

A la découverte de Lorient et sa région

En Français

En FALC - Facile à Lire et à Comprendre



©Logo Européen Facile à Lire : Inclusion Europe. Plus d'informations sur le site easy-to-read.eu



www.lorientbretagnesudtourisme.fr

Sommaire



Pour commencer, il est important de lire le sommaire.
Le sommaire permet de connaître les sujets du document.

Découvrir la région de Lorient	P1
1) L'Office de tourisme de Lorient Agglomération	P2
2) En photos	P4
• Ce qu'il faut voir absolument	
• Les lieux uniques	
3) La mer	P6
• Le bord de mer	
• La marée	
• La pêche à pied	
4) Les vallées	P11
• La vallée du Blavet	
• La vallée du Scorff	
5) La ville de Lorient	P15
• Les ports	
• Le quartier de Lorient La Base	
• Le Street Art	
6) La rade de Lorient	P21
• Les traversées de la rade en bateaux-bus	
• La Rive Gauche	
• La Citadelle de Port-Louis	
7) L'île de Groix	P25
8) Le petit patrimoine	P27
9) Les produits du terroir	P28
• Les produits locaux	
• Les marchés	
10) Les principaux événements	P30

DÉCOUVRIR LA RÉGION DE LORIENT

Bienvenue à Lorient Bretagne Sud

Le nom touristique de notre région est **Lorient Bretagne Sud**.

Elle est située dans le sud de la Bretagne.

La région de Lorient
est située en bord de mer.
On dit qu'elle est sur **le littoral**.

Le littoral est une zone de contact
entre la terre et la mer.

La mer que l'on voit s'appelle
l'Océan Atlantique.

La région de Lorient a **2 vallées et 1 île**.

Une île est une partie de terre entourée d'eau.

Une vallée est un paysage
qui a été creusé par une rivière ou un fleuve.

Les paysages sont variés :

- mer
- campagne

La région a un patrimoine culturel et naturel :

- des paysages uniques
- des monuments
- des musées
- des traditions anciennes

Carte de la région de Lorient et de la Bretagne



1) L'Office de Tourisme de Lorient Agglomération



L'Office de Tourisme de **Lorient Agglomération** représente les 25 communes de la région de Lorient.

Une **agglomération** regroupe toutes les villes qui se trouvent autour d'une grande ville principale. Ici, c'est Lorient.

L'office de tourisme regroupe **6 agences d'informations touristiques** ouvertes à l'année.



L'office de tourisme dispose d'un site Internet :

www.lorientbretagnesudtourisme.fr

L'office de tourisme est présent sur les réseaux sociaux :



Dans nos agences d'informations touristiques, vous trouverez :

- des plans et de la documentation pour visiter notre région
- des billets pour prendre le bateau et découvrir l'île de Groix
- des réservations pour un spectacle au Festival Interceltique de Lorient
- des tickets d'entrée pour des visites et activités.



Ce sera parfois moins cher dans nos agences que si vous les achetez sur place.

Une agence d'informations touristiques :

- vous accueille
- vous renseigne sur les visites à faire
- vous renseigne sur les hébergements
- et bien d'autres choses encore.



2) En photos

Ce qu'il faut voir absolument

Sur cette photo, vous voyez la **rade de Lorient**.

Une **rade** est un bassin d'eau de mer qui donne sur la mer où les bateaux peuvent se protéger du mauvais temps.

La rade est au centre de la région de Lorient.

Sur cette photo, vous voyez aussi les villes proches.

Dans les ronds, vous avez des photos des lieux qu'il faut absolument voir.



Les lieux uniques

Des lieux uniques sont des endroits que l'on ne voit pas partout. On les voit uniquement dans une région et pas dans les autres.

Dans la région de Lorient, nous avons beaucoup de lieux uniques.

- le quartier de Lorient La Base
- la Citadelle de Port-Louis
- le village breton de Poul Fetan
- la presqu'île de Gâvres avec sa petite mer
- la plage des sables rouges à l'Île de Groix
- la **plage convexe** des Grands Sables à l'île de Groix

Une **plage est convexe** quand le sable s'avance vers la mer.

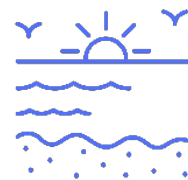
Normalement, les plages sont concaves.

C'est la mer qui avance sur le sable.

