

 **petit futé**

2014

EXTRAIT
Pour télécharger le guide complet,
rendez-vous en dernière page

Languedoc Roussillon



Aujourd'hui en France

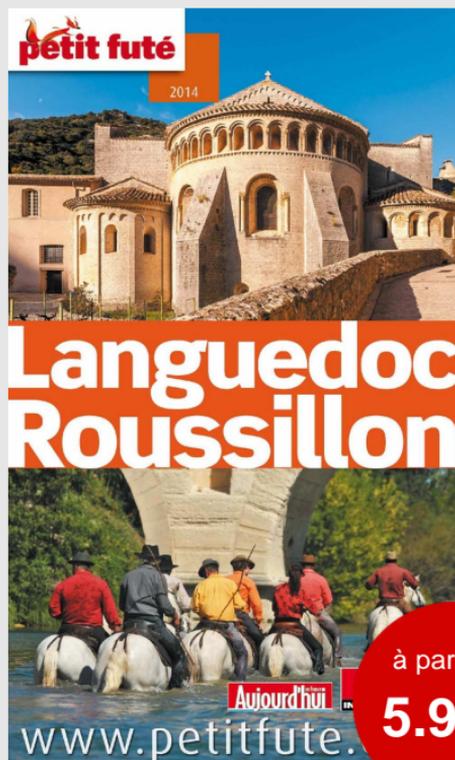
RMC
INFO TALK SPORT

www.petitfute.com

LA VERSION COMPLETE DE VOTRE GUIDE

LANGUEDOC ROUSSILLON 2014

en numérique ou en papier en 3 clics



à partir de

5.99€

Cliquer ici

Disponible sur



Bienvenue en Languedoc - Roussillon !

EDITION

Directeurs de collection et auteurs : Dominique AUZIAS
et Jean Paul LABOURDETTE,

Avec la collaboration de : Tristan CUCHE, Yan EVEN
et Gérard MARION

Auteurs : Sarah MASFERRER, Lise ALVAREZ, Pierre VINCENT,
Lise PATHE, Nicolas WECKER, Patricia BUSSY, Marc BASTIDE,
Samuel METAIRIE, Cathy VITALIS, Marc SIGALA, Anne-Charlotte
ERIAU, Julie LAURO, Jean-Paul LABOURDETTE,
Dominique AUZIAS et alter

Directeur éditorial : Stéphan Szeremeta

Rédaction France : François TOURNIE, Jeff BUCHE,
Grégoire DECONIHOUT et Perrine GALAZKA

Rédaction Monde : Patrick MARINGE, Caroline MICHELOT,
Morgane VESLIN, Julien BERNARD et Pierre-Yves SOUCHET

FABRICATION

Responsable Studio : Sophie LECHERTIER
assistée de Romain AUDREN

Maquette et Montage : Julie BORDES, Élodie CLAVIER,
Sandrine MECKING, Delphine PAGANO et Laurie PILLOIS

Iconographie et Cartographie : Robin BEDDAR

WEB ET NUMERIQUE

Directeur technique : Lionel CAZAMAUYOU

Chef de projet et développeurs : Jean-Marc REYMUND
assisté de Florian FAZER, Anthony GUYOT, Cédric MAILLOUX
et Christophe PERREAU

DIRECTION COMMERCIALE

Directeur commercial et web : Olivier AZPIROZ

Responsable Régions locales : Michel GRANSEIGNE

Adjoint : Victor CORREIA

Relation Clientèle : Nathalie GONCALVES et Vimla MEETTOO

REGIE NATIONALE

Responsable Régie Nationale : Aurélien MILTENBERGER
assisté de Sandra RUFFIEUX

Chefs de Publicité : Caroline AUBRY,
Parrine DE CARNE MARCEIN, Caroline GENTELET, Sacha GOURAND,
Alexandra GUILLAUME, Stéphanie MORRIS, Caroline PREAU
et Virginie SMADJA

REGIE INTERNATIONALE

Directrice : Karine VIROT assistée de Elise CADIOU

Chefs de Publicité : Romain COLLYER, Camille ESMIEU
et Guillaume LABOUREUR

DIFFUSION ET PROMOTION

Directeur des Ventes : Bénédicte MOULET
assistée d'Aissatou DIOP et Alicia FILANKEMBO

Responsable des ventes : Jean-Pierre GHEZ

Relations Presse-Partenaires : Jean-Mary MARCHAL

ADMINISTRATION

Président : Jean-Paul LABOURDETTE

Directeur Administratif et Financier : Gérard BRODIN

Directrice des Ressources Humaines : Dina BOURDEAU
assistée de Léa BÉNARD et Sandra MORAIS

Responsable informatique : Pascal LE GOFF

Responsable Comptabilité : Nicolas FESOUET
assisté de Jeannine DEMIRODJIAN, Oumy DIOUF
et Christelle MANEBARD

Recouvrement : Fabien BONNAN assisté de Sandra BRIJALL

Standard : Jehanne AOUMEUR

■ PETIT FUTÉ LANGUEDOC - ROUSSILLON 2014 ■

Le Petit Futé a été fondé par Dominique Auzias.
Il est édité par Les Nouvelles Editions de l'Université
18, rue des Volontaires - 75015 Paris.

© 01 53 69 70 00 - Fax 01 42 73 15 24

Internet : www.petitfute.com

SAS au capital de 1 000 000 € - RC PARIS B 309 769 966

Couverture : © fred34560 2 ; © cynoclub - Fotolia

Impression : IMPRIMERIE CHIRAT - 42540 Saint-Just-la-Pendue

Dépôt légal : février 2014

ISBN : 9782746971134

Pour nous contacter par email, indiquez le nom
de famille en minuscule suivi de @petitfute.com

Pour le courrier des lecteurs : info@petitfute.com

S'étendant des frontières de la péninsule ibérique aux premières influences de l'Europe continentale, la région Languedoc-Roussillon est riche de contrastes. Il y a bien sûr les quelques 200 kilomètres du littoral méditerranéen, ses plages de sable fin, ses cités de caractère et ses ports de pêche, sa lumière et son (presque) éternel ciel bleu. Mais le soleil brille ici un peu partout ! Et l'on se retrouvera vite dans l'arrière-pays, à la chaleur plus sèche et aux paysages de garrigues et de roches, jusqu'à ressentir, plus loin, toute la rudesse des contreforts cévenols. Les différents paysages sont vite franchis et l'on passera avec bonheur d'une ambiance à une autre, l'identité forte dont se prévalent les différentes lieux de la région accentuant l'effet de contraste. Quoi de plus dépaysant que de passer en quelques heures du littoral à l'ambiance unique de la Camargue et de pouvoir plus loin s'élever et découvrir l'austérité des paysages lozériens ? Ou de redescendre des racines pyrénéennes vers la mer, pour trouver un peu de fraîcheur après une escapade vers les pics du Carlit ou du Canigou ? On aura que trop peu de temps pour sillonner la région car outre son étendue, les découvertes à y faire sont nombreuses. Majestueuses constructions naturelles de l'Aven Armand ou des gorges du Tarn, beautés claires de la Provence, villages médiévaux et châteaux cathares, sites historiques de Nîmes et de Carcassonne... Tout cela vous demandera un peu d'haleine mais tout ce que vous pourrez voir en vaudra la peine. Et passant par les différents départements, vous aurez également le bonheur de découvrir la belle richesse de la gastronomie locale, une richesse faite d'une diversité complémentaire, aux influences catalanes, méditerranéennes, cévenoles... Des fruits de mer et poissons grillés au taureau camarguais, en passant par l'aligot, les charcuteries, les truffes de l'Uzège et les cépes lozériens, il ne fait aucun doute que vous ne manquerez de rien pour vous refaire une santé. Et l'occasion sera trop belle pour ne pas partir à la découverte des vins du cru, eux aussi d'une étonnante diversité et dont la qualité ne cesse de s'améliorer au fil des ans. La région possède d'ailleurs le premier vignoble français en termes de superficie et les étendues de vignes vous suivront partout, déployant de splendides paysages et vous proposant délices et découvertes. Et si ce sont les plages et la farniente qui vous attirent avant tout, ne négligez surtout pas de vous échapper plus au nord, les beautés de l'arrière-pays languedocien vous le rendront au centuple.



Sommaire

Découverte

Carte d'identité 9

Les immanquables 9

Aude 9

Gard 14

Hérault 14

Lozère 16

Pyrénées-Orientales 16

Nature 19

Géographie 19

Faune et flore 20

Économie 24

Ressources naturelles 24

Environnement et énergies 25

Agriculture 26

Industries 26

Tertiaire 27

Tourisme 27

Histoire 27

Préhistoire 27

Antiquité 28

Moyen-âge 28

De la Renaissance à la Révolution 28

De la Révolution au XXI^e siècle 29

De nos jours 29

Patrimoine et traditions 30

Patrimoine culturel 30

Patrimoine architectural 31

Traditions et modes de vie 32

Le Languedoc-Roussillon
gourmand 37

Spécialités locales 37

Produits du terroir 39

Alcools et spiritueux 43

Foires et marchés 49

Sports et loisirs 49

Activités de plein air 49

Avertissement

Les renseignements concernant les coordonnées, les tarifs, les jours et heures d'ouverture sont donnés à titre indicatif et n'ont aucun caractère contractuel. Ils sont susceptibles d'avoir fait l'objet de modifications ultérieures pour lesquelles le Petit Futé décline toute responsabilité.

Sports d'hiver 50

Sports à sensation 51

Bien-être et remise en forme 51

Festivals et manifestations 53

Aude 53

Gard 56

Hérault 60

Lozère 64

Pyrénées-Orientales 65

Aude

Aude 70

Bages 70

Bize-Minervois 71

Carcassonne 78

Castelnaudary 105

Caunes-Minervois 112

Gruissan 116

Lagrasse 121

Leucate 126

Lezignan-Corbières 132

Limoux 135

Montolieu 141

Narbonne 144

Port-la-Nouvelle 155

Quillan 159

Saint-Pierre-la-Mer 165

Gard

Gard170

Aigues-Mortes.....	170
Alès-en-Cévennes.....	177
Anduze.....	181
Bagnols-sur-Cèze.....	186
Barjac.....	190
Beaucaire.....	192
Le Grau-du-Roi.....	194
Les Fumades.....	196
Le Vigan.....	198
Mont-Aigoual – Valleraugue.....	198
Nîmes.....	201
Pont-du-Gard.....	212
Saint-Gilles.....	216
Saint-Hippolyte-du-Fort.....	217
Saint-Jean-du-Gard.....	219
Sommières.....	220
Uzès.....	221
Vauvert.....	226
Villeneuve-lez-Avignon.....	228

Hérault

Hérault.....238

Agde.....	238
Avène-les-Bains.....	244
Balaruc-les-Bains.....	245
Bedarieux.....	249
Béziers.....	250
Carnon-et-Mauguio.....	253
Le Caylar.....	254
Claret.....	255
Clermont-l'Hérault.....	256
Faugères.....	258
Frontignan.....	259
Ganges.....	262
La Grande-Motte.....	263



© STEPHANE SKINGHARD

Les 9 écluses de Fonseranes

Lamalou-les-Bains.....	265
Lodève.....	268
Lunel.....	270
Marseillan – Marseillan-Plage.....	272
Mèze.....	274
Minerve.....	278
Montpellier.....	280
Nissan-lez-Enserune.....	291
Olargues.....	293
Palavas-les-Flots.....	294
Pézenas.....	295
Roquebrun.....	297
Roujan.....	298
Saint-Chinian.....	299
Saint-Guilhem-le-Désert.....	302
Saint-Martin-de-Londres.....	306
Saint-Mathieu-de-Trévières.....	307
Saint-Pons-de-Thomières.....	308
La Salvetat-sur-Agoût.....	309
Sète.....	311
Valras-Plage.....	314

Lozère

Lozère320

Aumont-Aubrac.....	320
Bagnols-les-Bains et le mont Lozère.....	322
La Bastide-Puylaurent.....	323
Le Bleynard et le mont Lozère.....	324
La Canourgue.....	325
Chanac.....	327
Chateaufort-de-Randon.....	328
Florac.....	329
Fournels.....	332
Grandrieu.....	333
Ispagnac.....	334
Langogne.....	335
La Malène.....	337
Marvejols.....	338
Le Massegros.....	340
Mende.....	342
Meyrueis.....	345
Nasbinals.....	347
Le Pont-de-Montvert.....	349
Le Rozier.....	350
Saint-Alban-sur-Limagnole.....	355
Saint-Amans.....	356
Saint-Chély-d'Apcher.....	357
Sainte-Enimie et la Malène.....	358
Saint-Germain-de-Calberte.....	360
Sainte-Croix-Vallée-Française.....	361
Villefort.....	362

Pyrénées-Orientales

Pyrénées-Orientales.....368

Amélie-les-Bains.....	368
Les Angles.....	372
Argelès-sur-Mer.....	377
Arles-sur-Tech.....	384
Banyuls-sur-Mer.....	387
Le Barcarès.....	390
Le Boulou.....	392

Cabestany.....	394
Canet-en-Roussillon.....	395
Cerbère.....	399
Céret.....	400
Collioure.....	400
Elne.....	404
Font-Romeu.....	406
Ille-sur-Têt.....	411
Mont-Louis.....	414
Perpignan.....	416
Le Perthus.....	426
Port-Vendres.....	428
Prades.....	430
Prats-de-Mollo-la-Preste.....	435
Rivesaltes.....	436
Saint-Cyprien.....	438
Saint-Paul-de-Fenouillet.....	440
Salses.....	443
Tautavel.....	444
Thuir.....	445
Torreilles.....	447
Villefranche-de-Conflent.....	448

Organiser son séjour

Se rendre en

Languedoc-Roussillon452

En avion.....	452
En train.....	453
Par la route.....	453
En bateau.....	454

Circuler en Languedoc-Roussillon .456

En voiture.....	456
En bus.....	459
En vélo.....	459

Hébergement460

Centrales de réservation.....	460
-------------------------------	-----

S'informer sur le

Languedoc-Roussillon464

Médias.....	464
-------------	-----

Index.....475

Découverte



Carte d'identité → 9

Les incontournables → 9

Nature → 19

Économie → 24

Histoire → 27

Patrimoine et traditions → 30

Le Languedoc-Roussillon gourmand → 37

Sports et loisirs → 49

Festivals et manifestations → 53

-  Autoroute
-  Nationale
-  Départementale
-  Préfecture
-  Sous-préfecture
-  Ville, village
-  Sortie d'autoroute
-  Aéroport
-  Forêt domaniale

Languedoc-Roussillon





0 30 km

Reproduction interdite
Jean-Baptiste Nény
Février 2012

Les Français aiment l'ouvrir.



LE PLEIN D'INFOS 7 JOURS SUR 7.

Carte d'identité

- ▶ **Population** : 2 610 890 habitants.
- ▶ **Démographie** : 4,2 % de la population française.
- ▶ **Densité** : 96 hab./km².
- ▶ **Superficie** : 27 376 km².
- ▶ **Préfecture** : Montpellier.
- ▶ **Nombre de communes** : 1 545.
- ▶ **Départements la composant** : Aude (11), Gard (30), Hérault (34), Lozère (48), Pyrénées-Orientales (66).
- ▶ **Chefs-lieux** : Carcassonne, Nîmes, Montpellier, Mende, Perpignan.
- ▶ **Point culminant** : pic Carlit.

Les immanquables

Sur cinq départements constitutifs du Languedoc-Roussillon, une myriade de sites incontournables jalonne des paysages tous aussi grandioses les uns que les autres, toile de fond d'un vaste héritage laissé par nos aïeux. Des vestiges romains aux édifices ecclésiastiques en passant par les ruines des fortifications cathares ou bien les ouvrages titanesques de l'Ancien Régime, à l'instar du canal du Midi, quiconque sillonne le territoire du Languedoc-Roussillon ne manque pas de parcourir *l'Histoire au carrefour des civilisations*.

Richard Burgsthal font l'objet d'une mise en lumière, particulièrement dans le cadre des visites d'hiver. Comme la plupart de ses œuvres, elles illustrent des mythes et légendes d'origines diverses. Dès les beaux jours, son jardin aux senteurs de 2 000 rosiers et son exposition d'orchidées s'ouvrent aux visiteurs. Ses manifestations musicales sont un véritable enchantement : chants grégoriens, concerts classiques... L'accent a également été mis sur les jardins en terrasse à l'italienne, implantés au XVII^e siècle et entièrement réaménagés.

Aude

L'abbaye de Fontfroide

Le long de la voie domitienne, enserrée par les collines qui la dominent de plus de 200 mètres, l'abbaye de Fontfroide, incroyablement préservée, se dresse de tout son éclat ! Datant de 1093, ce chef-d'œuvre cistercien est l'un des plus grands de France. Aujourd'hui vous pouvez visiter le réfectoire, le dortoir des moines, le cloître des XII^e-XIII^e siècles, la cour Louis XIV, l'église abbatiale, la salle capitulaire... en 1908 l'abbaye a fait l'objet d'une vente publique. C'est Gustave Fayet et son épouse Madeleine d'Andoque de Sérègè, qui achètent Fontfroide, n'hésitant pas à surenchérir pour sauver l'abbaye d'un départ pour les Amériques. Cette année les vitraux colorés et les peintures créés par l'artiste

■ **ABBAYE DE FONTFROIDE**
Chemin de Fontfroide – D613
NARBONNE ☎ 04 68 45 11 08
www.fontfroide.com – info@fontfroide.com



Ouvert toute l'année. Fermée le 25 décembre et le 1^{er} janvier. De 10h à 12h et de 14h à 16h. Gratuit jusqu'à 6 ans. Adulte : 9,75 € (16 à 25 ans : 6,50 €). Enfant (de 6 à 15 ans) : 3,50 €. Groupe (20 personnes) : 7,50 €. Billet combiné avec les jardins (jardins en terrasse ouverts de mai à septembre) : adulte, 13 € ; – de 25 ans : 10 € ; 6-15 ans : 6 €. Possibilité de billet combiné avec le musée. Toutes les salles sont accessibles aux personnes handicapées sauf le dortoir des convers à l'étage. Visite guidée (toutes les heures, sur réservation pour les groupes).

Drapeau – blason

Le blason du Languedoc-Roussillon représente l'historique des provinces avec la croix occitane, jaune sur fond rouge pour évoquer la domination de Toulouse dans la région à l'époque. La transcription héraldique du blason est la suivante : « Écartelée de gueules, au quatrième du même aux quatre pals d'or, à la croix de Toulouse d'or brochant sur le tout. » La croix occitane, symbolise le Languedoc, et les quatre bandes rouges sur fond jaune représentent la Catalogne. Néanmoins, le conseil régional a préféré un logo constitué de sept petits soleils jaunes et blancs sur fond rouge, pour évoquer le dynamisme et l'attractivité de la région, et ce afin de se démarquer du drapeau de la région voisine Midi-Pyrénées, qui lui, représentait déjà la croix occitane toulousaine.

Les châteaux du pays Cathare

Le début du XII^e siècle est marqué en Languedoc-Roussillon par la « Croisade contre les Albigeois », ainsi étaient nommés à l'époque les « Cathares », qui eux-mêmes s'appelaient en toute simplicité : « bons hommes », « bonnes dames » ou « bons chrétiens » et leurs ennemis les appelaient les « hérétiques albigeois ».

Quelques principes de cette religion. Cette nouvelle croyance d'alors était basée sur le christianisme, mais elle n'adhérait pas au culte catholique, elle se développa dans le pays d'Oc. Ils rejetaient l'Ancien Testament, et privilégiaient l'Évangile de Jean et les Épîtres de Paul. Ils avaient un respect inconditionnel de la vie et sont donc végétariens, les relations sexuelles étaient considérées presque toujours comme impures. Contrairement aux catholiques, ils ne recevaient qu'un seul sacrement dans leur vie par apposition des mains, « le consolament », donné à un âge de raison et souvent juste avant le décès, toujours uniquement sur demande expresse du receveur. Les églises n'étaient pas considérées comme des lieux particuliers de culte car celui-ci pouvait être exercé partout et à n'importe quel moment. Ils devaient toujours être par deux et de préférence de même sexe (un certain parallèle est fait de nos jours avec les témoins de Jéhovah). Ils devaient avoir une activité manuelle (tissage, agriculture...). Et bien évidemment : interdiction formelle de tuer, voler, mentir.

La croisade. Une vaste opération guerrière, menée par le pape (Innocent III) et les seigneurs du nord de la France, contre « l'hérésie cathare ». Motif religieux certes, mais aussi et surtout géopolitique, un prétexte pour annexer, enfin, le sud du pays qui, depuis l'époque romaine, puis la Wisigothie et la Septimanie, connaissait une certaine indépendance. C'est dans l'Aude, lieu où se déroulèrent les principaux faits d'armes (hormis Minerve et Béziers dans l'Hérault – loin d'être des moindres – et Monségur en Ariège) que le paysage actuel est marqué par des forteresses ne sont pas véritablement cathares. Initialement construites à l'époque wisigothique, elles ont servi de lieux de replis aux « hérétiques ».

Les fameux châteaux. Ils étaient religieux et non bâtisseurs, en fait ils s'étaient réfugiés dans ces hauts lieux perchés pour fuir les croisés et construisaient des *castra* (pluriel de *castrum*) – autrement dit, des habitations de pierre et de bois – qui épousaient le relief autour des châteaux déjà existants. La majorité de ces châteaux a subi des modifications après la chute des albigeois, sous les ordres de Louis IX (Saint-Louis) pour en faire de vrais bastions de défense de la nouvelle frontière avec le royaume d'Aragon. Quant aux *castra*, les plus élevés tombèrent en ruine ou furent annexés comme dépendances aux châteaux et les moins élevés se transformèrent tout naturellement en villages.

En fait, le catharisme, qui en définitive comptait peu d'adeptes eut la malchance d'avoir parmi ses sympathisants un grand nombre de seigneurs locaux qui auraient pu conclure des accords avec l'Aragon. Le prétexte à l'intervention était tout trouvé : point de dissidence dans le royaume de France !

Les incontournables. Le pouvoir royal français, nouveau maître du territoire, s'empressa de renforcer ces châteaux dans les corbières et y érigea des citadelles pour garder la frontière avec le royaume d'Aragon. Au final, il n'en reste pas moins à visiter 10 châteaux dans le département de l'Aude, dont les cinq fils de Carcassonne qui sont :

- ▶ Le château d'Aquilar.
 - ▶ Le château de Peyreperouse.
 - ▶ Le château de Puilaurens.
 - ▶ Le château de Quéribus.
 - ▶ Le château de Termes.
- Mais également, tout aussi riches d'un mystérieux passé :
- ▶ Le château d'Arques.
 - ▶ Le château de Lastours.
 - ▶ Le château de Puivert.
 - ▶ Le château de Saissac.
 - ▶ Le château de Villeroque-Termères.

Cela dit, les historiens ne sont toujours pas d'accord sur l'origine de l'appellation « Cathare », ni même sur la définition des « hérétiques » et encore moins sur l'interprétation exacte de leur pratique de la religion. Les débats font toujours rage pour le plus grand plaisir de tous les passionnés, car aucun de ces châteaux, tant par la vue panoramique qu'ils offrent que par l'historique de leurs pierres ne laissent indifférent.

- ▶ **Pour tout savoir sur ces monuments :**
www.payscathare.org

La cité de Carcassonne

Elle reçoit plus de deux millions de visiteurs chaque année. Ce sont les fortifications les plus visitées de France, et l'un des sites les plus fréquentés. A ce titre, elle a été inscrite au « patrimoine mondial de l'humanité » par l'Unesco en 1997. Ce promontoire à 50 mètres au-dessus du niveau de l'Aude était déjà occupé par des hommes onze siècles avant notre ère. Imaginez un peu, un lieu qui permettait non seulement de voir loin, mais avec de l'eau à proximité, l'idéal ! Par la suite, vinrent les Gaulois puis les Romains qui érigèrent un château et une enceinte, mais il n'en reste que de rares traces. À l'arrivée des Romains, c'est une petite agglomération prospère qui commerce avec les régions méditerranéennes. Intégrée à la colonie de la Narbonnaise, elle prend le nom de *Carcaso* (fin du II^e siècle) et devient une étape importante de la « Via Aquitania » qui rejoint Narbonne à Bordeaux. Après la chute de l'Empire romain en 476, Carcasona devient possession wisigothe, ils en renforcent les murailles et au VII^e siècle, elle marque la limite nord du royaume des Wisigoths qui regroupe l'Espagne et la Septimanie (actuel Bas-Languedoc). Devenue sarrasine en 725, elle ne le restera que peu de temps puisqu'en 759 – d'où naît la fameuse légende de Dame Carcas, que tout Carcassonnais vous contera avec plaisir – la ville est conquise par Pépin le Bref qui l'intègre au royaume franc.



© VINCENT FORMICA

L'abbaye de Fontfroide.

© IBA NEAL STRUIEY - AUTHORS IMAGE

Le château de Puilaurens.

© JONATHAN - FOTOLIA

La cité de Carcassonne.



On constatera qu'à chaque nouvelle conquête, les possesseurs de la ville se sont empressés d'en améliorer les moyens de défense déjà existants, afin d'en faire une citée imprenable. A l'abri de ses remparts, la ville continue de prospérer, les seigneurs de Trencavel, vicomtes de Carcassonne, y font régner la paix et la culture. Ils édifient vers 1130, le château Comtal, forteresse dans la forteresse qui accueillait troubadours et savants de tout le pourtour méditerranéen tandis qu'une nouvelle foi chrétienne prend une ampleur croissante. Voici enfin un bon prétexte, pour que le royaume de France avec le soutien de la papauté passe à l'assaut de cette ville, beaucoup trop conciliante avec ces « hérétiques » qu'on nommera plus tard les Cathares. Une excellente occasion de s'emparer de cette cité qui constitue un bastion contre le royaume d'Aragon et qui est un peu trop indépendante au goût de la monarchie du royaume de France. Le 1^{er} août 1209, les troupes de la croisade contre les Albigeois commandées par Simon de Montfort assiègent Carcassonne, Bernard Aton Trencavel IV, se rend au bout de 15 jours afin de sauver la vie des habitants de la cité privée d'eau, il faut dire que les faubourgs de la ville ont déjà été mis à feu et à sang par ces furieux guerriers religieux. En 1240, alors que Carcassonne est devenue possession royale, les Trencavel, avec l'appui des habitants, tentent de reconquérir la ville, en vain. Saint-Louis ou plus communément Louis IX se venge en faisant raser toutes les maisons des faubourgs et en expulsant les propriétaires. Toutefois, en 1260, peut-être pris de remord, mais plus certainement pour pouvoir les surveiller plus aisément, il les invitera à revenir s'installer sur la rive gauche de l'Aude et leur réattribuera leurs titres de propriété. C'est la naissance de la ville basse, autrement dit de la Bastide Saint-Louis, qui est un superbe exemple de construction en damier très caractéristique de l'époque et qui deviendra un haut lieu de la draperie. Abrisée derrière un mur d'enceinte flanqué de quatre tours et percé de quatre portes, la ville s'enrichit de ce commerce très rentable. Durant cette période, Le roi de France n'a de cesse, lui aussi à son tour, d'améliorer les infrastructures défensives de la cité. Il entreprend la consolidation du rempart en faisant ériger une enceinte extérieure longue de 1 672 mètres, hérissée de dix-neuf tours. Ces travaux titanesques commencés sous Louis IX s'achèveront sous Philippe le Hardi. Lorsque vous regardez cette cité médiévale, dites-vous qu'elle est la quintessence de toutes les connaissances en matière de défense de l'époque. En 1659, le traité des Pyrénées est signé, il repousse les frontières franco-espagnoles. Carcassonne perd alors sa raison d'être en tant que bastion contre l'ennemi ibère. La cité est peu à peu désertée au profit de la Bastide. Cet abandon sera parachevé lorsque Napoléon lui ôtera son dernier statut militaire de « garde de munition ». Les pierres des remparts et des constructions diverses seront pendant des décennies descellées par les habitants de la ville basse pour la construction de leurs nouvelles maisons et cela se comprend fort bien pour l'époque, pourquoi aller chercher loin ce qui est à porter de main et déjà tailler ? La cité est ainsi quasiment démantelée

peu à peu et n'offre plus que des ruines. Vers le milieu du XIX^e siècle, quelques érudits, après s'être intéressés à l'archéologie égyptienne, romaine, réalistent peu à peu que la France possède également un patrimoine à sauvegarder. C'est ainsi que sous l'impulsion de Jean-Pierre Cros-Mayrevieille (soutenu par Prosper Mérimée), et de l'architecte Viollet-le-Duc, la sauvegarde et la restauration de la cité seront lancées. Les travaux dureront de 1844 jusqu'en 1910. La restauration de Viollet-le-Duc est parfois très controversée par d'autres experts car, vivant en pleine période romantique, il aurait quelque peu idéalisé une certaine conception du Moyen Age, le rendant beaucoup plus théâtral que ce qu'il devait être. En effet, il semble peu probable que les tours étaient réellement chapeautéées de la sorte au XIII^e siècle et de surcroît en pays d'Oc. Quoiqu'il en soit, il a tout de même redonné ses lettres de noblesse à la cité. D'ailleurs, Le cinéma ne s'y est pas trompé car dès le début du XX^e siècle, et jusqu'à nos jours (voir le « Robin des Bois » avec Kevin Cosner) elle devint un lieu de tournage de films historiques. On dit même que Walt Disney s'en est inspiré pour dessiner le château de la « La Belle au Bois dormant ».

Le gouffre géant de Cabrespine

Voici le plus grand gouffre d'Europe aménagée, réputé dans le monde entier pour sa richesse minéralogique. On y trouve des disques, excentriques, aragonites, draperies, colonnes, ou encore des cascades... Profond de 250 mètres, le site a fait les démarches et il y a quelques années d'un classement au Patrimoine mondial de l'Unesco. L'aménagement en balcon, dans une grande salle aménagée est totalement plat donc accessible au tout public (parents avec poussette comme personnes en fauteuil roulant). Les plus téméraires pourront tout de même s'aventurer dans des galeries, dans le cadre de safaris souterrains encadrés et grâce à un éclairage modernisé. Prévoir une tenue sportive car ces cinq heures de marche sous terre sont assez physiques. Vous irez jusqu'au lit de la rivière souterraine et traverserez un splendide canyon de marbre bleu

■ GOUFFRE GÉANT DE CABRESPINE D112

CABRESPINE

☎ 04 68 26 14 22

www.gouffre-de-cabrespine.com

cabrespine11@orange.fr

L'itinéraire est fléché depuis l'A61



Fermé du 12 décembre au 1^{er} jour des vacances de février. Février, mars et novembre de 14h à 17h30; avril à juin et septembre de 10h à 12h et de 14h à 17h30; juillet et août de 10h à 18h00. Gratuit jusqu'à 4 ans. Adulte : 9,40 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 5,90 €. Groupe (15 personnes) : 7,20 €. Chèques non acceptés. Chèque Vacances. Visite guidée. Restauration (snack-bar). Boutique. Parking ; terrasse ombragée ; emplacement camping-car.

Gard

Le pont du Gard

Classé au Patrimoine mondial de l'Unesco, l'aqueduc fut érigé vers l'an 50 par Agrippa, gendre d'Auguste. C'est l'ouvrage le plus audacieux jamais construit par l'Empire romain. Il devait transporter l'eau des sources d'Uzès jusqu'à Nîmes. Abandonné au VI^e siècle, il est réhabilité en tant que pont ensuite. C'est en 1840 que Prosper Mérimée le fait inscrire comme monument historique. Son destin touristique était dès lors scellé. Après rénovation, l'ouvrage majestueux surplombe toujours le Gardon et culmine à plus de 48 m. Au début des années 2000, un aménagement du site a permis notamment de canaliser l'afflux toujours plus grandissant de touristes. Certes, le prix du parking est abusif (18 €), mais ce forfait vous ouvre les droits d'accès à une panoplie d'espaces culturels (musée, mémoires de garrigue, cinéma, expositions). Si pour les familles, le transport de la glacière et des seaux d'enfants devient une logistique importante, pour d'autres, la vue panoramique sur la garrigue et le pont est une promenade splendide. Les rives sauvages d'antan sont désormais balisées et c'est surtout pour les protéger. Et rien n'empêche de remonter le Gardon pour trouver plus de tranquillité.

■ LE PONT DU GARD

La Bégude

400, route du Pont-du-Gard

VERS-PONT-DU-GARD

☎ 0 820 903 330 (0,12 € TTC/mn)

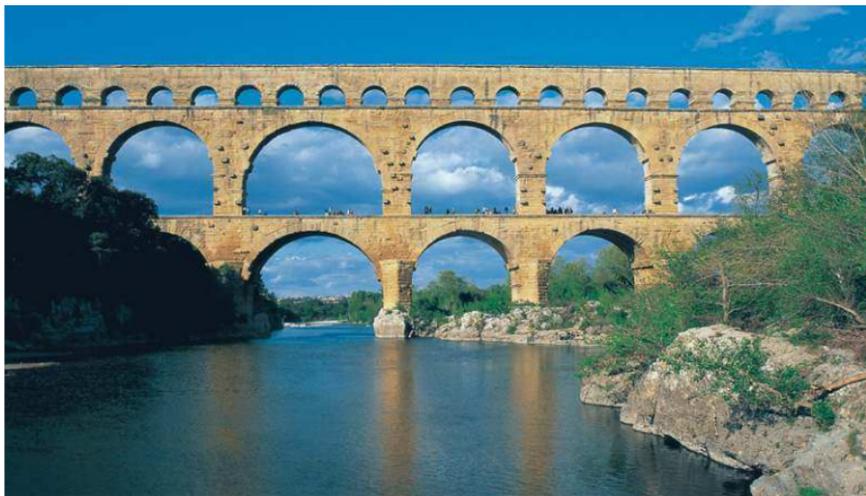
www.pontdugard.fr – contact@pontdugard.fr

Ouvert toute l'année. Ouvert de 9h à 19h en mai, juin et septembre. Ouvert de 9h à 20h en juillet et août. Ouvert de 9h à 18h en mars, avril et octobre. Ouvert de 9h à 17h de novembre à février. Gratuit jusqu'à 6 ans. Adulte : 10 €. 18€ par jour par véhicule (jusqu'à 5 personnes dans un même véhicule). 10€ par véhicule après 17h. Renseignements tarifs réduits et groupes à l'accueil. Groupes de 2 à 5 personnes : 15€. Carte annuelle : 23€. Accueil enfants. Restauration. Boutique.

Hérault

L'abbaye de Gellone

Classée en 1998 au Patrimoine mondial par l'Unesco au titre des chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle en France, l'abbaye de Gellone compte parmi les plus admirables témoignages de l'art roman languedocien. Elle fut fondée par Guillaume (ou Guilhem), cousin de Charlemagne et valeureux lieutenant qui assiégea et pris Barcelone en 803. L'année suivante, son épouse meurt, il décide alors de se retirer du monde pour retrouver une certaine spiritualité. C'est donc en 804, sur un terrain perdu au milieu de nulle part mais dans un site d'une incroyable beauté, donné par son ami Saint-Benoit, fondateur de l'abbaye d'Aniane, qu'il s'installe avec quelques religieux pour élever une abbaye. En guise d'approbation et de remerciements, il reçoit un morceau de la Vraie Croix des mains de Charlemagne. Jusqu'à sa mort en 812, Guilhem mènera une vie austère de simple moine, il investira ses dernières forces à l'aménagement de son monastère et finira ses jours dans sa cellule en priant et en jeûnant. Il sera rapidement béatifié, Guillaume devient Saint-Guilhem au X^e siècle. La présence de la relique de la Croix et du tombeau du saint fera de l'abbaye une étape obligée sur le chemin de Saint-Jacques. Prospère jusqu'au début du XV^e siècle, elle fut pillée et mise à sac pendant les guerres de Religion et une partie de son cloître a été démantelée au XIX^e siècle. (On en trouve même quelques fragments au musée des cloîtres de New York). Il ne reste aujourd'hui du monastère que le réfectoire et l'église abbatiale. On y entre par la place centrale ombragée par un majestueux platane. Bien que d'une grande simplicité, elle est très belle notamment grâce aux hautes fenêtres qui viennent éclairer la pierre grise des murs et le tuf doré de la voûte. Le cloître, comme souvent, est un havre de calme. L'abbaye sert chaque année de cadre à un festival de musique ancienne qui



Pont du Gard

fait notamment entendre son orgue du XVIII^e siècle. Le musée de l'Abbaye, installé dans le réfectoire, préserve une partie des richesses architecturales de l'ancienne abbaye (le reste se trouve au Musée languedocien, à Montpellier). Il a fait l'objet d'une nouvelle mise en scène où la pierre, l'acier et le bois s'allient pour offrir une présentation scientifiquement rigoureuse du contexte liturgique et décoratif de l'abbatiale médiévale. Un petit amphithéâtre permet aux visiteurs de parcourir douze siècles d'histoire grâce à un film projeté sur trois écrans. Un travail de reconstruction virtuelle permet aux visiteurs de se faire une représentation du cloître tel qu'il était dans son état originel. Une exposition permanente Saint-Guilhem-le-Désert et son patrimoine est à découvrir dans les galeries du cloître. Durant l'été, un diaporama sur Saint-Guilhem est proposé les après-midis, toutes les demi-heures.

■ ABBAYE DE GELLONE SAINT-GUILHEM-LE-DÉSERT

Ouvert toute l'année. Basse saison : tous les jours et les jours fériés de 8h à 18h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 8h à 18h30. Toute l'année, le cloître est fermé entre 12h et 14h (jusqu'à 14h30 l'été, dimanche et les jours fériés). Gratuit.

Le canal du Midi

Même si les Romains, Charlemagne, François I^{er} ou encore Henri IV avaient pensé à joindre la Méditerranée à l'Atlantique afin de faciliter le transport des marchandises, il faudra attendre 1666 pour que Louis XIV signe un édit « pour la construction d'un canal de communication des eaux des deux mers Océane et Méditerranée ». C'est le Biterrois Pierre-Paul Riquet, instigateur de l'idée auprès de Colbert qui sera chargé de la réalisation du « canal royal des deux mers » – nom initial du canal, qu'il conservera jusqu'à la Révolution française. Ce sont des travaux pharaoniques, tant pour leur ampleur que pour les difficultés techniques à surmonter, qui seront entrepris. Ce projet ambitieux demandera 12 ans de travaux et 12 000 ouvriers travailleront à la réalisation du canal du Midi qui s'étire de l'étang de Thau jusqu'à Toulouse. Mais le baron de Bonrepos (P-P Riquet) ne verra jamais l'intégralité de son ouvrage, il décède en 1680, soit un an avant la fin des travaux. Achievé, le canal impulsa une période de prospérité et de nombreuses fortunes s'y firent et s'y défirent. Durant près de 200 ans, il assurera pleinement sa fonction de fret et Vauban y amènera même de nombreuses améliorations, mais le temps passe et le chemin de fer supplantera la navigation fluviale. A partir de 1858, il connaîtra un lent déclin. Mal entretenu et sous-dimensionné, les derniers transports de marchandises emprunteront ses eaux dans les années 1970. Aujourd'hui, les écluses n'attendent plus que les bateaux des promeneurs et des touristes, et sur les berges ombragées, anciens chemins de halage, on marche, on court, on pêche, on roule à vélo, juste pour le plaisir. Il s'est tellement bien intégré au paysage qu'on en oublierait presque qu'il

est construit de mains d'homme. Même les 130 ponts qui le traversent semblent être posés là depuis la nuit des temps. Quant à ses 63 écluses, elles suspendent le temps le temps d'un passage. Au pas du canal du Midi, Chronos ralentit sa course. Bien sûr, il y a des ouvrages qui sont plus remarquables que les autres et s'il fallait en choisir deux, Petit Futé vous conseillerait les écluses de Fontseranes à Béziers et les ouvrages du Libron à Vias. Les premières sont la réalisation la plus spectaculaire conçue par Paul Riquet. Avec huit bassins et neuf portes, elles permettent aux bateaux de franchir une dénivellation de 21,50 m sur une longueur de plus de 300 m. Véritable escalier d'eau, prouesse technique pour l'époque, les écluses sont une attraction permanente, encore en activité malgré la construction d'un ouvrage novateur, la pente d'eau, tout à côté, mais souvent en panne. Les seconds sont eux la réalisation la plus ingénieuse. Améliorés au XIX^e siècle sur le canal du Midi, les ouvrages du Libron sont uniques au monde. Constitué d'un enchevêtrement de vannes, couronnes crantées et de chaînes, l'ingénieux système permet aux eaux du Libron en crue de passer au travers du canal du Midi sur un lit artificiel mobile, formé de deux caissons métalliques (autrefois en cuir) qui obstruent alors le passage sur le canal. Mais comment rester insensible à ces eaux calmes qui ici reflètent l'azur et là le feuillage des arbres ou encore là-bas les pierres de ce pont ? Le long de ses berges ou au fil de l'eau, le canal du Midi, c'est 240 km d'émotions à l'état pur.

Les gorges de l'Hérault et Saint-Guilhem-le-Désert

A quelques dizaines de kilomètres de Montpellier, Petit Futé vous suggère une journée de découverte exceptionnelle, variée, dans l'un des plus beaux coins de l'Hérault. Ici, le fleuve a creusé des gorges puissantes, étroites où vous pourrez admirer le travail de l'érosion à travers les marmites de géant qui parsèment son lit. Au débouché, vous profiterez d'une immense plage de galets, abritée et ensoleillée, lieu de rendez-vous de tous ceux qui aiment la pureté et la fraîcheur de l'eau douce des rivières, mais qui veulent voir aussi le bruit et la cohue du littoral. Mais les gorges de l'Hérault, c'est aussi l'occasion de visites exceptionnelles : Saint-Guilhem et la grotte de la Clamouse. Voilà sans aucun doute un des plus jolis villages de la région, mais il est victime de son succès et surpeuplé en haute saison. Mais son inscription au Patrimoine mondial de l'Humanité par l'Unesco (en même temps que le pont du Diable, tous deux sur les chemins de Saint-Jacques), prouve son intérêt majeur. Cité médiévale fondée par Guilhem, duc d'Aquitaine, au confluent de l'Hérault et du Verjus, elle fut ensuite une étape très fréquentée par les pèlerins qui se rendaient à Saint-Jacques-de-Compostelle. Elle présente de nombreuses maisons d'architecture romane ou Renaissance qui se sont serrées les unes contre les autres, dans l'étroit vallon aménagé par Verjus, de ce ruisseau qui se jette ensuite dans l'Hérault.

Lozère

Les animaux protégés de la Lozère

Terre de grands espaces où la nature a gardé encore tous ses droits et peu peuplée, la Lozère est devenue une terre d'asile pour les espèces menacées. Le Parc national des Cévennes y a été pour beaucoup en réintroduisant les vautours. À lui seul, ce parc comptabilise 2 410 espèces animales différentes (45 % des vertébrés de France), réparties en 89 espèces de mammifères, 208 d'oiseaux, 17 de reptiles... Pour faire profiter à tous de la beauté de ces animaux, pour faire découvrir leurs modes de vie, mais aussi pour faire prendre conscience des dangers qui les menacent, de véritables sites touristiques ont été créés à partir de ces zones de protection. Désormais, quand vous irez passer des vacances en Lozère, vous pourrez tout apprendre sur les loups, les vautours et les bisons d'Europe.

Les gorges du Tarn et les bateliers de la Malène

Le Tarn est devenu le symbole de l'activité touristique de la Lozère. Portées en hauteur lors des plissements alpins et pyrénéens, les couches de calcaire déposées durant l'ère secondaire ont été entaillées par la rivière sur une longueur de plus de 50 km (sur les 100 km de son parcours lozérien) et jusqu'à une profondeur dépassant parfois les 500 m. En été, le Tarn est une rivière tranquille, parcourue par des milliers de canoës-kayaks d'où les occupants peuvent admirer les hautes falaises, les chaos rocheux et les petits villages accrochés aux pentes. Depuis Ispagnac, elles sont parsemées de hameaux et villages typiques : Quézac, Montbrun, Castelbouc, la Malène, les Vignes, le Rozier, sans oublier Sainte-Enimie, petite cité moyenâgeuse, chargée de légendes. Mais la meilleure façon de découvrir les gorges, c'est d'emprunter le fil de l'eau, avec les célèbres bateliers de la Malène, manière de se rappeler qu'au début du siècle la route n'existait pas et que les barques étaient le seul moyen de communication de la vallée. Reprenant les gestes anciens et les barques traditionnelles, neuf bateliers offrent à leurs passagers une vue imprenable sur un parcours de 8 km, à un endroit resserré des gorges. Ce qui permet de porter un œil attentif sur la faune, la flore, puis de se laisser émerveiller par les hautes falaises.

■ LES BATELIERS DE LA MALÈNE

LA MALÈNE ☎ 04 66 48 51 10

www.gorgesdutarn.com

lesbateliers@gorgesdutarn.com

Fermé de novembre à mars. Adulte : 21 €. Tarif forfaitaire de 84 € pour 4 personnes.

À l'endroit le plus spectaculaire des gorges du Tarn, les falaises se resserrent et montent jusqu'à 500 mètres. Pour jouir du spectacle, il faut délaissier la route, qui ne date que de 1905, et en revenir au mode de transport traditionnel : la barque. Après avoir été les seuls à desservir la vallée, les bateliers se sont tournés vers le tourisme dès 1880 à Paris, on pouvait acheter dans les locaux de la Compagnie d'Orléans des billets de chemin de fer incluant le prix de la descente du Tarn en barque. Aujourd'hui organisés en

coopérative, neuf bateliers et 84 barques guident le visiteur au fil de l'eau. Enfants du pays, ils connaissent chaque point de vue, tous les détails et toutes les beautés à admirer. Tout au long de la descente qui dure environ 1 heure, sur les eaux tantôt rapides et tantôt calmes, on se laisse dominer par les rochers immenses et submerger par la nature. Petit Futé vous recommande de partir tôt le matin (il fait moins chaud). La promenade, paisible, s'agrément de rencontres matinales avec des hérons, des castors, des martins-pêcheurs, et c'est le moment idéal pour les photos.

Pyrénées-Orientales

L'abbaye de Saint-Martin-du-Canigou

En suivant le Cady, la route depuis Vernet-les-Bains parvient au petit village de Casteil, au pied du Canigou. C'est du village, par un sentier très pentu, boisé... et sans eau (prévoir le ravitaillement), que l'on parvient à l'abbaye. Après une bonne petite marche sportive – 300 mètres de dénivelé –, l'édifice se dévoile enfin, à près de 1 090 mètres d'altitude, accroché à un éperon rocheux, dans un site grandiose. Saint-Martin-du-Canigou est un ensemble architectural du premier art roman méridional. L'église dont la construction commença vers 997 fut consacrée en 1009 par l'évêque d'Elne, puis une deuxième campagne de construction eut lieu, suivie d'une nouvelle consécration en 1014 ou 1026. Pour la petite histoire, il est dit que le comte Guifred II de Cerdagne, qui en avait initié la construction, s'y retira vers 1035, et passa les dernières années de sa vie à creuser sa tombe dans le roc. L'abbaye en ruines fut restaurée en deux phases, de 1902 à 1932 puis de 1952 à 1982. Elle est composée de deux basiliques superposées, la basilique inférieure étant à demi enterrée. Le clocher carré abrite une chapelle dédiée à Saint-Michel. Aujourd'hui, l'abbaye est habitée par la communauté catholique des Béatitudes à qui elle a été confiée par l'évêque de Perpignan. Il va de soi qu'une tenue adéquate et respect du lieu sont recommandés lors de la visite du site.

■ L'ABBAYE SAINT-MARTIN-DU-CANIGOU

Casteil

VERNET-LES-BAINS ☎ 04 68 05 50 03

www.stmartinducanigou.org

visitezabbayestmartin@wanadoo.fr



Fermé en janvier. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche. Haute saison : tous les jours. Gratuit jusqu'à 12 ans. Adulte : 5 €. Enfant (de 12 à 18 ans) : 3,50 €. Groupe (20 personnes) : 4 € (pour les groupes entre 10 et 20 personnes, entre début mai et fin octobre, il est indispensable de réserver). Une hausse des tarifs est prévue pour 2014. En saison, il existe un service de Jeep pour rallier le monastère, afin que les personnes à mobilité réduite puissent profiter de la magie du lieu. Visite guidée (uniquement, le matin à 10h, 11h, 12h (10h et 12h30 dimanche et fêtes) ; l'après-midi : visites à 14h, 15h, 16h – également à 17h de juin à septembre ; un plan d'aide à la visite est disponible à l'accueil en 11 langues). Aire de pique-nique. Boutique.

La vie est
courte.
Choisissez
bien la bande
son qui
va avec.



Ouïfm en Languedoc-Roussillon.



Abbaye Saint-Martin-du-Canigou

La forteresse de Salses

Classée monument historique en 1886, la forteresse de Salses est un chef-d'œuvre de l'architecture militaire, véritable spécimen de transition entre le château médiéval et la forteresse moderne rigoureusement géométrique et enfoncée dans le sol. La forteresse de Salses commandait la frontière entre le Roussillon alors appartenant à l'Espagne, et le royaume de France. Au cœur de la plaine viticole, les énormes murs de brique et de pierre s'enfoncent dans le sol. Le fort rectangulaire (115 m sur 90) couvre près d'un hectare. Il est cerné de fossés larges de 12 à 15 m et profonds de 7 m. Le rempart atteint 12 mètres d'épaisseur, dont seul la partie haute dépasse du sol, afin de résister plus fortement encore à l'artillerie. Aux angles, quatre tours circulaires sont percées de canonnières. Des bastions en avancée contrôlent toutes les voies d'accès. On y retrouve les éléments classiques de l'architecture défensive médiévale : doutes, donjon, meurtrières, courtines et pont levis. Les écuries pouvaient accueillir 300 chevaux. Les logements, sous le chemin de ronde, étaient conçus pour 1 500 hommes. Le donjon, haut de sept étages, alternativement plafonnés ou voûtés, était destiné au logement du gouverneur. On y trouve donc des éléments de luxe, voire d'une spectaculaire modernité : chauffage, salle de bains avec eau chaude et sauna...

