

TRÉGASTEL POUR TOUS



Guide Accessibilité



Un guide pour aider toutes les personnes à mobilité réduite à évoluer dans Trégastel

Ce GUIDE ACCESSIBILITÉ a été élaboré par un groupe de personnes habitant la ville, en concertation avec la municipalité. Il a pour but de faciliter votre vie, votre séjour et la découverte de Trégastel en vous donnant quelques repères et renseignements pratiques.

Contrairement aux localités environnantes, Trégastel a l'avantage de ne pas être trop vallonnée et cela rend la circulation plus facile. Le travail que nous avons fait

pour faciliter les trajets vers les lieux publics, les commerces et pour rendre possible certaines promenades devrait aussi simplifier la vie des familles avec des petits enfants et des poussettes. Nous pensons bien sûr qu'il peut être amélioré et nous attendons vos remarques et suggestions.

Contacts :

- . Françoise : 06 78 86 40 69
- . Christine : 06 80 01 39 06
- . Catherine : 06 89 76 76 37

14^{ème} Edition



Julie, Christine, Odile,
Jean-Claude, Marité, Patrick,
Marie-Ange, Sylvie, Brigitte,
Catherine, Gérard, Monique,
Philippe, Evelyne, Chantal, ...



*Parfois,
il faut changer si peu de choses
pour faciliter la vie des autres.*

SOMMAIRE

STATIONNEMENTS RÉSERVÉS	3
TOILETTES ADAPTÉES	3
PROMENADES : Sites, accès plages	4-5
LOISIRS ET ACTIVITÉS	6-7
PLAN	8-9
TRAJETS EN VILLE	10
SERVICES	10
TRANSPORTS	11
COMMERCE DIVERS	11
HÉBERGEMENTS	12
RESTAURANTS ET BARS	13-15



Ce sigle indique nos promenades préférées, les équipements spécifiques et les établissements ayant un label.

Nous remercions les artisans, commerçants, restaurateurs et hôteliers de Trégastel pour leur accueil et leur intérêt à cette démarche.

● STATIONNEMENTS RÉSERVÉS



COZ-PORS	2	Port Est (<i>indisponible l'été</i>)	1 place
	3	Sur le côté de la « Villa Armoric »	1 place
	4	Sur le parking du Père Eternel	5 places
PRESQU'ILE RENOTE	5	Au fond du parking, près du début du sentier côtier	Plusieurs places réservées
CENTRE VILLE	6	A côté de la Maison de la presse	1 place
	7	Devant la pharmacie	1 place
	8	Devant la Civette	1 place
	9	Sur le côté du Centre des Congrès côté chapelle Ste-Anne	1 place
	10	Devant l'entrée du Centre de Congrès	1 place
	11	Parking Baie Ste-Anne	1 place
PICHEREL	12	Devant la superette "Carrefour Market"	1 place
	13	Ecole primaire	1 place
CENTRE COMMERCIAL	14	Salle omnisports	1 place
	15	Super U - M. Bricolage Jardiland	Plusieurs places réservées
MAIRIE	16	Route du Dolmen	2 places
BOURG	17	Parking du cimetière	2 places
	18	Devant l'Eglise	1 place

● TOILETTES ADAPTÉES



COZ-PORS	A	▶ Place basse du Forum (2 barres)	
	B	▶ Sur le parking du Père Eternel (1 barre)	
CENTRE VILLE MAIRIE	C	▶ Sur le côté du Centre des Congrès	
	D	▶ Aux heures d'ouverture	
LE BOURG	E	▶ A l'entrée du jardin du presbytère	
GREVE BLANCHE	F	▶ A gauche en descendant la Porte Océane	

PROMENADES: Sites, Accès plage

Les trajets sont possibles en fauteuil électrique et fauteuil manuel avec aide. Pour pallier toute difficulté, il est préférable de faire ces promenades en étant accompagné ou muni d'un téléphone portable.

1 PRESQU'ILE RENOTE

► A l'entrée de la zone de parking, les véhicules surélevés transportant des personnes handicapées peuvent accéder par la voie latérale à gauche du portique; le parking «handicapés» est au fond de l'aire.

Au départ de ce parking :

A gauche : le chemin côtier extérieur (côté nord) est bien aménagé et facilement praticable jusqu'à la pointe. On peut explorer les chemins transversaux vers la baie (vue sur la baie et le château de Costaeres). Mais pour le retour, il faut reprendre le chemin extérieur, le chemin le long de la baie n'étant pas totalement accessible.