- et bien d'autres choses encore

Vous retrouverez la description de chaque lieu dans les pages suivantes.

3) La mer



Le bord de mer



Comme notre région est située près de la mer,
nous avons beaucoup de plages.



Certaines plages sont accessibles aux Personnes à Mobilité Réduite.

Sur ces plages, des personnes vous accueillent pour vous aider à vous baigner.

Ce sont des **handiplayagistes**.



Pour rentrer facilement dans l'eau
les handiplayagistes vous proposent d'utiliser :

- un tiralo



- un fauteuil hippocampe



La marée

Marée basse



Marée haute



C'est quoi la marée ?

La mer bouge tout au long de la journée et de la nuit.

Elle monte pendant 6 heures puis elle descend pendant 6 heures.

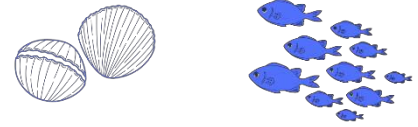
- **La marée est basse** quand l'eau de la mer se retire et part très loin. Le sable qui était sous l'eau devient visible et on peut marcher dessus.
- **La marée est haute** quand toute la plage est recouverte d'eau.

C'est mieux d'aller à la pêche à pied pendant les grandes marées.

A l'Office de Tourisme, vous pouvez demander le guide des horaires de marée.



La pêche à pied



La pêche à pied est une pêche qui se pratique en bord de mer quand la marée est basse.

Cela consiste à attraper les animaux de la mer à la main ou avec des outils dans le sable et dans les rochers.

Les animaux de la mer sont :

- les coquillages. Ils ont une coquille.
Par exemple : les huîtres, les coques, les bigorneaux.
- les crustacés : ils ont une carapace.
Par exemple : les araignées, les crabes, les homards, les crevettes.
- les poissons.
Par exemple : le rouget, la dorade, le merlu.



Le merlu est la spécialité de Lorient.

Il a donné son nom aux joueurs du club de football de la ville.



Vous pouvez rapporter votre pêche chez vous pour la manger.

Vous pouvez aussi manger
les animaux de la mer au restaurant.

Au restaurant, un plat
de coquillages et de crustacés
s'appelle un **plateau de fruits de mer**.



Lorsqu'on pêche, il faut respecter des règles :

- ne pas prendre des coquillages trop petits
- ne pas pêcher en trop grande quantité
- ne pas laisser des déchets sur la plage



Vous pouvez demander à l'office de tourisme
une réglette pour connaître les tailles des coquillages
que vous pouvez pêcher.

Une réglette, c'est une petite règle
pour mesurer la taille des coquillages.



Si vous faites de la pêche à pied, attention à la marée haute.

Cela peut être dangereux.

La mer peut remonter très vite et vous piéger.

Vous serez entourés d'eau et vous ne pourrez plus rejoindre la plage.

Il est important de partir à la pêche à pied avec votre téléphone
pour appeler les secours si besoin.

Il faut composer le **196** sur votre téléphone.

Le **196** est le numéro du sauvetage en mer.

4) Les vallées



La région de Lorient a **2 vallées** :

- la Vallée du Blavet



- la Vallée du Scorff



Une vallée est un paysage qui a été creusé par une rivière ou un fleuve.

Le Blavet et le Scorff sont des fleuves où vous pouvez :

- faire des promenades
- pêcher
- naviguer selon les marées.

Dans les vallées, il y a des villages et des petites villes.

Dans la vallée du Blavet

vous pouvez visiter :

→ La ville médiévale d'Hennebont

Médiévale veut dire
du temps du Moyen-Âge.



→ Un haras à Hennebont

Un haras est un lieu
où on fait de l'élevage de chevaux.
Aujourd'hui, le haras d'Hennebont
ne fait plus d'élevage
mais propose des visites et des spectacles.



→ Le Village de Poul Fetan à Quistinic

C'est un village breton du temps passé, qui date des années 1850.

Vous pouvez visiter des maisons anciennes.
Vous verrez le mobilier
et la façon dont on vivait à cette époque.



Des animations sont proposées
avec des personnes habillées en costume d'époque.

Il faut prévoir 4 heures de visite.
Vous pouvez demander un guide.

→ Le musée de la porte Broërec à Hennebont

Le musée de la porte Broërec se trouve dans les **remparts** au centre-ville d'Hennebont.