► **Les dates.** En 1497, suite à la destruction par l'armée française de Charles VIII du village de Salses et de son château, le roi d'Espagne Ferdinand le catholique charge

l'ingénieur aragonais Francisco Ramiro Lopez d'édifier une redoutable forteresse conçue pour résister à l'artillerie. En 1503, bien que non achevée, la forteresse est déjà assiégée par les troupes françaises de Louis XII, conduites par le maréchal de Rieux. Ce ne sera que le début de nombreux conflits, la France et l'Espagne prenant un parti différent lorsque débute la guerre de trente ans en 1618. Les deux pays se déclarent officiellement la guerre en 1635. Le fort de Leucate, tenu par les Français et faisant face au fort de Salses, est attaqué par les Espagnols 1638. L'inverse se produit l'année suivante, les Français attaquent Salses en 1639 et prennent la forteresse, qui redeviendra espagnole en 1640, avant d'être définitivement conquise par les Français en 1642. Le 7 novembre 1659 est signé le traité des Pyrénées, qui définit la frontière entre la France et l'Espagne. Le Roussillon appartient désormais à la France de Louis XIV. La frontière étant déplacée, le fort perd son intérêt stratégique et reste plus ou moins à l'abandon, plusieurs ordres de destruction sont même proposés, mais jamais appliqués. La forteresse sera restaurée par Vauban dès 1691, avant de devenir prison d'Etat.

■ LA FORTERESSE DE SALSES

SALSES-LE-CHÂTEAU

☎ 04 68 38 60 13

<http://salses.monuments-nationaux.fr>



Fermé 1^{er} janvier, 1^{er} mai, 1^{er} et 11 novembre, 25 décembre.

Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 12h15 et de

14h à 17h. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 19h.

Fermeture de la billetterie 30 min avant. Gratuit jusqu'à

25 ans (hors groupes scolaires et jeunes de 18 à 25 ans

non ressortissants de l'U.E). Adulte : 7,50 €. Groupe

(20 personnes) : 6 € (professionnels du tourisme). Tarif

réduit sous conditions : 4,50 €. Label Tourisme & Handicap.

Visite guidée. Parking.

Le grand four solaire d'Odeillo-Heliodyssée

C'est le plus grand four solaire de grande puissance construit au monde. Ce joyau technologique de 40 mètres de haut et 54 mètres de large reste aujourd'hui avec son homologue de Parkent (Ouzbékistan) un des plus grands fours solaires au monde. Classé monument historique et infrastructure européenne de recherche, il fut conçu au début des années 60, à partir des connaissances accumulées et des expérimentations concluantes pratiquées sur son « papa » de Mont-Louis, il fut mis en service en 1969. Ce gigantesque miroir abrite un laboratoire du CNRS toujours en pleine activité avec des programmes d'importance mondiale. Son domaine d'activité fait partie du tourisme scientifique et industriel et diffuse la culture scientifique et technique. La visite du site, ludique et enrichissante, est adaptée aux petits comme aux grands. Elle comprend une partie guidée par un amateur scientifique qui démontre les capacités de la lumière concentrée. Dans la salle d'exposition, un film présente l'activité du four. Il s'agit d'une étape phare du département (75 000 visiteurs à l'année)

■ **LE GRAND FOUR SOLAIRE D'ODEILLO-HELIODYSSEE**
 7, rue du Four-Solaire
 FONT-ROMEY-ODEILLO-VIA ☎ 04 68 30 77 86
 www.foursolaire-fontromeu.fr
 soleil@promes.cnrs.fr
 ♿

Fermé le 1^{er} janvier et 25 décembre. Basse saison : ouvert tous les jours de 10h à 12h30 et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 19h. Gratuit jusqu'à 7 ans. Adulte : 7 €. Enfant (de 7 à 17 ans) : 3,50 €. Tarif réduit pour étudiant et chômeurs : 6 € – Tarif structures d'enseignement : 2,50 € à 3,60 € par élève. Label Tourisme & Handicap. Visite guidée (1h).

Nature

Entre sommets vallonnés de l'Aubrac et pentes abruptes du Canigou ; paysages montagnards ou méditerranéens, le Languedoc-Roussillon est un appel permanent au soleil et aux grands espaces : c'est un pays à l'âme forte et aux souvenirs de voyage qui se méritent.

Géographie

Climat

- ▶ **Températures moyennes** : 14 °C en hiver, 28 °C en été
- ▶ **Ensoleillement** : 1465 heures par an
- ▶ **Précipitations** : 750 mm d'eau par an à Montpellier, 680 mm à Nîmes et 630 mm à Perpignan
- ▶ **Vent** : mistral, tramontane et cers (vents de terre)
- ▶ **Phénomènes naturels** : aridité prolongée en été, fortes averses en printemps et automne, influence océaniques à l'ouest

Relief

▶ Cours d'eau et vallées

Soumis à la topographie de la région (plaines littorales, collines et hauteurs périphériques), le réseau hydrographique est caractérisé par un nombre important de fleuves côtiers, au régime méditerranéen très prononcé et des caractères torrentiels : étiage d'été et fortes crues d'automne. Outre ce bassin méditerranéen direct, auquel il faut ajouter les rivières de l'Est gardois tributaires du Rhône, le bassin atlantique s'étend jusqu'ici, avec des affluents de la Garonne et même de la Loire pour une partie de la Lozère, véritable « château d'eau » de la France. Les principaux rivières et cours d'eau sont : l'Allier, le Truyère, le Lot, le Tarn, la Jonte, la Cèze, le Gard (ou Gardon), le Rhône, l'Hérault, l'Orb, l'Aude, l'Agly, la Têt et le Tech.

▶ Plaines

Les plaines littorales furent longtemps répulsives. Elles étaient composées de nombreuses lagunes et la malaria y sévissait. L'aménagement touristique décidé par l'Etat

en 1963 a provoqué un vaste bouleversement des côtes, avec l'assainissement du littoral et l'aménagement de plusieurs stations (La Grande-Motte, Le Cap-d'Agde...).

▶ Sommets et cols

La zone de collines se caractérise par des altitudes comprises entre 200 m et 700 m. Les sols y sont le plus souvent pauvres (dans les garrigues par exemple). Le développement démographique récent offre une valeur nouvelle à cette zone devenue l'objet de convoitises immobilières.

La zone de montagne court de l'extrémité orientale des Pyrénées (au sud) aux Cévennes et au sud du Massif central (au nord). Les terres y sont le plus souvent pauvres, mais on rencontre quelques cultures céréalières dans les dolines (petites poches dans des reliefs karstiques).

Littoral

▶ **Mer.** Quatre des cinq départements qui composent le Languedoc-Roussillon ont une large ouverture sur la mer. Depuis la Camargue à l'est jusqu'à la frontière espagnole au sud, sur plus de 200 kilomètres, la région épouse la Méditerranée autour de l'anse du golfe du Lion.

▶ **Côtes.** Si l'appellation des côtes sous des noms emplis de poésie est un phénomène relativement récent (fin XIX^e début XX^e siècle) répondant alors à des besoins d'identification et de promotion touristique, il n'en demeure pas moins que c'est un bon repère géographique. Ainsi, de la Petite Camargue aux premiers rochers d'Argelès-sur-Mer s'étend de la côte d'Améthyste (également appelée côte Radieuse dans sa partie roussillonnaise) suivie de la côte Vermeille plus au sud.

▶ **Plages.** La grande majorité des plages du Languedoc-Roussillon sont de larges bandes sableuses bordées d'étangs et de lagunes dans un relief plat. Seule la Côte Vermeille au sud, qui s'adosse aux derniers contreforts du massif pyrénéen, présente des criques rocheuses.

▶ **Ports.** Les trois ports principaux de Languedoc-Roussillon sont d'est au sud : Sète, Port-la-Nouvelle, Port-Vendres. Sète est en Méditerranée le premier port de pêche – les captures se chiffrent à 38 500 tonnes, soit 4 % de la pêche nationale – et le deuxième port commercial.

Faune et flore

La végétation doit ici s'adapter à des conditions climatiques qui sont peu favorables à son développement. L'hiver la vie végétative est fortement ralentie par le froid et en été la sécheresse sévit parfois pendant de longues semaines.

La croissance normale ne peut s'effectuer qu'au printemps et à l'automne. Les plantes qui s'adaptent le mieux à cette alternance sont celles qui possèdent un feuillage persistant comme l'olivier, le buis, le chêne vert par exemple. Grâce à une substance protectrice, le lignite, ces plantes peuvent supporter les effets du gel en hiver, jusqu'à -8°C ou -10°C . Pour résister à la sécheresse estivale, les plantes ont mis au point quelques « astuces » pour sauvegarder leurs espèces. Ainsi les graminées se développent dès le printemps et forment leurs graines avant la fin de la période pluvieuse. La plante se dessèche, meurt, mais la graine germera au printemps suivant. Pour les arbustes et les arbres, la vie est plus facile car, avec leurs racines, ils vont chercher l'humidité en profondeur. Cependant pour perdre le moins d'eau possible par transpiration, différentes techniques sont utilisées : feuilles de petites tailles, devenant parfois des aiguilles comme pour le pin d'Alep ; enveloppe de la feuille, la cuticule, très épaisse, pour protéger des rayons du soleil ; émission de parfums qui, selon certains spécialistes, créeraient un nuage protecteur ; formation de bulbes à réserves d'eau comme chez l'asphodèle.

Faune

Animaux emblématiques

► Le taureau de Camargue

Il vit en semi-liberté dans des élevages nommés « manades ». Petit et noir, les cornes en lyre, il est issu des animaux que l'on retrouve peints sur les murs des grottes préhistoriques. Mais au siècle dernier, des croisements avec son cousin, le taureau de combat espagnol, lui ont donné vigueur et combativité.

► Le cheval

C'est l'autre animal indispensable à la « manade ». Petit, trapu, descendant de races locales, il est adapté avec ses sabots larges aux milieux humides de la Camargue. Bruns à la naissance, les poulains prennent rapidement la teinte blanche qui fait leur spécificité. Docile, facile à dresser, il fait corps avec son cavalier le « gardian » et est l'auxiliaire efficace pour la conduite et la maîtrise du troupeau de taureaux.

La faune de la garrigue

Très diversifiée, mais ici aussi adaptée aux particularités du climat méditerranéen, la faune de la garrigue est multiple et abondante. On peut citer quelques espèces particulières comme la « couleuvre de Montpellier », un gros serpent de plus de 2 m de long ; le petit lézard gris (« angrole » pour les gens du pays) qui se chauffe sur les pierres au moindre rayon de soleil ; la « cargolade », le « petit gris », l'escargot médi-

terraneen montre ses cornes dès qu'une averse vient réveiller la vie dans les garrigues, sortant des lieux où il se protège de la sécheresse : amoncellements de branchages, fond de fossés, trous de murets... Espace broussailleux à la végétation dense, la garrigue a vu depuis quelques années une prolifération du sanglier. Chassé en battue dans toute la région, il se cache dans la journée et le promeneur ne trouve souvent que des traces de son activité nocturne : sols retournés, racines à nu, mares argileuses piétinées.

Espèces protégées

Grâce à l'action des parcs naturels ou à des initiatives privées ou des collectivités locales, certaines espèces, en voie de disparition ou disparues parfois depuis de longues années, ont été réintroduites, soit en liberté ou pour certains en semi-liberté.

► Le bison d'Europe

Absents des terres de Margeride depuis 1 500 ans, les « bisons bonasus » ou bisons d'Europe ont été réintroduits et coulent aujourd'hui des jours tranquilles dans la réserve de Sainte-Eulalie, au sud-ouest de la Margeride. Originaire de Pologne, cet animal trapu et lourd est l'un des derniers représentants d'une faune primitive, un voisin de l'aurochs avec lequel on l'a souvent confondu. Commencée en 1991, la réacclimatation en Margeride a si bien réussi que les premières naissances au parc ont eu lieu en 1993. Pour la petite histoire signalons que, contrairement à son cousin d'Amérique, présent lui dans un élevage du Gard, il ne finira pas sa vie à la boucherie car les qualités gustatives de sa viande, plus sèche et moins goûteuse, sont moindres.

► Le cheval de Przewalski

Il y a des milliers d'années, les chevaux de Przewalski peuplaient l'Asie centrale, et des peintures rupestres attestent aussi de sa présence en France à la préhistoire ; mais, depuis 1960, aucun d'eux ne vit à l'état sauvage. Pour contribuer à sa sauvegarde, 8 chevaux de Przewalski ont été installés au départ, dans les années 1990, sur le causse Méjean particulièrement bien adapté à l'espèce. L'expérience est un succès, puisqu'une quarantaine de bêtes vivent actuellement en semi-liberté sur le site et que fin 2004, ce sont des descendants des chevaux lozériens qui sont partis repeupler la Mongolie. Le look Przewalski ? Petite taille, des rayures sur les pattes, comme de grandes chaussettes zébrées, et la crinière dressée, sans petite mèche retombant sur le front. Indémorable...

► **Les loups** Une petite société de plus de 120 loups de Mongolie, d'Europe et du Canada est regroupée dans la réserve de Sainte-Lucie, en Margeride. Ces loups, réintroduits en Lozère, vivent en semi-liberté. Sur ces terres de légendes du Gévaudan, le loup traîne derrière lui une forte mauvaise réputation, mais il n'en est rien ; c'est un animal craintif, vivant en meute et qui ne tue que pour manger. L'hiver, en période maigre, les loups se regroupent en clans de 6 à 12 individus pour s'attaquer à des proies plus conséquentes. Ultime trait de caractère : les loups sont des animaux fidèles, le couple est scellé pour la vie.

► Les mouffons du Caroux

Le Parc naturel du Haut-Languedoc a procédé en 1956 à la réintroduction du moufflon. Cet ancêtre du mouton domestique – c'est dire s'il avait toute sa place dans la région – avait disparu de la France continentale au XIX^e siècle. Il subsistait à l'état sauvage seulement en Corse. De petite taille, il s'est parfaitement adapté à la moyenne montagne héraultaise, sèche et peu enneigée, où il a trouvé un environnement favorable. Plus de 45 ans ont passé et le résultat est là : le troupeau, le plus important de la France métropolitaine, compte plus d'un millier de têtes et s'étend sur l'ensemble des massifs du Caroux et de l'Espinouse.

Oiseaux et rapaces

La Camargue et autres étangs sont un milieu des plus favorables aux oiseaux. Des grands migrateurs aux sédentaires, de nombreuses espèces y sont représentées. Chassés ou protégés : foulques noires (ou macreuses), aigrettes, hérons cendrés, canards de toutes sortes, mouettes et goélands, cormorans, parfois oies et cigognes, parcourent le ciel. Mais l'oiseau emblématique, c'est bien sûr le flamant rose. Ce grand voyageur, qui en principe allait hiverner en Afrique du Nord ou parfois jusqu'au Kenya, a pris depuis une vingtaine d'années l'habitude de rester dans la région même pendant l'hiver. Dans les eaux des salins vivent des organismes microscopiques, notamment des artémias, crevettes minuscules, qui se nourrissent d'algues monocellulaires roses. Devenues roses, elles aussi, ces crevettes constituent le plat préféré des flamants qui viennent ici en grand nombre (plus de 10 000 ont été comptabilisés) se repaître... et prendre la belle couleur qui les a rendus célèbres.

Parmi les volatiles et rapaces en tout genre qui évoluent dans ces parages, évoquons le grand tétras : on ne peut ignorer cet oiseau de 5 kg, 1,30 m d'envergure, habillé d'un plumage gris ardoise sur le corps, brun foncé sur les ailes, avec des reflets métalliques et un plastron vert mordoré. Décimé en France jusqu'au milieu du XX^e siècle, le vautour fauve (ou bouldras en cévenol) a été réintroduit dans la région en 1981. Aujourd'hui, ce grand rapace de 8 kg et 2,70 m d'envergure, en colonie de 200 individus, plane à nouveau au-dessus des gorges du Tarn et des causses. Les gorges de la Jonte et du Tarn ont un autre locataire : le vautour moine, réintroduit en 1992, s'est aussi bien acclimaté aux gorges que son cousin. Ils ne sont encore qu'une trentaine d'individus, mais quelques petits sont déjà nés sur le site. Quant aux aigles royaux, on en compte 5 à 6 couples qui semblent se plaire dans cet environnement.

► Poissons

La particularité des étangs languedociens sont les lagunes communiquant avec la mer par des passages plus ou moins actifs, les « graux », qui favorisent le développement des poissons migrateurs. Les deux plus connus sont la dorade qui « sort » en mer à partir de septembre, rendez-vous incontournable et folklorique des pêcheurs sur les canaux de Sète, et l'anguille qui elle, y séjourne de l'automne à la fin de l'hiver ; sans oublier le « muge » (ou mulot), hôte permanent des lieux. Hormis

les moules et les huîtres qui bénéficient d'un élevage de type industriel, de nombreux coquillages habitent ces étangs et font l'objet d'une cueillette saisonnière : clovisses, tellines, palourdes et autres bivalves... Il ne faut pas oublier, dans la faune marine, les poissons de mer. Ils sont si bien typés, si parfumés, mais aussi si recherchés (et cela se voit aussi sur les prix !) que le double étiquetage sur les étals « océan » et « Méditerranée » trouve sa pleine justification. D'ailleurs les gens du coin ont toujours pris soin de bien différencier les appellations : le petit rouget au goût si iodé n'a rien à voir avec le grondin, la lotte s'appelle ici baudroie et le bar est sublime lorsqu'il devient loup, grillé et parsemé de fenouil.

Flore

► Arbres, buissons

Aujourd'hui soumises aux attaques de l'urbanisation et avant d'être cultivées par l'homme, principalement pour la vigne et l'élevage du mouton, la plaine et les collines étaient couvertes d'une forêt. La forêt méditerranéenne originelle était une formation complexe, comportant plusieurs strates végétales. Tout en haut règne donc le chêne vert (ou yeuse) au feuillage persistant vert foncé, mais aussi le pin d'Alep aux aiguilles filtrant les rayons du soleil et l'arbousier aux baies rougeoyantes. Au-dessous viennent les arbustes aux noms évocateurs : lentisques, térébinthes, buis, genévriers, chênes kermes aux feuilles piquantes, reliés entre eux par un entrelacs de dématites ou de salsepareilles. Près du sol, les graminées dominent principalement le brachypode rameux, l'herbe préférée du mouton, se mêlant aux plantes aromatiques dont la plus célèbre représentant est le thym. Mais avec le recul de l'élevage, des plantes colonisatrices des milieux dégradés, comme l'euphorbe ou l'asphodèle, et les arbustes épineux gagnent de plus en plus de terrains, favorisant une certaine fermeture de l'espace naturel. Dès que l'altitude s'élève et ce jusqu'à environ 800 m, la famille des chênes s'agrandit du chêne blanc, à la feuille multilobée très reconnaissable, mais qui en hiver perd son feuillage. Dans les Pyrénées-Orientales, se développe une espèce calcifuge, le chêne-liège, utilisé depuis toujours pour la fabrication des bouchons. La montagne est un milieu complexe mêlant forêts naturelles résiduelles où le hêtre occupe une place prédominante et vastes replantations effectuées par l'homme au cours des deux derniers siècles, peuplements essentiellement résineux : pins et sapins, épicéas, cèdres parfois. Il faut faire une place à part au châtaignier, « l'arbre à pain » des Cévenols et de toutes les populations de la bordure sud du Massif central. Cultivé entre 400 m et 1 000 m sur des terrasses, fournissant bois de charpente, de clôture, il a permis la survie de nombreuses générations par ses fruits consommés par l'homme et le bétail sous différentes formes : cuit ou grillé, conservé séché ou en farine. Plus haut, la végétation se raréfie et s'amenuise. Apparaissent alors les pelouses de montagne comme dans le massif pyrénéen rappelant les pelouses d'alpage ou les landes colorées qui couvrent les sommets du mont Lozère ou du Caroux. Seule la forêt se maintient sur les versants nord comme en Cerdagne ou en Capcir ou avec la magnifique sapinière des hauts plateaux audois.

► Fleurs et plantes rares

La plante la plus connue de la dune est sans conteste l'oyat. Cette petite graminée aux racines traçantes permet une fixation optimale du sable. Mais les attaques de la mer, l'érosion des courants et surtout le piétinement intense des touristes entraînent dans de nombreux endroits sa raréfaction, voire parfois sa disparition. Aussi voit-on fleurir de plus en plus des « ganielles », barrières en bois de châtaignier, destinées à assurer le maintien du cordon littoral.

► Végétation sous-marine

En eau saumâtre, les plantes halophiles (qui aiment le sel) dominent, en particulier la saladelle et la salicorne, plantes grasses de petite taille, aux branches formées de segments articulés comme des pattes de crabes et à l'aspect translucide. Dès que l'eau devient plus douce, la roselière se développe.

Parcs et réserves naturelles

Réserves naturelles

► Le Parc national des Cévennes

Quatrième Parc national créé en France, en 1970, il s'étend sur cinq zones différentes, le causse Méjean, le mont Lozère, la montagne du Bougès, les vallées du Gardon et le massif de l'Aigoual. Soit un total de 321 000 ha sur lesquels sa mission est de préserver la richesse et la diversité naturelles, résultat de la diversité des climats (océanique, continental, méditerranéen), des sols (granit, calcaire, schiste) et des variations d'altitude, allant de 378 m à 1 699 m. La qualité remarquable de cette réserve mondiale de la biosphère, reconnue comme telle par l'Unesco depuis 1985, a favorisé un des enrichissements biologiques les plus forts d'Europe de ces vingt dernières années ; à force de soins, le PNC a obtenu la recolonisation naturelle par des espèces animales qui l'avaient déserté ; ainsi en va-t-il du pic noir et de la chouette de Tengmaln, du vautour percnoptère, de la grenouille rieuse, de la loutre et de l'aigle royal. L'amélioration de leur habitat a fait un succès

de la réintroduction d'autres animaux : cerfs, chevreuils, mouflons, castors, vautours fauves et moines, grands tétras. La flore est à la fois riche et abondante, contrastée selon des zones chaudes et sèches ou au contraire froides et humides. Quarante-huit de ces espèces sont endémiques et n'ont jamais disparu, d'autres sont rares et remarquables comme certaines variétés d'orchidées ou le très élégant lys martagon. Mais la grande particularité de ce parc est qu'il est habité jusque dans sa zone centrale, qui représente 91 000 hectares. La mission du parc est donc de concilier hommes et nature, soit un « écodéveloppement » rentable, et la protection du patrimoine. Il semble que le PNC et ses habitants soient arrivés à une entente cordiale, dans laquelle les activités rurales bien gérées (élevage, agriculture, exploitation forestière) sont un garant de la sauvegarde des paysages dans lesquels hommes et bêtes respectent l'habitat de chacun.

► Le Parc naturel régional du Haut-Languedoc

A cheval sur les départements du Tarn et de l'Hérault, ce parc a été créé en 1973 sur 260 000 ha (93 communes) afin de protéger la faune et la flore des massifs de l'Espinoise, du Caroux, de la montagne Noire, du Sidobre et des monts de Lacaune plus à l'ouest. La nature y est sauvage et la végétation contrastée, soumise aux influences méditerranéennes ou atlantiques selon le versant où l'on se trouve. Au-dessus des plaines viticoles et céréalières, les bois de châtaigniers et les hêtres s'emparent de l'espace. Des gorges profondes, comme celles de Héric ou de Colombières, marquent ces paysages sauvages dans lesquels de nouveaux hôtes prospèrent : la réintroduction des mouflons y a été un réel succès et le randonneur peut y croiser maintenant quelques troupeaux. Du néolithique à l'époque romane et aux cathédrales, l'homme a laissé son empreinte sur ces paysages. Il les a apprivoisés et a développé leurs richesses naturelles : châtaigniers, arbres fruitiers, vignobles et ressources de l'élevage bovin et ovin. Vous partirez à la découverte d'une faune et d'une flore protégées : hêtres et conifères, rivières à truites qui dévalent des pentes escarpées. Organisme d'aménagement et de protection, le Parc naturel régional du Haut-Languedoc a aussi mis en place des structures



Village cévenol



Les Cévennes

d'accueil et d'information sur le tourisme « nature » : randonnées (GR, PR, sentiers de pays), labellisation des hébergements de caractère, et activités sportives et de loisirs. Il peut même vous organiser des séjours de découverte de produits, de sites...

► Le Parc naturel régional de la Narbonnaise en Méditerranée

Avec 80 000 ha (dont 8 000 ha de zones humides, 300 ha de plages et dunes, 20 000 ha de mer Méditerranée, 740 ha de salins, 24 000 ha de garrigues, 6 500 ha de forêts, 15 000 ha de vignes), 20 communes (plus 7 associées), 36 500 habitants, c'est un véritable jardin d'Eden pour la flore, les oiseaux et les poissons. Et si les vacanciers d'aujourd'hui s'arrêtent le plus souvent au littoral, ils apprennent aujourd'hui, grâce au parc, à découvrir le massif de la Clape, la plaine et le massif de Fontfroide, les Corbières maritimes, le Piémont et le plateau de Leucate. Le terme de « territoire d'exception » est ici parfaitement adapté : où en France croise-t-on une telle variété patrimoniale, de l'abbaye de Fontfroide au canal de la Robine, des vignes des Corbières aux richesses ornithologiques des étangs avec 300 espèces d'oiseaux présentes (sur 514 en Europe), des 31 sites inscrits (dont la totalité des étangs de Bages-Sigean), aux 2 000 espèces végétales (dont 6 d'intérêt international) et 27 sites paysagers remarquables ? Mais c'est aussi : 15 236 ha de sites proposés pour intégrer le réseau Natura 2000 ; 8 920 ha de sites classés (Clape, Fontfroide, gouffre de l'Œil doux) ; 4 635 ha de sites inscrits (plateau de Leucate, île Sainte-Lucie...) ; 2 200 ha du Conservatoire de l'Espace littoral et des Rivages lacustres. Les missions lui ont été définies : conserver ; mettre en valeur et réhabiliter les paysages ; promouvoir la qualité des espaces bâtis et urbanisés ; assurer la gestion des milieux aquatiques ; protéger le patrimoine tout en contribuant au développement des activités humaines ; coordonner l'action culturelle ; développer un tourisme de qualité, respectueux des habitants, des milieux naturels et du patrimoine culturel ; soutenir la pêche, la conchyliculture et les salins ainsi que le développement économique local. Quitter la plage pour aller à la rencontre de l'aigle

de Bonelli ou du murin de Capaccini, comprendre le fonctionnement des salines ou suivre les traces d'Hannibal en Corbières, voilà quelques-uns, une infime partie, des thèmes d'initiation à cette nature extraordinaire du parc naturel régional.

► Le Parc naturel régional des Pyrénées catalanes

Il s'étend entièrement dans le département des Pyrénées-Orientales et concerne 64 communes, soit 138 000 ha et 21 000 habitants. Il regroupe des milieux divers car s'échelonnant d'une altitude de 300 m à des sommets d'environ 3 000 m. Trois régions historiques et naturelles, à fortes identités, le Conflent, le Capcir et la Cerdagne sont concernées. La ligne du Train Jaune, de Villefranche-de-Conflent (427 m) à Latour-de-Carol, traverse le territoire dans toute sa longueur et en constitue la véritable colonne vertébrale. Il bénéficie de nombreux atouts dont le premier est un caractère très montagnard avec une amplitude de 427 mètres d'altitude à 2 921 mètres, la présence du Canigou, montagne emblématique des Catalans et des Pyrénées, et de quatre sommets dépassant les 2 900 mètres. Sa biodiversité est, elle, remarquable notamment avec 60 lacs de montagne et de nombreuses zones humides, sous influence méditerranéenne ; une richesse de la faune et de la flore caractéristique des massifs montagneux au contact du climat méditerranéen ; des animaux emblématiques : le gypaète barbu, le desman des Pyrénées, le grand tétras et l'ours... ; des plantes uniques au monde : l'alysson des Pyrénées... ; la présence de 7 réserves naturelles dans le périmètre du PNR et de cinq sites classés (dont le lac des Bouillouses et le Canigou) ; 45 % du territoire couvert par la forêt. L'héritage historique et culturel se traduit par l'existence d'un riche patrimoine bâti (deux cités fortifiées par Vauban : Villefranche-de-Conflent et Mont-Louis ; l'abbaye romane de Saint-Martin-du-Canigou, 21 monuments historiques ; un patrimoine vernaculaire remarquable : orris, cabanes, terrasses...) et une culture toujours vivante : la langue et la culture catalanes ancrées ; des richesses archéologiques, historiques, ethnologiques et artistiques incitant chercheurs et artistes à vivre sur le territoire ; un patrimoine industriel important lié à l'exploitation minière.

Économie

Le Languedoc-Roussillon, d'une surface de 27 376 m² est la 9^e région de France par sa superficie. Sa situation au sud-est de la France, au centre de l'arc méditerranéen, lui confère naturellement un rôle stratégique au sein de l'Europe, elle est une voie de passage essentielle entre l'Europe du Nord et du Sud d'une part, mais également avec les pays du pourtour méditerranéen d'autre part. Lieu de convergence d'axes économiques importants, le Languedoc-Roussillon dispose d'atouts géostratégiques indéniables et d'infrastructures modernes et adaptées en constant développement qui confèrent à la fonction logistique et au transport un potentiel de développement fort (plateformes multimodales, réseau ferroviaire de niveau européen avec ligne fret dédié, réseau routier et autoroutier dense, plateformes portuaires et aéroportuaires...). Cette région ne présente pas d'unité géographique, et offre une grande diversité de reliefs allant de la plaine littorale à la haute montagne, ce qui constitue un grand attrait pour la diversification économique, la démographie et l'activité touristique.

Le Languedoc-Roussillon est une région faiblement industrialisée avec une économie essentiellement fondée sur l'agriculture ayant ici pour grandes dominantes la viticulture, les cultures maraîchères, fruitières et en moindre mesure la pêche et l'élevage (principalement en Lozère). Les services, avec comme fer de lance le tourisme (4^e destination touristique en France), sont un secteur phare de l'activité économique.

Paradoxalement, cette région très attractive et pleine de dynamisme, qui ne cesse d'attirer de nouveaux migrants et affiche la croissance démographique la plus élevée de France, connaît un taux de chômage record (14,8 % au 2^e trimestre 2013 contre 10,5 % de moyenne nationale). A en croire les chiffres, le secteur du touristique qui assure en grande partie le développement économique du Languedoc-Roussillon et a un impact assurément positif sur l'essor des infrastructures réceptives (hôtels, restaurants, etc.) et des besoins dérivés (commerce, viticulture, élevage, etc.), ne peut pallier à lui seul le déficit d'emplois. Et s'il est vrai que l'agriculture est omniprésente, avec notamment 40 % de la production viticole française, que les viticulteurs ont su reconverter de façon très qualitative leur production, elle est essentiellement constituée de structures de moyenne et petite taille, voire familiales, qui génèrent une source importante de revenus mais relativement peu d'emplois (à peine un peu plus de 10 % des salariés de la région). Pour le secteur secondaire, l'industrie est en voie de reconversion avec comme pierre d'angle l'industrie de pointe, la recherche-développement et l'innovation. Bien que peu présente et principalement basée à Montpellier, elle est plutôt en bonne santé et laisse entrevoir de belles perspectives.

De par sa situation et ses productions, la région a également une vocation commerciale, Sète, deuxième port de commerce français sur la Méditerranée après Marseille, accueille les importations de pétrole brut, un or noir raffiné ensuite à Frontignan. Les principales exportations concernent le vin, les céréales et les hydrocarbures.

La haute vallée de l'Aude se trouve très équipée en centrales hydroélectriques, et Odeillo dans les Pyrénées-Orientales accueille la seule centrale électrosolaire de France. Côté nucléaire, ce sont deux centres de concentration de l'uranium (Narbonne et Marcoule) qui font de la région un pôle compétitif de production d'énergie, sans oublier l'émergence de l'énergie éolienne. Néanmoins, le secondaire est sous-représenté au regard des autres activités, en n'assurant que 13,6 % de l'emploi régional. Très avantagée par sa situation géographique, la région mise en effet beaucoup sur ses infrastructures touristiques. Une agriculture qui permet de développer une certaine « souveraineté » économique, d'avoir sa propre production, et de conserver l'authenticité d'un territoire et de son terroir. La région tient le rang de deuxième producteur national de fruits et légumes, mais elle a d'autres atouts : vignes, élevage, pêche, un secteur primaire qui assure 10,3 % de l'emploi régional.

A cela, s'ajoute une industrie du tourisme sans cesse en expansion grâce à ses services et son littoral qui en fait la quatrième région d'accueil en France. Adaptée à un tourisme de masse, l'emploi tertiaire est le plus dense, notamment pour l'entretien des sites et monuments protégés, des parcs naturels, des cités balnéaires et stations de ski.

Ressources naturelles

En Languedoc-Roussillon, les ressources naturelles de la terre ont longtemps été synonymes d'économie florissante, d'emploi et de dynamisme. De précarité ouvrière, grèves et mouvements syndicaux aussi. D'une économie souterraine de l'extraction de minerais de fer, du charbon ou du gaz à celle tournée vers la mer, la pêche ou l'élevage, c'est le portrait d'une économie tantôt florissante, tantôt en reconversion, des secteurs en difficulté sous la pression de la concurrence extérieure et d'autres en pleine expansion. Une faune et flore abondante évoluant au milieu de parcs naturels presque labellisés « Patrimoine mondial de l'Unesco », un climat méditerranéen où le soleil à profusion est propice à l'oléiculture ainsi que la viticulture, l'agriculture maraîchère ou fromagère. Une région pleine de richesses naturelles, une large biodiversité et des écosystèmes fragiles à protéger.

► Le charbon.

Les ressources naturelles du Languedoc-Roussillon ont galvanisé un essor économique considérable à l'aune de la révolution industrielle du XIX^e siècle. En effet, la région a longtemps extirpé les richesses de son sous-sol, ce qui en fit jadis l'un des bassins pionniers de l'extraction houillère pour la production d'énergie en France. Les puits et les cavernes du sous-sol des mines de charbon assuraient du 19^{ème} siècle jusqu'aux années 1985 une part importante de l'emploi industriel, notamment dans le bassin des Cévennes, sur la Lozère, le Gard et l'Hérault, où le charbon, mais aussi le gaz, l'alumine et le fer firent partie des fers de lance de l'économie régionale. Dans la frange orientale du Languedoc, les traces de l'extraction de ces ressources sont encore très présentes et font l'objet désormais de visites guidées. Pour des raisons de rentabilité et de protection des écosystèmes, l'exploitation houillère a été stoppée, bien que les sols soient encore gorgés de charbon, et l'économie locale (comme nationale) a opéré une reconversion de ses activités. Le sous-sol cévenol est notamment très pourvu en gaz de schiste, dont les autorités souhaitaient en 2011 démarrer un projet d'exploration (et donc d'extraction), projet avorté en raison de la vive opposition des locaux et pour des motifs écologiques.

► L'eau.

Malgré un climat sec voire chaud, qui rend certaines terres arides et où la pluie est parfois absente pendant plusieurs mois, l'eau n'est pas une ressource naturelle rare en Languedoc-Roussillon et on la trouve à profusion. En plaine, tout d'abord, la terre absorbe et capte l'eau qui s'écoule de la pluie sur les massifs des Cévennes, des causses de Lozère, des Pyrénées, de l'Aubrac, etc. De ce fait, les nappes phréatiques, sur toute la région, sont loin d'être tarées et les cinq départements jouissent de réserves abondantes en eau, et ont installé des stations de captage des eaux. Autre phénomène de retenue d'eau connue ici, les aquifères : réserves naturelles d'eau. Le sol, constitué suite à l'accumulation des sédiments au fil du temps, est par endroit une véritable passoire, un sol argileux tellement poreux qu'une réserve naturelle d'eau, un aquifère peut se former. C'est le cas dans l'Hérault, de l'Étang de Thau à celui de Vendres, et dans les nappes alluviales où l'aquifère permet d'alimenter en eau potable nombre de communes du Bas-Languedoc.

► Le sel.

Obtenu par évaporation de l'eau de mer par le soleil, il est possible d'extraire les sédiments de la mer pour produire un minéral agrémentant la cuisine et facilitant depuis tous les temps la conservation des aliments : le sel naturel de mer. Ainsi, des marais salants (usage à finalité agricole) et des salines (production à finalité industrielle) sont exploitées le long des littoraux languedociens. Le sel récolté en Méditerranée est naturellement blanc en raison de la sécheresse de l'été qui déshydrate complètement les cristaux extraits. L'Hérault est pourvu en marais salants du côté d'Agde, et le Gard a su tirer profit (industriellement et touristiquement) des célèbres Salins du Midi à Aigues-Mortes.

Environnement et énergies

Le respect de l'environnement ne fait pas toujours bon alliage avec la production de l'énergie. En Languedoc-Roussillon, l'exploitation des ressources naturelles permet de produire une énergie considérable (électricité, nucléaire, hydrocarbures, énergie hydraulique, éolienne et solaire, etc.). Mais dans une économie ouverte sur le reste du monde, où la rentabilité et le calcul optimisé des coûts prédominent parfois sur les enjeux environnementaux, maintenir l'équilibre des écosystèmes et préserver la biodiversité deviennent des questions primordiales. Dans la région, a été mise en place la production d'énergies « propres » et renouvelables en utilisant l'énergie solaire, l'eau (hydroélectricité) et le vent (énergie éolienne).

► L'énergie nucléaire.

Aujourd'hui en proie à une vive contestation politique et sociale, l'énergie nucléaire est qualifiée de lourde, dangereuse et polluante. Néanmoins, le Languedoc-Roussillon se trouve, en lisière de la Vallée du Rhône, à proximité de grands sites producteurs d'électricité nucléaire. Certaines activités de la centrale nucléaire de Marcoule sont en phase de démantèlement, mais celle-ci reste majoritaire dans la production de combustibles MOX (mélange d'oxydes), dont EDF se sert pour produire son électricité sur le site de Tricastin (Drôme). Avec la centrale de Malvési près de Narbonne, les réacteurs de Marcoule, près de Bagnols-sur-Cèze, sont les seuls sites de production d'énergie nucléaire dans le territoire du Languedoc-Roussillon.

► L'énergie solaire.

L'énergie solaire est est très présente ici, sur cette zone où le soleil brille entre 300 et 320 jours par an. Ainsi, la région a vu fleurir des centrales solaires thermodynamiques et mécaniques qui permettent de fabriquer de l'électricité au même titre qu'une traditionnelle centrale électrique, rien qu'avec la concentration du rayonnement solaire. Le département des Pyrénées-Orientales abrite deux centres de production d'énergie, à savoir le four solaire d'Odeillo et la centrale solaire de THEMIS, tous deux situés en Cerdagne, à Targassonne. Ces sites font partie des plus importants du monde, et font de la concurrence à l'Espagne et la Californie. Avec 2400 heures d'ensoleillement par an, et grâce à la faiblesse moyenne du vent, ces sites basés près de Font-Romeu, permettent à EDF de produire une électricité renouvelable qui ne déséquilibre pas l'écosystème. Dans l'Aude, Narbonne s'est doté de l'une des plus importantes centrales solaires photovoltaïques de France, en décidant de créer un parc de 80 000 m² de panneaux solaires, produisant une électricité capable d'alimenter tous les bâtiments publics de la ville. L'Hérault accueille aussi son énergie solaire, avec les centrales solaires photovoltaïques de Lansargues et de Saint-Aunès (près de Montpellier). L'énergie solaire nécessite donc énormément de panneaux et de centrales afin d'alimenter la demande d'électricité, et cette économie « verte » n'en n'est qu'à ses balbutiements, au grand dam de certains locaux qui rechignent à voir se dégrader leur paysage, critiquant le faible rendement de ces centrales.

► L'énergie éolienne.

Autrefois utilisée par le moulin pour fabriquer la farine, l'énergie éolienne est très ancienne. L'énergie, son empreinte écologique, son utilisation et la gestion des ressources sont des enjeux majeurs pour un Etat. L'éolien dans le Languedoc-Roussillon représente une part majoritaire dans la production d'énergie : pays de vents (mistral, tramontane, vent d'autan, vent marin), ces terres méridionales tentent de se doter d'une indépendance énergétique renouvelable. La région est la sixième productrice d'électricité éolienne en France, et connaît un parc très développé en Aude, avec 113 éoliennes (le plus important de France) : une production de 91 MW qui peut satisfaire la consommation électrique de 100 000 personnes.

► L'énergie hydraulique.

Obtenue par le mouvement de l'eau (cours, fleuve, mer), l'énergie hydraulique permet de créer de l'électricité dans une centrale hydroélectrique. Autrefois produite par les moulins à eau, l'on utilise aujourd'hui le débit des rivières ou des cours d'eau afin de convertir le mouvement en électricité. Le Roussillon est un des sites du sud-ouest de production d'électricité hydraulique, où s'est implantée la Société Hydroélectrique du Midi (GDF Suez). On dénombre un barrage et une centrale à Beaucaire, exploitée par la Compagnie nationale du Rhône. Toutefois, l'énergie produite serait destructrice sur l'environnement aquatique dans la mesure où un barrage serait la cause d'inondations et de déséquilibre du milieu naturel de vie des poissons.

Agriculture

L'agriculture et l'aquaculture occupent une bonne part de l'activité économique de la région. Bien que l'économie se soit reconvertie autour du secteur tertiaire des services, les produits de la terre et de la mer restent très prisés en Languedoc-Roussillon. Ce secteur primaire est aussi varié qu'il n'y a d'espèces naturelles. Plusieurs activités font la coqueluche des papilles : la viticulture, l'oléiculture, l'ostréiculture, la pêche, l'agriculture maraîchère et fromagère ainsi que l'élevage, dans une moindre mesure.

► L'agriculture.

En Lozère, l'activité se concentre essentiellement sur l'élevage. C'est de cet élevage que l'on trouve la fabrication artisanale de fromages, notamment les fameux pélarçons des Cévennes. Les exploitations sont très souvent de petite taille, et périssent face à l'agriculture intensive. Le gros de la production agricole de la région se trouve au niveau de la vigne : des vins doux naturels (appellation VDN) du Roussillon (banyuls, maury, rivesaltes, Byrrh, collioure) aux vins de Corbières dans l'Aude et l'Hérault, aux côtières de Nîmes et côtes du Rhône, la gamme de vins est très large et permet à nombre d'agriculteurs de vivre de la vigne. Le vin en Languedoc-Roussillon, c'est 40 % de la production nationale. Les autres pôles majoritaires de production agricole sont les fruits et légumes, la

région étant au deuxième rang national. L'olive n'a pas été oubliée puisque la région développe ses propres variétés d'huile d'olive (Pichouline, Lucques, etc.). Les Pyrénées-Orientales et la Petite Camargue gardoise au sud de Nîmes sont les terres les plus maraîchères. Enfin, le Languedoc-Roussillon est classé au troisième rang national de la production céréalière de blé dur. Une agriculture diversifiée, mais qui ne représente pourtant qu'une faible part de 10,3 % l'emploi régional.

► La pêche.

La région étant bordée sur son flanc sud par la Méditerranée, la pêche est prédominante dans l'économie locale, où tous les départements, exceptée la Lozère, peuvent vivre directement de l'élevage de poissons, de fruits de mer. De Collioure à Port-Camargue, ports de commerce, de pêche ou fruitiers alimentent la cuisine en produits frais directement tirés de la mer. Le port de Port-Vendres est le premier port fruitier de la Méditerranée française, il est donc un ancrage pour l'exportation de fruits languedociens vers le reste du monde. Le port de Sète, premier port de pêche français sur cette mer, deuxième port de commerce après Marseille, est un point névralgique pour le commerce maritime, véritable synonyme d'emplois et de dynamisme économique dans la région. Enfin, Grau-du-Roi dans le Gard vit au rythme des chalutiers qui vont et qui viennent, où la pêche fait le quotidien de nombreux habitants depuis moult générations. Sur la côte, on trouve huîtres et moules de Bouzigues, ou bien encore daurades et Saint-Pierre au Grau-du-Roi. Un secteur primaire largement substitué par le tertiaire, mais qui existe encore bel et bien dans les cuisines, les assiettes, les bavardages et les bouches !

Industries

Avec un tissu industriel autrefois axé sur l'industrie textile et houillère qui ont toutes deux périclitées dans l'Hexagone, le Languedoc-Roussillon a dû réorienter son économie vers le commerce et les services. Toutefois, avec 80 000 emplois, dont 70 000 salariés, l'industrie représente 9 % de l'emploi de la région. Cette relative bonne santé résulte d'un taux de création d'entreprises parmi les plus élevés en France, notamment avec des start-up se tournant vers la recherche-développement et l'innovation, on retrouve ces jeunes pousses essentiellement dans le domaine pharmaceutique et informatique. Une industrie de pointe qui se développe en milieu urbain est suburbain, l'industrie régionale est très concentrée sur deux départements – le Gard et l'Hérault –, qui emploient les trois quarts des effectifs industriels régionaux. Ces nouveaux pôles industriels attirent les élites universitaires mais ne participent que très peu à l'absorption du chômage qui, rappelons-le, est ici de 14,8 % de la population active. La main-d'œuvre peu qualifiée a été la principale victime de cette reconversion industrielle.

Tertiaire

Le secteur tertiaire, celui des services est manifestement le plus dense de l'activité économique régionale. Le secteur tertiaire représente en effet près de 80 % de l'emploi régional. Et pour cause, terre de soleil, la région mise sur le tourisme de masse pour «moderniser» son économie. Ce paramètre est la raison pour laquelle le solde migratoire est positif, dynamisant la démographie sur le littoral et faisant de la région la troisième terre d'accueil en France. La majorité de la population active régionale travaille donc dans le tourisme, l'administration ou l'armée, les services, la distribution ou le commerce.

Tourisme

Avec une situation géographique privilégiée, 310 jours de soleil par an, une côte qui s'étire sur plus de 200 km et des massifs montagneux, le Languedoc-Roussillon possède un littoral riche d'espaces protégés, un prestigieux patrimoine archéologique, historique et architectural, une zone rurale avec de grands espaces (plages, montagnes...)

Le dynamisme et la diversité des infrastructures d'accueil (hôtels et campings) alliés à la gastronomie et aux traditions authentiques sont autant d'atouts pour cette région qui fait du tourisme l'une de ses principales sources de revenus et qui par conséquent n'a de cesse d'entretenir et d'améliorer cette manne

économique qui peut se résumer en quelques chiffres :

- 4^e destination touristique en France.
- 15 millions de touristes.
- 98,7 millions de nuitées.
- 2 millions de lits touristiques (26 % en hébergements marchands et 74 % en résidences secondaires).
- Séjour moyen de 7,5 jours.
- 14,9 % du PIB régional.
- 48 000 emplois salariés touristiques.

La région, qui a d'abord mis en valeur son littoral en développant ses cités balnéaires (Palavas-les-Flots, La Grande Motte, Grau-du-Roi, Cap d'Agde, Port-Leucate, Port-Barcarès, Collioure, Saint-Cyprien, etc.), s'est mise dans les années 1970 à favoriser le développement touristique de l'arrière-pays en mettant en valeur son patrimoine naturel, avec l'inscription des massifs dans le patrimoine : Parc national des Cévennes, Parc naturel régional du Haut-Languedoc, Parc naturel régional des Grands Causses de Lozère, Parc naturel régional des Pyrénées catalanes, gorges du Tarn, gorges de l'Ardeche qui jouxtent le Gard... et en misant sur le développement des stations de ski dans les Pyrénées. S'ajoute à cela le développement du tourisme culturel avec Nîmes la Romaine et ses vestiges, le pont du Gard, les cités médiévales de Carcassonne et d'Aigues-Mortes, monuments de Perpignan, Béziers, Montpellier. Enfin, citons une gastronomie réputée qui attire, du Roussillon à la Camargue, nombre de visiteurs. Tout est fait en Languedoc-Roussillon pour que la notion de haute et basse saison disparaisse, en rendant cette région attractive 365 jours par an.

Histoire

Le Languedoc-Roussillon connut son premier âge d'or lors de la longue présence romaine, à l'Antiquité. L'invasion des Visigoths forgea d'avantage son identité : pour combattre l'invasion arabe menaçant au sud, la région se démarqua linguistiquement du nord et de la langue doit pour adopter la langue d'oc (d'où son nom) et établir nombre de fondations monastiques et cathares ; deux pendants religieux qui exacerberont d'ailleurs les prochaines guerres de religions, notamment dans les Cévennes. La région, prospère depuis le début du XVII^e siècle, sera pionnière du chemin de fer et de la viticulture, à l'heure de la révolution industrielle.

Au cours du XX^e siècle, ce sera l'essor du tourisme balnéaire pour cette région qui attire chaque année plus de nouveaux résidents.

Préhistoire

Après « l'homme de Tautavel » (400 000 ans avant notre ère), il faut attendre le néolithique pour qu'apparaissent les vestiges d'une civilisation d'agriculteurs et de pasteurs qui vont ériger villages de cabanes de pierres, menhirs et dolmens. Le site de Cambous présente les restes d'un de ces villages. Les habitants vivaient là, comme le montre la reconstitution in situ dans de vastes cabanes communautaires, au plan ovale, aux murs de pierres sèches et couvertes de branchages. Sédentaires, ils développent un artisanat utilitaire, décorant leurs poteries de cannelures, d'incisions ou de poinçonnages. Une métallurgie indigène du cuivre prend son essor et de nombreuses traces de mines, comme à Pioch-Farrus dans l'Hérault, subsistent encore de nos jours.

Découverte archéologique exceptionnelle

Des spéléologues ont découvert en août 2009 à Blandas, dans le Gard, une grotte dont l'entrée avait été scellée par les premiers habitants du Causse, il y a 5000 ans, à la fin du néolithique. Outre la mise au jour d'une stèle gravée obstruant la grotte, la galerie souterraine a révélé de nombreux vestiges : jarres de stockage d'eau, murets en pierre, ossements humains, gravures rupestres. A terme, l'objectif des services de l'Etat est de restituer ce patrimoine aux descendants des premiers caussenards et de le présenter au public. Pour l'heure, la priorité est à la sécurisation, à l'étude et la conservation du site en concertation avec tous les acteurs publics et privés.

