

Checklist : Votre séjour en bord de mer en Bretagne

Documents et administratif

- Réservations d'hébergement (imprimées ou accessibles hors ligne)
- Billets de transport (train, ferry) ou itinéraire routier préparé
- Pièces d'identité et cartes de santé
- Coordonnées des contacts d'urgence et assurance voyage
- Guide touristique ou applications de randonnée téléchargées

Bagages : Les indispensables

- Système multicouche : t-shirts, pulls légers et polaires
- Coupe-vent imperméable de qualité (indispensable en Bretagne)
- Chaussures de marche confortables et antidérapantes
- Maillot de bain et serviette en microfibre
- Lunettes de soleil, chapeau et crème solaire (indice UV élevé même par temps couvert)
- Petit sac à dos pour les excursions à la journée
- Trousse de secours de base (pansements, désinfectant, anti-douleur)

Préparatifs avant le départ

- Vérification de l'état du véhicule (pneus, niveaux, pression)
- Mise en sécurité du domicile (fermeture des volets, coupure de l'eau)
- Téléchargement des cartes hors ligne (Google Maps ou application dédiée)
- Batterie externe pour smartphone
- Prévision d'un sac pour le linge sale et d'un sac pour les déchets

Astuces météo et vie locale

- Consulter les horaires des marées avant toute activité sur l'estran
- Adopter la règle des 'quatre saisons en une journée' : toujours avoir une couche chaude à portée de main
- Respecter les sentiers balisés (notamment le GR34) pour préserver le littoral
- Privilégier les marchés locaux pour découvrir les produits du terroir (crêpes, cidre, fruits de mer)

- Vérifier les alertes météo locales sur le site de Météo-France avant les sorties en mer