A droite : prendre la route (côté baie Ste-Anne); puis sur la gauche un chemin récemment goudronné très confortable rejoint le côté nord. Plusieurs bancs le long du chemin et plus loin du côté Sud comme du côté Nord



Circuit de 2 km

1b CHEMIN DE LA DEROBÉE

► Près du parking du Père Éternel, depuis le boulevard du Coz-Pors, un petit chemin doux sillonne entre les résidences puis le long de la baie Ste-Anne vers le parking de l'Île Renote.



2 COMPLEXE SPORTIF POUL PALUD

(face à la zone commerciale)

► Pas de parking réservé mais stationnement facile.
► Promenade très agréable et facile autour du lac des cygnes. Très belle vue sur la baie de Ste-Anne, mais sentier côtier difficilement praticable en fauteuil (chicane, caillou, racine...).



Circuit de 1,5 km

4 GRÈVE BLANCHE

► Belle vue sur la plage et petite promenade ; attention : sable + pente.
► 4 bancs
► Accès à la plage impossible en fauteuil
► «Hippocampe» (fauteuil de mise à l'eau) à la SNSM



6

COZ PORS

1

- ▶ Plage accessible par une rampe
- ▶ «Hippocampe» (fauteuil de mise à l'eau) à la Capitainerie ou SNSM.
La SNSM peut vous aider (13h30-19h00 en Juillet et Août).
- ▶ Toit du Forum facilement accessible et bancs.
- ▶ Accès à certaines terrasses de restaurants, compliqué pour les fauteuils.



7

TOURONY

- ▶ Vue sur la plage et le château de Costaères.
- ▶ Promenade vers le port de Ploumanac'h.



Circuit de 2 km

2

TOUL BIHAN

- ▶ Point de vue sur la plage.
- ▶ Accès à la plage par la cale au bout de la rue du Haren.



8

CHAPELLE STE-ANNE

- ▶ Accessible en fauteuil.



9

LE BOURG

- ▶ Vue extérieure de l'église ; tombeau de Charles Le Goffic.
- ▶ Eglise accessible en journée



10

BAIE DE KERLAVOS

- ▶ Vue sur la baie de Kerlavos; banc installé.
Petite promenade de 200 mètres.
Difficile d'accès pour fauteuil



● LOISIRS et ACTIVITÉS

accessibles aux PMR

AQUARIUM MARIN (Coz-Pors)

► Accessible pour la totalité (fauteuil, poussette, personne avec canne...) : une rampe permet d'accéder au sommet. Elle est assez longue mais avec un repos prévu à mi pente.

Contact accueil Aquarium : 02 96 23 48 58

FORUM DE TRÉGASTEL (Coz-Pors)

- Baignade eau à 30°, sauna, hammam, fitness.
- Tarif préférentiel pour les personnes handicapées, ascenseur puis prêt de fauteuil pour accès au vestiaire, grand vestiaire adapté et douche. Accès au bassin avec un lève-personne.
 - Pour les personnes pouvant se tenir debout : escalier facile avec petites marches et main courante.
 - Pas d'accompagnement autorisé pour les non baigneurs.
 - Possibilité de descendre en voiture devant l'entrée en «dépose minute».

Contact accueil Forum : 02 96 15 30 44

BIBLIOTHEQUE (près Office de Tourisme)

- Livres adultes accessibles au rez de chaussée
- Livres enfants à l'étage accessibles sur demande
- Inscription annuelle gratuite
- Livres en gros caractères et livres lus audio renouvelés régulièrement.
- Accès aux ressources numériques de la Bibliothèque des Côtes d'Armor.
- Consultation du fonds en ligne sur le portail : bibliotheque.tregastel.fr

Contact accueil bibliothèque : 02 96 15 91 51

EXPOSITIONS

- Principalement en saison - Contact accueil Mairie : 02 96 15 38 00
- . Salle Fontaine du Centre des Congrès
- . La Forge (près du moulin à marée)
- . L'ancien Presbytère (Bourg)



VEDETTES (pour les 7 îles et Bréhat)

- ▶ Pas de départ de Trégastel hors saison
- ▶ Départ de la cale de Perros-Guirec, plage de Trestraou, accessible aux fauteuils manuels uniquement (renseignements au 02 96 91 10 00).