Antiquité

Sur la côte, on voit se développer vers le VI^e siècle avant J.-C. des colonies grecques (la plus célèbre est Agde), phéniciennes (Port-Vendres) ou étrusques (Lattes). C'est la grande époque des oppida, collines fortifiées et lieux d'échange. La première date importante de l'empreinte romaine dans l'histoire de la région, **121 avant J.-C.**, marque le début officiel de la domination romaine, avec la création d'une province qui prend le nom de Gaule transalpine, avec Narbonne pour capitale. La région devient un refuge de vétérans des légions romaines et se trouve de ce fait parfaitement intégrée à la culture romaine. On rencontre de nombreuses traces de cette période, marquée par la construction de monuments importants, aujourd'hui pôles touristiques majeurs de la région, comme le pont du Gard ou les arènes de Nîmes. Hors ces « deux célébrités mondiales », l'empreinte romaine se retrouve à travers tout le territoire : vestiges de Ruscino, Murviel-les-Montpellier, Lattes, Ambrussum, Laudun... mausolée de Lanuejols en Lozère, fondations de certaines tours de Carcassonne, thermes d'Amélie-les-Bains, « villa » de Loupian, fours de potiers à Sallèles-d'Aude, aqueduc à Vendres et Ansignan, « horeum » (vestiges du forum) et mosaïques de Narbonne. Cette dernière, fondée en **118 avant J.-C.**, deviendra la ville la plus peuplée de la Gaule romaine, chef-lieu d'une des provinces les plus riches de l'Empire. Cette période florissante du Languedoc prend fin, comme pour le reste de l'Empire, avec les invasions barbares.

Moyen-âge

Pour le Languedoc, ce sont les Wisigoths, au V^e siècle après J.-C. qui créèrent un royaume autonome, la Septimanie (pour les sept villes principales). Plus au nord, ils sont chassés par les Francs qui instaurent le comté du Gévaudan, partagé entre les Carolingiens et l'Eglise. Pour résister aux Arabes, les rois wisigoths s'allient à Pépin le Bref. La région conserve une relative autonomie, dans le

cadre du marquisat de Gothie en Languedoc et du comté de Cerdagne aux Marches d'Espagne. Cette autonomie prend également la forme concrète d'une scission entre pays de langue d'oïl et pays de langue d'oc. C'est aussi le début d'un vaste mouvement de fondations monastiques qui atteindra son apogée à l'époque carolingienne avec Saint-Guilhem, Villemagne, Saint-Papoul, Saint-Pons, Cendras, Sainte-Marie-d'Alet, et les abbayes catalanes... Tous ces édifices primitifs gardent encore des influences architecturales antérieures qui vont être balayées par la révolution du premier art roman méridional. Le XI^e siècle est une période particulièrement faste pour la région, grâce aux croisades. De nombreux bateaux partent des ports du Languedoc. On retiendra bien sûr la **fondation d'Aigues-Mortes** à l'occasion du départ de Saint Louis (1248), mais toute la région profite, dès la première croisade (1099) de l'afflux de nobles en partance pour la Terre sainte.

Parallèlement à cette prospérité, la culture languedocienne s'affirme également dans la langue, mais aussi dans le domaine des arts et surtout dans le domaine religieux, avec le développement du catharisme et de ses idéaux de pureté. C'est surtout en occitanie que le catharisme devient une religion bien implantée, politiquement et socialement. Le terme cathare vient du grec « katharos » qui signifie « pur » (cf. catharsis = purification). Chrétiens, les Cathares sont en effet partisans d'une religion catholique plus pure, c'est-à-dire plus proche des préceptes de l'Evangile que ne l'est alors une église catholique qui multiplie les excès de tous ordres... Ils se nomment eux-mêmes les « bons hommes » et les « bonnes femmes » et veulent en quelque sorte revenir « aux sources » comme le feront plus tard les réformés. Considérant cette religion comme une hérésie, l'Eglise organise en **1209 la croisade contre les Albigeois**, départ d'une vingtaine d'années de troubles sanglants. On connaît la célèbre tirade du légat du pape ordonnant de massacrer tous les habitants réfugiés dans l'église de Béziers : « Tuez-les tous, Dieu reconnaîtra les siens » (bilan 20 000 morts peut-être). Les rois de France de l'époque (Philippe-Auguste puis Louis VIII) en profitent pour affirmer leur pouvoir sur le Languedoc et Saint Louis officialise le rattachement du Languedoc à la couronne royale en **1229 par le traité de Paris**. L'histoire de la région rejoint alors celle de la France avec une belle fidélité, en particulier pendant la guerre de Cent Ans.

De la Renaissance à la Révolution

La région connaît son lot d'agitation dans le cadre des guerres de religion. Montpellier et d'autres villes, Nîmes, Alès, Pézenas, s'étaient ralliées au protestantisme, se révoltant périodiquement. La prise de Montpellier en **1622** par Richelieu et Louis XIII amena en **1629** la signature de la paix d'Alès qui confirma la liberté de culte et maintint le calme jusqu'à la **révocation de l'édit de Nantes (1685)**. Le conflit rebondit alors jusqu'à prendre, dans les Cévennes, les proportions d'une véritable guerre. C'est la guerre des camisards (de camiso, la chemise blanche qu'ils portaient pour se reconnaître notamment

lors des batailles de nuit), qui dure de **1702 à 1704**. Face à la guérilla de quelques milliers d'hommes, Louis XIV envoie une armée de 60 000 hommes. **En mai 1705**, c'est la fin officielle de la guerre, mais les troubles se poursuivent encore plusieurs années. Le bilan pour la région est lourd, puisque les armées royales ont ravagé près de 500 villages des Cévennes. La prise de Montpellier **en 1622** eut pour effet de faire de la ville la véritable capitale administrative du Languedoc, titre qu'elle ravit alors à Pézenas, siège un temps des Etats du Languedoc. La période de paix et de prospérité s'étendit tout au long du règne de Louis XIV et au-delà, favorisant l'apparition d'une architecture civile classique qui se diffusa dans les villes de la région : Montpellier, Nîmes, Narbonne, Pézenas. Tous les grands commis de l'Etat, les notables, administrateurs ou professeurs, riches commerçants, se font alors construire ou aménager des « hôtels particuliers ». Le XVIII^e siècle verra la poursuite de cette tendance, avec en plus l'apparition, autour des villes et particulièrement Montpellier, des « folies », petits châteaux campagnards où l'on vient s'installer dès l'apparition des premières chaleurs. Montpellier en compte une dizaine et la plus ancienne est le château de Flaugergues.

De la Révolution au XXI^e siècle

Le XIX^e siècle voit l'essor industriel de la région avec l'arrivée du chemin de fer (la ligne Montpellier-Sète **en 1839** est une des toutes premières en France) et l'exploitation des bassins houillers des Cévennes et du Haut-Languedoc. **En 1875**, la maladie du phylloxera détruit le vignoble languedocien. Replanté sur d'immenses surfaces en plaine, surproduction et fraudes amèneront une crise sévère, provoquant l'insurrection des vigneron (révolte des « gueux » **en 1907** contre le gouvernement de Clemenceau). Cette richesse due au vin a laissé dans les campagnes languedociennes et catalanes, de Nîmes à Perpignan, en passant par Montpellier, Béziers et Narbonne, des témoins originaux : les châteaux « pinardiens ». Les riches négociants qui ont fait fortune à la fin du XIX^e siècle sont atteints d'une folie de constructions et la plaine viticole va se couvrir de châteaux. Le chemin de fer amène aussi le tourisme et dès la fin du XIX^e siècle les stations thermales sont connues de l'Europe entière, les gorges du Tarn sont fréquentées par une clientèle huppée, le circuit en autocar « la Route des Pyrénées » se termine sur la Côte vermeille, la station de ski de Font-Romeu est créée, le pont du Gard et les arènes de Nîmes sont proposés par les voyageurs de l'époque, Sète à l'instar de Nice a ses grands hôtels, son casino et son kersaal au-dessus des flots, Carcassonne **en 1899** allume son premier embrasement... Après l'arrêt brutal dû à la Première Guerre mondiale, le tourisme ne connaîtra un nouvel essor **qu'en 1936**, avec l'institution des congés et l'apparition d'un tourisme populaire qui fera le bonheur de petites stations comme le Grau-du-Roi, Palavas-les-Flots, Valras, Leucate-la-Franqui, Canet-en-Roussillon... Au début des années 60, l'aménagement du littoral se met en place le long

des 214 km de plages de sable fin avec la création, **en 1963**, d'une mission d'aménagement. Peu à peu vont naître les unités touristiques, toutes centrées autour de stations nouvelles surgies des sables..

De nos jours

L'attrait du soleil place le Languedoc-Roussillon en 9^e position (sur 27) des régions les plus peuplées et au 2^e rang des régions de France métropolitaine pour la croissance démographique avec un taux annuel moyen de croissance entre 1999 et 2012 de +1,23 % contre une moyenne nationale sur la même période de 0,62 %, soit le double. Cette croissance profite essentiellement aux petites communes proches du littoral (Canet-en-Roussillon, Saint-Cyprien, Agde ou Mèze) et aux agglomérations de Montpellier, Nîmes, Perpignan et Narbonne. Si partout surgissent des constructions destinées à accueillir les nouveaux arrivants, seule la capitale régionale – Montpellier – a bénéficié d'un urbanisme volontariste, créant des zones d'aménagement, faisant appel à des grands noms de l'architecture et allant jusqu'à la création totale de nouveaux quartiers comme ceux d'Antigone, de Port-Marianne ou d'Odysseum. Cet afflux de population n'est pourtant guère insufflée par l'attractivité économique, avec l'un des taux de chômage le plus élevé de France métropolitaine (14,8 % au 2^e trimestre 2013 contre 10,5 % de moyenne nationale). La région n'est pas prête de sortir de ses problèmes d'emploi, mais elle mise sur sa position au centre de l'arc méditerranéen. Elle dispose toutefois de nombreux atouts :

- ▶ La présence d'une infrastructure de communication de qualité qui en fait une véritable plate-forme intermodale (maritimes, aériennes, ferroviaires, fluviales et routières), malgré le retard pris par certains équipements : avec encore quelques petits travaux d'achèvement de l'A75 et A750 et le report de la liaison à grande vitesse Nîmes-Perpignan dont le chantier a été reporté à 2030 (le tronçon à grande vitesse Perpignan-Barcelone a heureusement accueilli ses premiers passagers le 15 décembre 2013).
- ▶ Des unités d'enseignements et de recherche reconnues dans le monde.
- ▶ Un réseau dense et performant de PME industrielles et de services, d'un niveau technologique élevé.
- ▶ Un environnement de qualité avec de vastes espaces naturels protégés, un espace rural sauvegardé, un réseau de villes « à taille humaine » garantissent un mode de vie agréable.
- ▶ La qualité des infrastructures régionales : la maîtrise de l'eau pour l'agriculture, l'urbanisation et le tourisme, un littoral aménagé (32 stations balnéaires et 22 ports de plaisance), un réseau performant de moyens de communication (5 aéroports, 3 ports maritimes, le carrefour de 4 autoroutes).
- ▶ Une politique d'aménagement basée sur les communautés de communes et d'agglomérations qui, avec l'aide de la Région et des Départements, développent des zones d'accueil spécialisées pour l'implantation et la création d'entreprises.

Patrimoine et traditions

Le Languedoc-Roussillon n'est pas qu'une terre de soleil où chantent les cigales. Il est un pays qui vit naître des bijoux de la culture française dont on a de quoi être fiers. Hommes de passage, natifs et adoptifs, sculpteurs et peintres, poètes et écrivains, musiciens et chanteurs, acteurs et cinéastes... une gamme augmentée d'artistes qui ont forgé l'identité culturelle de la région. En parcourant l'univers culturel de Georges Brassens à Paul Valéry, à Charles Trenet, en passant par Aristide Maillol, Francis Ponge ou encore Pierre Soulages, et plus récemment Olivia Ruiz... on sillonne aussi le monde créatif du Languedoc-Roussillon, un pays multiculturel d'art et d'histoire.

Patrimoine culturel

Littérature

Malgré le rattachement à la France, une littérature de langue occitane et catalane va perdurer jusqu'à nos jours et imprégner au fer rouge la culture. Au cours des XVII^e et XVIII^e siècles, des auteurs comme **Jean Roig** ou **Josep Jaume** en Roussillon, et **Jean-Baptiste Favre** ou **Antoine Fabre d'Olivet** en Languedoc maintiennent une tradition poétique et théâtrale en langue régionale. Un nouveau souffle apparaît à la fin du XIX^e siècle, sur les traces de **Mistral** et du « félibrige » provençal. Ainsi de nombreux écrivains ont depuis cette époque utilisé l'occitan : **Roumieux à Nîmes**, **Estieu à Carcassonne** ; puis plus près de nous, on ne peut que citer des noms comme **Henri Chabrol**, **André Chamson**, **René Méjean**, **René Nelli**, **Léon Cordes**, **Robert Laffont**, **Max Rouquette**... Pour le catalan, la même renaissance se produit avec des gens comme **Pere Talrich**, **Justi Pepratx** dans un premier temps,

puis des auteurs comme **Joan Amade**, un des fondateurs de la Société d'Etudes Catalanes, **Josep Sebastia Pons** et enfin ceux d'une troisième génération qui ont pour noms **Enric Guiter**, **Jordi Mas** ou **Jordi Pere Cerda**. Le Languedoc-Roussillon, sans donner naissance à de grands courants littéraires, a vu naître des écrivains qui ont contribué au rayonnement de la littérature française. Le premier à citer est sans conteste **Paul Valéry** qui a su sublimer l'environnement méditerranéen et aimait à rappeler, à propos de Sète : « Je suis né dans un de ces lieux où j'aurais aimé naître. » Il repose dans le lieu qu'il a immortalisé : le cimetière marin. **Jean Paulhan**, lui, né à Nîmes, a influencé en tant que directeur de la Nouvelle Revue Française la vie littéraire du pays. Toujours dans le Gard, **André Chamson** et **Jean-Pierre Chabrol** furent les chantres des Cévennes, décrivant surtout la grandeur de ses habitants qu'ils fussent humbles paysans, rebelles ou insoumis. Et il ne faut pas bien sûr oublier **Claude Simon** (prix Nobel de littérature), aujourd'hui décédé, un des plus grands écrivains français du XX^e siècle qui fut la figure emblématique du nouveau roman. La poésie a eu aussi ses dignes représentants. L'on ne peut en parler sans s'arrêter sur le roi du mot et du verbe **Georges Brassens**, poète, compositeur, chanteur et musicien né à Sète en 1921 et décédé en 1981. Ses textes poétiques d'avant garde, parfois aussi contestataires, chansons au sens politique caché, lui valurent quelques censures à son époque d'après-guerre. Trente ans après avoir « cassé sa pipe », alors que la « camarade » ne le poursuit plus d'un zèle imbécile « d'avoir semé des fleurs dans les trous de son nez », la bouffarde et la guitare de ce grand auteur rayonnent encore à Sète, qui vit tout au long de l'année dans son univers : Georges Brassens dans l'Hérault et à Sète n'est pas qu'un artiste, il est un hymne national flottant dans l'atmosphère. Citons aussi **Francis Ponge**, poète de l'existentialisme et précurseur du nouveau roman, et enfin **Joe Bousquet**, animateur avec la revue « Chantiers » d'un « surréalisme méditerranéen ».

René Iché

Sculpteur moderne du XX^e siècle, René Iché est né en 1897 à Sallèles-d'Aude, dans un joli petit village sur les rives du canal du Midi. En 1915, il s'engage dans l'infanterie et sera décoré de la médaille de guerre et de la croix de guerre, puis, en 1918, il reçoit la Légion d'Honneur. Il étudie le droit et la science politique à Paris tout en côtoyant Apollinaire et les artistes connus de l'époque (Maillol, Bourdelle). Mais il quitte très rapidement l'administration pour se consacrer à la sculpture, qui deviendra rapidement une véritable passion. Cet autodidacte, adepte intransigeant de la taille directe, se plaça au rang des meilleurs sculpteurs de sa génération et fut le fondateur du syndicat national des Statuaire professionnels créateurs. Pendant la seconde guerre mondiale il s'engage dans la résistance et au cours de cette période, il réalise une œuvre devenue célèbre – « La Déchirée » – symbole de la Résistance, offert au Général de Gaulle lors de son exil à Londres. D'ailleurs après la libération, ses sculptures sont marquées par l'engagement politique en faveur des artistes, de leur condition sociale, et de son opposition au régime de Staline. Le grand prix de sculpture de la ville de Paris lui est décerné en 1953. Il meurt l'année suivante.

Peinture

► La peinture classique

La période classique va donner seulement quelques peintres de notoriété comme Hyacinthe Rigaud qui deviendra le peintre officiel de tout ce que la France compte de notabilités et de puissants. Quelques peintres natifs de la région, comme par exemple **le Montpelliérain Bourdon**, acquerront une certaine notoriété et feront carrière à Paris ou à l'étranger comme **Jean Ranc** qui devint peintre officiel de la cour du roi Philippe V d'Espagne. Il faudra attendre la fin du XIX^e siècle et le début du XX^e pour que le Languedoc-Roussillon fasse parler de lui en termes de peinture.

► Le Montpellier des peintres

La présence à Montpellier de deux collectionneurs mécènes, **Xavier Fabre et Alfred Bruyas**. Le premier, élève de David, peintre et professeur, offrit à la ville en 1828 sa collection personnelle, legs qui donnera naissance à un des plus riches musées régionaux du pays. Plus tard, en 1854 et 1857, à l'invitation d'Alfred Bruyas, Courbet séjourna à Montpellier.

Le représentant local du courant impressionniste est sans conteste **Frédéric Bazille**. Passionné par la nature, retrouvant ses racines dans le domaine familial de Méric, sur les hauteurs de Montpellier, il partit pour Paris où il devint l'ami de Renoir, Manet, Monet, Sisley. Il réalisera essentiellement des paysages baignés de lumière et d'espace.

► La naissance du fauvisme et du cubisme

Mais la véritable explosion va se produire en Roussillon au début du XX^e siècle. En 1905, un jeune peintre, **Matisse**, parcourant le Midi, se rend à Collioure sur les conseils de son ami Signac. L'année suivante, d'autres noms prestigieux le rejoignent au bord de la Méditerranée, parmi lesquels **Derain, Dufy, Juan Gris ou Marquet**, qui seront avec lui à l'origine d'un des plus importants mouvements picturaux du siècle passé : le fauvisme. Presque à la même époque, Céret devient « La Mecque du cubisme ».

► L'école de Sète

Sans créer de véritable courant ni d'école réputée, le cas de la ville de Sète est tout à fait intéressant, et le qualificatif de Paul Valéry « l'île singulière » prend aussi toute sa raison dans le domaine artistique. Rien de commun à Albert Marquet, François Desnoyer, Soulaiges, ou les tenants actuels de la « figuration libre », Combas ou les frères Di Rosa... que l'amour de cette ville et l'ambiance créatrice qui en émane. Il conviendra toutefois de faire un saut à l'atelier de François Liguori, le magicien du fer, qui a créé une ligne de mobilier et d'objets décoratifs en fer forgé, soudé et travaillé qui commence à se répandre dans les lieux de prestige, des restaurants et des maisons privées.

Sculpture

On ne saurait quitter le Roussillon sans évoquer le nom d'**Aristide Maillol**. Né à Banyuls en 1861, il est diplômé de l'École nationale supérieure des Beaux-Arts de Paris et a pour maître le sculpteur

Antoine Bourdelle et le peintre, l'illustre Alexandre Cabanel. Il fut le rénovateur de la sculpture classique, osant tout, en s'éloignant de Rodin l'expressionniste, magnifiant avec pudeur dans son œuvre son thème de prédilection : le corps féminin. Dans son style onirique, puis revenant au classicisme, son œuvre fut un modèle jusqu'à la fin de la Seconde Guerre mondiale. Il possédait à Banyuls deux ateliers, l'un dans sa demeure familiale, l'autre en pleine campagne, en arrière du village, dans sa « métairie » qu'il se fit construire au milieu des vignes. Il meurt en 1944. Dix-huit de ses sculptures représentant des femmes corpulentes, sont exposées au Jardin des Tuileries à Paris. C'est dans cette métairie où il vivait qu'un musée lui rend aujourd'hui hommage

Cinéma

La région a été, est, et sera le spectacle des caméras de cinémas. Les festivals de cinéma sont bien représentés de janvier à novembre. Baillargues accueille le festival du film d'animation (fin novembre), tandis que le festival du film méditerranéen se déroule de fin octobre à début novembre. Pézenas organise les Rencontres Cinématographiques à la fin février. La région a servi de décor pour plusieurs films plus ou moins récents, à l'instar de ces films : «37°2 le matin» (1986, Gruissan et Marvéjols), «Les Visiteurs» (tournés en 1993 à Carcassonne), «La Neuvième Porte» (tourné en 1999 à Puivert), «Le Passager» (2005 à Port-la-Nouvelle), ou encore «Bellamy» (2008 à Port-Leucate, Montpellier, Sète, et Nîmes). On cite aussi le reportage «Fin de concession» (Pierre Carles, 2009, Sète), «Les Plages d'Agnès» (tourné à Sète), «Indigènes» (Beaucaire, 2006). Le métrage «Nos enfants nous accuseront», sur la dénonciation d'un empoisonnement des aliments par les toxines (pesticides, engrais, etc.), a été filmé à Barjac dans le nord du Gard. Un territoire qui ne cesse d'attirer ses cinéastes et il y en a pour tous les genres.

Patrimoine architectural

L'héritage du passé, et des différentes influences au carrefour des civilisations et au croisement des choix de société, nous laissent une fabuleuse trace indélébile (si l'on en perdure la conservation) aussi bien dans les villes de grande taille que dans les tout petits villages pittoresques du Midi. Églises, cathédrales, basiliques, vestiges romains, hôtels particuliers de la Renaissance, châteaux, ponts, canaux et écluses, bastides et bâtiments, forment un mélange anachronique, chaque génération apportant sa nouvelle touche de modernité par dessus la vétusté et l'ancienne époque lui précédant. Car de Collioure et Perpignan à Villeneuve-lès-Avignon ou l'ouest d'Arles, ce sont différents styles d'architecture qui se fondent, se côtoient et cohabitent pour le simple plaisir des yeux.

Les influences romaines

A l'est de la région, le savoir-faire des Romains est, deux mille ans après leur apogée, encore très visible, surtout dans le Gard et l'Hérault. La maison Carrée ou bien les arènes de Nîmes rappellent bien au passant qu'il fut un temps où l'on ne plaisantait pas avec l'architecture, qui se devait d'être majestueuse. La tour Magne ou bien la porte d'Auguste en dit long sur la manière dont les Romains sécurisaient les secteurs conquis ou annexés.

Châteaux

Procéder à l'énumération complète des châteaux qui jonchent le territoire de la région mènerait à une lecture longue et fastidieuse. Sur les cinq départements en effet, il en est qui sont majestueux, imposants, larges, longs, petits, en ruines ou bien conservés. Bien souvent, bastides et châteaux sont d'anciens lieux de résistance, des fortes-resses prêtes à répondre à n'importe quel assaillant venu d'ailleurs pour l'assiéger. Ainsi, ceux-ci furent érigés bien souvent en ligne de crête des montagnes et des collines, surplombant la nature pour mieux dominer l'ennemi. Sur le territoire de l'Aude, ce sont les châteaux dits « cathares » qui ont identifié le paysage historique : Lastours, Puilaurens, Peyrepertuse, Quéribus, cité de Carcassonne, château de Saissac ou de Puivert, quiconque aime le passé médiéval sera conquis par ces vestiges à flanc de coteaux. L'on ne peut parler des châteaux de la région sans évoquer le splendide château royal de Collioure. Côté Gard, le château d'Aigues-Mortes fait revisiter l'époque féodale en pleine Camargue tandis que l'imposant château de Portes donne une vue imprenable sur les Cévennes.

Architecture religieuse

► L'art roman

Le Languedoc-Roussillon, depuis toujours terre de contacts et d'échanges, pacifistes ou non, a été baigné de courants artistiques variés venus se mêler aux traditions autochtones. Après le premier art chrétien, la renaissance carolingienne que connaît le nord de l'Empire n'atteint pas vraiment

Architecture à influence espagnole et catalane

Les villes du Roussillon (Pyrénées-Orientales) sont bercées par l'incorporation de l'architecture française à la construction espagnole et catalane. Nombre de monuments à Perpignan, tels le palais des rois de Majorque, le Castillet, la Loge de Mer ou bien l'hôtel de ville ont été érigés magnifiquement selon un style catalan. L'enceinte médiévale de Perpignan, fortifications construites au Moyen Âge, fut le spectacle des conflits franco-espagnols tout au long de l'Ancien Régime. Ces remparts ont été démolis presque intégralement au début du XX^e siècle, mais il en reste quelques vestiges à visiter.

la région. Le premier art roman méridional, venu de Lombardie, est un art sobre, tourné vers les problèmes d'architecture : la sculpture y est rare et la fantaisie réside dans un décor mural de bandes, arcades et frises en dents d'engrenage. Le deuxième art roman, lui, va s'exprimer principalement sur les grands édifices. C'est alors la floraison d'une sculpture parfaitement aboutie où s'ébattent les humains, la flore et un bestiaire fantastique, aux origines orientales. En Roussillon se crée ainsi un style très homogène et original qui trouvera son expression la plus achevée dans les chapiteaux des cloîtres des abbayes catalanes.

► L'arrivée du gothique

L'intégration du Languedoc au royaume de France après l'épisode cathare va soumettre la région à l'influence artistique du nord du pays, particulièrement avec l'apparition du style gothique dans l'architecture aussi bien civile que religieuse. C'est l'époque de la construction des grandes cathédrales qui vont marquer l'empreinte du pouvoir religieux sur les villes de la région : Carcassonne, Narbonne, Béziers, Mende, et aussi Lodève, Clermont-l'Hérault, Nîmes...

► Le particularisme catalan

Seul le Roussillon, royaume indépendant, conservera quelques originalités, notamment dans le domaine religieux, en particulier avec le mobilier et les retables. L'apogée de cet art est atteint en 1489 avec le « retable de la Trinité », œuvre majeure conservée au musée Rigaud à Perpignan. Il montre combien le Roussillon de l'époque était au confluent de toutes les influences européennes : Avignon, Bourgogne, Flandre, Allemagne, Nord de la France, Italie. Ainsi du XIV^e au XV^e siècle, la production picturale va se concentrer sur cette forme de peinture religieuse, commandée en général par des laïcs, et que l'on retrouve de nos jours à Palau-del Vidre, à Perpignan, Argelès, Rigarda, Iravals, Vinça...

► L'époque classique

La Renaissance marqua peu la région et il fallut attendre l'époque classique pour que l'architecture bouleverse les paysages urbains. Cette révolution on la doit à Auguste-Charles d'Aviler (1653-1701) qui, occupant la charge d'architecte de la province, mena à terme des projets prestigieux mais aussi participa à des ouvrages plus modestes. Tout autour des villes, bourgeois et notables se font construire des demeures d'été (comme les folies montpelliéraines), petits châteaux entourés de vignes qui préfigurent les châteaux « pinardiers » qui apparaîtront dans la plaine au XIX^e siècle lors de « l'Eldorado du Vin ».

Traditions et modes de vie

L'activité touristique du Languedoc-Roussillon a permis le maintien, parfois la renaissance, de traditions festives qui, au milieu du XX^e siècle, avaient tendance à tomber en désuétude. Certaines cependant avaient traversé les siècles sans peine. Mais tourisme de masse oblige, il arrive que les évolutions se fassent plus vite ressentir qu'auparavant, et conserver le patrimoine culturel devient un enjeu de taille majeur pour une organisation qui se refuserait de céder sous l'uniformisation croissante des cultures, des traditions, des modes de vie et des mœurs.

Langue

Du Rhône à la Garonne, le Languedoc forme un vaste territoire qui doit son unité à son histoire et à sa langue. La langue d'oc fut au Moyen Âge celle de l'amour courtois, celle des mœurs raffinées et de la culture. Tombée en désuétude, conservée seulement à l'usage domestique, elle reprit vigueur au XIX^e siècle, dans un mouvement parallèle à celui du « fellibrige » en Provence. Chantée par de grands écrivains, Ferdinand Fabre au XIX^e siècle, puis Paul Valéry, Joseph Delteil, André Chansom, Jean-Pierre Chabrol ou Max Rouquette, elle est à nouveau étudiée et utilisée dans certaines écoles (les Calandretas) et même à la télévision dans les éditions régionales. Le Catalan, comme son voisin du nord-occitan, est issu de la culture romaine. Supplanté par l'aragonais lors de l'occupation espagnole, il fut officiellement interdit lors de l'annexion française par le

traité des Pyrénées en 1659. Mais jusqu'à la Révolution, il persista dans le langage courant, le français étant réservé à l'administration et aux documents officiels. Il bénéficia d'un même renouveau que l'occitan au milieu du XX^e siècle avec l'apparition de mouvements littéraires (Nostra Terra, Nova Canço...), puis d'une chanson et d'un théâtre spécifique et plus tard de programmes télévisés.

Le catalan est enseigné à l'école et ici les « calandretas » s'appellent les « bressoles ». Cependant, parlé sur un territoire homogène et plus indépendant d'esprit, il a beaucoup mieux résisté que l'occitan à la francisation et il est employé couramment encore dans le milieu rural. Cet usage est d'autant plus nécessaire que le catalan est langue officielle dans la généralité de Catalogne et dans la principauté d'Andorre.

Lexique

Français	Occitan	Catalan
Bienvenue	<i>Benvenguda</i>	Benvinguts
Bonjour	<i>Bonjorn</i>	Bon dia
A votre santé !	<i>Santat !</i>	A la vostra salut !
Comment allez-vous ?	<i>Consi anatz ?</i>	Com esteu ?
S'il vous plaît	<i>Per plase</i>	Si us plau
Quelle heure est-il ?	<i>Quala ora es ?</i>	Quina hora es ?
Il est deux heures	<i>Es doas oras</i>	Sòn les dues
Aujourd'hui	<i>Uèi</i>	Avui
Il est tard	<i>Es tard</i>	Es tard
Il fait beau	<i>Fai bèl temps</i>	Fa bon temps
Il pleut	<i>Plòu</i>	Plou
Je désire une chambre	<i>Me caldria una cambra</i>	Voldria una cambra
Je reste un jour	<i>Demòri un jorn</i>	Em quedo un dia
Je ne vous comprends pas	<i>Vos compreni pas</i>	No us entenc
Je vous invite à déjeuner	<i>Vos convidi a dinnar</i>	Us convido a dinar
Je désire changer de l'argent	<i>Desiri canviar d'argent</i>	Voldri canviar moneda
Je pars demain	<i>Partissi deman</i>	Me'n vaig demà
Appelez-moi un taxi	<i>Sonatz-me un taxi</i>	Crídeu-me un taxi
Au revoir	<i>Al reveire</i>	Adéu-siau
Pardon madame, monsieur	<i>Perdon dòna, sénher</i>	Perdo senyora, senyor

Croyances, mythes et légendes.

► La légende des Trois Pics du Languedoc.

Selon une très vieille croyance populaire datant du bas Moyen Age, le nom des trois monts, Saint-Clair à Sète, Saint-Loup au nord de Montpellier et l'Aigoual dans les Cévennes, aurait pour origine la belle et triste histoire des trois fils d'un grand seigneur de Saint-Martin de Londres. Beaux, riches, mais pas encore célèbres, ils n'avaient rien trouvé de mieux que de tomber amoureux de la même femme, dont le sobriquet était Bertrade. On est à peu près certain que l'aîné s'appelait Guiral, le cadet Clair et le benjamin Loup. L'aîné lui plaisait par sa gravité et sa force ; elle était attirée par la légèreté et l'insouciance du second et fondait devant la gentillesse et le dévouement du troisième.

Elle les aurait bien choisis tous les trois, mais ses parents avaient été formels : elle devait n'en élire qu'un, du moins en tant qu'époux... Ne pouvant les départager, elle s'en remit à Dieu pour guider son choix. C'était une habitude chez les filles de cette époque.

Il souffla une idée géniale à la belle indécise : et si elle envoyait ses amoureux transis délivrer Jérusalem ? Avec à la clé une promesse, celle d'accorder sa main à celui qui rentrerait de l'expédition en ayant à son actif le plus d'actions glorieuses. Voilà nos trois gaillards en route pour des contrées lointaines, tandis que la belle, filant sa quenouille, s'armait de patience en attendant leur retour. Fous d'amour, les trois frères guerroyèrent comme des lions, rivalisant d'audace et de courage dans l'espoir de conquérir le cœur de la jeune damoiselle à leur retour. De son côté, Bertrade commençait à trouver le temps long. Les nouvelles n'arrivaient pas, elle craignait le pire et culpabilisait en s'accusant de la mort probable des trois chevaliers. A force de se faire du souci, elle fut prise de langueur et de mélancolie, refusant toute nourriture. Elle pleurait à longueur de journée et finit par sombrer dans une grave dépression qu'à notre époque des psychologues auraient certainement pu guérir.

Quand enfin les trois frères, lardés de balafres et trépidants d'impatience de connaître la décision de Bertrade donnèrent signe de vie, ce fut pour assister à l'inhumation de la belle, morte la veille de leur retour. Abassourdis, les trois amoureux décidèrent de se retirer du monde et de vivre en autarcie, chacun de son côté. Ils allèrent élire résidence sur trois monts éloignés de Saint-Martin-de-Londres, disposés en triangle par rapport au lieu où reposait leur triste défunte. Avant de se séparer, ils se promirent d'allumer un grand feu à chaque anniversaire de la mort de Bertrade, afin de lui rendre hommage. Les années passèrent. tous les ans à la même date,

les habitants de la plaine voyaient un immense brasier illuminer la nuit, de Sète au mont Aigoual jusqu'au pic Saint-Loup. Et puis un hiver, deux feux seulement illuminèrent la cime des monts. Guiral avait rendu l'âme. L'année suivante, il n'y eut plus qu'un seul brasier : Clair s'en était allé. Loup leur survécut quelques années, puis lui aussi s'éteignit à son tour. Bertrade et ses amoureux auraient sombré dans l'oubli sans la vigilance et la reconnaissance des villageois. Cette légende ne s'oublie pas en Languedoc. C'est pour perpétuer leur mémoire que les trois monts furent baptisés de leurs prénoms.

► La bête du Gévaudan.

Du 30 juin 1764 au 19 juin 1767, l'actuel département de la Lozère (ancien pays du Gévaudan) est témoin d'un macabre spectacle : 88 à 124 attaques mortelles sont perpétrées contre les humains habitant dans les montagnes (Cévennes). Ces meurtres ont dès lors mobilisé, hanté, tétanisé les esprits, jusqu'au déploiement de troupes royales pour anéantir le criminel que l'on associait à une bête affreuse, un loup, ou bien selon les rumeurs, un loup-garrou...

les analyses plus récentes évoquent un tueur en série qui se serait amusé à semer la terreur en se déguisant en loup. Les croyances du moment se disputaient l'identité du meurtrier entre une créature envoyée par Dieu pour punir et purifier les humains de leurs péchés, ou bien une meute de loups, un fou sadique, une bête exotique (ayant été importée d'un autre « climat »), ou même un complot monté de toutes parts par un autre humain ayant la volonté délibérée de nuire. Plusieurs loups furent néanmoins abattus de 1764 à 1767, avec des techniques de combat certes rudimentaires, mais dont les récits sont vigoureux et héroïques.

Le pouvoir royal récompensa même les vainqueurs de combats contre les premiers loups, pensant éradiquer à jamais la tragédie du Gévaudan. Mais les attaques se multiplièrent encore. Jusqu'au dernier loup abattu, ramené au village comme un trophée méritant la croix de guerre, et à la suite de quoi il n'y eût plus jamais d'attaque.

La bête aurait sévi, considérant les frontières territoriales de 2000, en Lozère, mais aussi en Haute-Loire, dans le Cantal, et en Aveyron. Elle était présente en Margeride, ainsi que sur les monts de l'Aubrac. Aujourd'hui, ces territoires ont intériorisé la légende, et la célèbrent même dans des musées, sur les places des villages avec statues, sculptures et stèles représentant la bête et ses victimes dans leur combat acharné.

Artisanat

Demande touristique, retour aux sources, beauté des lieux, toutes ces raisons, et bien d'autres assurément, ont favorisé depuis vingt ans l'installation de nombreux créateurs et artisans d'art. Il ne s'agit pas ici de faire l'inventaire complet de toutes les productions actuelles, mais d'en présenter certaines, issues de traditions anciennes, qui, après des périodes de sommeil, voire parfois de disparition, sont en train de renaître.

► Les potiers de Saint-Jean-de-Fos et la faïence de Montpellier dans l'Hérault

Entre le XIV^e et le XVI^e siècle, Saint-Jean-de-Fos était très célèbre pour ses poteries brutes ou vernissées, comme ces tuiles vertes qui couvrent le clocher autour duquel se serrent les maisons. Après des années de sommeil, la tradition renaît et on y fabrique toujours des tuiles vernissées qui vont maintenant orner les constructions récentes de la banlieue montpelliéraine, tandis que de jeunes potiers s'y sont installés, pour former la « route des potiers » et faire vivre cet art. Dès la fin du Moyen Âge, la cité de Montpellier a compté au rang de ses activités un important centre de potiers. Si l'époque glorieuse de la faïence à Montpellier relève de l'histoire, il reste que ce sont des céramistes montpelliérains qui ont fondé les centres de Ganges, Pézenas, Toulouse, Montauban, Bordeaux, La Rochelle...

► Le grenat catalan

La taille et le montage des grenats connurent leur apogée au XIX^e, époque où la demande était telle qu'on dut importer des pierres de l'étranger, la production des versants pyrénéens (des mines d'Estagel, du Costabonne et du col de la Bataille) ne suffisant plus. Taillés souvent dans d'autres régions françaises, les grenats étaient montés en bijoux par les bijoutiers perpignanais.

Les couleurs de l'or et du grenat, qui rappelaient celles du drapeau catalan ont fait beaucoup pour le succès de ces bijoux : bagues, broches, pendentifs et surtout croix, étroitement liées aux coutumes religieuses locales. Aujourd'hui, cet artisanat est toujours vivant et une dizaine de bijoutiers du département se sont regroupés pour perpétuer cette tradition.

► Les cravaches de Sorède en Pyrénées-Orientales et les fourches de Sauve dans le Gard

Arbre symbolique de la région où, autrefois, il ombrageait les places des villages et des villes, le micocoulier a donné naissance à deux productions originales, utilisant au mieux les qualités de souplesse et de malléabilité de son bois.

Dans le petit massif des Albères, le développement des sports équestres a maintenu en activité une fabrication très particulière, celle des fouets et cravaches en bois de micocoulier, activité qui connut son heure de gloire au XIX^e siècle. A Sauve dans le Gard, le micocoulier est spécialement planté, taillé et il faut un œil expert pour déterminer les pousses ramifiées qui serviront à la fabrication des fourches. Etuvées à 120°C pendant une quinzaine de jours, elles sont ensuite déformées en trident. Au séchage, le bois retrouve une résistance exceptionnelle.

► Les vases d'Anduze dans le Gard

Quelle poterie ! Appréciés des rois au XVIII^e siècle, ses plus beaux spécimens ornaient l'Orangerie et les jardins de Versailles. En effet, outre de nombreux objets utilitaires ou décoratifs (chenaux, tuiles...), la spécialité est ici le grand vase vernissé de jardin. Sur une couleur de fond jaune, s'évalent largement des coulées de tons verts ou brun, les bords étant agrémentés de guirlandes florales et d'écussons en relief. Après un déclin au XX^e siècle, la production perdit grâce aux « enfants de Boisset » qui fabriquent toujours ces vases colorés, à partir d'une argile fine, façonnée au tour à pied. La demande est importante du fait de la mode de l'habitat périurbain où il est très chic d'en posséder des exemplaires dans son jardin. Des exemplaires volumineux viennent aussi décorer les avenues des villes de la région.

► Les potiers de Saint-Quentin-la-Poterie dans le Gard

L'activité de la poterie s'est développée à Saint-Quentin-la-Poterie dès le néolithique et s'étend du Moyen Âge jusqu'au début du XX^e siècle. L'apogée se produira au XIV^e siècle lorsque la Papauté s'installe à Avignon : palais, monastères, riches demeures se parent de carreaux décorés et vernis.

La proximité de la grande foire de Beaucaire va favoriser la production de poteries culinaires qui s'exportent dans toute l'Europe et au-delà. L'évolution des modes de vie entraîne une baisse de la demande et le dernier four s'éteint en 1926. Grâce à de jeunes potiers et céramistes, l'activité a repris en 1983 et ils sont aujourd'hui une dizaine à présenter une production de qualité, très diversifiée : terre vernissée, grès, porcelaine, raku, faïence...

► La chapellerie de la vallée de l'Aude

Couiza est située entre Quillan et Limoux, au cœur du vallon fertile du Razès au confluent de l'Aude et de la Salz. Couiza est au début du siècle une cité industrielle prospère. Les ateliers de fabrication de chapeaux employaient alors plus de 3 000 ouvriers. Aujourd'hui, seule la chapellerie de Montazels est encore en activité. Cardée, coupée, la laine de moutons mérinos venue d'Australie, comprimée dans des moules donnera des chapeaux et des casquettes qui coiffent encore les têtes de certains personnels de la Marine nationale ou des sapeurs-pompier.

► La soie en Cévennes

De la fin du XII^e siècle jusqu'à la fin du XIX^e siècle, l'industrie principale des Cévennes fut celle de la soie. La maladie – malgré les travaux de Pasteur –, les textiles synthétiques, les importations ont porté un coup fatal à la soie française. Une renaissance locale a eu lieu depuis une dizaine d'années grâce à une poignée de passionnés qui a remis en service une filière complète, associée étroitement à la remise en valeur du patrimoine bâti, au développement touristique et à l'aménagement du territoire. Remise en état des vergers de mûriers et d'une magnanerie à Grefeuille pour l'élevage des vers et le traitement des cocons, création d'un atelier de moulinage (pour former le fil de soie) et d'une filature pour la production de tissus à destination de la haute couture, ont été les étapes de cette renaissance qui se poursuit non sans mal.

► Les tissages catalans et les espadrilles

Issu d'une vieille tradition, le tissage catalan s'est surtout développé au XIX^e siècle. Rayures, frises aux motifs géométriques, dominante du rouge sont les caractéristiques principales de cette production, encore réalisée par deux ateliers à Saint-Laurent-de-Cerdans et à Arles-sur-Tech. Le tissu, très résistant, est employé pour confectionner toile à transat et linge de table ; on le retrouve aussi naturellement sur les célèbres espadrilles, sandales catalanes à la semelle de corde, indispensable à tout danseur de sardane digne de ce nom. Dans les boutiques des deux ateliers on peut acheter quelques jolis articles : torchons, bavoires, tabliers pour bouteille, nappes et serviettes.

► Le « chemin des Verriers » dans l'Hérault

La tradition verrière en Languedoc date de l'époque romaine où l'usage de ce matériau était déjà répandu. Cette industrie a connu un grand développement depuis le Moyen Âge faisant disparaître la forêt sur les causses. La verrerie devient dès le XV^e siècle en Languedoc une activité de prestige dont l'exercice est octroyé aux nobles désargentés. Ces « gentils-hommes verriers », qui seuls avaient le privilège de souffler le verre, ont créé des verreries qui produisaient bouteilles pour la production viticole, flacons et fioles pour les pharmaciens, récipients utilitaires pour la vie de tous les jours.

► Le « bouffadou » en Lozère

Les Lozériens, pour attiser les braises, usent d'un objet bien local : un bouffadou. C'est un long tube de bois, plus précisément une branche de pin dont on a enlevé l'écorce et que l'on a creusée en son centre. Il ne reste plus alors qu'à gonfler ses poumons et à souffler au travers en direction du feu : le jet d'air comprimé réveille la flamme des tisons somnolents. Un cadeau à ramener de Lozère et qui n'est plus fabriqué que chez un artisan, Jean-Louis Sirvins, à Mende.

Musique – Danses

► La sardane et les « coblas ».

L'été, les places des villages catalans s'animent et résonnent de la musique des « coblas ». Ces orchestres traditionnels, d'une douzaine de musiciens, maintiennent vivante la musique catalane et ses instruments typiques : flaviol (flûte à bec), tambori (petit tambourin), tible (hautbois à son aigu), tenora (hautbois à treize clefs, fabriqué exclusivement à partir de bois de jujubier), fiscorn.

La sardane est la danse catalane par excellence. Constituée par une ronde de danseurs qui se tiennent par la main, lançant ou abaissant les bras, animant le cercle, l'agrandissant ou le réduisant, au rythme de la musique de la « còbala ». La sardane a acquis sa forme définitive au XIX^e siècle et elle est pratiquée durant l'été lors des « aplecs », rassemblements traditionnels, où les passants peuvent rentrer dans la ronde et se mêler aux danseurs.

Sports et jeux traditionnels

► La bouvine dans l'Hérault et le Gard, les ferias

Derrière ce mot de bouvine, le « biou », le « toro », pointe le bout de ses cornes. Sans doute parce que l'Espagne n'est pas loin, plus sûrement parce que la Camargue est la terre des taureaux noirs, la bouvine rassemble ces sports et traditions qui enflamment les « aficionados ». Au premier rang, les courses camargaises : spécificité locale dont on aura un aperçu tout l'été, dans une vaste zone qui s'étend

du Rhône à la banlieue est de Montpellier, où les arènes de tous les petits villages résonnent des cris des amateurs. Ces courses sont l'affrontement codifié de l'homme et du taureau, concours de rapidité et d'agilité. Organisées par les manadiers (éleveurs de taureaux camarguais), ces courses sont souvent accompagnées des « abrivados » (lâcher des bêtes dans les rues), des ferrades (marquage des jeunes taureaux), ainsi que de jeux de gardians dans des arènes sommaires érigées dans les prés. Plus théâtrales, plus tragiques, les corridas ont aussi droit de cité dans la région et quelques communes organisent ces spectacles, qui s'intègrent de plus en plus dans des « ferias », fêtes populaires qui se poursuivent plusieurs jours avec leurs échoppes colorées, leurs musiques (le flamenco est très présent) et leurs « bodegas » où chacun vient étancher des soifs diverses en refaisant le monde en général et le spectacle taoumachique du jour en particulier. L'une des plus célèbres est celle de la Pentecôte à Nîmes (qui en organise deux autres dans l'année), mais celle de Béziers monte en puissance. Il en est aussi au sud-ouest, ne soyons pas chauvins : de Saint-Jean-de-Luz à Mont-de-Marsan, le Pays basque aime à célébrer cette fête populaire. Bref, en ce qui est du Languedoc-Roussillon, cette taoumachie espagnole, qui fait beaucoup parler d'elle, se trouve aussi à Céret, Palavas et depuis peu à Alès et Carcassonne. Il y en a même une à Arles ! Cette recrudescence de locaux ferias ne manque pas d'exaspérer les défenseurs des animaux et les associations militantes pour l'interdiction des corridas.

► Le jeu du tambourin (Hérault)

Troisième des sports languedociens, le tambourin est un jeu de balle ancestral. Aujourd'hui codifiée, pratiquée au niveau international et reconnue, cette discipline est spectaculaire et mérite bien une visite estivale. Il suffit pour cela de prendre place le long du terrain où s'affrontent deux équipes de cinq joueurs (deux au fond, deux à la corde et un au centre), chacun muni d'un tambourin, cercle de 28 cm de diamètre recouvert de peau synthétique et muni d'une poignée (comme l'instrument de musique mais beaucoup plus résistant) ; à l'engagement, le batteur se sert d'un battoir, tambourin plus petit monté sur un long manche. Les renvois se font comme au tennis (à la volée ou après un rebond) et les points se comptent de même. A voir et à essayer dans les villages, notamment à Courmonterral, Saint-Martin-de-Londres, Saint-Georges-d'Orques, Gignac et Pézenas qui comptent de bonnes équipes.

► Les joutes languedociennes

Depuis des siècles, les marins et les pêcheurs ont leurs règles de chevalerie et leur tournoi, les joutes. Sur tout le littoral gardois et héraultais, au Grau-du-Roi, Agde, Balaruc, Frontignan, Méze, Marseillan, Palavas, Sète et même Béziers sur le canal du Midi, on voit s'affronter deux équipes, les bleus et les rouges. Les règles sont simples : deux barques et leurs solides rameurs servent de coursier aux « lanciers ». Campés aussi solidement que possible sur la « tintaine », plate-forme en hauteur à l'avant de la barque (longue de 8 m, de type « moure de porc », avec 10 rameurs), les jouteurs sont armés d'une lance de bois (2,70 m) et d'un pavois, boudier sur lequel la lance de l'adversaire viendra frapper. Réglée par hautbois et tambours, la joute commence, les lances s'abaissent et heurtent l'adversaire qui, déséquilibré, finit dans l'eau. Le tournoi le plus réputé a lieu tous les ans à Sète, en août, pour la Saint-Louis.

Le Languedoc-Roussillon gourmand

Dans cette généreuse région, on retrouve les produits de la mer : huîtres et moules de l'étang de Thau (Bouzigues), poissons du golfe de Lion, anchois de Collioure, de l'élevage (Aubrac ou Cerdagne) avec la viande et la charcuterie (jambon des Cévennes, gardianne de taureau de Camargue), mais aussi les produits de la terre, fruits des vergers du Vallespir (cerises de Céret), fromages de chèvre (pélardons), champignons de Lozère (cèpes, mousserons), châtaignes des Cévennes, et bien sûr la vigne. C'est dire si la gastronomie y est variée !