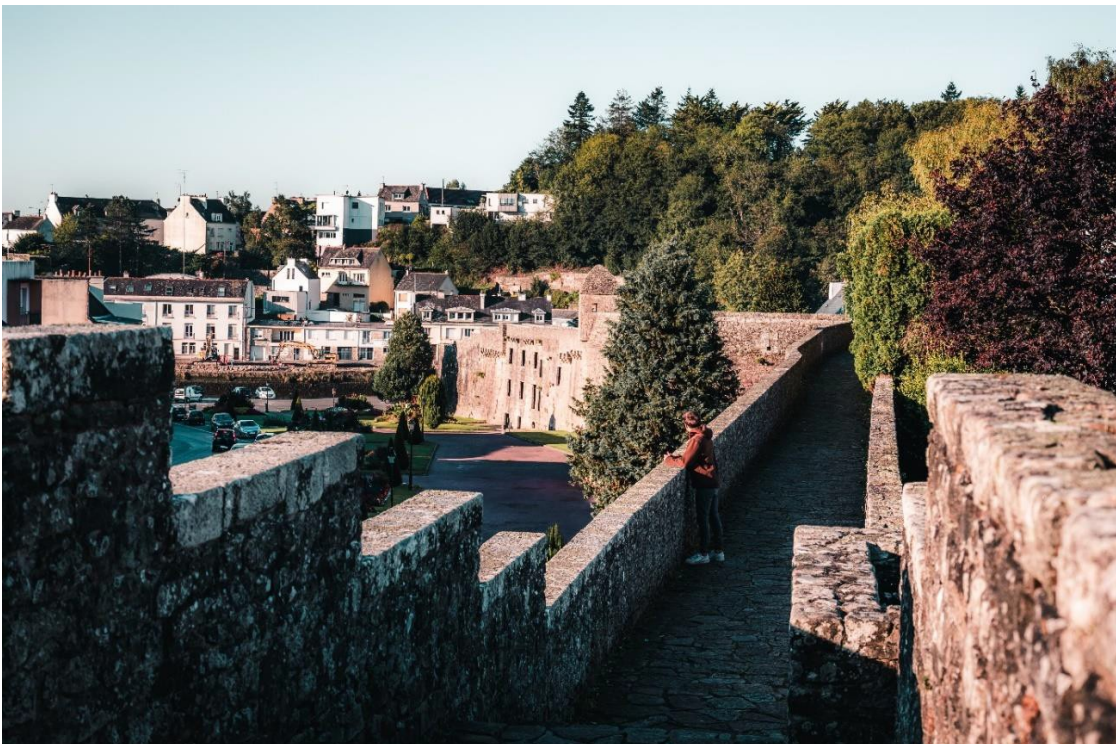
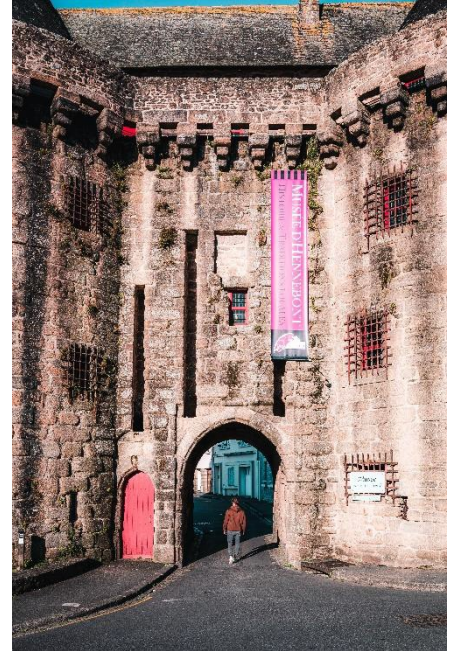
Les **remparts** sont des murs hauts et épais.

À l'époque du Moyen-Âge, ils entouraient la ville pour la protéger des guerriers.

Le musée raconte l'histoire de la ville.

Vous pouvez découvrir :

- des costumes bretons
- des meubles
- de la vaisselle
- des peintures
- et bien d'autres choses encore



Dans la vallée du Scorff

vous pouvez visiter :

→ Les Terres de Nataé à Pont-Scorff.

C'est un parc avec des animaux protégés.



→ Un village avec des artisans d'art à Pont-Scorff.

Les **artisans d'art**, ce sont des personnes qui créent des objets.

