trois régions : le Pays Bigouden, le Cap Sizun et le Pays de Douarnenez. Délimitée au sud et à l'ouest par la mer, la Cornouaille possède des limites plus difficiles à appréhender au nord et à l'est...

C'est au cinquième siècle après J.C. que le terme « Cornouaille » (Kerne en breton) est employé pour la première fois pour désigner la partie sud-ouest de la Bretagne. Il semble que cette appellation découle d'une forte présence des « bretons » (issus de ce qui correspond aujourd'hui à la Grande Bretagne) de la famille des Cornovii, originaire du nord ouest du Pays de Galles.

Le Pays de Cornouaille dispose d'un patrimoine naturel exceptionnel très diversifié qui en fait un territoire attractif sur le plan touristique, mais aussi un espace de vie privilégié entre mer et campagne où il fait bon vivre toute l'année.

## *Rulan*

Françoise vous invite à un voyage au bout du monde ; vous y découvrirez, un patrimoine naturel exceptionnel : de la Pointe du Raz au Phare d'Eckmülh, en passant par la Réserve ornithologique du Cap Sizun, l'Ile de Sein, la Baie d'Audierne, la rivière de Pont-l'Abbé,... C'est un pays de vents et de nuages joufflus, de crachin, de brume et de mystère.



Ici la houle vient d'en face, à six mille km, elle s'élançe, se fracasse sur les rochers et fait vibrer la terre, elle glisse sur la plage qui court sans fin d'Audierne à Penmar'ch.



*Rulan* est un hameau de trois maisons et quelques granges niché dans la toute petite dépression d'une plaine maintenant agricole mais encore bien bocagée; l'ensemble est un peu replié sur lui même, isolé de l'extérieur par des haies, des bosquets de châtaigniers centenaires, de frênes, de chênes et de cyprès. Le silence est parfait et les hortensias magnifiques... Les géraniums passent l'hiver dehors; le mimosa fleurit, encouragé par le Gulf stream qui pousse plus au nord les gelées.



C'est ici que Françoise et Michel vous accueillent.

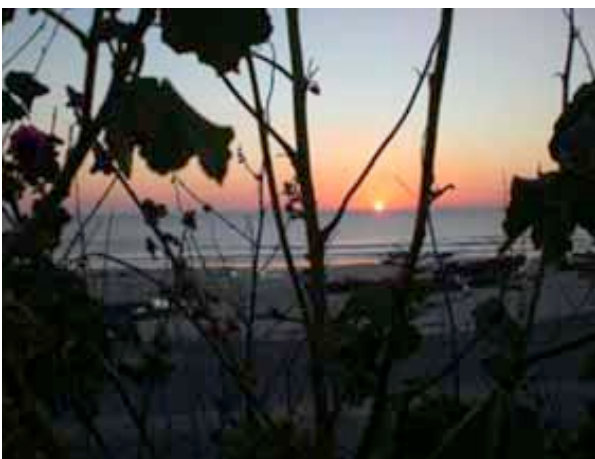
Leur maison est une ferme rustique et sobre bâtie sur deux siècles à partir du XVII<sup>ème</sup>, avec quatre dépendances. L'ensemble est à aménager.

Leur projet est de faire de ce lieu un centre de répit familial médicalisé pour les grands malades.

Ici le calme est absolu. Le matin, vous vous éveillerez avec le Rouge-gorge familier, le Troglodyte mignon et l'Hirondelle rustique qui, dès potron minet, babille sur la corniche. Ce sera le point de départ de vos randonnées.

Rulan se trouve dans la commune de Mahalon, sur le Cap Sizun, l'alchimie mystérieuse du découpage de la Bretagne garde malgré tout Rulan dans le Pays Bigouden. Avec ses célèbres pointe du Raz et pointe du Van, le Cap Sizun est surtout connu pour ses falaises. Il recèle une gamme très étendue de milieux naturels originaux. La réserve du Cap Sizun a été créée en 1958. A proximité de la pointe du Raz, elle englobe les falaises et îlots les plus riches du secteur.

Ce séjour à Rulan est une occasion exceptionnelle pour prendre du bon temps et profiter pleinement de cette si belle région. La maison est un lieu étonnant où règne un esprit paisible et convivial, un lieu de sérénité, d'où se dégage une magie à toute heure de la journée. Venez apprécier la chaleur et la simplicité de l'accueil, la douceur de vivre dans un cadre verdoyant. Venez vous régaler de cet environnement et d'une nourriture végétarienne saine entièrement biologique, principalement produite dans la région et préparée avec soin, dans un respect écologique maximum.



*Venez jouir pleinement de la nature tout en bénéficiant de la proximité de l'océan et des plaisirs de l'eau.*



Sachez profiter de votre séjour pour aller à l'aventure en fonction de vos curiosités et de vos passions.



*Détails pratiques :*

Infrastructures : La maison principale, seule habitable, dispose d'une cuisine, d'une salle à manger, d'un coin salon, de deux chambres doubles et d'une chambre single rustiques mais confortables. Les sanitaires se composent de deux douches et deux wc. Quatre chambres doubles et deux sanitaires sont disponibles à quelques pas de la maison.

Les repas : La nourriture est à base des produits issus de l'agriculture biologique, une préférence est donnée aux produits locaux ; les menus sont végétariens avec parfois une escapade vers les fruits de la mer...

Télécommunications : Un téléphone fixe est mit à disposition à prix coûtant.  
Connexion Internet possible dans chaque pièce.

Votre soutien au projet de répit familial médicalisé : En participant à ce voyage vous soutenez notre projet.

Plus de détails : (annexe ① un petit mot sur nos projets)