Spécialités locales

Qui dit pays d'eau, de mer, de terre et de terroir, reflète inéluctablement des savoureux mélanges d'ingrédients, façonnés au fil du temps par le savoir-faire des pêcheurs, des restaurateurs et des locaux. Sauf qu'en Languedoc-Roussillon, la gastronomie est celle du peuple, la fine bouche raffinée qui a su agrémente ses richesses naturelles du sol, de la terre et de la mer, fomentant une cuisine populaire tout en étant accessible à un large public. On y savoure aujourd'hui la célèbre bourride, mais aussi les tielles de Sète. Sans oublier l'aioli de morue, ou la brandade de morue à la nimoise ! Côté Roussillon, la bouillinaade est loin d'être ragoutante... Le sud-ouest de la région marque sa tradition culinaire par ses succulents cassoulets de Castelnaudary, d'où l'on peut sillonner la ville rose de Claude Nougaro, non loin, Toulouse et sa douceur de vivre, la montagne Noire et ses châteaux cathares, les Pyrénées et le canal du Midi. De la peyroulade de Lozère à la gardianne camarguaise, de la corgolade catalane à la traditionnelle fougasse d'Aigues-Mortes, le Languedoc-Roussillon met les petits plats dans les grands. Sillonnant les routes de l'Hérault sous la poésie de Georges Brassens, l'on découvre les grisettes de Montpellier dont l'illustre auteur en fit l'honneur en chanson, les joutes sétoises, les pélardons de Lozère qui s'agrémentent avec la large gamme des vins d'AOC (Minervois, Banyuls, Corbières et Costières) pour des repas en harmonie avec la nature qui donnent le la du gourmet, et mettent les papilles au diapason du terroir.

Les recettes de la mer

- ▶ **Bourride (Sète).** La baudroie, nom méditerranéen de la lotte, se cuit sur un lit de légumes mouillés au vin blanc. En fin de cuisson, on retire le poisson, coupé en darnes et on lie la sauce avec un aioli. Servir avec des croûtons tartinés du foie de la baudroie et des pommes de terre vapeur.
- ▶ **Brandade de morue (Gard).** Plat typiquement gardois consistant à une pâte de morue broyée et mélangée à de l'huile d'olive et du lait. La vraie brandade ne contient ni pomme de terre ni ail. Elle est en général servie avec des pommes de terre à l'eau. Cette recette typique a fait une demande pour obtenir une IGP au niveau européen.
- ▶ **Brasucade (Languedoc).** Une façon simple et délicieuse de déguster les moules. Elles sont jetées sur une plaque posée sur un feu de souches de vignes. Dès l'ouverture, elles sont aspergées d'une sauce à base d'huile d'olive, de piment et autres aromates. La « confrérie de la brasucade » a été créée récemment à Frontignan. Tâche de défense difficile, car chacun a sa propre recette !
- ▶ **Bullinaode ou bouillinaade (Roussillon).** Un ragout de poisson typiquement catalan. Dans un récipient enduit de lard, on dispose des couches de pommes de terre et de poisson, on assaisonne avec de l'ail, du piment, de l'huile d'olive et on mouille. Cuisson 20 minutes. Il existe une variante languedocienne, la bouille, pour préparer les anguilles des étangs.
- ▶ **Eau-sel (Languedoc).** C'est la façon la plus simple et la plus économique de préparer le poisson. Il suffit de faire un court-bouillon avec de l'eau de mer, des oignons, du laurier, un filet de vinaigre. On peut servir le poisson nappé d'une petite sauce faite de jus réduit et d'ail et piment pilés.
- ▶ **Escabèche (Languedoc-Roussillon).** Mode de préparation du poisson consistant en une marinade de vinaigre, d'oignon et d'ail. Avec un filet d'huile d'olive, la conservation est de plusieurs jours.
- ▶ **Morue (Languedoc-Roussillon).** Nos restaurateurs se séparent en deux écoles quand il s'agit de cuisiner la morue. Ceux qui s'inspirent de la cuisine catalane la servent en sauce tomate, ceux qui penchent pour la recette nimoise la préparent en brandade. Elle s'accompagne aussi fort bien d'un aioli.
- ▶ **Aioli de morue (Languedoc).** L'aioli est aussi revendiqué par la Provence. D'où qu'il vienne, il est tout aussi bien consommé en Languedoc. L'aioli est une mayonnaise à l'huile d'olive et à l'ail, que l'on agrémentent avec la morue disposée autour de ses petits légumes. L'aioli est servi séparément du plat.
- ▶ **Rouille de seiche (Languedoc).** La rouille est une façon de préparer seiches et encornets sur tout le littoral du golfe de Lion ; la préparation varie d'un port à l'autre et la seule différence notable est l'ajout de safran vers la partie ouest.
- ▶ **Soupe de crabes (Languedoc).** La vraie soupe de crabe se fait avec les petits crabes des étangs ou des canaux, les « cranquettes ». Revenus dans l'huile d'olive, ils sont écrasés et passés à la moulinette. On peut ajouter quelques têtes de poissons.
- ▶ **Tielles à la sétoise.** On trouve chez tous les poissonniers ces petites tourtes à la pâte rougeâtre. Parfumées, elles renferment une préparation à base de tomate ailée et de poupe.
- ▶ **Zarzuella (Roussillon).** Ragoût de poissons et de fruits de mer typique de la Catalogne.

Les recettes traditionnelles

► **Aligot (Lozère).** Purée de pommes de terre à la tomme fondue et à l'ail. Ce plat, inventé par les moines au Moyen Âge, constituait une préparation roborative pour les pèlerins en marche sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle. L'histoire ne dit pas ce qu'étaient ces « truffets », ces tubercules, avant l'introduction de la pomme de terre par monsieur Parmentier...

► **Aïgo Buhlido (Languedoc-Roussillon).** Nom donné à de nombreuses soupes, toutes utilisant de l'ail et plus ou moins liées avec des œufs ou de la farine selon les endroits. Le remède idéal, dit-on, pour faire passer la « gueule de bois ».

► **Bajanat ou soupe de châtaignes sèches (Lozère).** Ce plat d'hiver typique de la Lozère cévenole était préparé avec des châtaignes sèches appelées « blanchettes ». On peut manger cette soupe avec du lait, sucrée ou salée, avec du vin ou encore des pruneaux.

► **Boules de picolat –boles de picolat– (Catalan).** Boulettes de viande de porc mélangée à de la viande de bœuf ou de veau et relevées d'ail, d'oignon et de persil. Roussies à l'huile, elles sont alors cuites dans une sauce tomate onctueuse agrémentée d'olives vertes et de câpres. Elles sont servies accompagnées de haricots blancs ou des pommes de terre.

► **Cargolade (Catalan).** Cette célèbre préparation catalane est tout simplement la façon la plus simple de manger les escargots (petits gris). Généreusement salés et poivrés, on les dispose sur un grillage ouverture vers le haut et on pose le tout sur un feu de sarments de vigne ; en cours de cuisson, à l'aide d'un « flambadou » on laisse tomber une goutte de lard fondu dans chaque animal. Accompagnée d'un aioli, le plaisir est total.

► **Cassoulet.** Sa capitale est Castelnaudary, mais on en trouve dans tout le Lauragais, autour de Carcassonne, et souvent dans les Pyrénées. C'est un mélange de haricots blancs, longe de porc, confit de canard (à Castelnaudary), saucisson et autres saucisses, cuits longuement dans une « cassole », terrine en terre. Plus il est réchauffé, meilleur il est ! Et ceux qui prétendent que le cassoulet vient d'ailleurs n'ont qu'à bien se tenir car la « grande confrérie du cassoulet de Castelnaudary » veille !

► **Fraginat (catalan), fréginat (languedocien), fraizinat (lozérien).** Il s'agit de préparations voisines, sortes de ragouts à base de viande grasse de porc. La recette peut se faire localement avec du bœuf ou de l'agneau.

► **Grillade (ou aigrillade) saint-gilloise (Camargue).** Une préparation très particulière faisant alterner 3 fois une couche d'oignons émincés, une couche de paleron de taureau ou de bœuf, une couche d'anchois mélangés à des câpres... et laisser cuire 6 heures à feu très doux.

► **Gardiane (Camargue).** Une daube de bœuf ou plus souvent de taureau. Les morceaux doivent mariner 24 heures, avant d'être frits puis laissés à mijoter à feu doux.

► **Ouillade (Roussillon).** L'ouillade est un pot-au-feu catalan à base de chou vert, poireaux, carottes, haricots blancs, pommes de terre. Pour la viande, du talon de jambon cru, du jarret de porc demi-sel, du boudin catalan.

► **Petits pâtés de Pézenas (Hérault).** C'est une spécialité culinaire, très « historique ». Le fameux « petit pâté » est une préparation sucrée-salée (hachis de mouton additionné de cassonade) en forme de bobine, apportée au milieu du XVIII^e siècle par les cuisiniers indiens de lord Clive, vice-roi des Indes, en repos à Pézenas. A goûter pour le côté insolite de la saveur, unique dans la gamme des plats régionaux. A noter que, tout à côté, la ville de Béziers lui dispute la paternité.

► **Peyroulade (Lozère).** Il s'agit d'une soupe d'orge perlé (c'est-à-dire l'orge d'où l'on a enlevé la peau du grain). Elle peut être enrichie de pommes de terre ou de haricots et liée avec œuf battu ou du lait. Cette soupe traditionnelle est remise à l'honneur par la « confrérie de la Peyroulade », basée à Villefort.

► **Pouteille (Lozère).** La pouteille est un plat canourguais, à base de bœuf mariné, de pieds de porc, et de pommes de terre, autrefois confectionné pour chaque famille puis porté au four du boulanger dans un « toupi », pot en terre. L'illustre « confrérie de la pouteille et du manouls » à la Canourgue défend ces deux spécialités lozériennes.

► **Ragout d'escoubille (Hérault).** Ragout de légumes (oignons, tomates, carottes, céleri, pommes de terre, champignons de Paris, câpres séchés...) avec des boules de chair à saucisse et abats de poulet. Il se mange tel quel ou mieux, enfermé dans une croustade, grosse bouchée de pâte feuilletée.

► **Soupe d'orties (Lozère).** Recette traditionnelle, remise au goût du jour et « revisitée » par de nombreux chefs travaillant les herbes sauvages, c'est un bouillon utilisant les pointes de feuilles d'orties. Une variante existe avec les fanes de radis.

Douceurs régionales

Le Languedoc-Roussillon est aussi un important producteur de miel. Du fait de la diversité des milieux et de leur étagement, de nombreuses variétés de miels peuvent être produites, d'autant que de nombreux apiculteurs pratiquent la transhumance. De nombreuses dénominations existent : miels des Cévennes, des Causses, du Mont-Lozère, du Roussillon et le parc de ruches est estimé à plus de 60 000. Le miel de Narbonne lui, est un produit très ancien : il fut, dit-on, le miel le plus célèbre en France entre le XII^e et le XX^e siècle. C'est un miel composé en majorité de romarin, de texture très fine et de couleur proche du blanc, ce qui en fait sa spécificité.

► **Berlingot de Pézenas (Hérault).** Plutôt rectangulaire ou ovale, le berlingot de Pézenas est un bonbon de sucre aromatisé à l'anis, au citron, à la mandarine... et zébré de bandes alternativement translucides ou opaques.

► **Biterroise (Hérault).** La brioche de Béziers, parfumée à la fleur d'oranger, a l'allure d'un petit manchon de 7 cm de long, fourrée de marmelade de pommes ou de crème pâtissière, avec une surface ocre vernissée.

► **Blanc-manger (menjar blanc) (Languedoc).** Une gelée aux amandes obtenue en mélangeant du lait d'amandes et de la gélatine et aromatisée avec du rhum ou une autre liqueur.

► **Caladon (Nîmes).** Variété de croquant à base d'amandes et de miel, plus sucré et plus souple que les préparations habituelles.

► **Coupétado ou coupétado (Lozère).** La coupetado est un dessert du nord de la Lozère, constitué de tranches de pain rassis imbibées de lait, recouvertes d'un flan à la vanille et aux pruneaux. Son nom lui vient du « coupet », sorte de plat en terre très profond qui était enfourné avec le pain.

► **Flaouzouno ou tarte au pélardon (Lozère).** Au début du siècle, ce gâteau était traditionnellement vendu à la foire de mai au Pampidou. Le terme de pélardon est récent (il s'agit peut-être d'une déformation du mot « péral », petite pierre ou galet) ; il aurait été donné aux petits fromages de chèvre pour leur similitude de forme.

► **Fougasse d'Aigues-Mortes (Gard).** Brioche de pâte légère, aromatisée au citron, à la fleur d'oranger, recouverte de sucre.

► **Grisettes de Montpellier (Hérault).** Savant mélange de miel et de réglisse, ces petits bonbons ronds, spécialités montpelliéraines, remontent au Moyen Âge. La recette a été retrouvée dans un grimoire. Les grisettes nichent aujourd'hui dans des petites boîtes blanches en métal.

► **Millas (Aude).** Le millas est un gâteau typique de l'Ouest audois réalisé avec de la farine de maïs. Une sorte de grosse crêpe bien épaisse que l'on finit de dorer à la maison, dans une poêle huilée. Il se déguste chaud, saupoudré de sucre.

► **Rousquilles (Roussillon).** Petit gâteau catalan, rond, dodu et blanc, délicatement aromatisé à l'anis et au zeste de citron, c'est la pâtisserie emblématique de la Catalogne Nord. Si les Américains, avec leurs donuts, ont réussi à copier la forme, le secret de la recette reste inviolé.

Produits du terroir

Viandes, volailles et gibiers

► La viande bovine

Elle est représentée dans le Massif central par la race d'Aubrac. L'élevage est extensif en pâturage et dure de 2 à 4 ans, donnant une viande d'un rouge franc, particulièrement savoureuse. Notons au passage que la production laitière de cette race sert à la fabrication du cantal et du laguiole. La viande est vendue essentiellement dans les boucheries traditionnelles sous la marque collective « fleur d'Aubrac ». On trouve aussi un Label Rouge « Bœuf Fermier d'Aubrac » (les bêtes doivent être de pure race Aubrac) et un certificat de conformité pour la « génisse de l'Aubrac ». Notons aussi la création par les professionnels de la filière de la marque « de Lozère » qui s'applique à des animaux nés, élevés et abattus en Lozère, suivant un cahier des charges et des contrôles de sécurité et de qualité très stricts. Dans 9 communes de l'est de la Lozère (Auroux, Chastanier, Cheylard-l'Évêque, Fontanes, Langogne, Luc, Naussac, Rocles, Saint-Flour-de-Mercoire) la production bovine peut bénéficier de l'AOC « Fin Gras du Mézenc ». Dans le massif pyrénéen, la situation est différente et l'élevage bovin a subi au cours du XX^e siècle un déclin inexorable. Depuis

quelques années, il reprend de la vigueur grâce à quelques jeunes éleveurs qui misent sur l'agrotourisme et ont réussi à obtenir une marque collective « rosée des Pyrénées » pour leurs génisses et « fleuroun des Pyrénées » pour les bœufs. De même certains éleveurs du Lauragais ont reçu pour leur production le Label Rouge « Veau Fermier du Lauragais ».

► La viande de taureau

Mais parler de viande bovine ne peut se concevoir sans citer la production française la plus originale : celle de viande de taureau. Nous ne dirons qu'un mot sur la consommation de viande de taureau de combat, le sujet des « corridas » prêtant trop à controverse. Plus intéressant est l'élevage du taureau de Camargue pour la boucherie. La production de viande n'est encore qu'une ressource d'appoint pour les manadiers. D'un rouge intense, plus foncée que celle du bœuf, avec un goût plus prononcé, « sauvage », elle se consomme grillée ou en gardiane. Consécration suprême pour les éleveurs, ils ont obtenu en 1996 une AOC « Taureau de Camargue » pour une zone comprenant une centaine de communes des Bouches-du-Rhône, du Gard et de l'Hérault.

► Le mouton

La demande très forte en viande d'agneau a conduit les éleveurs à se pencher sérieusement sur cette production. Lutter au niveau des prix avec les importations de l'hémisphère sud étant une tâche impossible, ils ont préféré jouer la carte de la qualité, pour un produit haut de gamme : l'agneau sous la mère. Vous le trouverez en vente chez les bouchers ou en grande distribution sous différentes marques collectives : « Agneau du Pays d'Oc » (Label Rouge) et aussi suivant la zone de production « agneau catalan », « agneau du pays cathare », « agneau de Nîmes », « agneau du Languedoc », « agneau de Cerdagne-Capcir », « agneau du Gévaudan » ou « agneau de Lozère (Indication Géographique Protégée).

► Le porc

Il fait partie de la trilogie des productions animales qu'on ne saurait oublier. Il est présent partout dans la région, mais des différences locales permettent de déterminer trois grandes zones de production charcutière : le pays catalan, la Lozère et le Haut-Languedoc... Beaucoup de points communs entre elles, mais aussi quelques produits spécifiques qui peuvent étonner le voyageur.

► La volaille

A l'heure des productions industrielles qui inondent le marché de la volaille, le Languedoc-Roussillon a ici aussi joué la carte de l'originalité, en mettant en avant des produits qui n'avaient, jusqu'à une période récente, qu'une diffusion locale, souvent issus de pratiques traditionnelles. C'est le cas par exemple en Lauragais pour les chapons et poulardes. Le « Chapon Fermier du Lauragais » et la « Poularde Fermière du Lauragais » bénéficient ainsi d'un Label Rouge et même d'une IGP au niveau européen. Ce label rouge touche aussi une partie de la production de poulets, particulièrement dans le secteur du Gard, de la Lozère et de l'Hérault, où une vingtaine d'exploitations produisent des poulets et pintades fermiers et bénéficient de différents Labels Rouges : « Pintade Fermière des Garrigues » ou « Pintade Fermière du Languedoc », « Poulet Fermier des Cévennes », « Volailles Fermières d'Oc »... Canards et oies bénéficient d'un élevage traditionnel dans l'ouest du département de l'Aude.

Charcuteries

La charcuterie catalane se caractérise par la grande variété des « embotits », terme qui désigne le fait de mettre dans des baux des produits variés (chair, gras, abats). Selon la composition, le mode de conservation (crus, séchés ou cuits), la taille, la forme, ils reçoivent des noms différents : saucisse fraîche (épaule, ventrèche, boyau de mouton), saucisse sèche (épaule, échine, séchée), foyat (jambon, longe), saucisson filet (jambon, longe, boyau en rosette), longanisque (échine, poitrine, séchage air libre), botifarres ou boudins (tête, fressure, cœur, couennes, gorge, sang, cuit), botifarreta (tête et langue, couenne, gras de dos, sang, cuit), dios (botifarreta dans panse de porc, cuit), pa de fetge (foie frais, viande, gras, œufs, cuit), bisbe (jarret, langue, ventrèche, cou, œuf)... Dans le reste de la région, on retrouve une charcuterie plus classique dominée par les jambons secs, saucisses, saucissons, terrines et autres pâtés. Au chapitre des curiosités, il faut citer quelques productions très localisées.

Le « fetge » se trouve essentiellement dans l'Aude et particulièrement à Carcassonne : il s'agit tout simplement de foie de porc salé (3 à 7 jours), égoutté, mis dans un filet et séché pendant 2 mois. Il rentre dans la composition des salades et accompagne parfois les escargots.

Le fricandeau, proche de la caillette aux herbes que l'on trouve dans d'autres régions, est une boule composée de foie et de gorge de porc, aromatisée de poivre, de thym et de laurier, roulée dans le péritoine du porc. Il est produit dans la zone de la montagne Noire, dans l'Aude et l'Hérault. Dans la même zone et particulièrement à la Salvétat, **la bouquette** est un mélange de viande de porc, de pain et d'œufs, monté en boules et cuit au four ou frit dans de la graisse. Consommée froide en entrée, chaude à la poêle ou séchée avec de la salade, elle est très appréciée dans la montagne Noire et à Saint-Pons-de-Thomières, une « confrérie de la bouquette » en perpétue la recette.

La saucisse d'herbe est une spécialité lozérienne. Terme impropre il est vrai car, à côté du chou ou des blettes, on trouve une bonne moitié de gras et de viande de porc. On trouve dans le département toute l'année cette saucisse rose parsemée de vert, qui se mange bouillie avec la soupe ou grillée en accompagnement de l'aligot par exemple. Enfin, le mouton a lui aussi sa charcuterie, **le manoul**. Comme ses cousins, les tripous et autres pieds paquets, il s'agit de petites poches découpées dans des panses de mouton et remplies de tripes et des pieds de mouton ou d'agneau. Il est ensuite cuit dans un court-bouillon assaisonné avec du thym, du laurier, des carottes, des oignons, du vin blanc.

Poissons, fruits de mer et crustacés

Si on excepte les thoniers de Sète ou de Port-Vendres qui partent en campagne pour de longues semaines à la poursuite des thons rouges au large des îles Baléares, et la centaine de petits chalutiers qui s'amarrent dans les ports régionaux, la pêche en Languedoc-Roussillon est restée une activité que l'on peut qualifier d'artisanale, celle qui est exercée dans le cadre des « petits métiers de la mer », selon l'expression consacrée.

► **Le loup**, surnommé « poisson roi », (le bar de la côte atlantique) est le poisson le plus recherché pour la qualité de sa chair, ferme et au goût très fin. Naissant dans les étangs languedociens, engraisant durant l'été, ils gagnent la mer en novembre. Il faut signaler qu'une technique récente d'élevage en bassins permet une production régulière et calibrée.

► **Le muge ou mullet**, moins apprécié que le loup, constitue une part des prises non négligeable, notamment pour les petits pêcheurs des étangs. Il se cuisine souvent bouilli ou au fin blanc, se sert parfois en soupe, car sa chair est plus molle, à odeur forte quand le poisson est capturé en étang ou dans les canaux.

► **La daurade**. Pêchée en mer par les pêcheurs professionnels, la daurade vit une partie de l'année dans les étangs et effectue sa migration saisonnière vers le large à la fin de l'été. C'est l'occasion pour des milliers de pêcheurs amateurs de les pêcher à la ligne lors de leur passage dans les canaux de Sète. Le spectacle est alors grandiose et cocasse, entraînant engueulades, vociférations et « emmêlages » de fils... et ce, devant des milliers de spectateurs.

► **Le maquereau et la sardine** sont par excellence les poissons de la grillade d'été. Si les prises du premier sont peu importantes, il faut signaler que la sardine est le poisson le plus pêché sur le littoral languedocien et que les prises peuvent dépasser 10 000 t par an pour l'ensemble des ports. Si une grande partie part pour les conserveries, une autre est consommée localement et les recettes ne manquent pas, de la simple grillade de sarments de vigne aux beignets, malaxée en boulettes ou préparée à l'escabèche (cuite et conservée dans du vinaigre avec des aromates).

► **L'anchois** a valu sa célébrité à la petite ville de Collioure, lui ouvrant la porte du club très fermé des « sites remarquables du goût ». Les anchois frais sont salés entiers, puis restent quelques jours dans leur propre saumure.

Etêtés et vidés, ils sont alors stockés dans des fûts, intercalés avec des couches de sel. Ils sont tassés et laissés ainsi trois mois, période nécessaire pour qu'ils acquièrent leur goût incomparable. Ils peuvent être consommés alors au sel ou mieux conditionnés à l'huile.

► **La conchyliculture** est une activité très importante des étangs. Les deux centres de production sont l'étang de Thau et celui de Leucate. Ce milieu très riche est très favorable à cet élevage, d'autant plus que l'absence de marée permet aux coquillages de se nourrir en permanence et d'avoir ainsi une croissance rapide.

► **Les huîtres**, entre l'introduction du naissain jusqu'à la commercialisation, suivent un cycle de deux ans, collées sur des barres de bois ou des cordes en nylon, fixées elles-mêmes à des tables érigées au-dessus de l'étang. Les moules se cultivent dans des filets immergés, en étang au début, puis en mer pour un séjour de 4 à 18 mois selon la grosseur désirée. L'absence de marée, et donc une immersion permanente dans le milieu nourricier, favorise une croissance rapide. Aujourd'hui, avec une production de 13 000 t par an, dont 80 % d'huîtres creuses, les « japonaises » ont remplacé les

« portugaises » décimées en 1970 par une maladie ; la région représente un peu plus de 10 % de la production nationale.

► **Le sel** ne doit pas être oublié dans cet inventaire marin. La région en produit environ 1 million de tonnes par an, mais ce chiffre est variable en fonction des conditions climatiques. Seuls quatre sites sont en activité : Aigues-Mortes, Gruissan, Sainte-Lucie et Lapalme, exploités par une seule société.

A lui seul le salin d'Aigues-Mortes fournit la moitié du volume. Le sel produit est destiné à la chimie et au déneigement. Epurée, une partie est destinée à la consommation et est commercialisée sous la marque « la Baleine ». Aigues-Mortes et Gruissan produisent de la « fleur de sel » pour satisfaire une demande croissante de produits de terroir de qualité.

Fromages, produits laitiers

La situation de la production fromagère en Languedoc-Roussillon se différencie, elle aussi suivant les deux massifs. Dans les Pyrénées, la production est restée essentiellement fermière et se concentre sur la production de tomme, qu'elle soit de brebis, de chèvre ou de vache. Cette dernière donnant des fromages de type **tomme noire** des Pyrénées (protégée par une IGP). A noter dans les zones plus basses, une production typique de fromage frais de chèvre, un caillé frais en faisselle, sorte de brousse appelée localement « fromagets », qui se consomme essentiellement aromatisé de miel du pays. Mais le vrai pays du fromage, c'est le département de la Lozère avec cinq fromages en AOC. En lait de vache ce sont **le bleu des Causses** et **le bleu d'Auvergne**, deux fromages à pâte persillée, affinés de 3 à 6 mois en cave naturelle, et **le laguiole**, proche du cantal. **La tomme fraîche** qui en est la base rentre dans la composition du célèbre « aligot ». Lorsqu'elle ne bénéficie pas de l'AOC, on la trouve sur les marchés sous le nom de fourme d'Aubrac. Fabriqué dans la région voisine, **le roquefort** est un fromage à pâte persillée de lait de brebis. Si l'affinage se fait dans la localité même, selon des pratiques et des techniques séculaires, le lait est récolté dans une aire qui s'étend sur plusieurs départements du Sud de la France. Les causses lozériens et leurs troupeaux sont une zone importante de production. Petit dernier dans la famille des appellations, **le pélaridon**, fromage traditionnel, a acquis ses lettres de noblesse en 2001, après dix ans de lutte. Fabriqué essentiellement à la ferme (pour 85 %), son aire de production s'étend sur les Cévennes, les Causses, et l'arrière-pays audois. Constitué de lait de chèvre, de présure et de sel, il présente une pâte compacte sous une croûte fleurie de couleur crème. Il se consomme frais moelleux ou sec, selon les goûts de chacun, cuisiné (pané, gratiné, en salade) ou conservé dans l'huile d'olive. Au-delà des produits d'appellation, de nombreux producteurs proposent d'autres fromages, commercialisés directement dans les fermes ou mis au point par des fromageries artisanales ou industrielles. Citons le « fédou », fromage traditionnel, à pâte molle et croûte fleurie, vendu à la pièce ; le « berger de Lozère », le « lozère » au lait cru et les « bleus de Lozère » (petit risso, bleu de Luc à pâte ferme et

persillée). La « bergeronnette », elle, est un pérail de brebis, fromage crémeux frais ou demi-frais. Le pérail est un des seuls fromages à pâte molle au lait de brebis. Délicieux et fondant, il est apprécié des connaisseurs et la demande est en augmentation.

Fruits et légumes

Soumise à des influences méditerranéennes, héritière des techniques d'irrigation importées par les Arabes au X^e siècle, bénéficiaire de conditions climatiques favorables, il était normal que la région, et particulièrement le Roussillon, soit productrice de fruits et légumes. Du réseau d'irrigation traditionnel du pays catalan, mis en place dès le XI^e siècle, à la construction du canal du bas Rhône-Languedoc dans les années 1960, le solutionnement de l'approvisionnement en eau a été une constante de l'agriculture des plaines du Languedoc-Roussillon.

Voici quelques produits confidentiels qui se trouvent en général dans de petites régions bien déterminées :

► **L'artichaut violet** est produit dans le Roussillon. Précoce, il se consomme cru ou cuit et traditionnellement dans la région, il accompagne l'agneau rôti. Avec 15 000 t, la région est la deuxième région productrice en France.

► **L'asperge** des sables se cultive sur les sols sablonneux du littoral du Gard et de l'Hérault. Après une disparition presque totale en 1991 suite à une maladie, la production a retrouvé un niveau très important pour flirter avec les 10 000 t.

► **L'oignon**, légume très apprécié, bénéficie d'une bonne notoriété et les piémonts des Cévennes, de la montagne Noire, des Aspres se sont spécialisés dans sa culture. Ici sa culture reste traditionnelle ; il s'agit en général d'oignons doux, très savoureux, qui sont très agréables à manger crus. Parmi les dénominations les plus connues (dont certaines souhaitent être reconnues par une marque collective, voire une AOC), citons la cèbe de Lézignan (Hérault), l'oignon doux des Cévennes (Gard et Hérault) qui vient d'obtenir l'AOC, l'oignon de Citou (Aude), l'oignon doux de Toulouges (Pyrénées-Orientales).

► **Le navet de Pardailhan**, dans le Haut Minervois héraultais, est un produit rarissime et très recherché. Le « navet de Pardailhan » est une variété à peau noire et à la chair blanche et sucrée. Après une période de déclin, sa culture est à nouveau en expansion et de nombreux cuisiniers du coin le servent à nouveau sur les tables. Gageons qu'une reconnaissance d'une AOC (en cours de préparation) lui permettrait d'être connu au-delà de la région. En attendant, il a été reconnu comme produit « sentinelle » par le mouvement « slow food ».

► **Le pois chiche**, légume qui ne paye pas de mine, est la spécialité du village de Carlencas dans l'Hérault. Quoi de plus banal qu'un pois chiche ! Tendre, de cuisson rapide, le « pois chiche de Carlencas » doit ses qualités au sol volcanique sur lequel il pousse. Se méfier des contrefaçons car la récolte n'est que d'environ 3 t par an. A acheter sur place.

► **Le haricot du cassoulet** ne doit pas être oublié, car il occupe une place de choix dans la gastronomie régionale et particulièrement celle du Lauragais. Théoriquement il est le seul à entrer dans la confection du véritable cassoulet de Castelnaudary. Concurrencé pour des raisons de coût par le haricot importé d'Amérique du Sud, il a failli disparaître il y a quelques années. Dans un souci d'authenticité, sa culture renaît et avoisine actuellement les 40 t. Il est utilisé essentiellement pour la fabrication du cassoulet « haut de gamme ».

► **Le riz** est la spécialité de la Camargue. Apparue au milieu du XIX^e siècle, la culture du riz y connut des hauts et des bas en fonction de la concurrence des colonies françaises et des cours mondiaux de cette denrée. La décolonisation va permettre une relance et aujourd'hui les rizières couvrent une superficie de 7 000 ha, produisant essentiellement des variétés à grain long, bénéficiant d'un certificat de conformité « riz de Camargue ».

Les fruits du soleil

► Les arbres fruitiers traditionnels, **le pêcher et l'abricotier**, ont souvent été plantés en complément du revenu de la vigne, soit pour la consommation locale. Le développement des transports dans un premier temps, puis, après la deuxième guerre mondiale, des impératifs de reconversion ont conduit au développement du verger régional, principalement dans le Gard et le Roussillon. Actuellement la région est la première pour la production de pêches et la deuxième pour les abricots.

► **L'abricot** fait partie de quelques productions qui méritent un coup d'œil, comme l'abricot rouge du Roussillon ; petit, sucré, sa chair orangée est très parfumée, sa peau tachetée de rouge foncé. La production est en plein essor, avec la montée en puissance du Gard avec le rouge de Fournès, et l'élaboration de nouvelles variétés.

► **La cerise** est cultivée dans trois zones bien délimitées : Céret dans les Pyrénées-Orientales, Remoulins dans le Gard, Olargues dans l'Hérault, mais la production est menacée du fait du coût de la main-d'œuvre et de sa sensibilité aux aléas climatiques. C'est ainsi le cas de la cerise de Céret qui arrive la première sur le marché.

► **La pomme reinette** est cultivée traditionnellement dans les vallées du Roussillon et des Cévennes, alors que l'implantation massive de vergers de pommiers, golden et autres variétés « à la mode », dans la plaine est un phénomène récent, lié à la reconversion du vignoble dans les années 60-70. La production du Roussillon, basée sur la « pomme du Conflent » est en perte de vitesse, sauf dans le secteur autour de Villefranche-de-Conflent, alors que, dans les Cévennes, la « pomme-reinette du Vigan », semble, avec la mise au jour des produits du terroir, mieux résister.

► **Le raisin de table** est malheureusement en régression totale. Si dans les années 1950, la vallée de l'Hérault était un gros fournisseur de raisins de

table, les importations massives d'Italie ou d'Espagne, le goût des consommateurs pour des grains plus gros, la désaffection même des acheteurs pour ce type de fruit ont porté un rude coup à cette production.

Seul le secteur de Clermont-l'Hérault qui bénéficie d'une marque collective « raisin de table de la région de Clermont-l'Hérault » poursuit cette production, où la variété traditionnelle, le chasselas, n'occupe que 40 % et est sérieusement concurrencée par les variétés nouvelles plantées dans le Gard.

► **La châtaigne** est le fruit qu'il convient de réserver pour la fin (ou la faim). Pour le profane, rien ne ressemble plus à une châtaigne qu'une autre châtaigne. Elles sont appelées marrons lorsque le lot comporte très peu de fruits cloisonnés, elles restent châtaignes lorsque la majorité des fruits sont cloisonnés. La châtaigne se consomme de plusieurs façons : bouillie ou grillée au feu de bois, en soupe ou en purée, en confiture ou sous forme de farine (elle peut alors être utilisée en boulangerie ou en pâtisserie comme une farine de blé, mais le goût est extraordinaire).

La façon traditionnelle de le conserver est la transformation en « châtaignons » par séchage dans une clède, un bâtiment construit à cet effet où brûle en permanence au rez-de-chaussée un feu doux pendant 4 semaines. Le fruit sec se conserve ainsi pendant de long mois et pour l'utiliser il suffit de le réhydrater.

Huiles, épices, condiments

► L'huile d'olive

Symbole de la cuisine méditerranéenne, elle connaît une renaissance méritée avec la reconnaissance des grands chefs pour ses qualités gustatives et des diététiciens pour ses propriétés concernant la prévention des maladies cardio-vasculaires. C'est la variété « picholine » qui est la plus utilisée (près de 80 %), donnant une huile corsée. Dans l'Hérault, l'utilisation de « negrette » ou de « verdale » donne des huiles aux parfums plus délicats. Cueillies en décembre ou janvier, les olives sont emmenées dans quelques moulins qui subsistent encore, broyées, pressées à froid pour obtenir de « l'huile d'olive vierge ». La renaissance de la culture de l'olivier, l'augmentation de la demande et la qualité des produits ont poussé les producteurs de certaines zones à déposer des dossiers de demande d'AOC ; c'est le cas pour « l'huile d'olive du Roussillon », la « Lucques du Languedoc ». Dossiers à suivre... et dossier suivi, puisque le 17 novembre 2004, l'AOC « huile d'olive de Nîmes » a vu le jour sur une aire de production qui s'étend sur 183 communes du Gard et 40 de l'est héraultais.

► L'olive de table

C'est l'autre grande production de la région. Les variétés les plus utilisées sont bien sûr la « picholine » répandue dans tout le Sud de la France, mais aussi une variété locale, la « lucques », un fruit vert foncé, bosselé, en forme de croissant, à noyau très petit et à la pulpe fine. Elle est tellement réputée, qu'elle est exportée en Afrique du Nord, en Turquie, aux États-Unis et en Australie.

A la dégustation, sa chair est ferme et craquante, au goût délicat, et elle tient la vedette dans les apéritifs de l'été.

L'appellation « languedoc » est née

Depuis la récolte 2006, les vignerons peuvent produire des vins en appellation « languedoc », appellation régionale qui n'existait pas à l'instar des autres grandes régions productrices comme Bordeaux ou Bourgogne. L'appellation couvre une zone s'étendant depuis l'ouest de Nîmes jusqu'à la frontière espagnole en s'étirant vers le Limouxin et le seuil de Naurouze. La hiérarchisation des vins AOC du Languedoc-Roussillon est effective. Au-dessus de cette grande appellation se situent les appellations sous-régionales comme côtes-du-roussillon, costières de Nîmes, corbières, minervois, fitou, cabardès, malepère, limoux, saint-chinian, faugères, coteaux-du-languedoc, grès-de-montpellier, terrasses-du-larzac. Enfin, le niveau supérieur est désormais constitué des appellations communales comme minervois-la-livinière, corbières-boutenac, pic-saint-loup ou picpoul-de-pinnet. La encore, règne une intense variété d'appellations et de vins.

Eaux minérales, boissons locales

Dans un pays de vin, les eaux minérales auraient tendance à se faire discrètes. Cependant certaines ont acquis, grâce à leurs qualités, mais aussi par l'intermédiaire d'intenses campagnes de communication, une notoriété nationale, voire internationale.

► **Perrier est bien sûr la plus connue (Groupe Nestlé Waters France)**. Perrier et ses 50 millions de bulles par litre a conquis le monde : une véritable saga qui commence par la découverte en 1891, par le docteur Perrier, des propriétés des eaux de la source des « bouillens » près de Vergèze dans le Gard. La conquête du monde débute au début du XX^e siècle avec le rachat par l'anglais John Harmsworth. Paralysé partiellement à la suite d'un accident, c'est lui qui inventa la célèbre bouteille de verre à la forme de massue de gymnastique. Les passionnés pourront visiter le spectacle industriel... très pétillant.

► **Quézac en Lozère** a vu, en 1995, la renaissance d'une source pétillante, déjà exploitée au XIX^e siècle. sous le nom de « diva ». Positionnée sur un crêneau « haut de gamme », elle est commercialisée dans une bouteille bleue à la forme originale.

► **La Salvétat-sur-Agoût** produit depuis quelques années une eau pétillante. Pour contrer le groupe Nestlé (Perrier, Quézac) et surtout diversifier sa gamme en eaux pétillantes, le groupe Danone a remis en service la source du Rieumajou à la Salvétat-sur-Agoût dans l'Hérault qui produit une eau pétillante aux bulles légères (visites possibles de l'usine d'embouteillage en été).

► **La source Vernière** à Lamalou-les-Bains dans l'Hérault, est exploitée depuis des décennies par le groupe Alma. Cette eau naturellement gazeuse, très légère, favorise la digestion et est recommandée pour la consolidation des os, car riche en calcium.

► **La Sémillante**, dernière née, en 1999, est produite à Toulouges, dans les Pyrénées-Orientales par la brasserie familiale Milles.

► **L'eau d'Alet** dans l'Aude est commercialisée par la Société des Eaux d'Alet sous la marque Canyon qui commercialise aussi l'eau de la station thermale (Eau minérale d'Alet). C'est une eau plate aux composants minéraux en faible quantité mais parfaitement équilibrés, idéale pour la lutte contre les troubles digestifs et intestinaux, la surcharge pondérale et la tension nerveuse.

► **Le Boulou**, station thermale dans les Pyrénées-Orientales commercialise aussi son eau. Très minéralisée, elle sert essentiellement à des usages médicaux.

Alcools et spiritueux

Vins

Le vignoble du Languedoc-Roussillon, qui remonte à plus de 2 000 ans, réunit les aspects les plus variés, dans les domaines géologique et climatique. Son relief est incliné vers la mer depuis les étagements des Cévennes et des Pyrénées jusqu'aux plages. L'atout majeur, c'est la grande variété des sols : schistes, grès, plateaux calcaires, terrasses alluviales, sols sur éboulis. C'est la première région viticole non seulement de France, mais aussi d'Europe et du monde. Ce vignoble a connu des fortunes diverses au cours des siècles et s'est profondément transformé : poussés par le désir de produire des vins de qualité, les vignerons de cette région ont accompli un travail exceptionnel. L'encépagement actuel présente une diversité et une richesse uniques en France. Elles se regroupent selon trois grandes zones de production. A l'est, le vignoble est rattaché aux vins de la vallée du Rhône. C'est le cas pour les côtes-du-rhône et les côtes-du-rhône-villages produites dans le département du Gard, sur la rive droite du fleuve, ainsi que pour les crus de Lirac et de Tavel. De même, les costières-de-Nîmes à notre avis plus languedociennes que rhodaniennes, sont rattachées à ce groupe.

Le vignoble du Languedoc s'étend sur trois départements des portes de Nîmes aux confins de l'Aude et regroupe les appellations des coteaux-du-languedoc sur douze communes : Cabrières, Montpeyroux, Pic-Saint-Loup, Saint-Christol, Saint-Georges-d'Orques, Vérargues, Picpoul-de-Pinet, La Clape, Quatourze... et trois crus : faugères, saint-chinian et clairette-du-languedoc. Dans l'Aude, on exploite les corbières sur onze communes, le fitou sur deux communes, et les cabardès, minervois, malepère et le crémant-de-limoux. Le Roussillon offre un relief unique par sa diversité, de la montagne à la mer. Trois grandes AOC : côtes-du-roussillon, côtes-du-roussillon-villages et collioure. Il existe aussi des vins doux naturels (VDN) avec 10 appellations : banyuls, rivesaltes, muscat-de-rivesaltes, muscat-de-lunel, muscat-de-frontignan...

Les appellations contrôlées

► AOC côtes-du-rhône

Les vignobles bénéficiant de l'appellation se situent dans le Gard, sur la rive droite du fleuve. La production n'est pas négligeable puisqu'elle peut représenter jusqu'à près de 30 % de la production totale de l'appellation. Elle se compose de vins légers, fruités et gouleyants qui s'accordent parfaitement avec les charcuteries, les volailles et les poissons de mer. Certains plus corsés s'harmoniseront mieux avec des viandes rouges ou des volailles en sauce.

► AOC Côtes-du-rhône-villages

Au cœur de l'appellation générique, sur les collines de garrigue, trois villages peuvent mentionner leur nom sur l'étiquette : Chusclan qui produit un rosé dont les arômes fruités et floraux étaient déjà appréciés par Louis XIV, Laudun avec des rouges équilibrés et des blancs réputés sous Henri IV, enfin Saint-Gervais aux rouges amples et aux rosés rafraîchissants.

► AOC Lirac

L'appellation réussit à réunir rouges, rosés, blancs dans un niveau de qualité égal, rouges au bouquet remarquable, rosés vigoureux, blancs aux parfums subtils.

► AOC Tavel

Connu dès le Moyen Âge, loué par Philippe le Bel, Ronsard et les papes d'Avignon qui s'y connaissaient en vin (de messe, bien entendu), le rosé, à lui seul, a fait la réputation mondiale de ce village gardois. C'était souvent, il y a trente ans, le seul vin du Languedoc présent dans les restaurants à l'étranger. Pourquoi cette aura ? Tout simplement par sa faculté rare chez les rosés de se conserver jusqu'à trois ans : la subtilité de ses arômes éclate alors.

► AOC costières-de-nîmes

Les costières sont des collines d'anciens cailloutis apportés par le Rhône, dans des temps très reculés où le fleuve, puissant, s'écoulait plus à l'ouest. Il en reste un paysage vallonné, bordant de ses pentes la petite Camargue.

Les vins rouges sont ronds et généreux, les rosés respirent le soleil à travers leur robe brillante, les blancs se marient avec les poissons ou composent des apéritifs magnifiques. Avec le temps, les rouges deviennent plus capiteux et s'accordent mieux avec des viandes en sauce ou le gibier.

► AOC Clairette-de-bellegarde

Cette petite commune adossée au flanc sud des costières produit un vin blanc AOC, à la robe jaune paille. La mer n'est pas loin et il accompagnera idéalement les repas de poissons ou de coquillages. Pas mal aussi sur le fromage de chèvre.

► AOC Coteaux-du-languedoc

C'est l'un des plus anciens vignobles du pays et l'appellation AOC a été obtenue en 1985. Il s'étend depuis le Gard jusqu'à l'Aude et couvre une grande partie de l'Hérault, depuis les collines surplombant l'étang de Thau jusqu'aux premiers contreforts du causse du Larzac. Il se différencie en trois crus : faugères, saint-chinian, clairette-du-Languedoc, qui bénéficient aussi d'une appellation AOC propre (voir plus loin) et de douze terroirs, parfois regroupés en zones climatiques ou géologiques (terrasses de Béziers, terrasses du Larzac, grès de Montpellier...).

► Pic Saint-Loup

Ici les villages se dressent le plus souvent sur des éminences rocheuses, signe qu'à l'époque on savait économiser la bonne terre. Mais au-dessus de tous les horizons, le majestueux pic Saint-Loup domine de ses 633 m toute la région montpelliéraine. Parmi les cépages, les trois principaux sont le grenache, pour la résistance, la syrah pour la délicatesse et le mourvèdre pour la finesse des tanins ; s'y ajoutent cinsault et carignan noir. Le vin, de couleur soutenue, gouleyant, présente des arômes de fruits rouges, de réglisse et café.

► La Clape

Du temps des Romains, l'Aude donnait sur un golfe ponctué d'îles boisées. La plus vaste, La Clape, fut bien vite dédiée à la culture de la vigne. Raccordé aujourd'hui à la terre ferme, le massif est un site préservé, haut de 314 m, bordé par la mer et les étangs. Le vignoble partage cet espace de vallons et de canyons avec la garrigue et les pinèdes. Le vin blanc, fait au minimum de 60 % de bourboulenc (ou malvoisie), est le roi de cette île, titre qu'il partage pourtant avec grenache noir, syrah et mourvèdre en rouge.

► Quatourze

C'est un lieu-dit de la vaste commune de Narbonne cerné de garrigues, à côté de l'étang de Bages ; il fait partie de la même zone climatique que la Clape, très sèche. Ce tout petit terroir (600 ha) de galets roulés produit des blancs aromatiques, à base de macabeu, des rouges robustes et charpentés, issus de carignan, grenache et cinsault, excellents vins de garde.

► La Méjanelle

Géologiquement unie, jadis partagée entre plusieurs paroisses, la Méjanelle s'étend, de part et d'autre de la route de Mauguio sur les communes de Montpellier, Saint-Aunès, Castelnau-le-Lez et Mauguio. Le terrain est constitué de vallonnements recouverts de cailloux ronds « les grès », vestiges de l'ancien delta du Rhône. Le carignan donne un certain muscle au vin, le cinsault lui apporte sa souplesse, le grenache sa saveur et son degré, la syrah son bouquet très particulier.

► Saint-Christol

Il fit l'honneur de la table de Saint-Louis et fut apprécié de 1260 à 1789 par les chevaliers de Saint-Jean-de-Jérusalem. Étala sur 700 ha de coteaux, il provient des cépages carignan, cinsault, grenache, auxquels se sont ajoutés depuis quelques années syrah et mourvèdre ; soigneusement cultivé et vinifié, il est de ces vins dont la tradition vigneronne respecte la qualité.

► Saint-Drézery

C'est l'appellation dont le terroir est le plus restreint, à peine 420 ha situés sur un plateau de faible altitude, 100 m à 130 m. Des sols arides, de la rocaïlle. Les trois principaux cépages : carignan, cinsault, grenache, donnent des vins charnus, corsés et tendres. Rouges ou rosés bien charpentés, capiteux ; les vigneron s'aiment en accompagnement du mouton de la garrigue à la chair savoureuse et juteuse.

► Saint-Georges-d'Orques

L'appellation regroupe sur 1 100 ha de vignes, quatre communes de l'ouest de Montpellier. Dès le XVII^e siècle,

la réputation de ces vins passe les frontières. Les boyards russes, les Hollandais, les Anglais et les Suisses savent en apprécier les saveurs. Et quand Thomas Jefferson qui l'avait découvert lors d'un voyage devint président des Etats-Unis, il était présent dans la cave de la Maison-Blanche. Cinsault, carignan et grenache noir, exposés en sud-est, donnant des vins fins et fruités, équilibrés, sont à la base de ce succès.

► Vèrargues

Près des vignes de muscat sont cultivées celles de l'appellation, sur huit communes de l'est du département de l'Hérault. L'encépagement y est à base de carignan, de grenache, mais en pourcentage variable et aussi du mourvèdre et de la syrah. Les vins rouges sont tendres, faciles à boire, tout en finesse et riches en bouquet.

► Cabrières

Au cœur de l'Hérault, le petit village de Cabrières se niche à mi-chemin entre mer et montagne. Les vins doivent énormément aux sols et sous-sols de la région où prédominent les schistes.

► Montpeyroux

Non loin de l'Hérault, au croisement des routes du Larzac et de la plaine, dans un décor de rocs, de chênes verts, de cade et de thym, le vignoble de Montpeyroux bénéficie largement du soleil languedocien. Cette terre, un des berceaux de la vigne, donne au vin réputation et noblesse. C'est une appellation réputée pour ses vins rouges très charpentés et charnus, à la finesse agréable.

► Saint-Saturnin

Un peu à l'écart des grands axes routiers, il appelle un agréable détour : la typicité des vins de Saint-Saturnin s'est façonnée au cours des siècles pour présenter aujourd'hui un vin aromatique souple et peu astringent, long en bouche et relativement peu chargé en couleur.

► Les Grès de Montpellier

Abrités des vents du nord par les Cévennes, ils s'étendent entre les vallées de l'Hérault à l'ouest et du Vidourle à l'est ; par la région du pic Saint-Loup au nord, par la vallée du Vidourle à l'est et par le littoral au sud. Ces influences, entre climat sec et entrées maritimes d'air humide en été, favorisent une maturité précoce et un bon équilibre du cycle végétatif. Depuis mars 2003, l'appellation est reconnue pour les vins rouges seuls correspondants aux critères de classements sur 46 communes.

Pézanas

Cette nouvelle appellation (2008), incluse dans l'appellation « coteaux-du-languedoc », regroupe une soixantaine de vigneronnes et coopératives (5 caves coopératives) répartis sur 15 communes couvrant environ 1 500 ha, formant un triangle équilatéral d'environ 24 km de côté, bordé à l'est par le fleuve Hérault et abrité au nord par la Montagne noire.

► AOC Clairette-du-languedoc

Le vignoble de la clairette-du-languedoc se situe dans la moyenne vallée de l'Hérault, sur des sols le plus souvent calcaires très blancs, mais aussi, pour une bonne partie sur des sols basaltiques rouges. Vin blanc d'une jolie couleur presque dorée, sec et au goût corsé, spécifique au cépage clairette. L'appellation, reconnue depuis 1948, porte sur 12 communes, réparties en deux secteurs, le long des vallées de l'Hérault et de la Lergue.