Par exemple :

- des objets de décorations, des lampes et des vases
- des tableaux
- des vêtements
- des bijoux
- de la vaisselle





5) La ville de Lorient

La ville la plus importante de la région est Lorient.

Une grande partie de la ville de Lorient a été détruite pendant la Seconde Guerre Mondiale.

Elle a été reconstruite après.

Les bâtiments de la ville sont récents.

Lorient est appelée **la ville aux 6 ports** car elle a 6 ports différents.

Les ports



Les ports sont des endroits qui accueillent les bateaux.

Les ports sont toujours situés au bord de l'eau.

1) Les ports de plaisance de Lorient

Vous pouvez voir des **voiliers** ou des bateaux pour des promenades en mer.

Les voiliers sont des bateaux à voile.



2) Le port de pêche à Lorient

On y trouve des bateaux qui servent à pêcher et à ramener le poisson.

Les pêcheurs vendent leurs poissons dans un endroit qui s'appelle **la criée**.

A Lorient, vous pouvez visiter la criée durant les vacances scolaires.

Il faut se lever tôt et réserver votre billet dans nos agences.



3) Le port de commerce à Lorient.

Le port de commerce permet de charger et de décharger des bateaux de marchandises.
Le port de commerce de Lorient a été créé en 1666.



4) Le port militaire à Lorient.

Le port militaire abrite des navires de guerre qui servent à défendre la France.
Il est interdit de visiter le port militaire pour des raisons de sécurité.



5) Le port course au large de Lorient La Base

Il accueille des grands voiliers qui participent à des grandes **courses nautiques**.

Une course nautique veut dire une course sur l'eau.

Vous pouvez vous promener sur les quais pour voir et reconnaître les grands voiliers.



6) Le port passagers de Lorient

Il sert à accueillir de gros bateaux de **croisières**.

Une croisière est un voyage sur la mer en bateau.

Le port passagers de Lorient sert aussi à prendre le bateau pour se rendre sur l'île de Groix.



Le quartier de Lorient La Base

Lorient La Base est un quartier de la ville de Lorient.

Dans ce quartier, il y a la base des sous-marins de Lorient.

En France, nous avons 5 bases de sous-marins.
Elles ont été construites par les allemands pendant la Seconde Guerre mondiale.



Dans le quartier de Lorient la Base, vous pouvez visiter :

→ La Cité de la Voile Éric Tabarly

La **Cité de la Voile** est un musée qui présente les voiliers.

Éric Tabarly est un navigateur très connu.



Le musée propose un livret en FALC
disponible à l'accueil ou sur son site Internet
www.citevoile-tabarly.com/fr/accessibilite-handicap

La Cité de la Voile Éric Tabarly est marquée Tourisme et Handicap pour le handicap moteur, visuel, auditif et mental.

→ Le Sous-Marin Flore S645 et son musée

Un **sous-marin** est un bateau qui va sous l'eau.

Les personnes qui travaillent dans un sous-marin s'appellent des sous-mariniers.



Vous pouvez visiter :

- l'intérieur du sous-marin Flore
- le musée à côté du sous-marin Flore
dans une partie de l'ancienne base de sous-marins.

La base de sous-marins a été construite par les allemands.

Elle se visite aussi.

L'équipe du sous-marin Flore et de son musée propose un livret d'accessibilité et d'aide à la visite pour les personnes en situation de handicap disponible sur son site internet www.la-flore.fr/fr/accessibilite

Ce livret explique les outils disponibles et les adaptations mises en place en fonction du handicap.

Le Sous-Marin Flore est marqué Tourisme et Handicap pour le handicap auditif et mental.

→ Le musée sous-marin

C'est un autre musée à côté du sous-marin Flore et de son musée.

Dans le Musée sous-marin, vous pouvez voir un lieu qui servait aux sous-marins à s'entraîner pour remonter de l'eau lors d'un accident.

Ce lieu s'appelle un centre de sauvetage.

Le centre de sauvetage ne sert plus aujourd'hui.

Dans le musée, vous pouvez voir :

- les habits de plongée pour respirer sous l'eau
 - les photos des **épaves** présentes dans la zone de Lorient
- Les **épaves** sont des bateaux qui ont coulé et qui sont abandonnés dans la mer.

→ Le bunker K3 avec des guides

Un **bunker** est un bâtiment qui permet d'abriter les soldats et les sous-marins pendant la guerre.