CLUB NAUTIQUE TRÉGASTEL



- ▶ Douches et toilettes adaptées et accessibles.
- ▶ Rampe pour accéder à la terrasse et aux bureaux avec cannes mais dénivelé d'environ 4 cm à l'arrivée, gênante pour les fauteuils.
- . Contacter le club pour des sorties adaptées : 02 96 23 45 05

UTOPIARBRE



- ▶ Activité de grimpe encadrée pour PMR dans les arbres. 06 60 56 71 62
- ▶ Site accessible depuis le parking de la plage de Tourony.

AUTRES ASSOCIATIONS

- ▶ Prendre contact directement avec elles
- ▶ Tél sur le «Guide des activités de Trégastel» : www.tregastel.fr/Associations

ACTIVITES VACANCES

- ▶ Se renseigner à l'Office de Tourisme : 02 96 15 38 38





LA MANCHE

Castel Menguy

Ile de Costaeres

Ile Renote

Ile Dhu du Dé

Ile Ronde

Ile aux lapins

Grève Blanche

Ile Seigle

Baie Ste-Anne

Tourony

Port de Ploumanac'h

Baie de Kerlavos

Golgon

Baie de Golven



Table d'orientation

Boulevard du Coz-Pors

Rue Charles Le Goffic

Rue de Trébeuren

Avenue de la Grève blanche

Rue de Poull-Pallud

Rue de Lannion

Rue des écoles

Rue de Ty-Néous

Rue de Tourony

Route des Traouiero

Route de Lannion

Route du bourg

Route de Lannion

Vers Perros-Guirec

Centre Commercial

Chapelle de Golgon

Lac des cygnes

Plage de Ste-Anne

Plage de Coz-Pors

Plage de Kerlavos

Plage de Gramis

Plage de Gramis

Plage de Tull-Bihan



LÉGENDE

- | | | | |
|--|-------------------------------------|--|--|
| | Plage surveillée SNSM | | Parking réservés
<i>Liste page 3</i> |
| | Utopiarbre | | Toilettes adaptées
<i>Liste page 3</i> |
| | 5 Terrains de tennis | | Fauteuil de baignade
<i>Hippocampe</i> |
| | Terrain de football | | Accès plage
<i>Liste page 4 et 5</i> |
| | City stade | | Promenade
<i>Liste page 4 et 5</i> |
| | Skate Park | | Sentier accessible |
| | Aire de jeux pour enfants | | Trajet vers centre commercial |
| | Zone fitness extérieure | | Table PMR |
| | Arrêt de bus | | Parking vélos |
| | Aire de camping car | | Parking automobiles |
| | Mairie | | Chemin du littoral |
| | Centre des Congrès | | La Forge |
| | Office de Tourisme | | Club Nautique Trégastel |
| | Table de pique nique | | Moulin à marée |
| | Aquarium marin | | Ecole Pichere |
| | Forum de Trégastel | | Salle Omnisports |
| | Manche Ouest | | Club hippique |
| | Bibliothèque | | Banc |
| | Résidence Autonomie
Ti Langastel | | |

Infos spécial accessibilité

● TRAJETS EN VILLE

Les déplacements au Coz Pors, à Ste-Anne, au Bourg, sont relativement faciles, grâce aux trottoirs. Par contre, il est assez difficile d'aller d'une zone à l'autre quand il y a beaucoup de monde. Ces déplacements sont donc à faire de préférence en voiture... Si ce n'est pas possible, voici cependant quelques itinéraires à privilégier.

Trajets signalés sur la carte par ce tracé :



DU CENTRE VILLE VERS COZ PORS

- a** . Trajet rendu facile par l'aménagement de la rue du Général de Gaulle : passage dédié à la circulation douce. Plusieurs bancs sur le trajet.

DU CENTRE VILLE VERS ZONE COMMERCIALE

- b** . Prendre la route de Lannion sur le trottoir de gauche (protégé par plots) jusqu'à la Résidence Autonomie ; traverser la Résidence Autonomie jusqu'à la rue des Ecoles par la rue du Palacret ; prendre la rue des Ecoles jusqu'au bout (parallèle à la route de Poul Palud mais moins de circulation) elle se termine par un petit chemin qui débouche directement sur le parking de la zone commerciale de Poul Palud.

DU CENTRE VILLE A LA ROUTE DU BOURG

- c** . Trajet rendu facile par l'aménagement de la rue Abbé Bouget : passage dédié à la circulation douce.