► AOC Faugères

Sur sept communes (Autignac, Cabrerolles, Caussiniojoux, Faugères, Fos, Laurens et Roquessels) un vignoble de 1 800 ha occupe des terrasses avec des plantations en courbe de niveau. L'appellation faugères (depuis 1982) présente une homogénéité remarquable en ce qui concerne son terroir. Plus de 80 % des sols qui portent la vigne appartiennent à des sols les plus anciens de France. Ce sont des argiles issues des dépôts marins de la mer primitive fortement compressés. Il en est résulté les schistes que l'on voit aujourd'hui. Les sols donc, le climat de type méditerranéen (sec et doux), les cépages (50 % syrah, grenache et mourvèdre, plus cinsaut et llardonner-pelut) et le vigneron... voilà les raisons de la qualité des vins. Parmi les cépages, le carignan (notamment en vieilles vignes) donne des produits souvent exceptionnels. Ce sont des vins capiteux qui, au nez, développent des arômes de fruits rouges, d'épices, de garrigues.

► AOC saint-chinian

Le Saint-Chinian est une petite région de l'Hérault située entre deux cours d'eau, le Vernazobres et l'Orb. Ses lettres de noblesse remontent à Charles le Chauve et, plus tard on le servait aux convalescents des hôpitaux de la Salpêtrière, de l'hôtel-Dieu, La Pitié et Saint-Louis au motif qu'il hâtait les guérisons. La production est répartie sur 20 communes, définies depuis 1982. L'aire de production est réservée à des terrasses ou coteaux secs et rocailleux orientés le plus souvent vers la mer. C'est un terroir varié de schistes et d'argilo-calcaire, qui convient aux : grenache noir, syrah, mourvèdre, carignan noir et cinsault. Les vins rouges et rosés, issus de la zone schisteuse sont fruités, souples et généreux ; ceux des zones argilo-calcaires sont corsés, longs et typés.

► AOC Minervois

Entre la montagne Noire et le canal du Midi s'étagent les terrasses de ce cru. Leur altitude varie entre 50 m et 500 m et le vignoble en son ensemble s'étend sur 4 500 ha, soit 45 communes audoises et 16 dans l'Hérault. A environ 30 km de la Méditerranée, l'influence maritime décroît peu à peu tandis que l'Ouest de l'appellation reçoit des influences atlantiques. Ces éléments font que ce vaste amphithéâtre orienté plein sud est sous-divisé en cinq zones : à l'ouest les côtes Noires sous influence atlantique ; au sud-ouest, la Clamoux, protégée par des collines des influences méditerranéennes ; la zone centrale, la plus vaste, est entièrement méridionale ; au nord-est la cause est la zone la plus froide ; à l'inverse les Serres, au sud-est, ne sont qu'à 20 km de la mer et bénéficient d'un temps clémente à la vigne. Les rouges et les rosés sont élaborés à partir des cépages grenache noir, syrah, mourvèdre, llardonner-pelut, carignan, picpoul noir, terret et aspiran. Les rouges sont structurés et présentent jeunes, des arômes de cassis et violette, avant de développer des notes de fruits confits et des tannins soyeux. Les rosés, à apprécier jeunes, sont nerveux en bouche, sur des arômes de fruits rouges. Les blancs ont beaucoup de finesse et d'élégance ; secs et fruités, avec des notes de miel et de tilleul, ils sont élaborés principalement à partir de cépages grenache blanc, bourboulenc, macabeu, marsanne, rousanne et vermentino (rolle) ; selon la zone, ils peuvent être ronds ou vifs.

► AOC Minervois-la livinière

Depuis 1997, la Livinière a obtenu sa propre appellation. Au cœur du Minervois, entre les pentes du petit causse et les terrasses de l'Argent Double, ce terroir à dominante calcaire a été porté en avant par ses vigneron. Les 2 600 ha englobés par l'appellation se répartissent entre une commune de l'Aude et six de l'Hérault : Azille, Azillanet, Cessero, Félines, Siran, La Livinière.

► AOC Corbières

Entre montagne pyrénéenne et rivage méditerranéen, bordées par l'Aude et les Fenouillèdes, les Corbières sont terres de civilisation et de culture. Le grand massif qui a donné son nom à l'appellation se compose de calcaires et de schistes aux points les plus hauts, puis apparaissent de vastes terrasses de cailloux roulés, de grès et de marnes. Là, poussent carignan, grenache noir, syrah, mourvèdre et cinsault dédiés aux vins rouges ; le blanc conjugue grenache, macabeu, bourboulenc, marsanne et rousanne ; tels sont les principaux cépages fixés par le décret de 1985 qui détermine l'appellation d'origine contrôlée. Ces cépages sont adaptés au climat, pris entre Méditerranée et Atlantique, qui évolue au gré des vallées, au pied des barrières rocheuses.

Les particularités de sol, de climat et d'altitude ont conduit les vignerons des Corbières à distinguer des crus selon les terroirs ; ils sont aujourd'hui au nombre de onze, autour des communes ou lieux-dits de Boutenac, Durban, Fontfroide, Lagrasse, Lézignan, Quéribus, Saint-Victor, Serviès, Sigean, Termenès et la montagne d'Alaric. Cette vaste zone, qui réunit au total 87 communes de l'Aude et 19 000 ha classés, est, en volume, la plus grande AOC du Languedoc. Corbières rime avec caractère et ses vins blancs, rouges et rosés en ont à revendre. Personnalises, ils révèlent l'identité forte de ce terroir. Les blancs et les rosés, bien équilibrés, séduisent par leur intensité aromatique, leur fraîcheur. Aux trois âges de sa vie, le rouge s'inspire de la mûre et du cassis, puis respire les épices, le poivre, la réglisse et les senteurs de la garrigue ; viennent enfin les saveurs de vieux cuir, de café et de cacao, de sous-bois et de gibier.

► AOC Fitou

Entre Narbonne et Perpignan, Fitou a fait son lit de 2 600 ha, en deux zones distinctes : les terres argilo-calcaires du bord de mer (communes de Fitou, Caves, Treilles, Leucate et La Palme), et une zone montagneuse de schistes (Villeneuve-lès-Corbières et Cascatel-des-Corbières) et de terrasses caillouteuses bordées d'argilo-calcaire (Tuchan et Paziols). Dans une région où le soleil se montre quelque 330 jours par an, le Fitou maritime est largement ouvert à l'influence de la mer qui tempère le climat méditerranéen. Le Haut-Fitou, séparé de la Méditerranée par les Serres, est bien plus chaud et sec. Depuis des siècles, la couleur reine est le rouge, servie royalement par le prince carignan dont la cour compte parmi ses fidèles serviteurs le grenache noir, la syrah et le mourvèdre. Le décret fixant l'appellation en 1948 en fait la plus ancienne appellation de vins rouges du Languedoc que produisent avec talent plus de 500 viticulteurs, réunis dans cinq caves coopératives. On compte aussi une trentaine de caves particulières.

► AOC Cabardès

A la frontière entre le Languedoc et l'Aquitaine, sur la face sud de la montagne Noire, la vigne s'étagé des terres siliceuses de gneiss et de schistes, des calcaires, des marnes et, plus rares, des terrasses anciennes ; les vignerons ont choisi pour elle les pentes les mieux exposées du dernier coteau du Massif central, juste au-dessus de la cité de Carcassonne. Cet emplacement tout en contrastes, au carrefour des influences atlantique et méditerranéenne, convient à la culture des cépages des deux origines : d'un côté cabernet-sauvignon, merlot, cot et fer servadou, de l'autre grenache, syrah, cinsault et carignan. En 1997, ces viticulteurs attachés à ce qui fait l'authenticité de leur pays ont franchi une nouvelle étape en entrant dans la famille des vins d'appellation d'origine contrôlée, qui s'étend sur 18 villages du Cabardès.

► AOC Malepère

Jouxant le Cabardès, mais de l'autre côté du canal du Midi, le massif de la Malepère déroule ses terrasses caillouteuses et ses collines entre Carcassonne, Limoux et Castelnaudary : le vignoble est ici chez lui, enraciné dans des molasses à dominante gréseuse entourées de quelques terrasses du quaternaire. Sur ce terroir de vins rouges et rosés, on a pu associer les cépages du Sud-Ouest aux méditerranéens : merlot, cot et cinsault sont les principaux, secondés de cabernet, grenache et syrah en faible part. Classée Natura 2000, la Malepère reconnue zone d'intérêt floristique et faunistique s'est vu attribuer la certification européenne « qualité environnement ». Les vins sont des AOC puissants qui aiment les viandes rouges et les fromages forts, ainsi que le cassoulet ! Jeunes, ils se marient avec bonheur à une viande blanche.

► AOC Côtes-du-roussillon

Le Roussillon est un bassin rempli de sédiments et cailloutis apportés par les torrents des trois massifs qui l'encadrent : les Corbières au nord, le Canigou à l'ouest, les Albères au sud ; les vignes y occupent une position de balcon, sur des sols de composition très variée, subissant un climat très particulier puisqu'il est le plus sec et le plus ensoleillé de France. Les vignes y sont assez âgées, ce qui explique la faiblesse des rendements et la richesse des vins. L'appellation, acquise en 1977 concerne 125 communes du département des Pyrénées-Orientales et s'applique à des vins blancs, rosés et rouges. Pour les rouges, le cépage dominant est le carignan à plus de 70 %, accompagné de grenache, lladoner-pelut, cinsault, syrah et mourvèdre ; les blancs sont essentiellement le fruit du macabeu et du cépage local, la malvoisie du Roussillon (ou tourbat). Les vins blancs proviennent souvent de raisins récoltés avant maturité, aussi sont-ils frais et aromatiques ; les rosés sont obtenus par saignée, c'est-à-dire courte macération : ils sont très fruités ; les rouges élaborés par macération carbonique ont des arômes de petits fruits rouges, évoluant vers des notes épicées ; ceux obtenus par macération traditionnelle sont plus tanniques, s'optimisant en deux ans et évoluant vers des notes de griotte, pruneau et amande grillée.

► AOC Côtes-du-roussillon-villages

Dans l'aire des côtes-du-roussillon, une trentaine de communes bénéficient depuis 1977 de l'appellation côtes-du-roussillon villages, uniquement pour les vins rouges, sur 2 000 ha.

Elles sont toutes situées sur le versant le plus aride au nord du fleuve Agly. L'encépagement est le même que pour l'appellation générique. Deux communes, Latour-de-France et Caraman, en raison de l'originalité de leur terroir de schistes, peuvent rajouter leur nom à l'appellation côtes-du-roussillon-villages. Les vins sont en général plus corsés que leurs homologues de l'appellation voisine ; bien charpentés, ils se conservent plusieurs années, après un élevage de 2 ans, en cuve, barriques ou demi-muids de chêne neuf. Les arômes sont complexes, fruits rouges bien mûrs, épices, cannelle, poivre, pain grillé auxquels s'ajoute une note vanillée lorsque le vin a été élevé en fût.

▷ AOC Collioure

Les collioures sont des « vins secs » produits sur le même terroir que le banyuls et concernent 4 communes : Collioure, Port-Vendres, Banyuls-sur-Mer et Cerbère. Les vignes sont établies en terrasses très étroites sur des sols schisteux, acides et pauvres. Des réseaux de rigoles très complexes, mises au point autrefois par les Templiers, canalisent les eaux de pluie pour lutter contre l'érosion. Mais les orages d'automne sont parfois très violents. Aussi, tous les 3 ou 4 ans, faut-il remonter à dos d'homme la terre qui est descendue. Depuis 1971, l'appellation a fixé les cépages à utiliser : grenache noir (60 % à 75 %), mourvèdre, carignan, cinsault, syrah (25 % à 40 %). Les raisins sont égrappés, foulés et vinifiés de façon traditionnelle, pour obtenir de bonnes structures tannique et aromatique. Les vins sont élevés six mois en cuve, puis sont affinés en bouteilles dans des chais climatisés. Après quelques années, ils virent à l'acajou et leurs arômes évoluent vers des notes de venaison, de cuir et de truffe : ils sont alors parfaits avec les viandes rouges et le gibier.

▷ AOC Blanquette-de-limoux

En 1531, dans les caves de l'abbaye de Saint-Hilaire, un humble moine constate que son vin bouché avec du liège prend mousse : il fait des bulles... Tel est l'acte de naissance du premier brut du monde ! Les archives abondent ensuite en mentions des vins de Limoux, et l'on raconte même qu'ils auraient inspiré un certain dom Pérignon. Aux confins occidentaux du Languedoc, Limoux laisse ses terres s'abaisser et remonter en pentes douces entre 200 m et 600 m d'altitude, les mettant ainsi à l'abri de la canicule. La Méditerranée dispense généreusement son soleil, l'Atlantique une pluviométrie bienvenue, tandis que les Pyrénées veillent au loin sur ces terroirs sablo-argileux et argilo-calcaires. Les vigneron d'antan y ont reconnu des terres à vin blanc et ont sélectionné, il y a longtemps, le mauzac, puis le chenin et le chardonnay. Le trio gagnant n'a plus bougé : le premier, aux notes de pomme verte et de fleur d'acacia apporte velouté et douceur ; le deuxième se distingue par ses notes fleuries, sa fraîcheur et sa finesse ; le dernier, par sa complexité et son côté vineux, procure les arômes d'agrumes, de fruits exotiques et arôme de grillé.

Depuis 1938 (date de l'appellation), les règles sont bien établies. Sur la zone (40 communes environ), le mauzac, majoritaire, et ses deux compères sont cultivés en rendements faibles. Le vigneron en extrait un premier jus qui fermente en cuve. La deuxième fermentation a lieu en bouteille ; le vin, auquel on a ajouté une liqueur de tirage, « prend mousse », transforme son sucre en

alcool et en fines bulles ; puis il repose sur lie pendant neuf mois. La dernière opération avant le bouchage au liège consiste à ajouter la « liqueur d'expédition » qui fait de chaque cuvée un brut, un sec ou un demi-sec.

▷ AOC Crémant-de-limoux

Sur les mêmes terres que ses grands devanciers, le crémant a été reconnu en tant qu'AOC en 1990. En équilibrant les trois cépages, les vigneron obtiennent un brut qui vieillira douze mois. Les amateurs le reconnaissent à ses arômes de pêche et d'abricot, presque de brioche et de grillé. Ses reflets dorés et ses bulles fines sont un accompagnement original des poissons et viandes blanches.

▷ AOC Limoux

Les vins blancs tranquilles de Limoux doivent, pour mériter leur appellation, être vendangés à la main et mis en tonneau immédiatement, où ils fermenteront et seront élevés. Les fûts de chêne brûlé leur donnent un arôme particulier, mais on y discerne surtout le chardonnay, majoritaire. Chaque maison limouxine signe son propre assemblage des trois cépages, qui donnent des vins amples et ronds. On dit d'eux qu'ils sont à la fois typiques de leur terroir et surprenants, mais toujours superbes.

Les vins doux naturels

Au Moyen Age, Arnau de Vilanova (francisé en Arnaud de Villeneuve) eut la riche idée d'ajouter de l'eau-de-vie dans le vin : il venait de découvrir le secret des vins mutés qui est à l'origine des vins doux naturels. Dix appellations d'origine contrôlée de vins doux naturels, dont 5 de muscats, existent en Languedoc-Roussillon, élaborées à partir de cépages nobles : grenache (noir, gris et blanc), macabeu, malvoisie du Roussillon, muscat à petits grains et muscat d'Alexandrie. En accessoire sont autorisés carignan, cinsault, listan et syrah.

▷ AOC Banyuls

Elle comporte essentiellement des vins rouges produits sur les 4 communes de la Côte vermeille, sur un terroir au sol schisteux et peu profond, très aride, en terrasses.

▷ AOC Banyuls grand cru

Mêmes caractéristiques que pour le banyuls, mais ici le pourcentage de grenache est plus important (+ de 75 %), le temps de macération est de 5 jours et il doit être élevé en fûts de chêne pendant au moins 30 mois. Au final, des arômes qui évoluent vers des notes de café, thé, pruneau, noisette et vanille.

▷ AOC maury

Protégée par le rebord sud des Corbières, la commune de Maury produit un V.D.N. réputé. Les sols schisteux, le cépage grenache pour moitié, une macération traditionnelle, donnent un vin très riche en arômes, tanins et couleurs. Puissant et charpenté, il acquiert en vieillissant, des arômes de fruits cuits et de cacao.

▷ AOC Rivesaltes

C'est un vin doux naturel qui peut être rouge, rosé ou blanc, élaboré à partir de grenache (noir, gris ou blanc), de macabeu et de malvoisie. L'aire s'étend sur 24 000 ha et 86 communes. Prenant une teinte ambrée en vieillissant, les Rivesaltes blancs développent des arômes de vanille, cacao, cerise cuite ou miel. Les rouges ont plus de puissance et peuvent vieillir plus longtemps.

► AOC Muscat-de-rivesaltes

C'est un vin doux naturel blanc, produit à partir de muscat à petits grains et de muscat d'Alexandrie sur une aire comprenant les terroirs de Banyuls, Maury et Rivesaltes. Les muscats-de-rivesaltes sont fruités, légers et très fins. Ils se distinguent par leurs arômes « muscatés » bien marqués, mêlés à des arômes floraux : menthe, genêt, acacia.

► AOC Muscat-saint-jean-de-minervois

Le cépage muscat doré de Frontignan a trouvé un terroir à sa mesure sur ce terroir d'altitude (300 m environ), à l'extrême nord-ouest du Minervois, sur la seule commune de Saint-Jean-du-Minervois. Ce cépage à petits grains, que l'on dit plus que millénaire, se satisfait d'une terre de calcaire dur, entourée de chênes kermès.

Six caves particulières et une cave coopérative mettent en valeur 160 ha et en tirent un superbe vin doux naturel, un peu plus sec que les autres muscats. Son bouquet rappelle le raisin, un peu la fleur d'acacia, alors qu'en bouche, il est à la fois frais et d'une grande complexité, tout en subtilité.

► AOC Muscat-de-frontignan

Le muscat-de-frontignan, cultivé dans la région depuis la plus haute Antiquité a été servi sur les tables des rois de France. Rabelais et Voltaire en faisaient leur délice. L'appellation a été décernée en 1936, à la création de l'INAO, sur un terroir qui occupe en partie les pentes rocailleuses du massif de la Gardiole.

Les vigneronnes de Frontignan produisent le vin doux naturel le plus connu ainsi qu'un vin de liqueur réputé, à partir d'un muscat à petits grains.

► AOC-muscat-de-mireval

L'aire de production est située au nord de Frontignan sur les coteaux du massif de la Gardiole qui protège les vignes des vents du nord. Le muscat à petits grains y donne un vin doux naturel très aromatique.

► AOC Muscat-de-lunel

La production se fait entre Montpellier et Nîmes sur un terrain siliceux, riche en galets roulés de l'ancien delta du Rhône. Le voyageur anglais Sterne qualifiait le vin, en 1760, de meilleur muscat du monde. Il est issu de muscat à petits grains et de muscat d'Alexandrie.

► Les vins de pays

Sur le plus grand vignoble du monde qu'est le Languedoc-Roussillon, la palette des cépages est riche de 31 variétés, dont 25 vinifiées en monocépage.

Tous sont soumis au climat méditerranéen, aux températures clémentes, à la sécheresse estivale, aux vents de terre et à ceux de mer. Tant de cépages et de terroirs divers donnent aux vigneronnes les instruments d'élaboration de vins de typicités différentes.

Entre vins de pays d'Oc, vins de pays départementaux et vins de pays de zones, on ne compte pas moins de 63 dénominations différentes !

► Les vins de pays d'oc

Ils s'étendent sur les quatre départements côtiers et leur production se divise en trois catégories : les vins de cépage (86 % de la production), très typés ; les vins d'assemblage (14 %) et les vins primeurs, tout juste 50 000 hl de vins légers et fruités, mis sur le marché le 3^e jeudi d'octobre. S'y

ajoutent les vendanges tardives et les « grand'oc » qui signent les cuvées de prestige depuis le millésime 1999. Misant sur les vins de cépages depuis 1987, les vins de pays d'oc se sont engagés dans une démarche de qualité et ont restructuré l'encépagement autour de six cépages ; les « stars » régionales sont cabernet-sauvignon, merlot, syrah, grenache noir en rouge et rosé (66 % et 11 % de la production), chardonnay et sauvignon en blanc. Rappelons que les conditions de production de ces vins offrent une garantie d'origine, de qualité, de naturel. Ils doivent être issus de cépages recommandés. Comme pour les appellations d'origine contrôlée, ils doivent respecter les conditions de production et sont agréés après être passés devant une commission de dégustation.

► Les vins de pays de département ou de zones

Sur les quatre départements (Gard, Hérault, Aude, Pyrénées-Orientales), il existe également plus de 40 appellations vin de pays, ceux qui portent le nom d'un département (vin de pays de l'Hérault...) ou de zones plus délimitées, Cévennes, côtes de Thau, côtes de Thongue, Bérange, Pays catalan... Comme pour l'échelon régional, ils doivent correspondre à des critères précis sous un cahier des charges très rigoureux.

Alcools, eaux de vie et liqueurs

► **Byrrh (Roussillon).** Apéritif à base de vin aromatisé avec des écorces de quinquina, d'orange amère, des zestes d'orange fraîche, et des herbes à tisane. Créé en 1873, il est élaboré à Thuir dans la plus grande cuve en chêne du monde.

► **Noilly-Prat (Hérault).** Vermouth sec élaboré à partir de vins blancs légers et fruités dans lesquels est infusé un mélange de 19 plantes aromatiques (muscade, sureau, origan, mélisse, coriandre, iris...).

► **Cartagène (Languedoc-Roussillon).** C'est un vin de liqueur doux fabriqué traditionnellement par les viticulteurs pour leur consommation personnelle, moût de raisin muté avec de l'alcool. Une partie de la production commence à être commercialisée. A noter du côté de Béziers l'existence d'une variante appelée « cataroise », basée sur le même principe de mutage : ce vin doux de liqueur apparaît dans les textes anciens, jusqu'au XIX^e siècle, sous le nom de « picardan ».

► **Eau-de-vie du Languedoc (ou fine du Languedoc).** Terre de production de masse, le Languedoc ne pouvait pas ne pas avoir sa « fine ». Certains auteurs n'ont pas hésité à écrire que tous les marcs produits dans les régions françaises descendent de celui produit au Moyen Âge par les moines de Faugères. C'est un liquide de couleur ambrée, titrant 40° d'alcool au minimum, issu de vins régionaux, avec des arômes divers qui rappellent le miel, le foin ou le coing. Cette antériorité de l'eau-de-vie de Faugères a été reconnue implicitement par l'Institut national des Appellations contrôlées qui l'a classée en « appellation d'origine réglementée » sur sept communes de l'Hérault (Cabrerolles, Caussiniojols, Faugères, Fos, Laurens, Pèzenès-les-Mines, Roquessels).

Foires et marchés

L'on peut dresser une liste non-exhaustive des 200 marchés réguliers qui se tiennent tous les jours, le matin de 7h à 13h. De Collioure à Aigues-Mortes en passant par Nîmes, Béziers ou Carcassonne, le marché est un fabuleux moment d'échange et de convivialité partagé entre commerçants et consommateurs. Lorsque l'étalage se remplit de produits délectables

dégustables à tous âges, redécouvrant une cuisine du terroir qui transcende tous les âges de l'Histoire, cette ambiance populaire où le producteur vante les mérites de son échoppe, est un spectacle à ne pas rater. Ail, épices, olives, herbes, fromages, viandes et poissons, couleurs éclatantes de la Provence et luminosités flamboyantes du Languedoc, halles couvertes et stands érigés au centre des bourgades pittoresques du Midi, mettent l'eau à la bouche tout en faisant nos petites emplettes.

Sports et loisirs

Par la diversité de ses paysages, par la douceur de son climat, le Languedoc-Roussillon se prête à de nombreuses activités de pleine nature et ce, en toute saison. Sur mer, sur terre ou dans les airs, il y a tout pour distiller à plein les fruits de sa passion.

touristiques départementaux ont pris conscience de l'ampleur du phénomène et aident à la création de relais ou gîtes équestres ; c'est le cas par exemple de la Lozère qui a bien structuré son offre ou l'Hérault et l'Aude qui ont mis en place itinéraires et équipements d'accueil.

Activités de plein air

Randonnées pédestres

Pour ceux qui aiment les balades tranquilles, de nombreuses communes ont organisé des circuits découvertes de la faune et de la flore des étangs, des anciennes salines ou des réserves naturelles, en particulier sur les espaces acquis par le Conservatoire du littoral.

Près de 7 000 km de sentiers balisés, dont 10 GR, sont à la disposition des randonneurs. Les plus fréquentés sont naturellement le GR6 qui traverse les Causses et l'Aubrac, le GR7 qui, venu du Massif central, file vers les Pyrénées par le mont Aigoual, le causse du Larzac et le Haut-Languedoc ; enfin le fameux GR10 qui relie l'Atlantique à la Méditerranée à travers le massif pyrénéen... A signaler, suite à l'obtention du classement au patrimoine de l'humanité des « chemins de Saint-Jacques », la remise en place d'un balisage spécifique pour les deux branches qui traversent la région : l'itinéraire du Puy au nord de la Lozère (GR65) et celui de Saint-Gilles qui à travers le Gard, l'Hérault et l'Aude amènent les nouveaux pèlerins vers les Pyrénées.

Baignade

Il y a le ciel (bleu), le soleil (chaud) et la mer (bleue et chaude le plus souvent)... Ce cocktail, plutôt séduisant en diable fait les délices de centaines de milliers de visiteurs par an dont on sait, études à l'appui, qu'ils viennent chercher dans cette région essentiellement la détente au bord de l'eau.

S'ils pratiquent la contemplation des vagues en toute saison (l'automne tient en réserve de magnifiques paysages marins et les belles journées d'hiver sont souvent l'occasion de promenades revigorantes), les mois d'été sont les plus fréquentés et les hôtels, campings, villages de vacances, meublés de tourisme, affichent régulièrement complet. Il faut dire qu'il y a de quoi faire avec plus de 200 km de plages accessibles dans leur presque totalité ; Sète, Agde, Leucate, sont les seuls éperons rocheux qui rompent cette continuité face à la Méditerranée, avant un final splendide où les Pyrénées se précipitent dans les flots par les falaises rougeoyantes de la Côte vermeille... La façon la plus simple de profiter de tout cela ?

La plage, et une partie de bronzette entrecoupée de baignade. De ce point de vue, les stations du littoral affichent chaque année une belle guirlande de pavillons bleus dont on profite d'autant mieux qu'il n'y a encore heureusement qu'une minorité de plages privées ; les autres s'offrent à tous les draps de bains, pourvu que l'on parvienne d'abord à se garer. Fortes de la maxime qui préconise de ne pas bronzer idiot, les cités balnéaires diversifient l'offre touristique.

Randonnées à cheval et à dos d'âne

La randonnée à cheval est une pratique en pleine expansion : depuis quelques années, les responsables

Tourisme fluvial

Le canal du Midi, classé au Patrimoine mondial de l'Unesco depuis 1996, est aujourd'hui l'une des voies navigables les plus fréquentées par les touristes.

Aboutissant aux Onglous à l'étang de Thau, il est prolongé vers l'est, à travers les étangs languedociens, par le canal du Rhône à Sète, commencé au XVIII^e siècle et seulement achevé (à cause des troubles dus à la Révolution) en 1822. Il faut y ajouter le magnifique parcours, par le canal de la Robine, qui permet de rejoindre la mer à Port-la-Nouvelle, à l'ombre des tours de la cathédrale de Narbonne, à travers un milieu lagunaire sous haute protection.

Pour découvrir, au rythme lent de la navigation (6 km à l'heure), tous ces lieux merveilleux, parfois seulement visibles du canal, plusieurs solutions s'offrent à vous. Une petite excursion d'une heure, d'une demi-journée ou d'une journée sur un bateau qui descend une rivière et un fleuve, histoire de se rafraîchir les idées et de voir les paysages que l'on connaît sous un autre angle. Les bateaux à passagers utilisés par des particuliers pour découvrir des villes ou des sites, ou destinés aux collectivités et associations, ont souvent un but pédagogique ou écologique (exploration d'une réserve, découverte de la flore et de la faune...). Certains proposent des services de restauration au départ d'Agde ou d'Aigues-Mortes ou des mini-croisières à thème.

Au-delà d'une journée, le public est davantage étranger et national. On passe dans le domaine de la croisière. Certes, encore démocratique sur des bateaux de promenade, la croisière se réserve à une certaine élite, principalement étrangère, lorsqu'elle met en service les péniches-hôtels et les paquebots fluviaux qui emmènent ces privilégiés pour des croisières luxueuses de plusieurs jours sur les fleuves. Mais l'essentiel de la clientèle des canaux du Midi est le fait de la location de « pénichettes ». Les principaux loueurs de bateaux nationaux (Crown Blue Line, Connoisseur, Rive de France, Nicols et Locoat) sont présents dans la région et la pratique de cette activité est à la portée de tous, puisque le permis n'est pas obligatoire pour conduire les bateaux proposés à la location.

Plongée sous-marine

Ceux qui veulent goûter à l'ivresse des profondeurs pourront s'adonner à la pratique de la plongée dans de nombreux clubs. Le secteur de prédilection est naturellement la Côte vermeille, mais bien sûr hors de la Réserve naturelle marine de Cerbère-Banyuls. A noter l'existence au Cap-d'Agde et à Banyuls de sentiers sous-marins aménagés où les touristes, même novices, peuvent découvrir les fonds.

Spéléologie

Si les cavités les plus faciles d'accès ont été équipées très tôt, dans les dernières années du XIX^e siècle pour certaines, des clubs de passionnés permettent d'aller parcourir en toute sécurité un réseau non aménagé, impressionnant par sa longueur et la variété des formes

et concrètes que l'on peut y découvrir. Pour les novices, certains professionnels proposent des « safaris souterrains », comme, par exemple à Trabcou ou à Cabrespine.

Alpinisme, escalade et via-ferrata

Pays calcaire, la région offre quelques belles falaises aux amateurs d'escalade. C'est le cas dans les gorges du Tarn ou de la Jonte, mais aussi vers la plaine dans les garrigues nîmoises ou celles autour du pic Saint-Loup, le massif de la Clape ou les vallées encaissées au cœur du massif des Corbières. Autre site anciennement réputé, le massif du Caroux, avec les gorges d'Héric propose de belles voies d'où on jouit d'une vue magnifique sur la vallée de l'Orb.

Golf

Développé depuis une vingtaine d'années dans la région, qui était alors un quasi désert (hormis Nîmes et Saint-Cyprien), le golf a rattrapé peu à peu son retard. Le nombre de parcours s'établit actuellement autour d'une vingtaine, répartis entre montagne (Serralongue et Font-Romeu dans les Pyrénées ou Langogne, La Canourgue et La Garde-Guérin en Lozère), la campagne (Uzès dans le Gard, Lamalou dans l'Hérault ou Marcevol dans les Pyrénées-Orientales), le littoral (Saint-Cyprien, Cap d'Agde, La Grande-Motte), ou près des villes : Nîmes (Vacquerolles, Campagne), Montpellier (Fontcaude, Massane, Verchamp, Coulondres), Béziers (Saint-Thomas), Carcassonne (Auriac). Pour les amateurs passionnés, le Comité Régional de Tourisme et les instances régionales du golf ont mis au point un « golf-pass » qui pour une somme forfaitaire ouvre droit à plusieurs journées de golf à choisir parmi 16 terrains.

Sports d'hiver

Le Languedoc-Roussillon est une des huit régions françaises pouvant proposer aussi bien des activités estivales qu'hivernales. Si le Massif central, au relief peu tourmenté, est essentiellement tourné vers la pratique du ski nordique, Margeride et Aubrac sont les deux grandes zones favorables, car situées au nord du département de la Lozère, elles bénéficient certaines années d'un très bon enneigement. Le ski alpin se concentre sur quelques stations qui, il faut bien le reconnaître, ont parfois du mal à fonctionner malgré les canons à neige. Mais rappelons que leur efficacité ne devient réelle que lorsque les températures sont négatives. L'Aubrac (à Sainte-Urcize en Aveyron), le Mont-Lozère (Le Bleyard), l'Aigoual (Prat-Peyrot) sont de petites stations qui attirent principalement une clientèle locale.

La station du Mas de la Barque (Mont-Lozère) vient de faire les frais d'une série d'années peu enneigées ; ses remonte-pentes ont été démontés et elle se reconvertit en station d'activités de pleine nature. Tout change

Les neiges catalanes

Les Pyrénées-Orientales sont un véritable terrain de jeu pour le ski alpin, nordique ou bien les promenades en raquettes. Il y en a pour tous les goûts, pour les sportifs de haut niveau, pour les amateurs confirmés ou tout simplement pour les familles venues profiter des magnifiques paysages des montagnes catalanes. Je ne résiste pas au plaisir de vous parler des nombreuses sources d'eau chaude, qui sont un décontractant naturel après une journée de ski. Alors bienvenue dans ce département béni par les dieux, inondé par le soleil où la nature y est préservée, car vous êtes au cœur d'une réserve naturelle.

du côté des Pyrénées où reliefs et conditions climatiques favorisent tous les sports de neige : ski alpin et nordique, motoneige, raquettes, surf, snowboard, ski-parapente, traîneau à chien... Le tourisme hivernal s'est développé dans les Pyrénées catalanes dès les premiers jours du XX^e siècle à partir de la création de la station de Font-Romeu. Depuis l'aïeule a fait des petits et le domaine skiable catalan compte 10 stations, plus de 150 pistes et près de 300 km de circuits de ski de fond, à travers les deux petites régions du Capcir et de la Cerdagne, qui, en plus, bénéficient d'un des meilleurs taux d'ensoleillement de France. Les Angles, Bolquère-Pyrénées 2000, Err-Puigmal, Eyne, Font-Romeu, Formigüères, La Llagonne, Porté-Puymorens, Puyvalador, Saint-Pierre-Dels-Forcats. Groupées sous le vocable « neiges catalanes », elles proposent leur « ski-pass », un seul forfait pour 10 stations permettant de skier sur différents domaines au gré de votre envie. L'Espace Nordique du Capcir qui réunit les stations de Matemale, La Llagonne, Réal, Puyvalador-Rieurtort, Espoussouille-Fontrabouise, Caudiès-de-Conflent, Formigüères, offrent un espace de ski nordique, agréé par « France Ski de Fond », à 1 500 m d'altitude, avec plus de 100 km de pistes de ski de fond et un forfait qui permet d'emprunter toutes les pistes des Pyrénées-Orientales.

Le département de l'Aude, lui aussi, possède une petite zone favorable au ski de fond, sur le plateau du Pays de Sault et compte une petite station familiale de ski alpin : Camurac. Et après une bonne journée de ski ou de raquette, sachez que les Pyrénées catalanes peuvent vous proposer les bienfaits de l'eau. Les sources d'eau chaude qui jaillissent à ciel ouvert vous attendent pour votre relaxation à Dorres, Llo ou Saint-Thomas.

Sports à sensation

Sports d'eaux-vives

Le Languedoc-Roussillon a l'avantage d'offrir en guise de terrain de jeu des sites aux proportions humaines : gorges de l'Aude, de l'Orb, de l'Hérault, de la Cèze, du Tarn et du Lot pour le canoë-kayak, torrents pyrénéens, haute vallée de l'Aude pour le rafting et les sports d'eaux vives, lacs de Naussac, Villefort, Salagou, Avène, Ravèze, Vinca... pour la voile et la planche à voile.

On peut aussi tester le fly surf ou kite surf, cette nouvelle discipline de glisse qui se pratique sur l'eau,

une planche de surf au pied et un cerf-volant entre les mains. Certaines stations (en particulier celles du littoral audois) ont su tirer parti de cette pratique qui élimine le frein à la pratique du surf (l'absence de rouleaux en Méditerranée) et utilise au mieux une des composantes du climat local, le vent.

Bien-être et remise en forme

Thermalisme

Par son contexte géologique, à cheval sur deux massifs montagneux et traversé par de nombreuses failles, le Languedoc-Roussillon est marqué par une présence importante de résurgences d'eaux souterraines. Les Romains, très friands de bains tant pour le plaisir que pour la santé, ne s'y étaient pas trompés et, dès l'Antiquité aménageaient des thermes, points de naissance de nombreuses stations actuelles. 13 stations sont aujourd'hui en activité, couvrant un large éventail d'affections et s'ouvrant de plus en plus au secteur de la remise en forme.

► **La Chaldette**, en Lozère, bénéficie des eaux volcaniques de l'Aubrac. Après une longue éclipse, elle vient de renaître par la volonté du Conseil général qui a fait appel à Jean-Michel Wilmotte pour imaginer l'établissement thermal. Vous y viendrez pour soigner vos problèmes digestifs ou respiratoires, mais surtout pour y prendre un bon bol d'air, dans un environnement protégé et dans un cadre moderne parfaitement intégré au paysage.

► **Bagnols-les-Bains** était connue des Romains et a connu son heure de gloire au XVII^e puis au XIX^e siècle. Réhabilitée, la petite station lozérienne, spécialisée dans la rhumatologie et la pneumologie, bénéficie d'un excellent équipement d'hôtellerie et de restauration. Après les séances de remise en forme, les massifs environnants sont propices à de belles randonnées.

► **Les Fumades** est la seule station gardoise encore en activité. Avec ses campings et hôtels, son casino, elle est devenue un centre touristique animé du nord du département du Gard. Outre les soins des maladies respiratoires ou de la peau, sa situation permet de partir à la découverte des Cévennes ou de l'arrière-pays nîmois. Quelques vestiges romains et des villas début XX^e siècle témoignent de sa grandeur passée.

► **Balaruc-les-Bains**, dans l'Hérault, est avec plus de 35 000 curistes la première station thermale de la région et la troisième française. Si les Romains utilisaient déjà ses eaux pour soigner leurs rhumatismes, la période de gloire débute au XVIII^e siècle avec la construction d'un bâtiment thermal dont subsiste le pavillon « Sévigné » qui abrite aujourd'hui l'office de tourisme.

Le succès des cures provient de l'originalité du traitement : l'eau d'une source surgissant dans l'étang de Thau est captée en profondeur et mélangée avec des limons provenant des bords du même étang. La boue ainsi obtenue, riche en oligo-éléments, est appliquée, après stérilisation, sur les patients.

► **Avène**, dans le haut pays héraultais, faillit disparaître au début des années 80. Cependant, les propriétés de ses eaux, connues depuis toujours pour le traitement des maladies de la peau, attirèrent l'attention des laboratoires Pierre Fabre, spécialisés dans la dermo-cosmétique. Avec l'aide du conseil général, usine de fabrication, nouvel établissement thermal, hôtel surgirent de terre et depuis, les produits à base d'eau d'Avène soignent des épidermes dans le monde entier et particulièrement au Japon.

► **Lamalou-les-Bains** semble sortir tout droit d'une affiche vantant le thermalisme à la fin du XIX^e siècle. Tout y est : les parcs ombragés aux arbres séculaires, les belles avenues bordées de villas cossues, les pavillons à musique, le casino très chic (malgré la clientèle nouvelle des machines à sous) et le théâtre d'où s'échappent en été des airs d'opérette. Cette petite station héraultaise spécialisée dans la rééducation fonctionnelle est la seule dans la région qui ait su conserver le charme d'antan.

► **Alet-les-Bains**, dans l'Aude, était fréquentée par les Romains, mais c'est l'installation d'un évêché au XII^e siècle qui la fit entrer dans l'histoire. Aujourd'hui encore, les restes de son imposante cathédrale, détruite lors des guerres de religion, conservent fière allure. La petite station, dont les eaux sont aussi commercialisées en bouteille, soigne les troubles métaboliques et les problèmes digestifs.

► **Rennes-les-Bains** était fréquentée dès le I^{er} siècle avant J.-C. et les Romains venaient soigner leurs rhumatismes dans ses eaux chaudes très riches en minéraux et légèrement radioactives. Aujourd'hui, la petite station audoise, au cœur des Corbières est un lieu de vacances agréable, point de départ de nombreuses excursions et randonnées.

► **Le Boulou**, au pied des Pyrénées, marque depuis toujours le passage entre la France et l'Espagne. Carthaginois, Romains, Wisigoths, Arabes, Espagnols... toutes les armées sont passées par ici et y prirent les eaux. Les thermes sont à l'écart en bordure d'une forêt de chênes verts. Leurs eaux, froides et gazeuses, fortement minéralisées ont des vertus thérapeutiques dans le traitement des affections digestives et des problèmes cardio-artériels.

► **Amélie-les-Bains**, dans les Pyrénées-Orientales, possède des eaux sulfurées sodiques connues depuis la nuit des temps puisque des pierres gravées montrent l'ancienneté de l'occupation du site. Les Romains, qui ne faisaient rien à moitié pour leurs plaisirs, construisirent des thermes somptueux et les « bains d'Arles » furent fréquentés jusqu'au milieu du XIX^e siècle, époque où ils attirèrent l'intérêt de la femme du roi Louis-Philippe, qui s'appelait Amélie... On comprend aisément la suite. Aujourd'hui, c'est une station thermale (rhumatologie et affections respiratoires) très animée en toute saison avec près de 30 000 curistes et parfaitement équipée en hôtels, résidences de séjour, campings, cinéma et casino, agrémentée d'une excellente table.

► **Molitg-les-Bains**, installée dans une gorge pittoresque à proximité de Prades, est une petite station roussillonnaise réputée dans le traitement des maladies de la peau et des problèmes respiratoires. Son site très ensoleillé où s'épanouit une flore très diversifiée en fait un lieu de séjour très agréable pour ceux qui recherchent calme et sérénité.

► **La-Preste-les-Bains** (traitement des infections urinaires à partir d'une eau qui jaillit à 44 °C) est située à proximité de Prats-de-Mollo, au fin fond de la vallée du Tech. Il faut emprunter une jolie route, dite Route Impériale, car sa construction est due au souhait de Napoléon III, pour accéder à un magnifique cirque de montagnes.

► **Vernet-les-Bains** connut son heure de gloire avant la Première Guerre mondiale. Les personnalités européennes venaient soigner leurs affections respiratoires et leurs rhumatismes dans « le Paradis des Pyrénées ». C'est aujourd'hui une station encore prisée avec de nombreux hébergements et surtout un riche environnement touristique tant naturel (pic du Canigou) que culturel (Villefranche-de-Conflent, abbayes de Saint-Michel-de-Cuxa et Saint-Martin-du-Canigou). Les sources chaudes sont redevenues à la mode et des bains en plein air ont ouvert leurs portes aux skieurs et promeneurs du Conflent et de la Cerdagne qui viennent se détendre dans leurs eaux chaudes et enrichies en minéraux comme à Dorres, Saint-Thomas ou Llo.

► **Huit centres de thalassothérapie**, depuis la Camargue jusqu'à la côte catalane, permettent d'allier les bienfaits du soleil aux propriétés thérapeutiques de l'eau de mer, des algues et des boues marines. Tous les centres (Le Grau-du-Roi-Port-Camargue, La Grande-Motte, Cap-d'Agde, Le Barcarès, Canet-en-Roussillon, Argelès-sur-Mer, Banyuls-sur-Mer) sont parfaitement équipés pour les soins (piscine d'eau de mer, bains bouillonnants, douches à jets...) mais aussi en hébergement et restauration de qualité.

Festivals et manifestations

Aude

Fêtes

■ FOIRE AU GRAS BELPECH ☎ 04 68 60 60 84

Un week-end au début du mois de décembre.

Chaque année, pendant un week-end au début du mois de décembre a lieu la traditionnelle foire au gras de Belpech ! Elle est réservée aux producteurs de l'Aude et des cantons limitrophes. Vous y retrouverez les belles victuailles que vous pourrez ensuite servir pour les fêtes ! Mais, au programme, nombre d'animations sont également organisées durant tout le week-end : repas gastronomique du comité des fêtes, défilé des confréries du village, musique...

■ FÊTE DE L'OLIVIER BIZE-MINERVOIS

Mi-juillet.

Amateurs d'olives, ne manquez pas la fête de l'olivier de Bize-Minervois. Durant toute une journée, c'est l'occasion d'apprendre les secrets de l'olivier, la culture de l'arbre aux bienfaits de l'huile d'olive. Au programme : démonstration de taille et de greffe d'oliviers, conférence sur la culture et l'entretien de l'olivier, grand concours d'aioli, apéritif et déjeuner. L'après-midi est consacré à des animations occitanes et au marché gourmand. La journée se termine en beauté avec embrasement de la rivière, feu d'artifice et concert.

■ EMBRASEMENT DE LA CITÉ CARCASSONNE

Considéré comme l'un des plus beaux feux d'artifice de France, l'embrasement de la Cité est un fabuleux et hallucinant spectacle son et lumière. Durant près de 30 minutes, à la tombée de la nuit, des millions d'étoiles chorégraphiées avec maestria illuminent les cieus et les remparts carcassonnais, c'est tout simplement grandiose. Créé en 1898 en l'honneur de l'arrivée des cadets de Gascogne dans la ville, l'embrasement de la Cité fascine chaque année plus de 800 000 spectateurs venus du monde entier. N'hésitez pas à organiser un pique-nique ou à réserver très tôt votre restaurant et votre emplacement. Embouteillages garantis à la sortie, à moins que vous ne patientiez sur la place Carnot avec le bal du 14 Juillet...

■ FERIA DE CARCASSONNE CARCASSONNE

Label « Qualité Sud de France ». Fin août à début septembre.

Au programme de la feria : des groupes de salsa, flamenco, musiques occitanes, tango, musette, bandas et fanfares déambulatoires, danses sévillanes et chanteurs popu-

laire ! Tous les jours et tous les soirs, des bandas et fanfares en tout genre rythment les rues de la ville. Au square André-Chénier, c'est le campo de feria avec ses 50 bodegas associatives qui proposent tous les soirs de quoi se restaurer avec tapas, paella..., ses concerts et ses animations gratuites. L'association UDAC (Union de l'Aficion du Carcassonnais) organise également des spectacles taurins, des novilladas non piquées et des corridas de toros aux arènes de Carcassonne (Espace Jean Cau).

■ FÊTE DU CASSOULET 1, avenue Maréchal-de-Lattre-de-Tassigny

CASTELNAUDARY ☎ 04 68 23 05 73

www.fete-du-cassoulet.com

ot@ville-castelnaudary.fr

Du 27 au 31 août 2014.

Repas cassoulet à toutes heures, marché gourmand, animations gratuites – fanfares, village des enfants, défilé de chars fleuris, joutes aquatiques sur le canal du Midi, concerts et bals en soirée –, c'est le cocktail éprouvé depuis 1999 de cet événement populaire qui rend hommage à cette divine recette et qui attire chaque année plus de 50 000 personnes dans la capitale mondiale du cassoulet. Pour sa quinzième édition, la Fête du Cassoulet se déroulera du mercredi 27 août 2014 au dimanche 31 août 2014.

■ FOIRE AU GRAS CASTELNAUDARY

1^{er} dimanche du mois de décembre.

Chaque premier dimanche du mois de décembre se réunissent les producteurs du département pour la plus grande foire au gras de l'Aude, depuis plus de vingt-six ans. Vous pourrez acheter magrets de canard, confits, foies gras, chapons, pâtés, conserves gourmandes... en direct d'éleveurs venus du Lauragais, de l'Ariège et de la Dordogne ! La réputation de cette foire n'est plus à faire et près de 10 000 chalandes répondent à ce rendez-vous annuel. Ne manquez pas ce week-end gourmand !

■ FÊTE DE L'OIGNON DOUX CITOU

Label Pays Cathare. Premier dimanche de septembre.

Il est de tradition de cultiver un oignon doux et savoureux, dans ce joli village de Citou. D'ailleurs chaque année, depuis plus de quinze ans, ce petit village haut perché dans la Montagne noire et entouré par la vallée de l'Argent-Double, fête l'oignon ! C'est également l'occasion pour une trentaine d'exposants de présenter des produits du terroir : châtaignes, marrons, pommes, miel, tomates séchées, noix, huiles, fromages, pain cathare et bien d'autres. Mais ne l'oublions pas c'est la fête à l'oignon doux : confit d'oignon, velouté d'oignon, soupe à l'oignon, confiture d'oignon... Il s'accommode à toutes les sauces !

■ FÊTE DE LA SAINT-PIERRE

Office de tourisme
GRUISSAN ☎ 04 68 49 09 00
 28 et 29 juin.

Période du solstice d'été, la fête de la Saint-Pierre célébrée à Gruissan est l'événement fort du village. Cette fête religieuse est un bel hommage des pêcheurs à Saint-Pierre. Ce retour aux racines se formalise par un long cortège de pêcheurs portant en procession la statue de leur saint Patron dans les rues de Gruissan, suivis de juges en toge noire, de la Prud'homie en toge d'or, des assesseurs en toge d'argent, des épouses des pêcheurs en habit d'apparat et du petit orchestre gruisanais qui joue une quadrille. Après la Grand' Messe et la bénédiction, l'événement prend un côté plus festif entre offrandes, chants, jet de gerbes en mer... pour finir avec un bal avec orchestre.

■ CARNAVAL « DES FÊCES » DE LIMOUX

LIMOUX ☎ 04 68 11 82
 Du 26 janvier au 6 avril 2014 (tous les samedis et dimanches à 11h, 16 h30 et 22 h et le Mardi Gras 11h, 17h et 22h sous les arcades de la place de la République).
 Limoux est connue pour son carnaval, le plus long du monde par sa durée. Il débute en janvier pour ne s'achever que 10 semaines plus tard. Ses origines remontent au XIV^e siècle, où les meuniers célébraient la remise de leurs redevances au monastère de Prouilhe le jour du Mardi Gras, traversant la ville en lançant de la farine au visage des passants. Nous sommes loin du carnaval brésilien. Ici, accompagnée de quinze musiciens, chaque bande fait une sortie, autour de la place aux Arcades. Pendant la semaine folklorique se rajoutent des sorties à des horaires et des jours différents. Derrière le cortège, défilent les carnavaliers et les Goudils. Sa Majesté Carnaval est brûlée le dernier jour du carnaval, lors de la Nuit de la Blanquette.