Il n'a pas de fenêtre.

Les murs sont épais et en béton.

Un bunker est construit pour résister aux bombes.

Le bunker K3 a été construit par les allemands pendant la Seconde Guerre Mondiale.

Le bunker K3 se visite avec un guide.



Le Street art

Lorient a beaucoup d'œuvres de **street art**.

Le **street art** sont des peintures dans les rues,
sur les murs des bâtiments publics ou abandonnés.

Ce sont des **œuvres d'art** qui peuvent disparaître
si le bâtiment est détruit.

Une **œuvre d'art** est une création.

Cela peut être une peinture, une sculpture, un dessin.

Vous pouvez voir ces œuvres en vous promenant
dans les rues de certains quartiers de Lorient
à proximité du port de pêche.



6) La rade de Lorient

Dans la région de Lorient, il y a une **rade**.

On l'appelle la rade de Lorient.



Une **rade** est un bassin d'eau de mer qui donne sur la mer où les bateaux peuvent se protéger du mauvais temps.

La rade de Lorient est très importante dans l'histoire de la région de Lorient.

La rade a donné naissance à la ville de Lorient.

Dans le passé, des bateaux partaient de Lorient pour d'autres pays.

Les bateaux partaient chercher des choses inconnues :

- des épices
- de la porcelaine
- et plein d'autres choses

Le commerce s'est développé

en faisant la richesse de Lorient et sa région.

Les traversées dans la rade



La région de Lorient est séparée par la rade.
De chaque côté de la rade, il y a une rive.

Pour vous déplacer d'une rive à l'autre,
vous pouvez utiliser les bateaux-bus.
Ce n'est pas cher.

La Rive Gauche

Sur la Rive Gauche, vous pouvez visiter :

- des villes et des villages très intéressants
- des anciens villages de pêcheurs
- la petite mer de Gâvres.

C'est un endroit naturel avec des oiseaux et des plantes rares

- la **presqu'île** de Gâvres

Une presqu'île est une île reliée avec un petit bout de terre.



Vous pouvez vous rendre sur la presqu'île de Gâvres
en voiture par une seule route.

La presqu'île de Gâvres est très jolie et calme.

La Citadelle de Port-Louis

La Citadelle de Port-Louis a été construite pour protéger la rade de Lorient.

C'est une **forteresse**.

Une **forteresse** servait à protéger la ville contre des attaques d'ennemis qui arrivaient par la mer.

La Citadelle de Port-Louis a été construite vers 1590 par les Espagnols. Vous pouvez la visiter.



Dans la Citadelle, il y a 2 musées :

1) Le musée National de la marine

Le musée National de la marine raconte l'histoire maritime, le sauvetage en mer et les trésors archéologiques.

2) Le musée de la Compagnie des Indes

Le musée de la Compagnie des Indes raconte l'histoire de la naissance de la ville de Lorient quand les bateaux partaient très loin à la recherche de choses inconnues.

Au musée, vous pouvez voir :

- des **maquettes** de bateaux anciens.
Des maquettes sont des objets de taille très réduite.
- des porcelaines
- des tissus
- des photos
- et d'autres choses

7) L'île de Groix



Dans notre région, il y a **une île**.

Elle s'appelle l'île de Groix.

Elle fait 8 kilomètres de long et 4 kilomètres de large.

L'île de Groix se situe à 45 minutes en bateau de la ville de Lorient.



Nous vous conseillons de réserver vos billets de bateau avant le départ. Vous pouvez les réserver dans nos agences d'informations touristiques.

Sur l'île de Groix, vous pouvez marcher sur le chemin situé en bord de mer et qui fait le tour de l'île.

Ce chemin s'appelle le **sentier côtier**.

Sur l'île de Groix, le **sentier côtier** est interdit aux vélos et aux véhicules à moteur.

Sur l'île de Groix, vous pouvez visiter :

Le musée de l'île de Groix.

Il présente l'histoire de l'île.

La réserve naturelle appelée François Le Bail

Une **réserve naturelle** est un lieu qui protège la nature.

Elle protège :

- les oiseaux et les autres animaux
- les plantes
- les pierres

Sur l'île de Groix, vous pouvez aussi pratiquer de nombreuses activités :

- du vélo
- de la baignade
- des promenades
- de la pêche en mer
- et bien d'autres encore



8) Le petit patrimoine



Le patrimoine est un ensemble de bâtiments construits depuis longtemps.