● SERVICES accessibles

OFFICE DE TOURISME ▶ sonnette pour aide à l'ouverture des portes
▶ boucle magnétique pour les malentendants
▶ livret d'accueil en braille

La POSTE RELAIS ▶ Au «Carrefour Market»

DISTRIBUTEURS DE BILLETS ▶ centre ville : 1 distributeur
▶ zone commerciale : 1 distributeur

MEDECIN ▶ 1 cabinet accessible en fauteuil :
. 1 en centre ville

INFIRMIERES ▶ 3 cabinets accessibles en fauteuil :
. 2 en centre ville
. 1 à la maison médicale zone commerciale Super U

DENTISTES, KINÉSITHÉRAPEUTES, PÉDICURE, PHARMACIE (centre ville et zone commerciale)

COIFFURE adaptée à toute pathologie (à domicile)

● TRANSPORTS

MOBILI-TILT

► Transport des PMR (si ≥ 80 % invalidité) ou +80 ans (ayant un Quotient Familial ≤ 1600 €) dans les communes de Lannion Trégor Communauté. Renseignements : **02 96 05 55 55**

WHEELIZ

► Location de véhicules adaptées
www.wheeliz.com/fr
01 79 72 80 22

TAXIS À TRÉGASTEL

► TAXI TRIAGOZ : **02 96 23 87 29**

TAXIS ADAPTÉS

Transport de personnes en fauteuil, électriques aussi
► FABIENNE LE ROUX (Pleumeur-Bodou) **06 07 36 12 66**
► ALIZE TAXI (Lannion) **02 96 21 73 01**

BUS MACAREUX

Transport en journée (1 seul fauteuil par véhicule - difficile pour les gros fauteuils électriques)
Trégastel > Perros-Guirec > St-Quay-Perros > Louannec
► Renseignements : **02 96 05 55 55**

PYSAE : une application pour informer des horaires de passage en temps réel

Les TILT sont désormais dotés d'une application qui permet d'informer les voyageurs en temps réel sur les horaires des transports.



Application gratuite pour
> **android** et > **Iphone**

● COMMERCES DIVERS

- De nombreux commerces sont accessibles à Trégastel en ville :
Banque, biscuiterie, supérette, boulangeries (3), boucherie (samedi près du Carrefour Express), poissonnerie, maison de la presse, cadeaux ...
et marché le lundi matin.
- Sur la zone commerciale de Poul Palud :
Supermarché et galerie marchande (magasin bricolage, jardinerie, espace santé, fleuriste.)

● HÉBERGEMENTS

HÔTELS

HOTEL BEAUSEJOUR

- ▶ Pas de chambre accessible - 02 96 23 88 02

HOTEL BELLEVUE

- ▶ Chambres et services accessibles aux personnes PMR
- ▶ Cheminements extérieurs adaptés - 02 96 23 88 18

HOTEL DE LA MER ET DE LA PLAGE

- ▶ Pas de chambre au rez de chaussée (aménagement en cours) - 02 96 15 60 00
- ▶ Pour les personnes avec cannes accès possible par ascenseur (2 marches)

LOCATIONS MEUBLÉES POSSIBLES

CLUB BELAMBRA

- ▶ Pavillons, appartements labellisés - 02 96 15 37 00

ODALYS

- ▶ Locations - 04 42 25 99 91

AGENCE LE GUERN

- ▶ Quelques logements possibles selon handicap - 02 96 23 87 74

AGENCE LE GUILLOUZER

- ▶ Quelques logements possibles selon handicap - 02 96 23 88 20

LOCATION TOURISME LABELLISE TOUS HANDICAPS

KER BUBU

- ▶ 06 89 76 76 37

CAMPING DE TOURONY

- ▶ Toilettes et sanitaires adaptées - Pas de dénivelé - Douche italienne - 02 96 23 86 61

ACCUEIL GROUPE

RULAN EQUITATION

- ▶ Hébergement labellisé même pour les non cavaliers - 02 96 23 85 29

● RESTAURANTS ET BARS

Secteur : Coz-Pors

LE TRANSAT Restaurant



- ▶ ! Accès toilettes difficile
- ▶ Terrasse couverte
- ▶ Très accessible

02 96 15 36 36

LE BEAUSEJOUR Bar/Restaurant



- ▶ Terrasse accessible
- ▶ Très accessible

02 96 23 88 02

O'Beurre salé Crêperie



- ▶ Terrasse couverte
- ▶ Très accessible

02 96 23 40 28

SUCRE SALE Bar/Restaurant



- ▶ Salle de restaurant accessible avec rampe
- ▶ ! Terrasse accessible mais parcours accidenté