Expositions

■ **EBUROMAGUS – MAISON DE L'ARCHÉOLOGIE**
2, avenue du Razès
BRAM ☎ 04 68 78 91 19
www.eburomagus.com
eburomagus@villedebram.fr

Labellisé « Sud de France », « Pays Cathare », « Qualité Tourisme ». Ouvert toute l'année; horaires variables selon les périodes. Entrée : 4 €. 1€ (de 15 ans). Groupes (10 personnes minimum), étudiants et demandeurs d'emploi : 2 €.

Avec plus de 800 pièces archéologiques présentées – dont un quart a fait l'objet de travaux de restauration –, l'exposition permanente retrace, l'histoire de Bram et de l'ouest audois depuis la préhistoire jusqu'à la fin du Moyen Age. Découpée en 6 thèmes, l'exposition vous fait cheminer dans une ambiance colorée à travers outils, bijoux, monnaies et céramiques sans oublier la pièce maîtresse : l'inscription lapidaire du théâtre de Bram. Vous découvrirez aussi l'évolution des pratiques funéraires à la période gallo-romaine, l'espace rural tel qu'il était conçu à l'époque, avec l'implantation des fermes et des villas gallo-romaines, encore prégnante dans le paysage actuel, et enfin l'habitat médiéval de

l'ouest audois, notamment le phénomène singulier des villages circulaires. A noter l'organisation d'expositions temporaires et la possible visite du laboratoire de recherche lors des journées du Patrimoine. Pour la petite histoire, les travaux de fondation du musée ont dévoilé une portion de la voie d'Aquitaine, axe majeur autour duquel s'est justement développée la localité à l'époque gallo-romaine.

■ FESTIVAL SPORTFOLIO

Palais des Archevêques
NARBONNE
www.festivalsportfolio.fr
infos@festivalsportfolio.fr

Première quinzaine de juin. Gratuit.

La deuxième édition officielle du festival de photos de sport aura lieu l'été sous le titre : « Sportfolio ».

Cet événement qui allie culture et sport est une grande première en Languedoc-Roussillon. L'exposition se déroule principalement au sein de l'ensemble monumental du Palais des Archevêques : Cour de la Madeleine, salle des Consuls, salle des Piliers, jardin des Vicomtes, Cour d'Honneur... Elle rassemble des images de sport appartenant à des catégories différentes : action, reportage, investigation, histoire... Des photographes de tous les horizons seront présents : l'Equipe magazine, l'Agence France Presse, l'Agence Chine Nouvelle, Magnum Photos... Un point commun : les photos surprennent autant par leur aspect esthétique que spectaculaire. Nous vous invitons à poser votre regard et à revivre ou découvrir des émotions oubliées.

Manifestations culturelles – Festivals

■ **FESTIVAL DE CARCASSONNE**
Théâtre de La Cité
CARCASSONNE ☎ 04 68 11 59 15
www.festivaldecarcassonne.com
communication@mairie-carcassonne.fr
 De la mi-juin à début août 2014.

Festival classé dans le top 10 des festivals de France. La Cité, déjà bien animée en été, fait son festival dans l'amphithéâtre Jean Deschamps, dans la cour du château Comtal et pour les plus gros concerts sur le parking de délestage. La programmation est aussi hétéroclite que prestigieuse, mêlant musique, théâtre et danse de divers horizons et réserve toujours de très belles surprises avec des spectacles de haut vol et la présence de nombreuses têtes d'affiche. A partir de février 2014, découvrez toute la programmation et anticipez vos réservations sur www.festivaldecarcassonne.fr

■ LA FÊTE DES VENDANGES

Place Carnot
CARCASSONNE
 Durant 3 jour à partir du 3^{ème} jeudi d'octobre.

La fin des vendanges et l'arrivée des vins primeurs est l'occasion pour la ville d'organiser une grande fête sur la place Carnot. Durant 3 jours, viticulteurs indépendants et coopératives nous font déguster leurs vins. Autour des casitas, on boit, on mange au rythme des bandes.

■ SEMAINE DE JAZZ

CARCASSONNE

☎ 04 68 77 70 99 / 04 68 25 33 13

www.carcassonne.org/theatre

reservation@mairie-carcassonne.fr

Du 20 mai 2014 au 23 mai 2014. Tarif pour les concerts du 20 au 22 mai : Général 20 € ; réduit 17 € ; jeune 10 €. Concert du 23 mai : de 10 € à 30 €. 4 concerts pour 68 € avec la Carte Pass semaine du Jazz.

C'est au Théâtre Jean-Alary (rue Courtejaire), que se déroulera la semaine du jazz. Au programme : le Louis Armstrong Tribute par Lillian Boutté et Satchmo Gumbo ; Sydney Bechet par Daniel Sidney Bechet Jazz Group et Olivier Franc ; Kenny Wayne's « fats domino tribute » par Kenny « Blues Boss » Wayne et Guy Marchand qui revisite en partie les titres populaires et incontournables des années 50 et 60.

■ VENTS D'ANGES

CARCASSONNE

Chaque samedi de l'été à 11h. Programme disponible auprès de l'Office du Tourisme.

Chaque samedi de l'été, à 11 heures, en l'église Saint-Vincent, des concerts gratuits seront donnés. L'occasion d'entendre des artistes internationaux.

■ FESTIVAL LES TROUBADOURS CHANTENT

L'ART ROMAN

BP 27

COURSAN ☎ 09 72 95 90 46

www.festival-troubadoursartroman.fr

Programmation et tarifs sur le site Internet. D'avril à Octobre. Gratuit.

Ce festival de musique médiévale organise chaque année des manifestations dans tout le Languedoc-Roussillon. Les Troubadours chantent l'art roman dans la région du Narbonnais, vous pourrez écouter des chants polyphoniques, mais aussi des chants de poètes et de troubadours du Moyen Age, la plupart du temps dans des églises ou des prieurés. Ce festival itinérant présente chaque année des spectacles de grande qualité avec des artistes venus du monde entier.

■ FETE DES VENDANGES – GRUISSAN

GRUISSAN – www.gruissan-mediterranee.com

Troisième semaine d'octobre.

La traditionnelle fête des Vendanges célèbre son attachement à la vigne et au vin. Elle débute par une bénédiction et une procession à l'église. Puis l'heure est à la fête, rythmée par la danse de la treille, le vin coule à flots de la fontaine du Griffoul et une dégustation est offerte par les vigneronnes de la commune. Cette fête permet de conjuguer tradition, patrimoine et folklore...

■ FESTIVAL CHARLES TRENET

NARBONNE ☎ 04 68 90 26 53

www.festivaltretien.com

Troisième semaine d'août. Lieux : Les barques, Montplaisir, centre-ville.

Créé en 2008, le Festival Trenet est devenu le rendez-vous majeur de l'été. Festival de chansons francophones, animations, célébrités, spectacles, soirées, concerts, expositions, bodegas, arts de la rue. Le Festival ne cesse

de croître et de proposer des nouveautés. Ainsi le grand concours de chansons francophones destiné aux auteurs-compositeurs-interprètes a une renommée nationale (Prix Trenet Sacem). Il y a « d'la joie et du soleil » dans les ruelles de Narbonne, avec des artistes qui débambulent au cœur de la ville, et où l'œuvre de Trenet est présent dans divers lieux.

■ FESTIVAL NATIONAL DE THÉÂTRE AMATEUR

Cour de la Madeleine du Palais des

Archevêques

NARBONNE

☎ 04 68 32 01 00

☎ 04 68 90 30 65

www.narbonne.fr

Ouverture des portes à 21h30. A partir de la troisième semaine de juin. Suivis de rencontres-conférences en compagnie des acteurs, metteurs en scène, auteurs. Retrait des billets : à l'accueil de la MJC.

Créé dans les années 1980 par des passionnés de théâtre et organisé par la troupe amateur du Théâtre des Quatre Saisons, le festival amateur de Narbonne s'impose aujourd'hui comme une référence. Ce qui lui vaut le surnom d'« Avignon du Théâtre amateur ». Cet événement majeur se déroule à la tombée de la nuit, en plein air, dans la somptueuse cour de la Madeleine du Palais des Archevêques. Elle s'illumine pour vous offrir le meilleur du théâtre amateur classique et contemporain. Consultez le programme sur le site de la ville.

■ HORIZON MÉDITERRANÉE

NARBONNE

☎ 04 68 90 31 35

HM2013@mairie-narbonne.fr

Mi-juillet. Le programme complet des manifestations et événements est disponible dans tous les offices de tourisme et syndicats d'initiative du Grand Narbonne.

Depuis 2009, Narbonne célèbre le pluralisme culturel du bassin méditerranéen. Dans une ambiance conviviale et festive, autour d'expositions, de danses, de musique, de conférences, de spectacles, de films labellisés Art et Essai... Le thème Méditerranée y est abordé d'une manière originale et riche en échanges. Un événement discret, sans prétention, mais définitivement authentique qui, chaque année, permet de jolies découvertes.

■ FESTIVAL DE FONTCALVY

2, avenue de Capeatang

OUVEILLAN

☎ 04 68 33 73 00

www.festival-fontcalvy.com

info@festival-fontcalvy.com

Début Août. Consulter le site pour plus de précision.

Ce festival, né dans les années 1980, est devenu le rendez-vous culturel populaire le plus couru de l'été. Cette grange cistercienne classée monument historique, constituait une des dépendances fortifiées de l'abbaye de Fontfroide. Elle servait alors pour stocker et protéger le fruit des travaux agricoles. Aujourd'hui elle s'offre comme fond de décor aux spectacles : théâtre, jazz, chansons, musique, danse... Pour sa 30^e édition, nous vous invitons à consulter le programme sur le site Internet, comme chaque année la fête sera au rendez-vous !

Manifestations sportives

■ RASSEMBLEMENT INTERNATIONAL DES AMAZONES

Hippodrome de La Fageolle

CARCASSONNE

☎ 04 68 25 22 17 / 06 86 57 37 37

<http://carcassonne-amazone.com/>

isabelle@faugeras.com

Mi-avril 2014.

Le rendez-vous de l'élégance et du monde du cheval. Honneur est fait à cette façon bien particulière de monter à cheval et qui nous vient tout droit de Catherine de Médicis. Au programme de cette manifestation : des épreuves, des démonstrations, un concours d'élégance et le traditionnel défilé des cavalières à l'assaut de la cité médiévale.

■ LE DÉFI WIND

GRUISSAN

www.gruissan-mediterranee.com

Du 28 Mai au 1er Juin.

Ce rassemblement mis en place en 2001 par Philippe Bru et *Wind Magazine* est devenu le rendez-vous incontournable des dompteurs de vent ! Pas moins de mille pros ou amateurs de windsurf viennent se mesurer pendant 5 jours à ce spot très venté. Cette année, les windsurfers prendront le départ de l'épreuve longue distance sur la plage de la Vieille nouvelle. Cette édition dotera de nombreux windsurfers du dernier système de géolocalisation, permettant ainsi de suivre la course en live sur le site Internet (www.mygeolive.com). Et comme à chaque édition, une partie de la plage des chalets va se transformer en amphithéâtre : concerts, animations, festivités, beauté, sensation, ivresse seront au rendez-vous !

■ MONDIAL DU VENT

LEUCATE

www.mondial-du-vent.com

info@leucate.net

Du 26 avril au 4 mai.

Les centaines de milliers de visiteurs de ce festival peuvent tester sur la plage et sur l'eau les nouveautés techniques présentées par les fabricants de kitesurf, de planches à voile ou de chars à voile... Car ici, c'est le vent qui fait la fête et même si Eole fait la tête, la fête reste extrême. Tout le monde y trouve son compte : les surfeurs purs et durs, et les néophytes qui peuvent participer aux nombreuses animations et spectacles offerts. Les meilleurs mondiaux seront présents : Alexandre Caizergues, Rob Douglas, Antoine Albeau, Cyril Moussilmani, Charlotte Consorti... seront au départ ! Pour la troisième fois José Garcia sera le parrain.

Spectacles historiques – Son et lumière

■ MÉDIÉVALES DE CARCASSONNE

CARCASSONNE

Tous les renseignements auprès de l'Office de Tourisme de Carcassonne.

Durant le premier week-end des vacances scolaires de la Toussaint, les murs de la Cité résonnent de combats d'hommes en armures, de preux chevaliers, de danses et chants traditionnels, de théâtre. La culture occitane est mise à l'honneur autour de nombreuses animations avec des contes pour enfants, jeux de pistes, fabliaux et des artisans présents dans des campements comme jadis. Les festivités s'achèvent en beauté avec un immense banquet médiéval dans le théâtre Jean-Deschamps.

Gard

Fêtes

■ FÊTE DE L'HUILE DE L'AVENT

Début décembre. Dans tout le département.

Dans l'année, l'un des temps forts pour les oléiculteurs et les mouliniers est sans nul doute la sortie de l'huile nouvelle. Pour partager ce moment avec les professionnels de l'olive, les moulins du département participent à la fête de l'huile de l'Avent et ouvrent leurs portes. Les moulins organisent des animations diverses. Vous pourrez bien sûr assister à la fabrication de l'huile d'olive, apprécier les senteurs inoubliables d'un moulin en activité et participer aux dégustations commentées tout au long de la journée. Mais aussi, suivre le charroi des olives à l'ancienne, participer à des animations culinaires, apprécier les sculptures en bois d'olivier ou vous balader à dos d'âne dans les oliveraies... Une belle initiative.

■ FÊTE DE LA CHÂTAIGNE ET DE LA SOUPE ANDUZE

☎ 06 84 75 21 12

www.tourismegard.com

Octobre. Gratuit, ouvert à tous.

Tous les ans en octobre, Anduze rend hommage à l'arbre symbolique des Cévennes : le châtaignier. Le cœur du village se transforme en un immense marché des saveurs avec de nombreuses animations autour de la châtaigne. La cérémonie se décline en deux fêtes populaires : la fête de la châtaigne et la « Faites de la soupe ». Sur le plan de Brie, place centrale du village, un marché du terroir dévoile ses produits locaux (châtaignes grillées, miel, vin, charcuteries, fromages, oignons doux des Cévennes, gâteaux, macarons). L'artisanat d'art y est aussi présent : artisans d'art en cuir, poterie, vannerie, savon. Des promenades avec des ânes sont aussi organisées pour les enfants. Côté « Faites de la soupe », à midi sur la Place couverte, un concours de soupe est ouvert à tous, où les trois meilleurs breuvages sont récompensés de prix tels que, par ordre décroissant : un cours de cuisine dans un grand restaurant gastronomique, un repas pour deux personnes dans une de nos meilleures tables anduziennes, un livre de cuisine. Avis aux curieux et aux spécialistes, c'est sans conteste une fête populaire avec ses accents et ses traditions gardoises.

■ FÊTE DE L'OLIVE CORCONNE

Mi-décembre.

Avec une centaine d'exposants et des manifestations tout au long de la journée, la fête de l'olive de Corconne est l'événement à ne pas rater. Tout autour de la place de la mairie, vous pourrez assister à des démonstrations de taille et de pressage d'olives. Le marché sera l'occasion de faire le plein d'olives, d'huiles, de tapenades mais aussi de matériel de culture et de traitements. Au cours de la journée, plusieurs concours sont organisés : pour les professionnels comme pour les amateurs qui se sont affrontés derrière les fourneaux l'année dernière pour préparer un cake aux olives.

■ FÊTE DE LA PICHOLINE MARGUERITTES

Mi-octobre.

Cette fête autour du produit emblématique de la région est toujours un moment privilégié et rassemble de plus en plus d'adeptes. C'est bien entendu l'occasion de se divertir mais c'est également au cours de cette journée que se déroule le concours national de picholine organisé par les Amis de l'olivier, où deux jurys, enfants et adultes, dégustent une vingtaine de pots d'olives (natures ou aromatisées) confectionnés pour cette occasion et décernent les prix.

■ FERIA DE PENTECÔTE NÎMES

Mi-mai.

C'est la plus importante des deux ferias nîmoises – la seconde se déroule en septembre. Durant une semaine, elle draine des milliers de visiteurs amateurs de tauro-machie. Toute la ville est en fête à cette occasion.

■ FÊTE DE L'OLIVIER NÎMES

Mi-octobre.

L'Association pour la promotion de l'olivier en pays nîmois organise chaque année en octobre la fête de l'Olivier. En plus des nombreux stands (dédiés à l'olive, produits du terroir, artisanat d'art, etc.), ne manquez pas le fameux concours de craché de noyaux. L'année dernière, les jets ont varié de 0,80 m à 9,20 m ! Impressionnant ! Au programme également, des conférences, un repas autour de l'olive. Vous pourrez même apporter un rameau d'olivier pour qu'un spécialiste identifie la variété de votre arbre.

■ JOURNÉES MÉDITERRANÉENNES DE L'OLIVIER NÎMES

Début avril.

Les Journées méditerranéennes de l'olivier (JMO) sont le rendez-vous incontournable des amoureux de l'olivier pour ceux qui veulent déguster des produits de terroir comme pour ceux qui souhaitent recevoir des conseils techniques sur la taille et l'entretien des oliviers. Chaque année, les organisateurs des JMO déclinent la thématique oléicole sous toutes ses formes : la technique (démonstrations de taille et de greffe...), la gastronomie (démonstrations culinaires et menus à thème...), la cosmétique (démonstration et vente de produits de beauté à base

d'olive), la diététique (conférences et démonstrations sur l'intérêt de l'olivier et ses bienfaits pour la santé)... et la liste est encore longue ! Traditionnellement, la Confrérie des chevaliers de l'olivier du Languedoc-Roussillon tient un chapitre qui permet d'honorer les personnes ayant œuvré pour le renom de l'olivier.

Foires – Salons

■ LES FOIRES D'ALES ALÈS

17 janvier – 27 avril – 24 août.

Trois foires, dont la tradition remonte au Moyen Âge, ont lieu chaque année dans le centre-ville d'Alès. On y trouve produits du terroir, objets de brocante, livres, disques, vêtements, ustensiles de cuisine... La foire d'hiver a lieu le 17 janvier, La foire de printemps le 27 avril et la foire de la Saint-Barthélémy le 24 août. Ces dates sont reportées au jour suivant si elles correspondent à un dimanche ou à un jour férié.

■ MIAM ALÈS

www.miam-ales.com

Novembre.

Amateur de bonne chère, ce salon est pour vous ! Sur 5 jours, il rassemble gastronomie et produits du terroir au parc des expositions d'Alès. Au programme : des démonstrations culinaires, des dégustations de produits en direct des producteurs, des espaces dédiés au savoir-faire, des cours de cuisine, des jeux pour les enfants...

■ FOIRE AUX ANTIQUITÉS Plusieurs dans l'année BARJAC

<http://comex.barjac.free.fr>

comex.barjac@free.fr

Autour de Pâques et le 15 août.

Sans doute le rendez-vous régional des amateurs du genre à ne pas manquer, deux fois par an pour tous les amoureux de beaux meubles et de brocante. Certes, nous vous conseillons la foire de printemps : il y fait moins chaud et le renard doit vous avouer que parcourir les centaines de stands qui se regroupent ici dans tout le village par 40°C avec une poussière et un monde pas possible, c'est pas vraiment le portrait du bonheur. Mais, bon, ce serait avant tout dommage de manquer cette grand-messe pour la richesse des stands qui proposent essentiellement du mobilier ancien.

■ MARCHÉ DES POTIERS LE VIGAN

☎ 04 67 81 19 20

Week end de Pâques.

Chaque week-end de Pâques, la place du Marché se transforme en un immense atelier de poterie à ciel ouvert. Une trentaine d'artisans potiers et céramistes s'y donnent rendez-vous. On y trouve des grès, des raku, des porcelaines, des faïences ; sous forme de sculptures, bijoux, vases, bols, coupes, théières, plats, luminaires, fontaines, objets insolites... Des ateliers pour enfants sont même organisés.

■ NIMAGINE, SALON DES CRÉATEURS

230, avenue du Languedoc

Parc des expositions

NÎMES ☎ 04 66 84 93 39

www.expo-nimes.com/index.php?idtf=223

Du 1^{er} au 11 novembre (de 10h à 19h les week-ends et jours fériés. De 12h à 19h en semaine et de 18h à 22h les jours d'exposition nocturne). Entrée : 6,50 €. Gratuit pour les moins de 10 ans, 4,5€ pour les 10-25 ans.

Le Salon des métiers d'art et des créateurs de Nîmes rassemble la première quinzaine de novembre près de 190 exposants venus de toute la France. C'est le rendez-vous incontournable de l'automne à Nîmes. Ils travaillent dans les domaines de la mode (vêtements, accessoires, maroquinerie, bijoux...), de la maison (mobilier, luminaires, arts de la table, décoration...) et aussi du jouet afin de satisfaire aussi les petits et les moyens budgets. Les exposants sont sélectionnés sur leur maîtrise technique des matériaux utilisés (terre, verre, bois, métal, cuir, textile, matières synthétiques...), sur l'esthétique de leurs productions et leur créativité. Autant vous dire que la sélection se fait au peigne fin ! Démonstrations d'artisans, ateliers créatifs d'éco-recyclage, conférences, il y a vraiment tout pour se mettre à l'art décoratif à moindre prix !

Manifestations culturelles – Festivals

■ FÊTES DE LA SAINT-LOUIS AIGUES-MORTES

Autour du 25 août.

Un des événements majeurs de la cité médiévale. A la fin du mois d'août, Aigues-Mortes remonte le temps et retourne à la période de ses origines : le Moyen Âge. A l'intérieur des remparts, la fête bat son plein. Au programme : grand marché médiéval, taverne, bal, défilés historiques, animations diverses (joutes, jongleurs, baladins, tournois...) et grand feu d'artifice. De 10h à 23h, la ville accueille des milliers de touristes.

■ FESTIVAL DU CINÉMA D'ALÈS

ALÈS ☎ 04 66 30 24 26

www.itinerances.org

Courant mars.

Depuis 1983, le festival du Cinéma d'Alès rassemble cinéphiles et invités prestigieux pour dix jours de projection sur sept écrans de la ville (dont la grande salle du Cratère). Plus de 200 films, dont 20 à 30 films inédits ou en avant-première, sont proposés chaque année. Compétitions de courts-métrages, programmation jeune public, hommages, concert et nuits thématiques rythment ce festival.

■ LES FOUS CHANTANTS

ALÈS ☎ 04 66 91 00 38

www.fouschantants.com

Mi juillet.

Tous les été, Alès vibre pour la chanson française. C'est unique en France : chaque année, 1 000 choristes venus de toute l'Europe préparent durant une semaine un hommage à un grand artiste de la chanson française.

Le samedi soir, après six jours de répétitions intenses, ils présentent cet hommage aux arènes du Tempéras, en présence de l'artiste qu'ils accompagnent sur quelques chansons phares. Ils sont venus au festival : Ferrat, Moustaki, Goldman, Bécaud, Nougaro, Mauranne, Voulzy, I Muvrini, Bashing ou encore Sheller.

■ FESTIVAL DE LA CERAMIQUE ANDUZE

☎ 04 66 61 98 17

www.festival-ceramique-anduze.org

Début août.

Ville de tradition potière oblige, Anduze accueille chaque année, le festival de la Céramique. C'est au cœur du verdoyant Parc des Cordeliers que les visiteurs pourront se familiariser avec cet art. Au programme : des animations comme la cuisson monumentale selon la technique du raku, des démonstrations de tournage, des expositions et près de soixante céramistes venus pour exprimer leur art.

■ GARANCE REGGAE FESTIVAL BAGNOLS-SUR-CÈZE

www.garancereggaefestival.com

La 23^e édition du Garance Reggae Festival aura lieu fin juillet 2014. Comme chaque année, vous aurez l'occasion d'assister à un festival spécialisé dans les musiques populaires pleines de rythmes avec un programme consacré au reggae et au ragga. Les plus importants artistes de la Jamaïque s'y présentent chaque année dans un cadre idyllique et une ambiance festive.

■ FESTIVAL DU VIGAN LE VIGAN

www.festivalduvigan.fr

Le festival du Vigan rayonne depuis plus de 35 ans sur la région. Etalés sur tout l'été, les concerts ont lieu au Vigan, mais aussi dans de petits temples et églises qui s'accrochent aux flancs du mont Aigoual. Sans spécialisation ni thème particulier, le festival du Vigan offre un large éventail de musical allant du récital au grand concert symphonique, et de la musique baroque aux créations contemporaines.

■ ASSASWING NÎMES

☎ 04 66 67 34 63

<http://assaswing.over-blog.fr>

assaswing@yahoo.fr

On le sait, le swing mène à tout et ce n'est pas ce quartet nîmois qui dira le contraire ! Nos iconoclastes savent bousculer les standards avec du free jazz ou du rock prog des années 70. Et quand on demande aux musiciens quelles sont leurs influences, ils répondent pêle-mêle : Django Reinhardt, Biréli Lagrène, Mike Oldfield, Les groupes en The (Ramones, Clash, Doors...) mais aussi Metallica, Pink Floyd, Duke Ellington, Frank Zappa... rien que ça. Sur scène, forcément ça swinge, ça jasse manouche et ça prend quelques envolées freestyle à couper le souffle pour revenir sur des nappes atmosphériques, car ils aiment aussi le dub... Assaswing vient de sortir un premier album autoproduit et promet de lives qui ne laisse pas indifférent, même dans les cocktails mondains.

■ BATTLE OF THE YEAR FRANCE NÎMES

www.botyfrance.com

Début juillet.

La Battle of the Year France, est une compétition qui oppose les meilleurs danseurs de breakdance de l'Hexagone et d'outre-mer. Après 10 ans d'organisation à Montpellier, le Battle Of The Year a pris la direction des Arènes de Nîmes en 2011. La grande soirée aux Arènes voit s'affronter 8 crews venus de toute la France pour montrer leur talent. En amont de cette finale, le festival « A change of Direction » propose dans les rues de Nîmes et à Vauvert plusieurs manifestations gratuites pour découvrir l'ensemble des disciplines de la culture hip-hop.

■ FESTIVAL DU POLAR

place Charles-David

VILLENEUVE-LÈS-AVIGNON

☎ 04 90 25 61 33

www.villeneuvelesavignon.fr

tourisme@villeneuvelezavignon.fr

Du 3 au 5 octobre 2014. Gratuit. Marché aux affiches Place Jean-Jaurès.

Le succès rencontré d'année en année fait de ce salon l'un des plus importants événements littéraires lié au roman policier en France. Une fête de la lecture et des livres sous toutes ses formes, écrite, orale, audiovisuelle, picturale, musicale : spectacles, lectures, projections gratuites suivies de tables rondes, conférences. En 2013, parmi les inconditionnels du polar hexagonal, le festival se déroulait sous le thème du lien entre le roman noir et l'Histoire. Une fascinante plongée à travers les grands bouleversements et les sombres pages de l'Histoire. Petros Markaris était l'invité d'honneur de cette neuvième édition. Une fois de plus, les amateurs de grands frissons n'ont pas été déçus !

■ FESTIVAL VILLENEUVE EN SCÈNE

VILLENEUVE-LÈS-AVIGNON

☎ 04 32 75 15 95

www.villeneuve-en-scene.fr

En juillet 2014. Dates variable suivant les éditions. Tarifs enfant jusqu'à 10 ans. Tarifs réduits pour étudiants, demandeurs d'emplois, intermittents, moins de 26 ans et seniors.

Le festival Villeneuve en scène s'est déroulé comme chaque année dans la ville adjacente de l'effervescence avignonnaise. Au moment du plus grand festival de théâtre côté Vaucluse, se déroulent des animations de théâtre en itinérance côté Gard à Villeneuve. L'offre de spectacle est importante : cinéma, concerts, music-hall ou théâtre, le Gard entre en fête en famille ou entre amis et ne manque pas le rendez-vous culturel. Le festival d'artistes en itinérance, ce sont des artistes nomades dont les mots, les chants et les rires font résonner les nuits d'été villeneuvoises. L'édition précédente 2013 a rendu hommage à l'artiste Wladyslaw Znrko, auteur et metteur en scène français d'origine polonaise décédé en mars 2013 à Marseille. Une programmation ouverte à toutes et à tous, mêlant musique, cirque, théâtre, cabaret ou autres grands classiques est donc là pour vous tous les mois de juillet.

Manifestations sportives

■ LE GRAND CHALLENGE

ALÈS – www.pole-mecanique.fr

Décembre.

Le rendez-vous des sports automobiles de la région ! Créée en 2008, cet événement sur deux jours, voit s'affronter plus de 100 pilotes sur un tracé alternant circuit vitesse et route de rallye. Tous les types de voitures sont autorisés, pilotés par des pilotes souvent reconnus comme Romain Dumas ou Stéphane Sarrazin. A la question de savoir si le Grand Challenge est une course en circuit, un rallye, une course de côte ou même un rallycross, une réponse s'impose : les quatre à la fois ! L'originalité de cette compétition d'un nouveau genre se résume en cet étonnant mélange de cultures automobiles.

■ LE CRITERIUM DES CEVENNES

LE VIGAN – www.criteriumdescevennes.com

Octobre.

Le Critérium des Cévennes est l'une des épreuves phare du championnat de France des rallyes et certainement la plus capitale car avant dernière du championnat. Créé en 1956, le parcours d'une distance de près de 800 km a vu la victoire de grands champions tel que Didier Auriol, Jean-Luc Thérier ou Jean Vinatier. Chaque année le Critérium de Cévennes rassemble des milliers de spectateurs, l'ambiance y est exceptionnelle, on ressent une grande ferveur.

Spectacles historiques – Son et lumière

■ LES GRAND JEUX ROMAINS

Arènes de Nîmes

NÎMES

Du 4 au 5 mai. Entrée : 20 €. Gratuit pour les enfants de moins de 4 ans. Enfant : 12 €, 15 € (13 à 17 ans, étudiants, personnes handicapées, enseignants, bénéficiaires du RSA, demandeurs d'emploi) Tarif groupes : 15€.

Spectacle unique en Europe, les amoureux de l'histoire antique pourront faire un bond dans le temps en revivant les épopées de Jules César à la bataille d'Alésia ou les jeux au temps où l'Empire de Rome applaudissait ses gladiateurs. Les organisateurs œuvrent dans le souci de ne pas trop dénaturer la réalité historique, du moins ce que l'on sait de cette époque. En 2013, 500 reconstituants sont venus de toute la France mais aussi d'Allemagne, d'Espagne, d'Italie et de Suisse pour investir les Arènes de Nîmes, créant ainsi le plus grand rassemblement antique en Europe. Début des festivités à 10h dans le centre-ville, dernier spectacle dans les arènes à 16h. Au programme, une reconstitution de la *pompa* : un défilé de présentation des troupes (légions romaines et troupes auxiliaires, celtes mercenaires au service de l'empereur et qui rendent hommage au public nîmois). Mais aussi le *munus* des gladiateurs, un spectacle de combats offerts par l'empereur Hadrien en 122 pour célébrer sa venue à Nîmes. Le public nîmois pourra, tels des romains de l'époque, faire part de sa décision sur le combat grâce à un petit morceau d'étoffe (la mappa) qu'il agite depuis les gradins. Programme chargé !

Hérault

Fêtes

■ LE CANAL DU MIDI EN FÊTE

☎ 04 67 76 20 20

www.beziers-mediterranee.com

Mi-septembre.

Chaque année depuis une bonne douzaine d'années, Béziers rend hommage à Pierre-Paul Riquet, l'un de ces plus célèbres enfants, autour de la 2^e semaine de juin. Sur les sites de Fonsérannes, du quai Port-Neuf et du Bosquet, mais aussi à Cers et à Villeneuve les Béziers, l'agglomération Béziers-Méditerranée met en valeur le patrimoine exceptionnel que représente le canal du Midi en organisant ce week-end de fête, rendez-vous populaire et festif, en ce début d'été. De nombreuses animations sont au programme : marché du terroir, tournoi de joutes, ateliers pour enfants, jeux, concours d'arts plastiques, contes, théâtre, démonstrations de sports nautiques, modélisme, expositions, visites guidées, balades en péniche, à VTT, parcours pédestre...

■ FERIA DE BÉZIERS

1, avenue Jean-Constans

BÉZIERS

☎ 04 67 76 13 45

www.arenas-de-beziers.com

contact@arenas-de-beziers.com

Quatre jours à la mi-août.

Depuis 1897 et la première corrida donnée dans les arènes flambant neuves, Béziers a connu une tradition tauro-machique ininterrompue jusqu'à nos jours. Mais c'est en 1968, que naquit la feria dans la « Séville française ». Tous les ans vers la mi-août, la ville se tourne vers ses arènes et vibre au rythme des charges des taureaux et des passes de l'homme. Que l'on aime ou que l'on déteste les corridas, la feria de Béziers, témoin d'une certaine authenticité, est pour le moins, une belle occasion de fête pour toute la ville qui s'anime follement pendant quatre jours. Le soir, une foule en liesse, tous âges confondus, remplit les places animées par des concerts ou des bals, les artères parcourues en parade de chars décorés et les bodegas se remplissent. Le tout dans une ambiance bon enfant à l'espagnole.

■ FÊTE DES VIGNES

Esplanade Charles de Gaulle

MONTPELLIER

☎ 04 67 60 60 60

contact@ot-montpellier.fr

Tarif : 2€ pour 3 dégustations.

Chaque année, le dernier week-end de novembre, mois des vendanges, Montpellier célèbre la vigne et le vin sur l'esplanade Charles de Gaulle qui, le vendredi et le samedi, accueille un village vigneron dans lequel vous pourrez pénétrer partout comme chez vous avec la certitude d'y trouver un verre (au moins) de vins du Languedoc-Roussillon ! Pendant ces 2 jours, vous bénéficiez de :

- ▶ Conférences
- ▶ Dégustations à l'aveugle
- ▶ Bar à vins
- ▶ Animations musicales

Et le dimanche la Fête se poursuit dans les caves et les domaines de l'Agglomération de Montpellier avec des dégustations...

■ LA SAINT-LOUIS

SÈTE

www.saintlouisasete.com

Mi-août.

Si vous passez par Sète mi-août, vous ne serez pas déçu du voyage. La fête de la Saint-Louis marque la fête des joueurs et le spectacle mérite le détour. En apparence, la règle est simple. Chacun sur une barque, il convient de faire tomber l'adversaire dans l'eau. La suite du tournoi vous prouvera le contraire. Une certitude, depuis que Colbert inaugura le port avec ce sport le jour de la Saint-Louis 1666, la tradition n'a jamais failli et les joutes sont entrées dans le patrimoine sétois. Et il y en a pour tous les âges et pour tous les poids. Des petits qui joutent sur charriots jusqu'aux lourds de 160 kg, ces tournois chevaleresques sont le grand rendez-vous de la vie sétoise. Et autour des jouteurs, c'est la fiesta non-stop. Les bars à quai s'installent le long du Canal et c'est parti pour les tapas et la musique qui va avec.

Expositions

■ ELAN D'ART

25, place du Millénaire

MONTPELLIER

☎ 04 67 22 30 25

www.elandart.fr

elandart@neuf.fr

Du 27 au 29 octobre.

Depuis 2002 l'Association Elan d'Art organise au Corum un salon d'art contemporain dans le but de créer un moment convivial d'échange et de rencontre entre les artistes et le public, entre les artistes et les artistes. Cette manifestation est devenue le grand rendez-vous de la création des arts plastiques et des artistes nationaux et internationaux côtoient un public enthousiaste et gourmand d'œuvres d'arts. Le festival se déroule cette année durant le 34^e festival international du film méditerranéen.

Foires – Salons

■ LA COMÉDIE DU LIVRE

Place de la Comédie

MONTPELLIER

☎ 04 67 60 43 11

www.comediedulivre.montpellier.fr

Début juin.

Créée en 1985 à l'initiative des libraires de la ville, la Comédie du livre est aujourd'hui la deuxième manifestation littéraire nationale après le Salon du livre de Paris. Chaque année, la littérature d'un pays est mise à l'honneur. La manifestation parvient chaque année

à attirer un large public autour de rencontres, débats, expositions, ateliers et lectures. Un petit Salon du livre d'artiste est organisé depuis peu à la galerie Saint-Ravy.

■ LES ESTIVALES Esplanade Charles-de-Gaulle MONTPELLIER

☎ 04 67 34 73 25

De fin juin à début septembre, tous les vendredis soirs de 18h à 23h30.

La ville de Montpellier organise cette manifestation autour du vin depuis maintenant presque 10 ans, avec un succès croissant. De fin juin à début septembre, chaque vendredi soir est consacré aux désormais traditionnelles dégustations de vins et au marché nocturne de l'artisanat local. À la fois soutien à la filière viticole et possibilité de rencontre avec les vignerons du cru, la manifestation fait des adeptes, d'autant que les tarifs sont abordables (3 verres pour 5 euros). Le kiosque Bosc tout proche servira de scène pour des concerts gratuits.

Manifestations culturelles – Festivals

■ FESTIVAL DE THAU

☎ 04 67 18 70 83

www.festivaldethau.com
info@festivaldethau.com

Deux dernières semaines de juillet.

Générateur de musique festive de haute qualité, représentative des tendances actuelles sur les cinq continents, dans trois communes qui bordent l'étang de Thau : Marseillan, Mèze, Frontignan, le festival se veut aussi ouvert sur les grands problèmes actuels avec son village de rencontres. Complément indispensable des musiques du monde, il en est la parole qui chuchote l'espoir d'un autre monde possible. Installé sur le site de Mèze en accès libre à l'entrée du festival, il accueille expositions, débats, ateliers, installations ou encore projections de films et propose durant quatre jours de débattre, découvrir, comprendre... dans une ambiance chaleureuse et conviviale qui réunit spécialistes et grand public autour de 2 axes complémentaires : Développement durable et Citoyenneté.

■ FESTIVAL INTERNATIONAL DE CINÉMA D'ANIMATION DE BAILLARGUES

49, rue des Ecoles

BAILLARGUES

☎ 04 67 87 33 05 / 06 71 75 15 04

www.festivalbaillargues.fr
info@festivalbaillargues.fr

Fin octobre, début novembre.

Le festival de cinéma d'animation de Baillargues a su se hisser, au fil des années, au 3^e rang des manifestations de ce type. Son objectif est simple : faire découvrir une animation de qualité, plutôt des films « atypiques », peu connus ou n'ayant pas bénéficié d'une grande diffusion. Avec une programmation de qualité, apprécié autant du grand public que des professionnels, le festival propose une semaine de projection de courts

et de longs-métrages, aussi bien nouveaux qu'anciens. Ateliers, rencontres, expositions et initiations au cinéma d'animation sont également proposés.

■ FESTIVAL INTERNATIONAL DU ROMAN NOIR DE FRONTIGNAN FRONTIGNAN

☎ 04 67 92 53 48

www.polar-frontignan.org

Dernière semaine de juin.

Le roman noir est, depuis près de 16 ans, toujours un prétexte à la fête dans la ville de Frontignan. Une quarantaine d'auteurs, journalistes, chercheurs et autres spécialistes se retrouvent pour animer débats, tables rondes, rencontres littéraires et même des projections de films et de documentaires. Car oui, le festival international du roman noir, c'est aussi du cinéma et de la bande dessinée dans tout un panel d'invités qui contribuent ainsi à la diversité de ce rassemblement.

■ LES VOIX DE LA MÉDITERRANÉE À LODÈVE (HÉRAULT)

LODÈVE

www.voixdelamediterranee.com

Mi-juillet.

Faire de la poésie, un genre souvent délaissé, un moteur de développement culturel et touristique, voire économique était à l'époque un pari, aujourd'hui réussi, dans une ville touchée de plein fouet par la récession. Chaque jour propose des lectures, des performances, des débats, des tables rondes auxquels répondent de nombreux spectacles, concerts, dans une ville tout entière ouverte à la vibration des mots. S'y ajoutent des ateliers, des expositions et un marché de la poésie et du livre méditerranéen (100 exposants) transformant les rues en immense librairie. Tout en plaçant les poètes au cœur de leur programmation, les Voix de la Méditerranée font aussi appel à des comédiens, des chanteurs, des conteurs, des chorégraphes, des plasticiens et des musiciens. Elles proposent ainsi des formes de lecture inventives pour faire entendre autrement la poésie et susciter la rencontre immédiate avec les mots. Mais c'est aussi l'occasion, au fil des ans, de rencontrer de grands artistes de la chanson française dont l'œuvre relève directement de la poésie.

■ 2+2=5

MONTPELLIER

www.festival2plus2egal5.com

Tarifs en fonction des concerts.

Sous cette faute arithmétique volontaire se cache un des petits festivals pluridisciplinaires et plurimusicaux les plus courus des Montpelliérains. Il a lieu fin août/début septembre et s'étale sur plusieurs soirs, dont notamment une soirée de lancement entièrement gratuite avec des concerts sur l'Esplanade Charles-de-Gaulle. Les organisateurs y font sans complexe s'y succéder des groupes de rock, de pop, de rap ou même des artistes techno, et mélangent volontiers artistes locaux et nationaux. Depuis 2013, le « petit festival qui monte, qui monte » s'est même alloué, pour ses soirées phares, la cour du théâtre des 13 Vents, insufflant un peu d'énergie rock'n'roll au quartier plutôt déshérité de la Paillade, au nord de Montpellier.

■ DESIGN TOUR

Divers lieux.

MONTPELLIER

www.designtour.fr

Mi-novembre. Entrée libre.

Après Paris, Bordeaux ou Toulouse, le Design Tour fait maintenant une halte à Montpellier vers la seconde semaine de novembre depuis 2012. Pendant cinq jours (du mercredi au dimanche généralement) une trentaine de lieux exposent les créations de designers locaux, mais aussi nationaux ou internationaux. Une partie des objets sont présentés dans les boutiques de déco de l'Écusson, mais on peut également en découvrir dans les locaux de certaines administrations (mairie, chambre de commerce...), dans des expositions éphémères, et parfois même dans les ateliers des créateurs. L'occasion pour les amateurs de découvrir les futurs Philippe Starck.

NOUVEAU

■ FESTIVAL INTERNATIONAL DU CINÉMA MÉDITERRANÉEN

78, avenue du Pirée

MONTPELLIER ☎ 04 99 13 73 73

www.cinemed.tm.fr – talvat@cinemed.tm.fr

Courant octobre.

Créé en 1979, c'est aujourd'hui le deuxième festival français de cinéma après le festival de Cannes. Chaque année les meilleures productions contemporaines sont projetées, en provenance de toutes les rives de la Méditerranée, du Portugal à la mer Noire. Au total plus de 250 films, dont plus d'une centaine d'inédits pour la sélection officielle, se partagent l'affiche avec de nombreux débats, soirées thématiques et hommages aux hommes de cinéma.

■ I LOVE TECHNO FRANCE

Parc des Expositions de Montpellier.

MONTPELLIER

www.ilovetechnofrance.fr

Courant décembre.

Depuis 2011, le label « I love Techno », promoteur des plus grosses soirées du genre en Belgique, a exporté son concept à Montpellier. Chaque année à l'approche de Noël se tient donc I Love Techno France dans le parc des Expositions, avec 3 salles, des dizaines de DJ et une capacité (souvent atteinte) de 20 000 personnes. Le rendez-vous hivernal incontournable des « techno-addicts » de la région, et même d'ailleurs.

■ ISI ARTS NUMÉRIQUES

Salle Pétrarque

2, place Pétrarque

MONTPELLIER

Début septembre. Entrée libre.

Anciennement situé à l'extérieur de la ville, ce festival s'est depuis quelques années installé dans la jolie salle Pétrarque, bien plus centrale. Durant quatre soirs (généralement du mercredi au samedi de 18h à 23h la première ou deuxième semaine de septembre), les organisateurs y mettent en lumière des artistes issus de la musique contemporaine et de l'*ambient*, une version plus calme et expérimentale de l'électro. L'entrée est gratuite mais

l'événement touchant un public assez confidentiel, la communication est plus que limitée. Le mieux est donc d'aller voir directement salle Pétrarque, où les dates sont généralement affichées courant août.

■ LES NUITS DE SAINTE-ANNE

Parvis du conservatoire.

Place Sainte-Anne.

MONTPELLIER

nouveausainteanne.wordpress.com

De fin mai à mi-juin. Gratuit.

Depuis une vingtaine d'années, l'amicale du nouveau Sainte-Anne propose plusieurs concerts gratuits par semaine sur le parvis du conservatoire de fin mai à mi-juin. Bien installés sur des chaises (si vous arrivez assez tôt) vous pouvez, à partir de 20h environ, profiter selon les soirs de concerts de jazz, de classique, de chanson française ou de world music. Le tout sur une des places les plus agréables de l'Écusson, et gratuitement qui plus est. Un petit côté Juan-les-Pins en nettement moins snob.

■ LES NUITS D'Ô

Domaine d'Ô

178, rue Carrièreasse

MONTPELLIER

www.domaine-do-34.eu

Fin août.

C'est un peu le rendez-vous de fin de vacances du Tout-Montpellier culturel. Chaque année, fin août, le Domaine d'Ô propose plusieurs soirées alliant cinéma et musique. Chaque soirée correspond à un thème en fonction duquel ont lieu la projection d'un film et le concert d'un artiste national ou parfois même international. Le prix de l'entrée est modéré (une petite quinzaine d'euros grand maximum en général) mais c'est souvent complet, mieux vaut donc réserver avant.

■ O' TOUR DE LA BULLE

Odysseum

Place de France

Théâtre Hélios

MONTPELLIER

Mi-septembre. Manifestation gratuite.

Une bonne cinquantaine d'auteurs de BD et de mangas (ce petit festival est en passe de devenir un grand) se retrouvent à Odysseum pour rencontrer les amateurs de petites bulles. Le village de la BD s'installe sur la place du XX^e-Siècle et accueille séances de dédicaces et visiteurs, croqués sur le vif pour l'occasion. Plusieurs ateliers sont mis en place : maquillage, création d'avatars, dessin traditionnel et manga, *street art*, création de bandes dessinées. Des expositions gratuites sont visibles tout au long de ces trois jours. Les visiteurs sont de plus en plus nombreux et O'Tour de la Bulle est en passe de devenir un festival thématique majeur en France, et c'est amplement mérité !

■ PRINTEMPS DES COMÉDIENS

178, rue de la Carrièreasse

MONTPELLIER ☎ 04 67 63 66 67

www.printempsdescomediens.com

printemps@printempsdescomediens.com

En juin.

Chaque année, durant un mois, le Domaine d'O se transforme en une immense scène où théâtre et spectacle vivant émerveillent petits et grands. Plus de 30 spectacles sont à l'affiche. Les artistes invités viennent du bout du monde ou du bout de la rue. Entre représentations classiques et créations théâtrales et circassiennes, l'événement séduit un public toujours plus large. Les rendez-vous de 18h séduisent le jeune public tandis que les spectacles qui se déroulent au début de la nuit attirent les inconditionnels du théâtre. Vous y trouverez forcément votre compte.

■ SAPERLIPOPETTE VOILÀ ENFANTILLAGES

Parc du Château-d'O
MONTPELLIER

☎ 04 67 67 73 73

En mai.

Les bambins ont leur propre festival ! A l'ombre des micocouliers du Domaine d'O, les familles pourront assister à un grand mélange des genres, pour le plus grand bonheur de tous. Fantaisie, émerveillement et sensibilisation à des thèmes d'actualité, le festival est la sortie à ne pas rater pour les tout-petits. Au programme : contes de fées, danse contemporaine, clowns, jongleurs, conteurs, théâtre d'ombre, marionnettes et comédie musicale. De nombreuses animations et autres ateliers interactifs accueillent et interpellent la curiosité enfantine. Le festival est en voyage dans l'Hérault tout le mois de mai. Pour les enfants de 10 mois à 12 ans.

■ TOHU BOHU

Place Dyonisos
MONTPELLIER

www.festivalradiofrancemontpellier.com

Courant juillet. Entrée libre.

C'est le pendant musiques électroniques du festival Radio France, qui l'a pris sous son aile depuis une douzaine d'années déjà. Courant juillet, ce petit festival techno propose des apéritifs sur la place Dyonisos, entre la piscine municipale et la bibliothèque, de 19h à 22h. L'entrée est libre mais les artistes présents sont souvent des pointures internationales du genre. Gratuité et succès grandissant obligent, c'est généralement bondé et le son y est plutôt fort. A réserver aux vrais *techno addicts*, donc, mais ces derniers devraient adorer.

■ TROPISME MONTPELLIER

www.tropismefestival.fr

Fin février.

Tropisme est, depuis 2014, le nouveau nom du festival Montpellier à 100 %, qui a changé de directeur mais non pas d'esprit, et a fait le pari de se développer. Festival pluridisciplinaire, Tropisme propose pendant une semaine des concerts d'artistes contemporains mais aussi des tables rondes, des expositions et des performances, le tout dans un esprit très orienté art moderne. Les musiques électroniques y côtoient les arts numériques ou le théâtre dans différentes salles de la ville comme la Panacée, le Rockstore, la galerie Saint-Ravy, le JAM...

NOUVEAU

■ GILLES PETERSON'S WORLDWIDE FESTIVAL SÈTE

www.worldwidefestival.com

Première semaine de juillet.

Pendant une semaine complète, Sète se met à l'heure anglaise et fait la part belle aux pointures du jazz, de l'électro et du reggae, parmi les nombreux genres représentés. Né en 2006 sous l'impulsion Gilles Peterson, influent DJ londonien et propriétaire du label Talkin' Loud, le festival tire son nom de l'émission éponyme, « Worldwide », que Gilles Peterson crée en 1998 pour la radio jeune de la BBC, Radio 1. Dub, reggae, jazz, soul, drum & bass, hip-hop, sont quelques-uns des genres que Gilles Peterson propose au cours de ce festival riche en têtes d'affiche et nouveaux talents. Laissez-vous bercer par les sons importés des plus grands clubs du monde entier, et si l'envie vous prend d'aller vous rafraîchir entre deux sets, rien ne vous en empêche, tout est prévu pour que vous profitiez de la mer et de la programmation, en attendant les concerts du soir. Pour sa 7^e édition, le festival a accueilli Four Tet, Nicolas Jaar, Carl Cox, pour ne citer qu'eux. Très apprécié des Britanniques, ces quelques jours sont aussi l'occasion idéale de discuter avec nos voisins d'Outre Manche, qui ont vite pris conscience de l'excellence de la programmation, et répondent présent chaque année.