Par exemple :

- des fontaines
- des lavoirs
- des châteaux
- des églises, des **basiliques**



Une **basilique** est une très grande église.

La basilique d'Hennebont est un patrimoine religieux.

Le patrimoine ne doit pas être détruit.

Il faut le réparer et le protéger parce qu'il est beau, intéressant et raconte la vie d'avant.



Dans notre région, il y a des villages très jolis qui ont un beau patrimoine.

On les appelle **Petites Cités de Caractère**.

Dans notre région, il y a 2 petites cités de Caractère :

- la ville de **Port- Louis**
- la ville de **Pont-Scorff**

D'autres villages ont un patrimoine de qualité.



9) Les produits du terroir



Les produits locaux

Les produits du terroir sont de bonnes choses à manger de la région.

Les produits du terroir sont préparés
avec des aliments cultivés et fabriqués dans notre région.

Ces produits frais viennent de la terre et de la mer.

On appelle cela des spécialités.

Dans notre région, vous pouvez manger :

- des fruits de mer
- des poissons
- des crêpes et des galettes
- des gâteaux bretons



Par exemple : le kouign amann

C'est un gâteau avec beaucoup de beurre salé
et beaucoup de sucre.



Il est possible aussi de découvrir nos boissons avec modération :

- Le cidre

Le **cidre** est une boisson alcoolisée à base de jus de pomme.

- La bière



Il ne faut pas trop boire d'alcool car c'est dangereux pour la santé.

Les marchés

Dans notre région, tous les jours,
il y a **des marchés** dans les villes et les villages.

En été, vous avez aussi des marchés le soir.





10) Les principaux évènements

Nous avons beaucoup de festivals et de fêtes sur la région de Lorient toute l'année.

Ces évènements sont très différents.

Vous pouvez vous renseigner dans nos agences d'informations touristiques pour avoir la liste.

Vous pouvez aussi consulter notre site internet :

<https://www.lorientbretagnesudtourisme.fr/fr/agenda>

La région de Lorient est sensible au handicap.

Il y a un grand centre spécialisé.

Il s'appelle le Centre Mutualiste de Kerpape.

Les principaux évènements liés à des handicaps



→ Handiglisse

Il permet aux personnes en situation de handicap de pratiquer des activités sur la mer :

- le surf
- le paddle
- et d'autres sports

Il se déroule sur Guidel-Plages.

C'est un évènement sur 2 jours le week-end.

Il a lieu en juin.

→ Yaka Paddle Festival

C'est un festival **caritatif**.

Pendant un festival **caritatif**,

les participants donnent de l'argent pour aider une association.

Yaka Paddle Festival aide un petit garçon handicapé pour lui acheter du matériel adapté.

Ce garçon s'appelle Yannaël.

L'association s'appelle Le monde de Yannaël.

L'association aide aussi d'autres enfants handicapés.

Yaka Paddle Festival se déroule en août dans la ville de Larmor-Plage.

Les participants font du sport sur la mer.

Ils font une course de paddle.



Les principaux évènements nautiques connus



Ils se déroulent du printemps à octobre car la météo est plus adaptée.

→ La Transat CIC

C'est une grande course en mer.

Elle a lieu en avril, tous les 4 ans.

Les bateaux partent de la ville de Lorient

et naviguent jusqu'à New-York aux États-Unis d'Amérique.

→ Lorient Océans

C'est une grande fête de la mer

avec beaucoup de bateaux à voile anciens.

Il y a aussi des concerts, des promenades en bateaux.

Cette fête a lieu en juin.



Les autres grands évènements de notre région



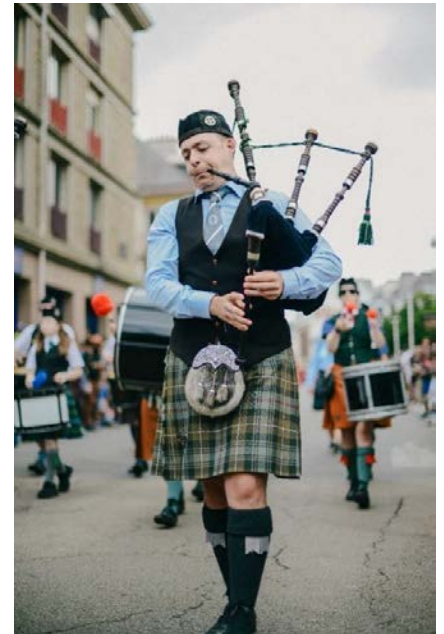
→ Le Festival Interceltique de Lorient

Le Festival Interceltique de Lorient rassemble tous les **Celtes** du monde.