02 96 23 81 31

Bon deh burger Bar/Restaurant



- ▶ ! Marche 10 cm à l'entrée mise à disposition de rails
- ▶ ! Terrasse accessible mais parcours accidenté

02 96 48 45 98

CREPERIE DES 7 ILES Crêperie - Glacier



- ▶ Accès aux fauteuils

02 96 23 87 26

LES TRIAGOZ Bar/Restaurant



- ▶ La grande terrasse extérieure non accessible pour fauteuil
- ▶ Une seconde terrasse accessible à tous

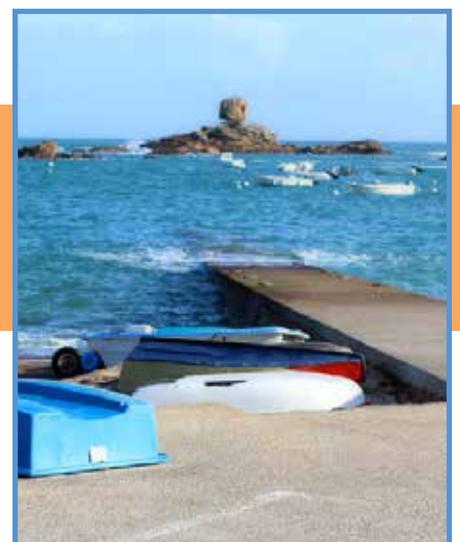
02 96 15 34 10

HÔTEL BELLEVUE Bar



- ▶ Accès aux fauteuils avec rampe extérieure

02 96 23 88 18



● RESTAURANTS ET BARS (suite)

Secteur : Sainte-Anne

CLUB BELAMBRA (CASTEL Ste-Anne)



- ▶ Restaurant accessible aux personnes ne logeant pas au Club
- ▶ Ouvert hors vacances scolaires

02 96 15 37 00

CAFE GOURMAND Snacking/Salon de Thé



- ▶ Salle très accessible
- ▶ **!** Toilettes inaccessibles aux fauteuils, mais possibles avec cannes

02 96 23 41 95

L'HIPPOCAMPE Bar Tapas Crêpes



- ▶ 1 table accessible en extérieur
- ▶ Intérieur en cours d'accessibilité

07 80 64 29 03
(sms)

CHEZ CAPITAINE Bar PMU



- ▶ Terrasse et salle accessibles

06 08 54 58 37

LA CIVETTE Bar



- ▶ Terrasse et salle accessibles

02 96 23 87 00

LE NOMAD Bar/Snack



- ▶ Salle accessible

02 96 48 08 44

Secteur : Rue du Gal de Gaulle

LE TAS DE CREPES Restaurant - crêpes à emporter



- ▶ Service à l'extérieur possible

02 96 15 60 06



● RESTAURANTS ET BARS (suite)

Secteur : Le bourg

AUBERGE DE LA VIEILLE EGLISE Bar/Restaurant



- ▶ Places de parking réservées en face du restaurant
- ▶ Salle très accessible
02 96 23 88 31

PIZZERIA MARIO Restaurant



- ▶ Places de parking réservées
- ▶ Salle accessible
02 96 23 47 90



Secteur : autres

AUX DOCKS Bar/Restaurant (zone Cial Super U)



- ▶ Places de parking réservées
- ▶ Salle très accessible
02 96 48 05 89

CREPERIE IROISE Restaurant (rue C Le Goffic)



- ▶ **!** Plusieurs marches hautes
- 02 96 15 93 23**

LA GRÈVE BLANCHE BAG2 Bar/Restaurant (Grève blanche)



- ▶ Terrasse et salle accessibles
- 02 96 15 33 88**

Légende



Intérieur de l'établissement accessible



Toilettes accessibles, même fauteuils



Terrasse accessible



Accès impossible pour ce service ou bien pas de terrasse



Service possible avec contrainte

LA BERNIK Bar Crêpes Glaces (Grève blanche)



- ▶ Service à l'extérieur possible
- ▶ Accès par l'arrière
De juin à Septembre

Matériel en prêt gratuit

Rampe d'accessibilité

Voir conditions et retrait en mairie de Trégastel : 02 96 15 38 00



Hippocampe

Pour aller sur la plage et se baigner : 06 89 76 76 37



TRÉGASTEL POUR TOUS



Guide Accessibilité

14^{ème} Edition