Manifestations sportives

■ FISE

Berges du Lez
MONTPELLIER ☎ 04 67 40 15 35

www.fise.fr

Week-end de l'Ascension.

Le Festival International des sports extrêmes (FISE) est la plus grande compétition annuelle de sport freestyle en Europe. Il réunit les meilleurs sportifs de la planète et plus de 400 000 spectateurs en plein cœur de Montpellier. Pros et amateurs se donnent rendez-vous sur les berges du Lez pour s'affronter en skateboard, roller, bmx, snowboard, ski freestyle, wakeboard et même VTT slopestyle. Les organisateurs imaginent chaque année des attractions toujours plus folles, comme l'énorme big air par-dessus le Lez ou l'aquasurfpark, une vague artificielle de 6 m de large et 14 m de long ! L'ambiance est assurée par de grands DJ qui se succèdent aux platines. Cette année, rendez-vous le 27 avril à Odysseum pour l'avant-première.

■ MONTPELLIER BEACH MASTERS MONTPELLIER

www.montpellier.fr

Début juin.

Depuis 2012, les Masters de beach-volley se sont déplacés de la Comédie au Bassin Jacques Coeur. Importante manifestation dans le monde du volley, l'événement accueille 11 tournois amateurs et deux tournois officiels (pros et moins de 20 ans). Une base de sport aquatique et une base de loisirs multi-activités sont installées pour l'occasion, avec au programme initiation au Stand Up Paddle, balades en segway, volley sur l'herbe et vélos californiens.

Spectacles historiques – Son et lumière

■ LES « CARITATS » DE BÉZIERS

**Chemin des Ecluses
BÉZIERS**

☎ 04 67 76 84 00

En mai.

Grande fête dédiée au Moyen Âge et à la féodalité, les Caritats invitent le temps d'un week-end les visiteurs à redécouvrir le passé médiéval de la ville de Béziers. Spectacles, tournois chevaleresques, jongleries, costumes médiévaux, saltimbanques et tours de chant enflamment le cœur de ville. Sans oublier le grand banquet médiéval, le marché des vins et produits du terroir, et les artisans d'art... À la nuit tombée, un grand défilé aux flambeaux illumine la rue.

Lozère

Fêtes

■ FESTIVAL DE LA SOUPE À FLORAC

**33, avenue J.-Monestier
FLORAC**

☎ 04 66 45 01 14

www.festivaldelasoupe.com
lesgensdelasoupe@voila.fr

Week-end de Toussaint.

Né en 2001, le festival de la soupe s'est étoffé d'année en année pour donner trois jours de liesse gourmande. Les maisons s'ouvrent pour permettre la fabrication de potages élaborés, rustiques ou raffinés, les dégustations s'enchaînent accompagnées d'expositions, de concerts et d'animations. Au-delà de l'aspect gastronomique de la fête, c'est tout un pays qui se retrouve pour de grands bols de convivialité, de culture et de partage. Un concept unique, une manifestation magique... Comme on ne peut trouver qu'à Florac...

■ FOIRE AUX FROMAGES ET PRODUITS FERMIERS

SAINT-ALBAN-SUR-LIMAGNOLE

☎ 04 66 31 57 01

Un dimanche mi-août.

C'est tout à la fois une foire aux fromages et un festival de musique qui perdure depuis plus de 30 ans. Chaque deuxième dimanche d'août, une trentaine de producteurs lozériens proposent fromages, volailles, miel, confitures, salaisons...

■ FÊTE DU PELARDON SAINTE-CROIX-VALLÉE-FRANÇAISE

☎ 04 66 44 70 41

www.otsi-stcroixvf.fr

Fin avril début mai. Entrée libre.

C'est au cœur du Parc national des Cévennes que le village de Sainte-Croix-Vallée-Française vous invite pour fêter le pelardon, petit fromage au lait de chèvre, AOC

depuis 2000. Au programme de cette fête se déroulant le dernier dimanche d'avril ou le premier dimanche de mai : marché des producteurs et artisans, ateliers, démonstrations de savoir-faire, musique et multiples animations dans le village, dont la pêche à la truite, toute la journée. Apéritif offert par la municipalité et repas de midi avec des produits du terroir dans le village, sous un chapiteau (réservation nécessaire).

Foires – Salons

■ SALON RÉGIONAL CHASSE CHEVAL PÊCHE Avenue de Brazza MARVEJOLS

☎ 04 66 32 48 86

<http://salonmarvejols.canalblog.com>
jeunesse.sports@ville-marvejols.fr

Début juillet. Entrée gratuite.

Tenu à bout de bras par l'ensemble des acteurs cynégétiques locaux auxquelles s'ajoutent les différentes associations de cheval et de pêche, le Salon de Marvejols propose depuis plus de 10 ans au début du mois de juillet, un week-end de fête en Lozère sur le thème des loisirs de plein air. Pendant deux jours des expositions permanentes de chiens de chasse, de meutes ou des rencontres avec des passionnés sont au menu. Au niveau des activités proposées, on peut compter sur le ball trap et sur des démonstrations de chien de sang. La manifestation est souvent ponctuée par un grand spectacle équestre.

■ FOIRE DE LA SAINT-MICHEL MEYRUEIS

☎ 04 66 45 60 33.

En septembre.

Depuis huit siècles (fin septembre) Meyrueis célèbre la Saint-Michel par une grande foire. Depuis quelques années, cette manifestation est devenue, sous le label « Faites un pacte avec le goût », le grand rendez-vous des amateurs du terroir mettant à l'honneur les productions locales, et elles sont nombreuses ici, offrant dans une ambiance festive faite de multiples animations, défilé, repas dansant, un vaste éventail des richesses gastronomiques de la région.

Manifestations culturelles – Festivals

■ CONTES ET RENCONTRES 10, quartier des Carmes

☎ 04 66 49 23 93

www.foyers-ruraux.com
fdfr48@wanadoo.fr

10 jours de fin janvier à mi-février. De 6 € à 10 €.

Grâce à la Fédération départementale des foyers ruraux, quelques dizaines de spectacles, représentations tout public ou pour les jeunes, se déroulent chaque hiver, depuis 20 ans, dans 43 communes du département. Ce festival convie tous les genres, toutes les formes et expériences de la parole : contes, récits de vie, chant, théâtre, café-théâtre à travers tout le département lozérien. La programmation se veut éclectique, et les

artistes invités proposent des univers artistiques très différents les uns des autres. Chaque édition compte aussi une journée professionnelle et des stages de conte.

■ FESTIVAL DU FILM VIDÉO DE VÉBRON

33, avenue J.-Monestier

☎ 04 66 44 02 59

www.mescevennes.com/festivalvideo

otsi@mescevennes.com

Troisième week-end de juillet.

Depuis plus de 20 ans (c'est la plus ancienne manifestation culturelle de la Lozère), le Festival international du film vidéo de Vébron tient chaque année cession dans la petite commune, à la mi-juillet. Chaque édition est placée sous le signe de la Planète Terre et de l'Écologie (comment pourrait-il en être autrement, dans une telle région au cœur de la nature ?), mais aussi sous le signe de la fête et de la convivialité. Ces rencontres sont ouvertes aux professionnels et aux amateurs et attirent de plus en plus de monde. Les candidats concourent dans les catégories Documentaire, Reportage, Fiction et Clip. Mais le festival de Vébron, ce sont aussi des stages, des séances vidéo pour les films non sélectionnés, des expositions et des projections publiques.

■ MUSIQUE À SAINT-FLOUR-DU-POMPIDOU

☎ 04 66 60 39 33

www.saintflourdumompidou.fr

saintflour.dupompidou@orange.fr

De mai à août.

N'hésitez pas à vous déplacer pour assister à une représentation de ce festival (4 journées de mai à août). Vous tomberez à jamais amoureux de cette petite église de campagne. Nichée à flanc de colline verdoyante, on y accède par une étroite route sinueuse. À l'arrivée, une minuscule église de style roman cévenol, construite au XI^e siècle. Restaurée par un passionné à partir de 1955 et dotée de vitraux modernes en harmonie avec le lieu, elle accueille quelques rares privilégiés pour des concerts très intimes. Au programme 2008 comme toujours des concerts de qualité où alternent ensembles vocaux, musique classique, jazz...

■ DÉTOURS DU MONDE À CHANAC CHANAC

☎ 04 66 48 29 28 (office de tourisme)

www.detoursdumonde.org

detoursdumonde@hotmail.fr

Troisième week-end de juillet.

Le festival Détours du Monde s'envole vers les cultures du monde mais reste enracinée par le patrimoine culturel du village. Ce voyage de paradoxes amène le public à découvrir au travers de concerts, stages, marché, animations de nouveaux horizons. Autant de marchands de sable qui s'inversent et s'imbriquent. Le festival, c'est deux jours de fêtes populaires où se côtoient tous les genres humains. Dans un esprit militant et citoyen le festival est aussi un événement important qui crée entre les gens un lien social et culturel vital à la vie en société. Pour mieux vivre et partager ces moments d'émotion et de fête, tout est mis en œuvre pour que les artistes et le public soient accueillis dans les meilleures conditions et dans un esprit de convivialité au pied de la Tour de Chanac.

Manifestations sportives

■ RAID ÉQUESTRE D'ENDURANCE

13, place du Palais

☎ 04 66 45 13 69

www.160florac.com

lozere.endurance.equestre@gmail.com

Début septembre.

Ce master accueille les trente meilleurs cavaliers du moment, sélectionnés sur leurs palmarès, à venir concourir sur le mythique circuit des 160 km de Florac. Ces trente cavaliers, venus de toute l'Europe, seront invités et pris en charge ainsi que leur cheval et deux membres de leur équipe par l'assistance du raid. Néanmoins, la course reste open, ouverte à tous les cavaliers qualifiés français et étrangers. Le circuit reste inchangé, mais les six étapes (dont la première en nocturne) seront encore améliorées pour augmenter le confort des assistances et des concurrents qui s'élanceront d'Espagnac à 4h du matin pour y retourner à 17h après avoir fait étapes à Barre, Camprieu, La Citerne...

Pyrénées-Orientales

Fêtes

■ NOËL CATALAN

☎ 04 68 66 30 30

www.tourisme-pyreneesorientales.com

De début décembre au 24 décembre.

Les Noël catalans sont empreints de traditions qui remontent pour certaines au XI^e siècle. Pessebres (crèches) vivants, pessebres et leur lot de singularités, chants traditionnels, danses, concerts de carillons à Perpignan, mais également marchés et animations rythment la vie du département dès le début décembre. Une période où il est agréable de déambuler dans les rues perpignanaise et d'aller de village en village pour s'imprégner d'un certain esprit de Noël.

■ FÊTE DE LA SANT JORDI PERPIGNAN

☎ 04 68 62 38 56

23 avril.

Jordi est le saint patron de la Catalogne depuis sa victoire légendaire sur le dragon, incarnation de l'ignorance et de la victoire. Une journée traditionnellement placée sous le signe du livre et de la rose, symbole de culture et de sagesse. Villes et villages reçoivent des auteurs qui dédicacent leurs livres, un air de fête très printanier s'empare des rues et des badauds. Les communes sont débordantes d'imagination pour faire de ce jour une date exceptionnelle, joyeuse, colorée et axée sur l'échange culturel. Une fête très attendue dans le département, nombreux sont les auteurs locaux qui attendent la Sant Jordi pour présenter leurs nouvelles créations et dédicacer leurs ouvrages. Une journée à marquer d'une rose rouge !



LA FOIRE SAINT-MARTIN Parc des Expositions

PERPIGNAN

www.foraine.com

Traditionnellement ouverture le dernier samedi d'octobre et clôture le dernier dimanche de novembre. Ouvert tous les jours de 14 h à minuit et de 14 h à 1 h du matin les week-ends et la veille de fêtes. Entrée gratuite dans le parc. Journée promotionnelle le 1^{er} jour d'ouverture : 1 ticket acheté = 1 ticket offert en partenariat avec l'Indépendant. Journées demi-tarif et tarif réduit : les 2^e et 3^e mercredis de novembre de 14 h à minuit. Chèques non acceptés. Restauration. Parking, toilettes, DAB.

La foire Saint-Martin, attendue avec une grande impatience par les adultes et les enfants, renouvelle tous les ans ses promesses d'émerveillements, de sensations fortes, de joie, de merveilleux souvenirs et de délicieuses senteurs. Devenue un rituel incontournable pour tout le département des Pyrénées-Orientales et au-delà de ses frontières depuis 159 ans, la foire Saint-Martin, qui s'étale sur 4,5 hectares et qui accueille 150 forains, fait partie des 5 plus grandes fêtes foraines de France.

■ SAINT-JEAN – FESTA MAJOR DE PERPINYA PERPIGNAN ☎ 04 68 66 30 30



23 juin. Gratuit. CB et chèques non acceptés.

C'est la grande fête à Perpignan, Saint-Jean est son patron et il est célébré magistralement. L'arrivée de la flamme est attendue le 23 juin à la tombée de la nuit par des milliers de personnes qui se rassemblent au pied du Castillet. C'est le plus beau spectacle pyrotechnique de l'année sur la ville, cette nuit là le ciel s'embrase de mille éclats pour le plus grand bonheur de tous. Cavaliers qui arrivent très cérémonieusement, musiques traditionnelles et classiques accompagnées d'un spectacle son et lumière toujours époustouflant. Traditionnellement la sardane est dansée autour des bûchers. Allez-y à pieds, ou garez-vous de bonne heure dans des rues autour du centre-ville qui est bloqué à la circulation ce soir là.

■ LA SANCH PERPIGNAN

Vendredi Saint.

En Roussillon, la semaine sainte donne lieu à des cérémonies particulières dont le point d'orgue est la procession de la Sanch à Perpignan, dans l'après Perdo senyora, senyormidi du Vendredi saint ; le soir, des cérémonies semblables ont lieu à Collioure, Arles-sur-Tech et Bouleternère. L'origine remonte à la venue en Roussillon d'un prédicateur dominicain, Vicens Ferrer, qui s'était fixé pour but de convaincre princes et puissants d'instaurer la paix en Europe après les troubles de la guerre de Cent ans. Ces premiers fidèles se réunirent en une confrérie – « arxiconfraria de la sanch » (simplification de « archiconfrérie du très précieux sang de notre seigneur Jésus-Christ ») –, créée en 1416. Ils sont vêtus de la « caperutxa », la longue robe rouge ou noire surmontée d'une haute cagoule pointue et portent les « mistèris », représentations sculptées des scènes de la Passion. Ce costume est un signe d'humilité, mais aussi

fait référence à la fonction première des pénitents : l'accompagnement des condamnés jusqu'au lieu du supplice. Placé parmi eux et habillé de la même façon, le condamné échappait ainsi à la fureur de la foule.

■ FÊTE DE L'OURS PRATS-DE-MOLLO-LA-PRESTE

Du 1^{er} au 5 mars 2014. Le programme et tous les renseignements utiles auprès de l'office de tourisme (tel) 04 68 39 70 83 – www.pratsdemollolapreste.com.

La présence des ours a toujours inquiété les hommes et donné naissance à de nombreuses légendes. Depuis toujours, les hommes ont imaginé des fêtes ou des rites pour exorciser leurs peurs. La légende veut qu'à Prats-de-Mollo, au Moyen Age, un ours enleva une bergère pour essayer de la séduire. Ses cris alertèrent des bûcherons qui accoururent pour la sauver et abattre la bête. Pour célébrer ce sauvetage, mais aussi pour marquer la fin de la période d'hibernation de l'animal et avertir du danger qu'il représentait pour les troupeaux, on célèbre chaque année la « Fête de l'Ours ». Deux hommes recouverts de peaux de moutons salies, le visage et les mains enduits d'un mélange d'huile et de suie, brandissant un gourdin, pénètrent dans le village, poursuivant les badauds et terrorisant particulièrement les femmes et les jeunes filles. Les chasseurs organisent alors une battue et la poursuite commence à travers les rues du village jusqu'à la capture finale et le simulacre d'exécution.

Bien ancré dans les traditions du Vallespir, vous pourrez fêter l'Ours également à Arles-sur-Tech le 2 février 2014 (sous réserve) et à Saint-Laurent-de-Cerdans le 9 mars 2014.

■ FOIRE DE L'HUILE D'OLIVE SORÈDE

Fin avril. Toutes les informations nécessaires sont disponibles auprès de l'Office de Tourisme de Sorède, tél : 04 68 89 31 17.

En 2014, Sorède organisera la 8^e édition de la foire de l'huile d'olive. Cet événement se déroule dans les jardins de la mairie de 10h à 18h. Les producteurs locaux et artisans de tout le département sont présents. Sur place, vous trouverez de nombreux stands : producteurs d'huile d'olive bien sûr, tapenades, olives, miels, confitures, vins, jus de fruits, mais également un bar à huile. Au programme également, des animations pour les enfants, un déjeuner champêtre, des projections de films, des conférences sur l'olivier, des démonstrations de la taille de l'olivier... Cette manifestation remporte un succès grandissant année après année en mettant à l'honneur les produits du terroir grâce aux producteurs et aux artisans de la région.

Foires – Salons

■ FOIRE EXPOSITION Palais des expositions – Parc des expositions Avenue de Bompas PERPIGNAN

☎ 04 68 68 26 26



Du 1^{er} au 5 mai 2014 (dates à reconfirmer. Ouvert de 10 à 20h et de 10 à 22 h les vendredis et samedis).
Entrée : 5 €. Gratuit jusqu'à 16 ans accompagnant un adulte. Restauration.

C'est la plus grande vitrine commerciale des Pyrénées-Orientales, elle accueille plus de 400 exposants et a accueilli 64 000 visiteurs en 2013. 8 grands salons sont représentés : salon Tourisme et Loisirs, salon Mode et Beauté, salon Mer et Vigne, salon Déco et Meubles, salon Habitat et Bricolage, salon Piscines, Spa et Abris, salon Autos, Bateaux et Camping-cars, et salon Jardin. De nombreuses animations sont organisées et on trouve aussi des jeux gonflables pour les enfants ainsi qu'un mini-parcours accro'branches pour les petits. Une sortie à faire en famille, qui prend aisément toute la journée, restauration et haltes gourmandes compris.

Manifestations culturelles – Festivals

■ LES DEFERLANTES

Parc de Valmy
ARGELÈS-SUR-MER
☎ 04 68 81 15 85

www.lesdeferlantesdargelessurmer.com

Devenu incontournable pour les amateurs de pop-rock, le festival Les Déferlantes fait vibrer Argelès depuis 2007. Durant 3 jours, début juillet, des artistes de la scène française et internationale se produisent dans le parc de Valmy. Une programmation toujours plus audacieuse avec des têtes d'affiche qui donnent rendez-vous au festivaliers pour des concerts d'anthologie. En 2013, Jamiroquai, The Hives, Iggy pop, C2C, BB Brunes, Ben Harper, Cali, Saez... ont mis le feu.

Toutes les informations sur www.lesdeferlantesdargelessurmer.com

■ ELNE PIANO FORTISSIMO

Cathédrale et Espace Gavroche
ELNE
☎ 04 68 22 70 90

www.erne-piano-fortissimo.fr

Durant 3 jours 3^{ème} week-end de juillet. Réservations sur place, au service municipal du tourisme : place Sant-Jordi à Elne, ou par téléphone au 04 68 22 05 07. Pendant le festival, la billetterie ouvre 45 minutes avant chaque concert. Les prix des concerts sont en fonction des artistes.

Créé en 2006 par le pianiste-concertiste et chef d'orchestre Michel Peus, Elne Piano Fortissimo est un festival international de musique classique qui se déroule chaque année autour du 3^e week-end de juillet.

Au fil des ans, le festival est devenu un moment incontournable de l'été en Roussillon et des interprètes d'exception viennent du monde entier pour se produire dans la magnifique cathédrale d'Elne, chef-d'œuvre de l'art roman catalan.

■ FESTIVAL DE MUSIQUE EN CATALOGNE ROMANE

3, Place Salvador Allende
ELNE ☎ 04 68 22 70 90

www.musiquecatalogneromane.fr

En septembre (du 6 au 15 en 2013). Prix des places : 20 € et 25 €. Renseignements, abonnements et réservations au cloître d'Elne – tél : 04 68 22 70 90.

Une programmation éclectique pour un festival dont l'une des devises est « de donner un espace réel aux musiques anciennes sur instruments originaux ». Des œuvres baroques, de la musique médiévale, des récitals de luth, de clavecin, de harpe, de hautbois et des percussions à découvrir ou à redécouvrir dans des hauts lieux romans catalans à l'acoustique idéale. Les concerts de ce festival itinérant se déroulent dans les églises du Boulou, de Saint-Génis, Saint-André, Villeneuve-de-la-Raho, et d'Argelès ainsi qu'à l'ermitage de Saint-Ferréol à Céret et à la chapelle de Monastir à Passa.

■ EMF – FESTIVAL ELECTRO BEACH

Plage du Lydia
LE BARCARÈS ☎ 04 68 86 16 56
www.electrobeach.eu
electrobeach@lebarcares.fr



2 jours mi-juillet de 15h à 2h. Billeterie en ligne et sur place. Environ 30 € la soirée, 40 € pour 2 soirées. Restauration.

Le festival ElectroBeach du Barcarès se positionne comme le plus gros festival en plein air de musiques électroniques français. Il se déroule à la mi-juillet, en plein air, à proximité du célèbre paquebot Le Lydia. L'événement a su combiner les codes d'un festival de musiques électroniques où les DJ's sont à l'honneur. Près de 40 000 personnes se retrouvent devant la grande scène, toujours plus imposante et parée de technologies innovantes, pour sur les musiques distillées par une pléiade d'artistes internationaux tels que Steve Aoki, Ferry Corsten, Basto, Example, Sébastien Benett ou encore la chanteuse britannique Tara McDonald. Toutes les infos, *line-up* et achat de billets sur www.electrobeach.eu

■ FESTIVAL IDA Y VUELTA

Casa musicale
1, rue Jean-Vielledent
PERPIGNAN ☎ 04 68 62 17 22
www.casamusicalenet.net
nasty@casamusicalenet.net



4 jours première quinzaine de juin. Festival de rues. Entrées et concerts gratuits.

Né en 1998, sous l'impulsion de la Case Musicale et de la Région, le mot d'ordre de ce festival : « un énergique désordre musical sans lequel rien ne serait vraiment à sa place » ! Des scènes publiques, principalement au pied du Castillet et sur la place de la République. Une joyeuse mixité d'artistes émergents avec une part belle faite aux artistes régionaux. De la dynamite !

■ FESTIVAL TILT

Théâtre de l'Archipel – Elmediator
avenue du Général Leclerc
PERPIGNAN

www.tilt-festival.org

Festival Electro du 20 au 23 mars 2014. Réservation par téléphone : 04 68 62 62 00 (avec un n° de CB) – du mardi au samedi inclus de 12h à 18h30. En billetterie : du mardi au samedi de 12h à 18h30, au théâtre de l'Archipel et à Elmediator du mardi au vendredi inclus + les samedis de concert.

Un festival axé résolument sur la *dance floor* pour faire bouger les corps et les esprits ! Rendez-vous avec le meilleur de la scène électro-techno du moment, décliné en deux grosses soirées jusqu'à 4h du matin et une session « électro-kids » le dimanche après-midi.

■ LES JEUDIS DE PERPIGNAN

PERPIGNAN ☎ 04 68 6 30 30

Tous les jeudis de mi-juillet à mi-août de 18h à 23h30. Gratuit.

Des rendez-vous devenus incontournables à Perpignan. L'été, de la mi-juillet à la mi-août, le cœur de Perpignan s'enflamme. Tous les arts de la rue sont mis à l'honneur. Au gré de vos déambulations, vous aurez des concerts des musiques du monde entier ainsi que des animations originales et atypiques (jongleurs, clowns, acrobates, pièces de théâtre, spectacles de danse...). C'est également un excellent moyen de découvrir des lieux rarement ouverts au public tels que des cours d'hôtels particuliers appartenant à la ville ou des cours de récréation d'écoles, etc... La gaité et la bonne humeur sont toujours présentes dans les rues et aux terrasses des bars et restaurants. Dans cette diversité, enfants, jeunes et moins jeunes y trouvent inévitablement leur plaisir.

■ VISA POUR L'IMAGE

Hôtel Pams

18, rue Emile-Zola

PERPIGNAN ☎ 04 68 62 38 00

www.visapourlimage.com

contact@visapourlimage.com

Festival International du Photojournalisme. Première quinzaine de septembre. Entrée gratuite, tous les jours, de 10h à 20h, du 31 août au 15 septembre.

Créé en 1989, le festival Visa pour l'Image réunit tous les ans à Perpignan dans 16 sites du centre-ville des photojournalistes du monde entier (3 000 professionnels accrédités de 58 nationalités différentes) avec une trentaine d'expositions, des colloques et rencontres en présence des agences et des grandes marques de la technologie photographique. Ces expositions, reportages ou anthologies d'un photographe, abordent de nombreux sujets : guerre, nature, environnement, populations,

religions, faits de société et grands fleaux de notre époque. Rendez-vous des amoureux de la photographie, le festival reçoit près de 230 000 visiteurs chaque année. Du 16 au 20 septembre, les expositions restent ouvertes spécialement pour les groupes scolaires (sur rendez-vous) en présence de professionnels du photojournalisme.

■ FESTIVAL PABLO CASALS

33, rue de l'Hospice

PRADES ☎ 04 68 96 33 07

www.prades-festival-casals.com

contact@prades-festival-casals.com

En juillet et août. 4 formules de Pass sont disponibles pour bénéficier de 17 % à 40 % de réduction sur les concerts du soir.

Fondé en 1950 par le célèbre violoncelliste catalan Pablo Casals, le festival de Prades accueille chaque année de grands solistes qui interprètent le répertoire de musique de chambre classique et contemporain. Les concerts se déroulent à l'abbaye de Saint-Michel-de-Cuxa, à l'église Saint-Pierre-de-Prades et dans les villages environnants. Un bus électrique EDF part de Prades (Mairie centre-ville) et vous amène gratuitement aux concerts de l'après-midi dans les églises et prieurés du Conflent. Elle vous ramène sur Prades après le concert de 17h ou 18h et vous accompagne en l'abbaye Saint-Michel-de-Cuxa pour le concert du soir.

Spectacles historiques – Son et lumière

■ LE FORT LAGARDE

PRATS-DE-MOLLO-LA-PRESTE

☎ 04 68 39 70 83

www.pratsdemollopreste.com



De mi-juillet à troisième semaine de mois d'août. Billes spectacles en vente à l'accueil du monument et à l'office du tourisme. Entrée : 9,50 € (à partir de 12 ans). Enfants de – 6 ans : gratuits. Enfant : 6,50 €. 8 € pour groupes, handicapés, étudiants et avec Pass-découverte. Chèque Vacances. Label Tourisme & Handicap. Navettes gratuites au départ de l'office du tourisme (sauf le samedi) à : 14h30, 14h45, 15h, 15h15.

Tous les étés, à partir de la mi-juillet, le fort Lagarde s'anime et se dévoile tel qu'il devait être à la fin du XVIII^e siècle. Sous la direction du comédien-cascadeur Joël Cunin, des comédiens en costume d'époque et des cavaliers émérites évoquent l'entraînement militaire de cette période historique : tir au canon, tir au fusil, démonstrations équestres, numéros d'escrime et de haute voltige. 1h30 d'émerveillement pour petits et grands. Des visites contées nocturnes sont également organisées.

Aude



SVM CARCAS

Aude

Bages

Ce traditionnel village de pêcheurs, perché sur un promontoire rocheux, encerclé de vignes et de garrigue surplombe magnifiquement l'étang depuis le XI^e siècle. Voilà l'occasion rêvée de s'éloigner du tumulte des stations balnéaires. Déambulez dans ses rues étroites, passez la porte du cadran solaire marquant l'entrée du village médiéval, où l'on découvre de jolies maisons aux petites ouvertures, imbriquées les unes aux autres qui faisaient alors offices de rempart. Ce cadran aurait été offert par Louis XIII pour remercier les villageois d'avoir soigné les soldats blessés de retour de la guerre d'Espagne. Admirer au détour des rues son panorama à vous couper le souffle, ses barques colorées à fond plat, ses filets de pêches à petites mailles (trabacs) qui séchent sur le vieux port réaménagé à l'entrée du village. Mais surtout savourez sa spécialité locale : la bourride d'anguilles. Ce site remarquable ne cesse d'attirer un bon nombre d'artistes, depuis la fin des années 80 : sculpteurs, peintres, photographes, plasticiens... désormais aussi nombreux que les pêcheurs.

D'où la présence de galeries d'art. Poussez, jusqu'au hameau de Prat-de-Cest, dont quelques bâtiments du XI^e siècle sont encore visibles. Baladez-vous sur les sentiers balisés, aventurez-vous sur les chemins des Pesquis au nord-ouest du village, où les gens du pays cueillent la saison venue, les meilleures asperges sauvages du coin... Prenez cette jolie petite route navigant au milieu des étangs en direction de Peyriac-de-Mer, où viennent se nicher aigrettes, flamants roses, colverts, foulques... Respirez cette tiédeur locale aux mélanges d'étangs, de garrigue, de cigales et aux accents du Sud... vous ne penserez alors qu'à une seule chose : revenir !

■ SYNDICAT D'INITIATIVE

8, rue des Remparts

☎ 04 68 42 81 76

www.bages.fr

s.i.bages@wanadoo.fr

Basse saison : ouvert du mercredi au dimanche et les jours fériés de 14h à 19h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 15h à 20h.

Le syndicat d'initiative se situe au cœur du vieux village dans une petite ruelle pentue. Cette ancienne maison presbytérale se partage entre le syndicat d'initiative et la Maison des Arts, (galerie d'art municipale). Ce lieu est des plus agréables, avec son point de vue sur l'étang, sur le petit port de la Nautique et sur la ville de Narbonne. Vous y trouverez gratuitement un guide

pratique sur les commerces et services du village, un dépliant sur les hébergements proposés, le plan du village, un calendrier de toutes les manifestations du village, mais également des documents sur les sites du pays de la Narbonnaise.

Points d'intérêt

■ L'ÉTANG D'ART

8, rue de l'Ancien-Puits

☎ 04 68 42 81 11

www.letangdart.com

letangdart@wanadoo.fr

Basse saison : ouvert du lundi au samedi de 14h à 19h ; le dimanche de 14h30 à 19h30. Haute saison : du lundi au samedi de 10h30 à 12h30 et de 15h à 20h ; le dimanche de 15h à 20h.

Au cœur du vieux village de Bages, la galerie L'Etang d'art s'inscrit dans une continuité depuis un peu plus de 20 ans. Sophie Cassard a réussi son pari ! Cette galerie se distingue tant par la diversité de ses œuvres, que par son style authentique d'aborder le sujet de l'art, comme en témoigne ce concept audacieux de l'arthothèque. Son principe consiste à considérer l'œuvre d'art comme un objet que l'on peut emprunter, une bien jolie manière d'inviter l'art chez soi ! Puis il y a ces manifestations, que l'on ne manquerait pour rien au monde : le Miniprint international de Cadaqués, 650 œuvres d'artistes internationaux et le rendez-vous de septembre, entre ciel et garrigue, au bord de l'étang, intitulé « Marché de l'Art de Bages ». A la recherche d'une ambiance culturelle innovante, loin des schémas classiques des galeries, ce lieu est le vôtre !

■ L'ÉTANG DE BAGES

Dans les temps anciens, les étangs du Narbonnais formaient un vaste et unique golfe marin : le Lacus Rubrecus signifiant « le lac Rouge ». Cette couleur étant constituée par les limons charriés par le fleuve. Au fil du temps, les dépôts d'alluvions ont créé le massif de la Clape changeant le paysage environnant. Cet immense plan d'eau, d'une superficie de 5 500 hectares s'étend de la Nouvelle aux abords de Narbonne et communique avec la mer par le grau de Port-la-Nouvelle. Aujourd'hui, les principales îles de cet étang sont : l'île de la Planasse tout en longueur, l'île de l'Aute au paysage unique et l'île Sainte-Lucie, seule accessible à la randonnée. Ces trois îles sont gérées par le Conservatoire du littoral, et constituent un véritable havre de paix pour une faune et une flore variées. De nombreuses espèces d'oiseaux viennent

y vivre ou s'y réfugier, comme les flamants roses, les hérons cendrés, les échassiers... que vous aurez loisir d'observer à bonne distance grâce aux nombreux sentiers balisés.

Le couvert

■ LE PORTANEL

La Placette

☎ 04 68 42 81 66

☎ 06 88 95 70 32 (service traiteur)

www.leportanel.net

leportanel@orange.fr

Ouvert toute l'année. Du mardi au samedi le midi et le soir ; le dimanche midi. Réservation recommandée. Menus de 28 € à 50 €. Carte : 50 € environ. Menu enfant : 10 €. Formule du midi : 19 €. Vin au verre. Accueil des groupes. Chaises bébé. Vente à emporter. Service traiteur toutes occasions.

Ce restaurant est une référence, il se situe dans une petite ruelle du vieux village. Dans une ambiance détendue, une salle lumineuse et bien agencée se présente à vous, avec des tables nappées de blanc et de bleu, bénéficiant d'une vue imprenable sur l'étang de Bages. Jean-Christophe Rousseau, maître restaurateur, réalise une cuisine audacieuse, rendant hommage à la star des lieux l'anguille pêchée dans l'étang : anguille à la Narbonnaise, terrine d'anguille à la sauge et lentille verte, anguille de l'étang sautée persillée, civet d'anguilles au Fitou et surtout sa bourride traditionnelle. Ici, on ne cuisine qu'avec des produits frais, c'est tout naturellement que la carte suit l'arrivage journalier du poisson et le cours des saisons. Le menu clin d'oeil à 19 € (verre de vin de la région compris) est l'occasion rêvée d'aller à la découverte d'une cuisine ensoleillée et raffinée.

Le gîte

■ LES PALOMBIERES D'ESTARAC

Prat de Cest

☎ +33 4 68 42 45 56

www.palombieres-estarc.com

estarc@wanadoo.fr



Gîte de France (4 épis). Gîtes de France 4 épis. 4 chambres. Chambre simple 67 € ; chambre double 77 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 20 €. Les animaux ne sont pas admis. Wifi gratuit. Restauration (table d'hôte 33€).

Les Palombières d'Estarac se situe au cœur du Parc naturel de La Narbonnaise. Vous serez séduit dès votre arrivée par la magie des lieux : garrigues, forêts de pins, chênes verts, marais... sur 3 hectares aux senteurs méridionales. Dans cet environnement paisible aux pins centenaires, où se côtoient oliviers, platanes, saules, eucalyptus, lavande, lauriers roses, arbres fruitiers se trouve une demeure de caractère restaurée avec goût. Trois chambres avec balcon et une suite au

ton pastel vous offrent un confort certain : de l'Océane d'inspiration marine, en passant par la Soleillad couleur or, à l'Olivine au Boutis en patchwork vert et bleu, et pour finir la Topaze aux tons brun-orangé. Un véritable havre de paix, pour des vacances calmes et reposantes.

Bize-Minervois

Bize se situe au pied du Pech et en bordure de la rivière Cesse, ses habitations blotties en rangs serrés forment une muraille de défense donnant ainsi toute sa typicité à ce petit village. Bize tiendrait son nom d'un centurion romain Bizani. Quand vous passerez la porte Saint-Michel, nous vous invitons à admirer les armes de Bize gravées dans la pierre, point de passage pour accéder au cœur du village, elle débouche sur une jolie place aux Herbes qui n'a pas changé depuis le Moyen Age. La Cesse prend sa source à Ferrals-les-Montagnes, ses berges aménagées pénètrent Bize par le Goulidou, offrant des lieux de baignades dans une eau claire, fraîche et peu profonde. Ses paysages fabuleux révèlent une grande variété de flore méditerranéenne, offrant ainsi balades, promenades sur des parcours balisés. La vigne y occupe toujours la majeure partie des terres cultivées, elle y côtoie pinèdes, garrigues et oliviers. Comme en témoigne l'unique coopérative oléicole du département L'Oulibo, où vous aurez loisir à déguster la reine des olives : la lacque, fleuron de la production locale.

Le couvert



LE CAFÉ DU MIDI

1, place aux Herbes

☎ 04 68 70 39 18

www.cafe-du-midi.com

marsault.chef@gmail.com

Ouvert toute l'année. Basse saison : du jeudi au lundi le midi et le soir ; le mardi midi. Haute saison : du mercredi au lundi le midi et le soir. Menus de 19 € à 29 €. Menu enfant : 8,50 €. Vin au verre. La cagette de midi est servie uniquement le midi en semaine sauf jours fériés. Passer la porte Saint-Michel, pour vous trouver au cœur de l'authentique place aux Herbes et face au café du Midi. Cet endroit plein de charme respire la sérénité. La cuisine de Nicolas, faite de produits frais de saison, allie tradition et modernisme. Un concept fort sympathique que la « Cagette du Midi », qui se compose d'un plat principal, entouré d'un assortiment d'entrées et de desserts. Des plats plus élaborés sont proposés en menu ou à la carte : panacotta aux poivrons, bonbon de chèvre, pavé de thon rosé et millefeuille de légumes, gratiné d'oignons revisité, crème brûlée au foie gras, filet de dorade royale flambé à l'anis et risotto aux champignons... et son délicieux Paris-Bize en dessert. Pendant les mois d'hiver, une cuisine au chaudron à la cheminée sera proposée. Un vrai coup de cœur culinaire !





Pyrénées
Orientales

LEGENDE

- Abbaye, église
- Château
- Monument historique
- Patrimoine Mondial de l'Humanité
- Réseau SNCF
- Chef lieu de canton
- Commune/Site touristique
- Station balnéaire
- Autoroute
- Route nationale
- Route départementale (1^{re} et 2^e catégorie)
- Route départementale (3^e catégorie)
- Sentier cathare

■ RESTAURANT LA GRANGE

La Bouillette

☎ 04 68 48 18 90

faydits@wanadoo.fr



Fermé du 10 novembre au 1^{er} mars. Ouvert du mardi au samedi le soir ; le dimanche midi et soir. Réservation recommandée. Menus de 19 € à 36 €. Carte : 28 € environ. Menu enfant : 8 €. Vin au verre. Accueil des groupes (jusqu'à 80 personnes, sur réservation). Chaises bébé. Jardin. Terrasse. Animation.

Ce restaurant aux accents occitans, est une ancienne grange réaménagée qui se situe bien avant l'entrée du village. Dès votre arrivée, vous serez plongés dans l'univers des vigneron locaux et des événements historiques de 1907 qui ont marqué la région. Lieu spacieux et lumineux avec sa grande baie vitrée qui ouvre sur une jolie terrasse et sur son jardin de totems, de roseaux, de palmiers et d'oliviers. Son nouveau bar Chiringuto aux allures jamaïcaines est le lieu idéal pour un apéro ou un verre de fin soirée. Sa cuisine à la fois traditionnelle et originale suit le cours des saisons. Du velouté de fèves doux et crémeux au poulet aux cèpes en passant par la souris d'agneau sur haricots du lauragais aux desserts maison... Tout ici n'est que délice. Ambiance chaleureuse, concerts de qualité, bar à vin intérieur et extérieur, cuisine de terroir, que des bons moments en perspective !

Le gîte

■ CAMPING DE LA CESSE

Esplanade Champ-de-Foire

☎ 04 68 46 14 40

☎ 06 24 17 59 11

marieange.lurqui@gmail.com



Fermé d'octobre à avril. 35 emplacements. Exposition : ombragé. Sol : herbeux. Emplacement + véhicule + 1 personne (avec 5 A) à partir de 7 €. Chèque Vacances. Jeux pour enfants.

Situé au centre du village, ce camping familial profite d'un emplacement idéal à proximité de tous les petits commerces. Berceau de la vigne et de l'olivier, ce joli petit village de Bize-Minervo, au bord de la Cesse et au pied du Pech est l'endroit idéal pour des vacances nature : randonnée pédestre, VTT, pêche, tennis, équitation, botanique, baignade aménagée. Vous êtes au cœur de la Minervoise, alors n'hésitez pas à déambuler dans les ruelles, à découvrir les villages voisins, à parcourir le territoire riche en patrimoine et en histoire... vous serez agréablement surpris !

Emplettes

■ CAVE LA LANGUEDOCIENNE & SES VIGNERONS

lieu dit la Selette ☎ 04 68 46 11 14

www.lesvigneronsdargeliers.com

lang-vin@wanadoo.fr

Ouvert le lundi de 15h à 18h ; du mardi au jeudi de 10h à 12h et de 15h à 18h ; le vendredi de 10h à 12h et de 14h à 18h ; le samedi de 9h à 12h. AOP de 3 € à 9 €. Une vente aux enchères publiques de fûts de crus d'excellence « L'Enquant » aura lieu le 14 août, dans une ambiance de festive avec bodegas et spectacle de rue. Située jusqu'alors au centre du village, la cave des vigneron d'Argeliers a été créée en 1931, elle compte aujourd'hui plus de 200 viticulteurs et son domaine s'étend sur près de 1 500 hectares de vignes. 2013 va marquer un tournant dans l'histoire de la cave, ou plutôt du caveau, car celui-ci déménage (juin 2013) dans une superbe bâtisse située au bord de la route minervoise (lieu dit la Selette), un projet œnotouristique y sera associé avec visite des vignes, de la cave, dégustation... Vous y trouverez une gamme de vins typiques du terroir, élaborés dans le respect des traditions viticoles. Nos coups de cœur : en rouge les cuvées Lou Cigal et Les 87, et en blanc, la cuvée Romarin. Pour la petite histoire, il y a un peu plus d'un siècle, les viticulteurs se révoltèrent face à la grave crise viticole que subissait alors le pays. Avec à leur tête Marcelin Albert, cafetier d'Argeliers, qui deviendra rapidement le leader du mouvement entraînant avec lui une foule toujours plus grande au fil des manifestations contre les fraudes et la surproduction. Cet événement sera à l'origine de la mise en place d'un label de qualité bien des années plus tard. D'ailleurs chaque année, au mois d'août, une vente aux enchères publiques de vins d'excellence sous le nom de l'Encant est organisée. Une bien jolie manière de rendre hommage aux défenseurs de la viticulture et de redonner aux vins de ce bas Languedoc sa place d'honneur... Tout en contribuant à la sauvegarde de son patrimoine viticole.

■ L'OULIBO

Hameau de Cabezac

☎ 04 68 41 88 88

www.loulibo.com

contact@loulibo.com

Basse saison : ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 18h ; le week-end de 10h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 8h à 20h. Visites guidées 1h15 : 6 €, enfant : 3 €, forfait famille : 15 €. Elle est l'unique coopérative oléicole du département. En relançant la culture de l'olivier, elle est devenue la locomotive touristique et économique du village. Elle fournit des grands noms comme le célèbre chef Ducasse ou l'hôtel Plaza Athénée. L'Oulibo est spécialisée dans la préparation des olives et dans la production d'huiles de qualité. Depuis 1940, cette coopérative écrase ses olives avec des meules en granit. L'Oulibo c'est aussi 1700 adhérents-coopérateurs, 80 tonnes de picholines, 100 tonnes d'huile et 350 tonnes de lucques ! Cette année la lucque nouvelle est arrivée le même jour que le vin primeur. Son vert lumineux, sa chair croquante, son côté noisette beurrée en font le Diamant vert de la région ! C'est de cette belle audoise que l'Oulibo tire son huile de tradition, ses tapenades et autres délices du terroir.

■ Dans les environs

Mirepeisset

Le nom de Mirepeisset a une bien curieuse étymologie, il signifie « regarde le poisson », en occitan. Selon une légende locale un vigneron du pays était soupçonné de mélanger son vin à l'eau de la Cesse, mais personne n'en avait la preuve. Or, un beau jour, un de ses tonneaux, mal arrimé tomba de sa charrette et se brisa sous les regards des villageois, le vin se répandit et on vit apparaître un petit poisson...

Belle preuve de la présence de l'eau. Alors un des villageois s'écria : « Mira Peixet ! » (Regarde le poisson !). Ce village à proximité du canal du Midi, en bordure de la Cesse, à l'ombre des grands arbres de la Garenne est une halte à la fois pittoresque et estivale. Son cadre naturel est idéal pour les balades, la pêche et les activités nautiques. Ne pas oublier de parcourir les multiples témoignages de son histoire : église romane, remparts, aqueduc à trois arches réalisé par Vauban en 1690, constructions en structure étagée de l'époque romaine, lavoirs...

Sallèles-d'Aude

■ SYNDICAT D'INITIATIVE

Rue des Hortes

☎ 04 68 46 68 46 / 04 68 58 73 13

www.sallelesdaude.fr

ot.sallelesdaude@wanadoo.fr

Ouvert seulement période estivale. De juillet à septembre : du lundi au vendredi 10h-12h30, 15h30-18h30. Samedi : 10h-12h30, 15h-17h.

■ AMPHORALIS

Allée des Potiers

Musée des Potiers gallo-romains

☎ 04 68 46 89 48

amphoralis@legrandnarbonne.com



Fermeture tous les lundis, le 1^{er} novembre, 11 novembre et 1^{er} mai. Fermeture du 23/12/2013 au 06/01/2014. Basse saison : ouvert du mardi au vendredi de 13h à 17h ; le week-end de 10h à 12h et de 14h à 17h. Haute saison : du mardi au dimanche et les jours fériés de 10h à 12h et de 15h à 19h. Nombreuses animations toute l'année (consulter le site Internet ou le profil Facebook). Gratuit jusqu'à 6 ans. Adulte : 6 €. Enfant (de 6 à 14 ans) : 4 € (ainsi qu'étudiants). Groupe (10 personnes) : 5 €. Carte d'abonnement : 11 €. Allée de gravillon mais sans difficulté majeure. Grand parking. Visite guidée (1h30). Boutique.

Ce musée se situe en bordure du canal et à proximité d'une ancienne voie ferrée. Après 17 ans de fouilles révélant des fours de potiers et une production massives d'amphores, de tuiles, de briques, de tuyaux, de vaiselles, de lampes à l'huile... il a été décidé de l'ouvrir au grand public en 1992. Ce complexe artisanal est une rétrospective du mode de vie de générations de

potiers pendant plus de trois siècles (I^{er} au III^e siècle de notre ère). L'archéologie expérimentale y prend de plus en plus une place importante. L'équipe du musée a reconstitué de manière artisanale le village des potiers : des fours et un habitat auquel s'ajoute désormais le jardin des potiers. De nombreuses animations et manifestations sont proposées toute l'année : visites guidées, ateliers-terre, stages céramique pendant les vacances, conférences, projections, dégustations, heure du conte. L'été, plusieurs rendez vous incontournables : les journées de l'archéologie début juin, la nuit des étoiles, le repas gallo-romain, le marché des potiers dans le village mi-août ou plus d'une quarantaine de potiers se réunissent sur la place ombragée de la République et les journées du Patrimoine mi-septembre.

■ MUSÉE DU VIEUX SALLELES

5, avenue Marcellin Albert

☎ 04 68 46 95 53

www.museeduvieuxsalleles.com

Ouvert uniquement sur rendez-vous pour les groupes. Groupe (10 personnes) : 2 € (uniquement sur rendez-vous).

Le musée du vieux Salleles est l'un des plus riches musées ruraux. Il joue un rôle de mémoire important pour la région. Vous découvrirez le mode de vie de nos aïeux de la fin du XIX^e siècle à la Libération. Trois collections remarquables : l'artisanat ancien, la vigne et la vinification et la vie au quotidien. Cette collection de plus de 1 200 outils, machines et objets divers est parfaitement restaurée. Elle est exposée dans un ancien « ramonetage », à la fois écurie, et logement. Vous y découvrirez également des médailles du célèbre enfant du pays : le sculpteur René Iché, connu pour son œuvre *La Déchirée*, symbole de la Résistance.

■ LES VOLETS BLEUS

43, quai d'Alsace

☎ 04 68 46 83 03

www.salleles.net

lvb.france@gmail.com



5 chambres. Chambre double de 60 € à 80 €. Petit déjeuner inclus. Lit supplémentaire : 20 €. Parking fermé inclus. Chèque Vacances. Jeux pour enfants. Animaux acceptés (5 € / jour). Wifi gratuit. Repas sur réservation : 27,50 €.

Au bord du Canal du Midi, la famille Evans vous accueille dans le charme particulier des demeures de caractère, avec un zeste de culture et d'humour anglais. Les chambres à la décoration soignée sont bien équipées, le petit déjeuner vous sera servi dans la salle à manger avec cheminée, confort supplémentaire en hiver, ou en terrasse idéale dès les beaux jours d'été. Le parking est spacieux et sécurisé.

Un séjour qui s'annonce agréable, dans un site idéal pour des balades à vélo ou pour simplement se reposer au calme. Possibilité de manger en table d'hôtes sur réservation.

Le Somail

■ OFFICE DE TOURISME

168, allée de la Glacière

☎ 04 68 41 55 70

www.legrandnarbonne.com

ot-somail@legrandnarbonne.com

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h ; le week-end et les jours fériés de 14h à 18h. Basse saison : du lundi au vendredi de 14h à 17h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 14h à 19h.

L'office de tourisme se situe le long du canal dans une jolie maison de maître, datant des années trente. D'avril à septembre, vous aurez tout le loisir d'admirer dans ce même lieu des expositions de qualité.

Ses animations récurrentes commencent à être connues et appréciées dans la région : week-end de Pâques, « De l'Art et des Mots au bord de l'Eau » ; premier week-end de juillet, fête locale ; troisième semaine de juillet, le festival Convivencia et son marché nocturne ; le premier dimanche d'août, la foire artisanale ; le troisième dimanche d'août, « Peintres dans la Rue » ; autour du 15 août, les concerts de guitare classique sous l'égide d'Olivier Saltiel... Sans oublier les dégustations de vin des jeudis d'été.