Il y a longtemps, les **Celtes** étaient le plus grand peuple d'Europe.

Ce festival est la plus grande manifestation de la région avec :

- des concerts
- des spectacles
- des **fest-noz**



Un **fest-noz** est une fête bretonne où on danse le soir sur de la musique celtique.

Certains évènements sont gratuits, d'autres sont payants.

Le festival Interceltique de Lorient a lieu début août depuis plus de 50 ans.

→ Le Festival Les Indisciplinées

Ce festival se déroule à Lorient.

C'est une grande fête de différents styles de musiques actuelles.

Le festival a lieu entre octobre et novembre.

→ Le Festival International du Film Insulaire de Groix

Le Festival rassemble des **insulaires** du monde entier pour parler de leurs différents modes de vie.

Un **insulaire** est un habitant d'une île.

La vie sur les îles du monde entier est différente.

Pendant le Festival du Film Insulaire, vous pouvez regarder des films et assister à des réunions.

Le festival du Film Insulaire de Groix a lieu au mois d'août.

→ Le Festival « Avis de Temps Fort : les arts de la rue rive gauche »

Le festival Avis de Temps Fort se déroule sur la rive gauche de la rade de Lorient.

C'est un festival d'arts de la rue.

Tous les spectacles ont lieu dehors.

Vous pouvez assister à des spectacles :

- drôles
- émouvants
- de mimes
- de danse
- et bien d'autres encore

Ce festival a lieu au mois de mai.

→ Le Festival Insolent

Ce festival se déroule à Lanester.

C'est une grande fête de différents styles de musiques actuelles :

- du reggae
- du rap
- et d'autres styles de musique

Ce festival a lieu 2 fois par an au printemps et à l'automne.

→ Le festival Les Médiévales d'Hennebont

Les Médiévales d'Hennebont ont lieu tous les 2 ans en juillet.

Pendant 2 jours, la ville d'Hennebont vit comme au Moyen-Age.

Vous pouvez assister à des spectacles médiévaux :

- défilés costumés dans les rues
- tournois de chevalerie
- concerts
- danses
- et bien d'autres choses encore



Couverture : Y. ZEDDA-LORIENT AGGLOMÉRATION

Photographies Intérieures : ©G. CAUDAL-LBST/©S. COGUIC-LBST/©X. DUBOIS-LBST/©E. LEMÉE-LBST/©A. MARCOS-LBST/©LEZBROZ-LBST/©T. POIRIEL-LBST/©LBST/©S. LOREC-LBST/©C. LE BAIL-LBST/©T. DEREIGNIEAUX-LBST/©C. MADELAINE-LBST/©L. LEGUEN-VILLE DE LORIENT/F. GALIVEL- LORIENT AGGLOMÉRATION/©SHUTTERSTOCK/©Y. HAMONIC-LBST/©M. EVANO-LBST/

Initié, rédigé et coordonné par l'Office de Tourisme de Lorient Agglomération (Stéphanie Ferré Lagoutte).

Relecture : ESAT Les Bruyères/ADAPEI 56 (par les travailleurs de l'ESAT) accompagnés par les professionnels Sophie Houeix, Delphine Lubert, Grégory Chéron. David Gavaud. Remerciements pour leurs collaborations à Oriane Guérin, Responsable Tourisme pour tous à la Fédération des offices de tourisme de Bretagne et à Christophe Guiguen, Assistant de développement touristique sur le volet de l'inclusion à Lorient Agglomération/Responsable de l'Axe 5 du projet Handicap Innovation Territoire/Relai territorial pour la marque d'État Tourisme et Handicap.

Notes:

Notes:

Demandez aussi Le Guide des lieux accessibles à tous de la région de Lorient

BRETAGNE®

Le Guide Pratique des lieux accessibles à tous



site easy-to-read.eu



©Logo Européen Facile à Lire : Inclusion Europe. Plus d'informations sur le

Lorient
Bretagne Sud
AU SENS LARGE



www.lorientbretagnesudtourisme.fr |

Guide 2024 des lieux accessibles à tous

1