LE TROUVE-TOUT DU LIVRE

28, allée de la Glacière

☎ 04 68 46 21 64

www.le-trouve-tout-du-livre.fr

trouve.tout.livre@wanadoo.fr



Fermé du 15 au 30 novembre. Du 1^{er} décembre au 31 mars : fermé le matin. Basse saison : ouvert du mercredi au lundi de 10h à 12h et de 14h30 à 18h30. Haute saison : tous les jours de 10h à 12h et de 14h30 à 18h30. Fermé le mardi sauf juillet et août. Gratuit.

C'est l'histoire d'un rêve, d'une passion, celui de Raymond Gourgues qui devient réalité en 1980 dans ce joli hameau du Somail, en bordure du Canal

du Midi. Aujourd'hui, c'est sa fille et sa petite fille qui sont les gardiennes de ce trésor. Cette librairie est un coup de cœur : 1 000 m² sur deux niveaux, une grande mezzanine, des étagères de 6 mètres de haut, des vitrines, une atmosphère, une odeur, une culture... C'est le paradis des amoureux du livre avec ces 50 000 ouvrages : revues anciennes, éditions originales, livres rares, livres numérotés, livres de poètes, livres pour enfants... C'est un émerveillement de chaque instant !

■ AUBERGE DU SOMAIL

1, chemin de halage

☎ 04 68 70 71 02

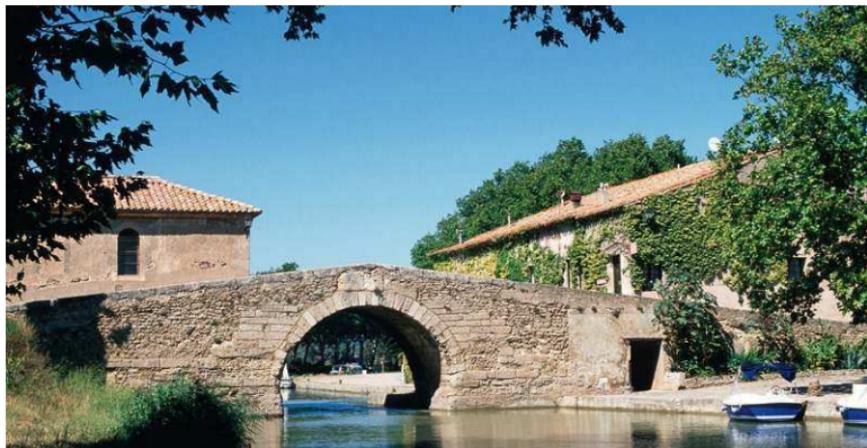
www.aubergedusomail.com

aubergedusomail@gmail.com

Ouvert tous les jours midi et soir de mai à octobre. Basse saison ouvert du jeudi au dimanche. Menus de 22 € à 35 €. Menu enfant : 8,50 € (jusqu'à 12 ans). Formule du midi : 15 €. Vin au verre. Assiette de pays : 15 €. Terrasse. Wifi gratuit.

C'est par l'une de ces belles journées du mois d'août que nous avons visité l'auberge. 13h00, il y a déjà foule sur la terrasse ombragée, mais il reste une table de choix face au canal à l'ombre du grand chêne, nous nous y installons, alors que quelques péniches passent, huées par une famille de colverts moqueurs... Le plat du jour est du bœuf bourguignon mais nous optons pour le menu à 22 €. En entrée, gaspacho de légumes frais avec son sorbet artisanal à la roquette suivi de seiches à la plancha accompagnées d'un risotto à l'encre et tomate à la provençale. Les produits cuisinés sont frais et issus de la production locale.

Autres plats séduisants : cuisses de grenouilles, carpaccio de lotte, les gambas au pesto ou la pareilade de l'auberge. Quant aux amateurs de viandes ils auront l'embarras du choix : belle pièce de bœuf, filet mignon de porc ou magret de canard entier. On apprécie également la décoration soignée de la salle avec son mobilier bistrot. Une adresse sympathique et gourmande pour découvrir à son rythme les charmes inextinguibles du Somail.



Pont sur le canal du Midi – Le Somail.

La Narbonnaise

Surprenante Méditerranée



AMPHORALIS, MUSÉE DES POTIERS GALLO-ROMAINS

SUR LA PISTE DES ROMAINS BIENVENUE DANS LA CAPITALE ANTIQUE

A Narbonne, découvrez les trésors de cette ancienne capitale romaine et second port de Méditerranée après Rome. A Amphoralis, retrouvez le secret de la fabrication des amphores. En balade à pied, admirez l'ancien Golfe Antique, aujourd'hui étang de Bages Sigean, à la biodiversité exceptionnelle... Il y a tant d'histoires à découvrir dans cette Surprenante Méditerranée !

Weekend Bienvenue au temps de Rome. 2 jours / 1 nuit en chambre d'hôte 3 épis.

Réservations 04 68 11 40 76 - www.sudfrance.fr - n° IMO11100002

 La Narbonnaise Surprenante Méditerranée

Office de tourisme du Somail le Grand Narbonne - 04 68 41 55 70
ot-somail@legrandnarbonne.com - tourisme.legrandnarbonne.com

A partir de
99€
/ pers.



Réservez ici





Les bords de l'Aude

Saint-Marcel-sur-Aude

■ LA DISTILLERIE

3, Chemin des coopératives

☎ 04 68 33 38 56

www.ladistillerierestaurant.com

la.distillerie.restaurant.11@gmail.com



Sud de France. Ouvert du mardi au vendredi le midi et le soir ; le samedi soir ; le dimanche midi. Réservation recommandée. Menus de 18 € à 65 €. Menu enfant : 11 €. Vin au verre. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Label Tourisme & Handicap. Pays Cathare. Terrasse. Animations.

Cette ancienne distillerie a été entièrement rénovée et transformée en restaurant. Bel espace, où le mariage du fer, du bois, du verre, un zeste contemporain est une vraie réussite ! Quatre menus sont proposés : retour du marché, tradition, création du chef. Cette cuisine authentique suit le cours des saisons comme le pigeon et l'agneau en été, la Saint-Jacques en novembre sans oublier les escargots produit local d'Argeliers cuits dans le lait.

Mention spéciale pour les desserts maison, plus particulièrement pour sa crème catalane et son île flottante... Un effort a été fait sur le choix des vins qui s'est largement ouvert à la région. Coup de cœur du moment : La Prade Mari, vin en conversion bio d'une rare qualité ! L'ambiance y est agréable, le service est correct, le lieu est magique... Vous aurez la possibilité d'acheter l'épicerie du chef : tapenades, huiles aromatiques, caviar box....

Carcassonne

■ COMITÉ DÉPARTEMENTAL DU TOURISME DE L'AUDE

Allée Raymond-Courrière

☎ 04 68 11 66 00

www.audetourisme.com

documentation@audetourisme.com

Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 16h.

Le site Internet du Comité départemental du tourisme est une vraie mine d'informations, vous y trouverez tout, absolument tout, pour découvrir l'Aude Pays Cathare : Les activités de pleine nature, les saveurs et les spécialités, la marque « Le Pays Cathare », les infos « Tourisme et Handicap », toutes les brochures éditées par le comité départemental téléchargeables – que visiter, où dormir et où manger – et enfin un agenda des fêtes et des manifestations. La page Facebook du CDT Aude est également actualisée régulièrement.

■ OFFICE DE TOURISME DE CARCASSONNE

28, rue de Verdun

☎ 04 68 10 24 30

www.carcassonne-tourisme.com

accueil@carcassonne-tourisme.com

Haute saison : ouvert tous les jours et les jours fériés de 9h à 19h. Novembre à mars : 9h30-12h30, 13h30-17h30 du lundi au samedi. Septembre, octobre : 9h-18h du lundi au samedi. Avril, mai, juin et septembre : ouvert également le dimanche et jours fériés de 10h-13h. Audioguide 3 €. Label Tourisme & Handicap.

L'office de tourisme propose des visites guidées de la cité. C'est le lieu par excellence pour une escapade à tous échelons : cité, ville, département et même région. Il faut dire qu'il y a de quoi faire, Carcassonne se situe au cœur du triangle Toulouse-Montpellier-Barcelone. Découvrez l'histoire des « Cathares », revisitez l'influence de la monarchie absolue de Louis XIV sur la population occitane, imprégnez-vous de la gastronomie, d'une culture occitane et catalane. Sur les pas des « Albigeois », arpentez aussi les vignobles du Languedoc. Le site Internet de l'O.T. de Carcassonne mis à jour régulièrement propose une grande quantité d'informations pour organiser au mieux votre séjour. Un audio-guide vous fera découvrir les richesses du cœur de ville. Une borne extérieure vous informe durant les heures de fermeture de l'office.

Autres adresses

► **Annexe de la Cité Médiévale.** Porte Narbonnaise (tél.) 04 68 10 24 36. Informations pratiques : juillet et août : 9h-19h tous les jours. Avril, mai, juin et septembre : 9h-18h tous les jours. Octobre, novembre, décembre, janvier, février, mars : 9h-17h du mardi au samedi. Fermé le 25 décembre et le 1^{er} janvier.

► **Annexe du Port.** Port de plaisance du Canal du Midi (tél.) 04 68 25 94 81. Informations pratiques : ouvert de mars à octobre. Juillet et août : 9h15-13h15, 14h15-19h tous les jours. Septembre : 9h-13h, 14h-18h tous les jours. Octobre : 10h-13h tous les jours.

■ CARCASSONNE CROISIÈRE NOUVEAU – BATEAUX LOU GABARET ET HELIOS

Port de plaisance de Carcassonne

☎ 06 80 47 54 33

www.carcassonne-croisiere.com

lougabaret.canaldumidi@wanadoo.fr



Fermé de novembre à mars. Haute saison : ouvert tous les jours. Adulte : 8,50 € (à 11,50 €). Enfant : 6,50 € (à 7,50 €). Stationnement gratuit, animaux acceptés à bord. Chèque Vacances. Label Tourisme & Handicap. Visite guidée (commentaires en français, anglais et espagnol).

Carcassonne Croisières (labellisé *Qualité Sud de France* et *Qualité Tourisme*), ce sont deux bateaux panoramiques : le Lou Gabaret et l'Hélios, qui vous proposent cinq itinéraires pour découvrir les alentours de Carcassonne et vivre l'expérience du franchissement d'écluses sur le Canal du Midi – promenades d'une durée de 1h30 à 2h45 selon l'itinéraire choisi –. En fonction de la saison, on compte de deux à huit départs par jour, l'embarquement se fait à côté de la gare SNCF. Pour les plus romantiques, on vous propose d'embarquer avec votre pique-nique pour une escale champêtre en bord de canal. En juillet et août une croisière dégustation, les jeudis à 18h, vous propose de découvrir les produits du terroir, et seulement deux fois dans la saison, pour les amoureux du jazz, une croisière vraiment très spéciale et inoubliable – le 2^e mardi du mois en juillet et août –.

■ PETIT TRAIN TOURISTIQUE

Circuit touristique

Cité médiévale

☎ 04 68 24 45 70

www.petit-train-cite-carcassonne.com

Fermé du 1^{er} octobre au 30 avril. Fermé le 1^{er} dimanche de septembre. Ouvert de 10h à 12h et de 14h à 18h. Durée environ 20 min. Départs devant la Porte narbonnaise. De 10h à 18h non stop du 14 juillet au 20 août. Gratuit jusqu'à 2 ans. Adulte : 7 €. Enfant (de 3 à 11 ans) : 3 €. Groupe (15 personnes) : 6 € (tarifs dégressifs). De 12 à 25 ans et étudiants 6 €. Visite guidée (audioguide 8 langues).

Et c'est parti pour une balade pittoresque d'environ 3 km et commentée autour de la Cité, via les quartiers de la Barbacane et de la Trivalle, ex-faubourgs de la Cité aux ruelles et façades d'époque. Et si comme le Petit Futé, avant qu'il n'essaie, vous vous dites que c'est pour les retraités ou les familles avec des enfants en bas âge, vous serez agréablement surpris par ce que vous découvrirez. En effet, c'est une visite vraiment complémentaire de tout ce que l'on trouve intra-muros car il emprunte des chemins qui lui sont strictement réservés. On découvre ainsi la Cité de Carcassonne sous un jour inédit, sous son aspect le plus guerrier : l'extérieur ! Avec comme points forts de la balade : le tour complet de la Cité, l'impressionnante descente de la côte pavée, la façade ouest, celle d'où est tiré le feu d'artifice.



© VAN EYEN

Les bords de l'Aude

Pour s'y rendre

En avion

■ AÉROPORT DE CARCASSONNE PAYS CATHARE

☎ 04 68 71 96 46

www.aeroport-carcassonne.com

Accès : A 61 sortie n° 23 - Carcassonne-Ouest.



Depuis le 12 décembre 2012, trois liaisons hebdomadaires (lundi, mercredi et vendredi) reliant Carcassonne à Beauvais ont été mises en service par Ryanair. La compagnie aérienne low-cost reconduit les destinations habituelles desservies depuis Carcassonne : Charleroi-Bruxelles, Londres Stansted, Liverpool et Dublin (vols hebdomadaires toute l'année), ainsi que les liaisons spécifiques à la haute saison telles que : Porto, Bournemouth, Cork, Glasgow-Prestwick, East Midlands, Eindhoven (Pays-Bas) et Billund (Danemark). Soit un total de 12 destinations. Des navettes assurent les liaisons entre les aéroports et les centres-villes. Pour la desserte de Carcassonne ville voir la rubrique « Navette aéroport ». Parking payant.

► Autre adresse : Comptoir Ryanair

☎ : 08 92 78 02 10

En car

■ CARS TEISSIER

ZI Le Pont-Rouge

☎ 04 68 25 85 45

www.teissier.fr

cars@teissier.fr

Circuits tous les jours sauf dimanches et jours de fête. Tous les trajets de lignes régulières sont à 1 €. Les prix des autres prestations sont établis en fonction des destinations choisies.

Dessert de façon régulière les environs de Carcassonne en couvrant de nombreux villages. Les destinations et horaires sont consultables sur leur site. La société propose un départ tous les dimanches matin à 6h45 pour le Pas de la Case en Andorre, ainsi que divers circuits touristiques, sur une journée, en pays cathare avec visites et repas inclus – ou pique-nique à prévoir selon les destinations. Autre prestation de la maison Tessier : la location de bus climatisés avec chauffeur pour les groupes, avec bar, sanitaires et vidéos, jusqu'à 63 places inclinables. Toutes les informations utiles et détaillées sont à votre disposition auprès des offices de tourisme, des chauffeurs et du kiosque Jardin André-Chénier (Carcassonne ville basse).

■ NAVETTE AÉROPORT

☎ 04 68 47 82 22

www.aeroport-carcassonne.com

contact@airport.com

Tous les jours de l'année, 5 €.

Pour arriver au centre-ville sans encombres, rien de plus simple : il suffit de prendre la navette qui relie l'aéroport de Carcassonne à la gare SNCF, la place

Davilla, la halte centrale au Dôme et la Cité médiévale. La navette est positionnée à l'aéroport à chaque arrivée d'avion et démarre 20 minutes après l'arrivée du vol et le débarquement des passagers. Moyennant 5 euros, elle vous permet d'utiliser le réseau Agglo'Bus durant toute la journée. Le point d'information en ville se situe à la Halte Centrale du Dôme. Un moyen pratique et économique digne d'un petit futé ! Ces navettes sont facilement repérables, ce sont de gros bus blanc, jaune et bleu stationnés à la sortie de l'aérogare. Evidemment, ils assurent également votre retour vers l'aéroport.

■ PETIT TRAIN (NAVETTE CENTRE VILLE-CITÉ) Halte centrale du Dôme

30, rue Georges-Brassens

☎ 04 68 47 82 22

www.carcassonne-agglo.fr

agglobus@agglo-carcassonnais.fr

Basse saison : ouvert du lundi au samedi. Haute saison : tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 19h30. 2 € l'aller, 3 € l'aller-retour – aller / retour 2 € avec la « carte PASS » –.

Ce petit train vous permet de circuler de la Cité médiévale au centre de la Bastide Saint-Louis (centre-ville). Les départs se font en moyenne toutes les heures. Le ticket à 3 € est valable toute la journée pour un aller-retour mais nous vous conseillons d'effectuer l'un des trajets en flânant pour notamment profiter du point de vue qu'offre la traversée du Pont Vieux et de l'ambiance de la typique rue Trivalle. En décembre et en haute saison, vous apprécierez les explications historiques faites sur les lieux traversés.

En bateau

■ CAPITAINERIE DU PORT DE PLAISANCE Esplanade du Port – Promenade du Canal

☎ 04 68 25 10 48 / 04 68 25 78 63

www.carcassonne-tourisme.com

port.carcassonne@wanadoo.fr

Haute saison : ouvert tous les jours et les jours fériés de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 19h30. Ouvert de mars à octobre. Nombreux services proposés : eau, électricité, sanitaires, douches avec sèche-cheveux, accès Internet, machine à laver (payant), sèche-linge (payant). Possibilité d'hivernage de novembre à mars.

Le tourisme fluvial connaissant un essor continu, il est bon de savoir où faire des haltes agréables. Le port de plaisance de Carcassonne a été aménagé en l'an 2000 sur le Canal du Midi. Proposant 47 places, il est surveillé le jour par la capitainerie et la nuit par une société de gardiennage. A 100 mètres à peine du port, la Bastide Saint-Louis (centre-ville) vous offre une multitude de commerces et de divertissements.

L'aéroport et la gare sont faciles d'accès depuis le centre-ville.

Vous pourrez bénéficier de véhicules électriques gratuits avec chauffeurs (les Touc) qui vous feront visiter la ville basse.

En été uniquement, des navettes vous conduiront à la cité médiévale, pour une visite inoubliable.

Une envie de voyager? Europe



Pour y circuler

Transports en commun

■ AGGLO'BUS

Transport dans l'agglomération carcassonnaise, halte centrale des bus parking du Dôme

☎ 04 68 47 82 22

www.agglocarcassonnais.fr

Ticket valable 1 heure (blanc) : 1 € à l'unité. Ticket valable toute la journée (bleu) : 2,60 € l'unité. Prix des carnets : 8 € les 10 tickets jaunes (1h). Navette aéroport : 5 €. Diverses formules d'abonnement.

Carcassonne est une ville qui vous fait bouger ! La preuve avec son réseau de bus qui vous permettra de rejoindre en moins de deux la plupart des quartiers de la cité médiévale, ainsi que l'ensemble des 23 communes de l'agglomération carcassonnaise. Reconnaisables à leurs trois couleurs bleu, blanc, jaune, l'Agglo'Bus dessert de manière régulière chaque destination, y compris touristique. Par exemple, vous pourrez vous rendre au lac de la Cavayère afin de profiter des nombreuses animations proposées et passer la journée les pieds dans l'eau.

Transports verts

■ EVASION 2 ROUES

85, allée d'Iéna

☎ 04 68 11 90 40

www.evasion2roues.eu

evasion2roues@club-internet.fr

Ouvert du mardi au jeudi et le samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h ; le vendredi et le samedi de 9h à 19h. Réservation par fax ou mail uniquement, 10 jours à l'avance au minimum. VTC : 10 € la ½ journée, 15 € la journée, 30 € le week-end, 70 € la semaine – Vélos électriques : 5 € de l'heure – Tandems : 20 € la ½ journée, 30 € par jour, 50 € le week-end, 100 € la semaine.

A savoir, qu'il n'est pas aisé de trouver sur Carcassonne des vélos à louer et qu'en haute saison la demande est très importante. Alors voici l'adresse à retenir, car Evasion 2roues est un magasin de cycles, tenu par Didier et Régis, deux passionnés spécialistes qui vous réserveront un accueil très professionnel, vous conseilleront et vous proposeront une large gamme de vélos : ville, VTC, électrique, tandem, VTT... ainsi que de nombreux services annexes : location et vente de vélos neufs ou d'occasion, motos, scooters et accessoires, mais aussi préparations, entretiens de vos vélos. Louer un vélo est une excellente alternative pour voyager léger et partir à la découverte du Canal du Midi, mais aussi des berges de l'Aude, de la cité de Carcassonne ou encore du lac de la Cavayère... Si vous êtes en manque d'inspiration, Didier se fera un plaisir de vous donner des itinéraires ainsi que leur niveau de difficulté.

■ TOUC

☎ 04 68 47 82 22

Ouvert du lundi au samedi de 10h à 12h et de 15h à 19h. Service de transport gratuit par véhicules électriques dans et autour de la Bastide Saint-Louis.

Les TOUC sont des petits véhicules électriques au design presque futuriste, semi-ouverts pouvant transporter jusqu'à 8 personnes et qui font la joie des petits et grands. Ils ne sont en service que de mai à mi-octobre ainsi que durant la deuxième quinzaine de décembre. Ils sont très largement utilisés par les Carcassonnais eux-mêmes (notamment les jours de marché pour éviter de remonter chez soi les bras chargés). Les arrêts : place Carnot, square André-Chénier, parking du Dôme, portail des Jacobins, place Davilla, boulevard Jean-Jaurès. Carcassonne Agglo a équipé récemment l'ensemble des TOUC afin de faciliter les déplacements des personnes à mobilité réduite.

Location de voitures

■ ADA

rue Claude Chappe
za St Jean de l'Arnouze

☎ 04 68 11 71 92

www.ada.fr

carcassonne@reseuada.fr

Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 18h ; le samedi de 8h à 10h et de 16h à 18h. Livraison possible. Cette agence a su fidéliser ses clients par son accueil agréable, et le professionnalisme de son personnel. Les véhicules proposés (utilitaires ou de tourisme) sont dans un état irréprochable et les tarifs y sont très compétitifs. Des promotions sont régulièrement proposées. Gratuité pour le deuxième conducteur sur tous types de véhicules. En plus, les véhicules peuvent être livrés à domicile ainsi qu'à l'aéroport et à la gare SNCF. Possibilité de réserver en ligne.

Points d'intérêt

Monuments

■ ASSOCIATION DES SITES DU PAYS CATHARE®

14, rue du 4-Septembre

☎ 04 68 11 37 97

www.payscathare.org

info@payscathare.org

Ouvert toute l'année.

Aguilar, Arques, Auriac, Durfort, Lastours, Padern, Peyrepertuse, Puilaurens, Puivert, Quéribus, Termes, Villerouge-Termenès... Et si vous découvrez le trésor des Cathares ? Même si vous ne le trouvez pas, vous ne le regretterez pas. La plupart de ces nids d'aigles surplombent des paysages époustouffants. 19 sites, châteaux et abbayes sont à visiter. Chaque citadelle fortifiée a sa propre histoire. Plongez dans l'époque médiévale, et remontez le temps du XIV^e au XI^e siècle. Partez sur les traces de ces hérétiques chassés par la papauté et le royaume de France. À découvrir au gré de balades dans le pays audois, les châteaux, abbayes et musées du Pays cathare s'imposent par leur majesté et leur stature. Emblème d'un territoire, ils détiennent les clés de son passé médiéval, chacun vous contera un chapitre de l'histoire tragique du catharisme dont vous reconstruirez le fil au cours de vos promenades.

Laissez-vous submerger par le vertige des châteaux, la sérénité des abbayes et l'initiation des musées. Ces monuments exceptionnels, dans leur ensemble comme dans leur individualité, incarnent le Pays cathare et représentent son passé, son présent mais aussi, assurément, son avenir.

■ CATHÉDRALE SAINT-MICHEL

9, rue de Grignan

Ouvert toute l'année. Ouverte tous les jours. Gratuit.

« Pourquoi la cathédrale Saint-Michel ? » Parce qu'il n'y a pas que le château de Carcassonne à visiter, pardi ! Osez sortir des sentiers battus en partant à la découverte de la ville basse. Cette église paroissiale bâtie au XIII^e siècle fut presque totalement détruite lors du passage du Prince noir dans la bastide en 1355. Mais qu'à cela ne tienne, elle fut reconstruite au XV^e siècle et intégrée dans le nouveau système défensif de la ville. Impressionnante par ses proportions massives et la rigueur de ses lignes, elle représente à merveille le style gothique languedocien.

Prenez donc l'entrée en passant par la rue Voltaire ou par le boulevard Barbès d'où on peut admirer la tour cylindrique. Construite autour d'une nef unique, le chevet se compose d'une abside à sept pans et de deux absidioles. Entrez et laissez-vous charmer par la lumière des vitraux qui éclairent les fresques du XIX^e aux motifs géométriques et anachroniques de la nef (travaux exécutés sur ordres de Viollet-le-Duc), ainsi que ses chefs-d'œuvre du XIV^e. Une curiosité méconnue à voir de plus près.

■ CHÂTEAU COMTAL DE LA CITÉ DE CARCASSONNE

Cité médiévale

☎ 04 68 11 70 70



Basse saison : ouvert tous les jours de 9h30 à 17h (dernière visite à 16h30). Haute saison : tous les jours de 10h à 18h30 (dernière visite à 17h15). Gratuit jusqu'à 26 ans (pour les ressortissants de l'U.E.). Adulte : 8,50 €. Groupe (20 personnes) : 6,50 €. Château, remparts et visite avec guide conférencier de 1h, 1h 30 ou 2h 30 (accès libre aux fortifications, au château, film, dépôt lapidaire, avant ou après la visite). Adultes : 12,50 €. 18/25 ans : 9 €. Label Tourisme & Handicap. Audioguide à volume réglable. Visite guidée.

Au cœur de la cité de Carcassonne, le château Comtal est une bâtisse que l'on ne peut ignorer puisqu'il s'agit d'une forteresse dans la forteresse. Il vit ses plus grandes heures au XII^e siècle sous la riche dynastie des Trencavel, à la cour desquels étaient régulièrement invités ménestrels, troubadours, poètes et savants originaires de toute la Méditerranée.

Composé de deux corps de bâtiment entourant deux cours : la grande cour, dite cour d'honneur et la cour du Midi. Il domine la ville basse (bastide Saint-Louis). La porte d'entrée est gardée par des tours jumelles : la tour du Guet est la plus haute du château et a la particularité d'être une des rares tours carrées de la ville. Sa position stratégique lui permettait de surveiller à 360° les alentours.

Nous vous conseillons vivement la visite du château, celui-ci renferme une exposition permanente « de la place forte au monument » avec des dessins originaux de Viollet-le-Duc, de superbes peintures murales romanes dans le donjon, le musée Lapidaire ainsi que de nombreux objets découverts au fil des différentes fouilles. Guidée ou libre, elle permet également de visionner un film 3D pédagogique sur le rôle du château et se termine par un passage obligé sur le chemin de ronde.

■ CITÉ MÉDIÉVALE DE CARCASSONNE

☎ 04 68 11 75 87 / 04 68 10 24 37

Ouvert toute l'année. Visite libre. Visites commentées au départ du château Comtal : parcours promenade sur les remparts, départs à partir de 10h15, tous les jours ; visite conférence les samedi, dimanche et vacances scolaires. Visible de loin et surtout de l'A61, elle apparaît dans le paysage comme une météorite posée dans cet environnement méditerranéen. Il faut dire qu'elle en impose, avec ses 52 tours chapeautées pour la plupart d'ardoise et ses 3 km de remparts. Une vraie image sortie tout droit d'un livre d'histoire ! Le Petit Futé ne peut que vous inciter à faire une halte dans ce lieu chargé d'histoire, car dites-vous que ce que vous voyez de loin n'est rien comparé à ce que vous découvrirez en son sein... L'art médiéval dans toute sa splendeur !

Musées

■ MUSÉE DE L'ÉCOLE

Cité médiévale

3, rue du Plô

☎ 04 68 25 95 14

museeecole@orange.fr



Ouvert toute l'année. Basse saison : tous les jours de 10h à 18h. Haute saison : tous les jours de 10h à 18h. Gratuit jusqu'à 12 ans. Adulte : 3,50 €. Étudiants, demandeurs d'emploi, personne handicapées : 3 €. CB non acceptée. Label Tourisme & Handicap. Accueil enfants.

Le musée se situe dans l'ancienne école des garçons de la cité. Dès l'entrée, vous pourrez consulter des manuels scolaires. Dans la première salle, un rappel des lois de Jules Ferry, des expositions temporaires et une très belle collection d'outils et matériels pédagogiques d'autrefois : pupitres en bois, estrade, tableau noir, craies, encres, buvards, plumes Sergent-Major, etc. La deuxième salle, dite la Communale, abrite une reconstitution fidèle d'une classe unique de la fin du XIX^e (1882). Dans la troisième, la salle d'animation, vous découvrirez l'évolution de la classe, mobilier, nécessaire d'écriture à l'encre violette avec plumes gauloises et Sergent-Major. Des dictées choisies dans les annales du « certifié » ainsi que des exercices d'arithmétique sont proposés au public qui peut s'asseoir à l'un des pupitres et écrire avec une plume ! Enfin, la visite se terminera par une salle où seront évoqués les « bataillons scolaires » et une exposition dont le thème change chaque année. Une imposante bibliothèque de livres scolaires d'époque (5 000 titres) aidera peut-être certains à se remettre à niveau. Une visite dans le temps vraiment agréable pour toute la famille !

■ MUSÉE DE L'INQUISITION

Cité médiévale

7, rue Saint-Jean

☎ 06 03 84 13 86

☎ 04 68 71 44 03

www.croa-at.com

Ouvert toute l'année. Basse saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 18h. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 10h à 20h. Adulte : 7 €. Enfant (de 5 à 12 ans) : 4,50 €. Plus de 12 ans et étudiants : 5,50 €. Tarif de groupe à partir de 20 personnes. Commentaires en 5 langues.

Les férus d'histoire et les novices en la matière franchiront le seuil de ce curieux musée au cœur de la cité. Également nommé « musée de la torture » pour être plus explicite, nous conseillons aux âmes sensibles de s'abstenir ! Non seulement vous aurez un aperçu des instruments de torture datant du XIII^e siècle jusqu'à la Révolution française, mais vous aurez également des scènes de supplices recrées avec des mannequins en costumes d'époque. Salle de tortures, cellule de prisonnier, animations, gravures et reproductions. Les instruments sont mis en situation réaliste et un parcours rempli d'histoires vraies est proposé aux visiteurs. Le tout expliqué en cinq langues pour comprendre que nos ancêtres ne faisaient pas dans la dentelle. On vous déconseille donc d'y amener vos chérubins, à moins de leur bander les yeux pour leur faire admirer au second étage des modèles illuminés des principaux châteaux cathares. Comptez 40 bonnes minutes pour la visite.

■ MUSÉE DES BEAUX-ARTS

1, rue de Verdun

☎ 04 68 77 73 70

☎ 04 68 77 73 89

www.carcassonne.org

musee@mairie-carcassonne.fr

Entrée par le square Gambetta

Ouvert toute l'année. Basse saison : du mardi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 10h à 18h. De septembre à juin ouvert le 1^{er} dimanche du mois de 14h30 à 17h30. Gratuit. Visite guidée (sur demande).

Le musée des Beaux-Arts prend place dans l'ancien Présidial de la ville. À l'origine, c'est la générosité de la Société des Arts et Sciences qui en offrant à Carcassonne 102 tableaux pour son musée, permit d'élever cette bâtisse au rang de musée des Beaux-Arts. Les dons et legs de particuliers et de l'État sont venus abonder le fonds d'œuvres d'art et tableaux. La collection actuelle est donc très éclectique et présente des œuvres du XVII^e au XX^e siècle. Hormis la riche collection de peintures occidentales, on retrouve une collection de faïences, de tapisseries et de divers objets d'art dont des vestiges archéologiques de la région. Ouvert toute l'année, ce musée des Beaux-Arts propose trois expositions annuelles, un cycle de conférences et des ateliers pédagogiques à vocation pluridisciplinaire. Récemment agrandi, il peut désormais accueillir des œuvres d'art moderne. Au programme 2014, dans le cadre des expositions temporaires :

du 21 février au 25 mai 2014, le musée accueillera des œuvres du peintre Camille Corot (1793-1875) et de juin à septembre 2014 des œuvres de Marie Petiet (1854-1893).

Balades, flâneries

■ LE PARC AUSTRALIEN

Chemin des Bartavelles

☎ 04 68 25 86 83

☎ 06 07 06 86 83

☎ 04 68 25 05 07

www.leparcaustralien.fr

leparcaustralien@club-internet.fr



Ouverture saison 2014 : du 12 avril au 2 novembre inclus. Hors vacances scolaires : de 14h à 18h du lundi au samedi ; tous les dimanches, jours fériés et ponts et tous les jours des vacances scolaires toutes zones (Pâques, Toussaint) de 10h30 à 19h. En juillet et août ouvert tous les jours de 10h30 à 19h. Gratuit jusqu'à 3 ans. Adulte : 10 €. Enfant (de 4 à 12 ans) : 7 €. Les tarifs indiqués sont pour une journée hors repas, boissons et prestations annexes. Pour les groupes, prix sur devis selon prestations. Visite guidée (sans supplément). Restauration. Boutique. Animations. Organisation d'événementiels enfants et adultes.

Hop ! Hop ! Hop ! Saut aux antipodes ! Carole et son équipe vous invitent à découvrir l'Australie de façon ludique et interactive. Les ambassadeurs de cette lointaine île-continent : des kangourous bien sûr (tous plus trognons les uns que les autres), mais aussi autruches, dromadaires et autres animaux vous y attendent. Pour une totale immersion, nous vous conseillons la visite guidée (gratuite) qui est des plus instructives ; grâce à celle-ci vous pourrez rentrer dans les enclos et même dans une grande volière et nourrir les perruches ondulées qui en sont les hôtes. Déjà un peu Australien dans l'âme ? Qu'à cela ne tienne, dans un village aborigène reconstitué, petits et grands découvriront leur mode de vie ancestral et s'exerceront au lancer de boomerangs (ça s'en va et ça revient... en principe), ou bien souffleront dans le mystérieux didgeridoo. Dans le village des pionniers, vous plongez dans l'histoire très « cowboy » des premiers colons, les adultes jouent au billard australien et autres jeux traditionnels, les enfants se font chercheurs d'or (et une pépite de plus !), quant aux plus audacieux, HiiiHaaa ! ils braveront le taureau mécanique. Le parc, qui s'étend sur 5 hectares, abrite des aires de pique-nique, un snack – avec grillades – et une buvette. En bref, une belle journée récréative et instructive pour tous les âges, et on ne voit pas le temps passer !

Le couvert

■ ADELAÏDE

Place Saint-Jean

5, rue Adelaïde-de-Toulouse

☎ 04 68 47 66 61

Fermé du 10 décembre au 15 février. Basse saison : ouvert du mardi au dimanche le midi et le soir. Haute saison : tous les jours le midi et le soir. Menus de 16 € à 24 €. Menu enfant : 9 €. Vin au verre. Chèque Vacances, Chèque Restaurant.

Pour qu'un restaurant fonctionne, il faut plusieurs ingrédients : la qualité de la cuisine, un service efficace, une ambiance et un cadre. Si vous choisissez cette adresse, vous aurez tout cela et bien plus encore. Jean-Gab, comme l'appel ses amis carcassonnais, a su conquérir le cœur et les papilles des touristes de passages et des Carcassonnais les plus exigeants. Style contemporain pour les salles avec murs oranges et bruns, mobilier moderne, tout en conservant pierres apparentes et fenêtres à vitraux. La terrasse offre une vue splendide sur le château comtal et profite de l'ambiance si particulière et plaisante de la place Saint-Jean. Au menu, une cuisine traditionnelle ponctuée de notes originales, des belles salades composées, le cassoulet préparé maison, des viandes et poissons grillés à la plancha et des desserts tout simplement délicieux. Nouveauté 2013, le restaurant dispose d'une nouvelle terrasse dans une petite cour intérieure, ombragée et à l'abri du vent, pensez à réserver votre table, les places sont limitées.

■ AUBERGE DES DUCS D'OC

6, place du Château

☎ 04 68 47 91 90

www.auberge-des-ducs-doc.fr

contact@auberge-des-ducs-doc.fr

Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi et le soir. Menus de 15,50 € à 35 € (midi et soir). Menu enfant : 8,50 €. Accueil des groupes. Terrasse.

Il y a maintenant plus de dix ans que Elisabeth et Bruno Tresca tiennent cette auberge : à elle l'accueil et le service, à lui les fourneaux ! Et l'un comme l'autre méritent des compliments. Côté salle, on notera sur fond de vieilles pierres et de belles poutres, les tables joliment dressées au double nappage et la décoration soignée. Côté cuisine, les bons petits plats ne manquent pas : le cassoulet en cassoles individuelles, les noix de Saint-Jacques à la provençale, le magret de canard aux parfums d'épices sauvages et le lapereau. Vous pourrez goûter aussi quelques spécialités comme la terrine de foie gras maison ou le millefeuille de la mer à l'indienne. Aux beaux jours, vous apprécierez la jolie cour intérieure pour son calme et sa fraîcheur.

■ AUBERGE DES LICES

3, rue Raymond-Roger-Trencavel

Cité Médiévale

☎ 04 68 72 34 07

www.blasco.fr

leslices@blasco.fr

A pied, près de la Basilique Saint-Nazaire.



Qualité Tourisme. Sud de France. 1 semaine en octobre et les 3 dernières semaines de janvier. Basse saison : ouvert du vendredi au mardi de 12h15 à 14h et de 19h30 à 22h. En juillet et août ouvert tous les jours. Réservation

recommandée. Menus de 19,50 € à 60 €. Carte : 50 € environ (pour un repas complet hors boissons). Menu enfant : 10 €. Vin au verre. American Express. Accueil des groupes (uniquement sur réservation). Chaises bébé. Terrasse. Animaux acceptés, salle climatisée.

Bien cachée au fond d'une ruelle tranquille proche de la Basilique Saint-Nazaire, se trouve l'auberge des Lices. Un restaurant dont le standing n'exclut rien la convivialité. Une décoration toute en sobriété et élégance idéale pour savourer la cuisine créative, raffinée et semi-gastronomique que le chef n'a de cesse de réinventer au fil des saisons. Dès les beaux jours, la cour intérieure semble un choix évident pour découvrir la cuisine de Jean-Pierre. Vous pourrez déguster le cassoulet d'un grand spécialiste (Jean-Pierre Blasco est membre de l'Académie universelle du cassoulet), ainsi qu'une cuisine aux saveurs du Sud-Ouest et de la Méditerranée revisitée par cet amoureux du bon goût. Ici tout est fait maison et la carte change régulièrement : nous vous suggérons donc juste un plat, histoire de vous faire saliver : le « cochon de lait médiéval au miel des Corbières », et pour le dessert, il y a toujours une petite douceur de saison qui fait craquer même les plus réticents. De surcroît, le personnel est très attentionné. Convaincu ? Nous, oui !

■ BLOC G

112, rue Barbacane ☎ 04 68 47 58 20

www.bloc-g.com

bloc-g@orange.fr



Ouvert toute l'année. Du mardi au samedi le midi ; du mercredi au samedi le soir. Service 7 jours sur 7 en haute saison. Carte : 30 € environ (pour un repas complet sans boisson). Formule du midi : 16 € (personnalisable). Vin au verre. American Express, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Bar lounge, de nombreuses soirées thématiques sont organisées tout au long de l'année.

Niché au pied du Pont-Vieux, le Bloc G a acquis une notoriété certaine en s'imposant comme l'un des établissements branchés de la ville. Une ambiance que Sophie et Sarah, les maîtresses des lieux, veulent musicale, artistique et conviviale. Pour ce faire, elles ont su créer une atmosphère où le contemporain et le design s'unissent à l'architecture d'une belle bâtisse. Murs blancs sur lesquels s'affichent régulièrement des expositions, grand comptoir à trois faces, une bibliothèque dans laquelle vous pouvez piocher des livres ; une rupture incontestable avec les endroits convenus... Ici sont concoctés de petits plats maison, avec des produits frais et de saison uniquement. Plutôt imaginative, l'ardoise propose des classiques (cuisse de canard confite, magret...) mais aussi de la créativité et de l'exotiques comme « l'œuf cocotte au chorizo et parmesan » ou le « pot-au-feu de confit de canard à l'asiatique ». Le tout régulièrement renouvelé. Influences hispaniques et du sud avec des tapas et une carte des vins du terroir. Les tarifs sont raisonnables pour une belle qualité dans l'assiette. Et en dessert, laissez-vous tenter par la suggestion du chef, c'est toujours un délice !

■ **BRASSERIE DU DÔME**
35, rue des Trois-Couronnes
 ☎ 04 68 25 03 48



Fermée 3 semaines entre fin janvier et début février. Service continu de 6h 30 à 18h, fermeture à 20h. Fermée le mardi et mercredi à partir de 12h. Menus de 15,50 € à 17,50 €. Carte : 18 € environ (pour un repas complet). Menu enfant : 6,50 € (plat + dessert). Formule du midi : 12,50 € (entrée + plat + dessert). Vin au verre. Plat du jour : 8,50 € ; cassoulet maison 12 €. Chèque Restaurant. Accueil des groupes (sur réservation). Vente à emporter.

Une très agréable brasserie située près du dôme, d'où son nom, fréquentée essentiellement par des habitués. Cette fidèle clientèle lui confère une atmosphère d'authenticité et de convivialité extrêmement agréable pour le nouveau venu. Ce n'est pas un attrape-touristes et on le ressent immédiatement. Le personnel est prévenant et efficace. Qui plus est, l'établissement, depuis de nombreuses années, a acquis la réputation, par le bouche à oreille, de préparer le meilleur cassoulet de la ville... et c'est vrai ! Il est cuisiné dans l'art de la tradition avec des produits de qualité. Servi dans une cassole, il est gratiné au four juste avant d'arriver sur votre table. La quantité est plus que généreuse et le goût est au rendez-vous. Dès 6h30, la brasserie ouvre ses portes et vous propose un copieux brunch pour bien démarrer la journée. Sur la carte, vous trouverez un large choix de salades composées, plats, viandes grillées et d'en-cas à des prix très abordables. Là, encore une fois, les assiettes sont fort bien garnies. Nous ne pouvons que vous conseiller de faire une halte dans cette brasserie qui vaut réellement le détour aussi bien pour sa cuisine que pour son ambiance !

■ **BRASSERIE LE DONJON**
4, rue Porte-d'Aude
Cité Médiévale
 ☎ 04 68 25 95 72
www.brasserie-donjon.fr
brassieredonjon@cite-hotels.com



Ouvert toute l'année. Tous les jours de 12h à 14h et de 19h30 à 22h. Fermé le dimanche soir de novembre à mars. Menus de 22 € à 30,50 € (entrée + plat + dessert). Carte : 40 € environ (pour un repas complet sans boisson). Menu enfant : 10 € (-12 ans). Formule : 18 € (entrée + plat ou plat + dessert). Vin au verre. Plat unique à partir de 9,20 €. American Express, Diners Club, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (réservation impérative, accueil de séminaires et événementiels). Terrasse. Salle climatisée.

La brasserie Le Donjon est une des valeurs sûres de la Cité, Eric Bivent, chef et maître restaurateur depuis plus de 20 ans, propose une cuisine traditionnelle et créative. Le décor de la salle est design alliant le style médiéval au contemporain et si vous voulez manger en extérieur, une belle terrasse située devant le restaurant s'étend sur un superbe jardin dallé. Bien abritée du vent, trône en son centre un splendide olivier. Le chef, en

véritable épurien, partagera sa passion pour les bons produits de la région toujours subtilement cuisinés. Le traditionnel cassoulet languedocien (18 €) préparé sur place vous sera proposé ainsi que des spécialités comme l'assiette de dégustation aux trois foies gras (mi-cuit, poêlé, cru) à 29,50 €. Ne ratez pas non plus le délicieux filet de bœuf sauce trompettes des morts ou le dos de morue fraîche accompagnée de son écrasée de pommes de terre. La carte est renouvelée deux fois par an et en fonction de la saison des menus spéciaux sont proposés. Quant aux vins, les meilleurs crus de la région sont sélectionnés.

■ **CARCASSONNE CROISIÈRE** **NOUVEAU**
 – BATEAUX LOU GABARET ET
 HELIOS

Port de plaisance de Carcassonne
 ☎ 06 80 47 54 33

www.carcassonne-croisiere.com
lougabaret.canaldumidi@wanadoo.fr

Fermé du 31 octobre au 31 mars. Ouvert tous les jours et les jours fériés le midi et le soir. Pour le déjeuner, embarquement à 12h15 et départ à 12h30. Pour le dîner : embarquement à 20h15 et départ à 20h30. Réservation impérative. Menus de 38,50 € à 39,50 € (le menu du déjeuner à 38,50 € comprend les boissons – vin et café offert – Le menu du soir à 39,50 € est hors boissons. Midi et soir cocktail de bienvenue offert). Menu enfant : 22 €. Les bouteilles d'eau minérale sont incluses pour tous les repas. Accueil des groupes (réservation impérative).

Le Défi, tel est le nom de ce bateau-restaurant qui dès le début mai 2013 vous accueillera à son bord pour une alliance parfaite entre plaisir des yeux et du palais. Des déjeuners ou des dîners emplies d'un romantisme inoubliable au fil calme et apaisant de l'eau. Juste histoire que votre séjour à Carcassonne soit absolument parfait, c'est la note idéale, la note bleue, celle qui sublimerait le tout. A midi, un guide vous commentera la visite et vous aurez tout votre temps pour admirer les chemins de halage aux arbres gigantesques tout en savourant un délicieux repas. Le soir, ce sera une ode au soleil couchant et ses mille et un reflets sur l'eau et toujours son repas fin... Alors, prêts pour une escapade en amoureux ? Pour joindre le Défi (tél) 06 95 79 21 20 – www.carcassonne-navigation.com/francais-1/nos-croisières

■ **LE CATHARE**
53, rue Jean-Bringer
 ☎ 04 68 77 92 65 / 06 72 58 66 51
lecathare11@orange.fr

Maître Restaurateur. Ouvert toute l'année. Du mardi au samedi le midi et le soir. Menus de 18 € à 25 €. Carte : 30 € environ (repas complet hors boissons). Menu enfant : 10 € (morceau de bavette, pommes-de-terre sautées et dessert). Formule du midi : 12 € (entrée, plat et dessert). Accueil des groupes (uniquement sur réservation). Terrasse.

La renommée du Cathare, niché en cœur de ville mais à l'abri de la cohue, ne faiblit pas. D'ailleurs les habitués qui s'y précipitent reflètent le perpétuel engouement

de cette adresse. La cuisine régionale élaborée dans la tradition est à s'en lécher les babines. Vous pourrez vous laisser tenter par les spécialités du chef Robert Patrick, maître restaurateur, telles que la Renversée de foie gras en entrée, le magret au foie gras servi avec sa glace au foie gras ou encore l'incontournable cassoulet. La spécialité de la maison est incontestablement l'excellente viande de bœuf, originaire de l'Aveyron ou de l'Ariège, rigoureusement sélectionnée que vous choisirez vous-même près de la cheminée où elle sera grillée à votre convenance et facturée au poids. Le veau est lui aussi de l'Aveyron et les poulets fermiers issus de petits éleveurs locaux. Quant aux canards, ils proviennent de l'Aveyron, du Lot ou du Périgord. Les desserts sont absolument irrésistibles, comme le mi-cuit au chocolat, la marquise au chocolat... faits maison, cela va de soi. Le rapport qualité-quantité-prix de la formule du midi est un des meilleurs de la ville.

■ LA COTTE DE MAILLES

2, rue Saint-Jean

☎ 04 68 72 36 24

www.restolacottedemailles.com

cottedemailles@orange.fr



Ouvert toute l'année. Basse saison : du vendredi au mercredi le soir ; le mercredi midi. Haute saison : tous les jours le midi et le soir. Ouverture exceptionnelle pour les groupes. Réservation recommandée. Menus de 18,90 € à 26,90 €. Carte : 30 € environ. Menu enfant : 9,50 €. Formule du midi : 15,90 €. Vin au verre. American Express, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (jusqu'à 50 personnes sur réservation). Chaises bébé. Terrasse (et patio).

Difficile de se démarquer parmi la pléthore de restaurants à la Cité. Chose faite pour la Cotte de Mailles, qui tire son épingle du jeu en proposant une carte de mets médiévaux. Entendez par là des recettes directement inspirées de grands livres de cuisine datant du Moyen Âge, comme le porcelet au miel et à la lavande, l'ambroisine de caille et sa garniture, recettes à base de gibier et en hiver, des potages de saison comme celui aux lentilles, pois cassés et son morceau de lard. Le cassoulet est un véritable cassoulet maison de Carcassonne, avec du porc, de l'agneau, du confit de canard, de la saucisse, et des lingots AOC de Castelnaudary. À cela s'ajoutent des créations culinaires uniques comme le foie gras et sa glace chocolat au piment d'Espelette, et des compositions d'assiettes dignes d'œuvres d'art. Vous l'avez compris, tout dans cette adresse relève du défi. Vous pourrez au choix vous installer dans une des salles climatisées ou en terrasse.

■ LES COURS DE LA CITÉ

6 bis, rue du Tréseau

impasse Agnès-de-Montpellier – Cité médiévale

☎ 04 68 10 66 12

www.lescoursdelacite.com

florent.feuille@wanadoo.fr



Fermé du 10 novembre au 1^{er} mars. Haute saison : ouverture non stop de 11h30 à 23h. Moyenne saison : de 11h30 à 15h et de 18h30 à 23h. Menus de 19 € à 28 €. Menu enfant : 7 €. Formule du midi : 12,50 €. Vin au verre. Accueil des groupes (sur réservation). Chaises bébé. Terrasse. Animaux acceptés.

Si vous venez arpenter les rues de la cité, vous tomberez sous le charme de ce restaurant. Il offre deux superbes terrasses bien à l'abri du vent et de l'agitation. Le décor est soigné et une attention particulière a été apportée au choix du mobilier aux lignes épurées, chaque espace offre une ambiance différente. La salle du restaurant allie un style bistro à une décoration contemporaine. Au premier étage se trouve une salle plus feutrée.

La cuisine est traditionnelle ponctuée de saveurs méditerranéennes. Les plats oscillent entre l'incontournable cassoulet, les viandes et le poisson (parillades, magrets à la plancha, confit de canard, gambas à la plancha...). Les portions sont généreuses, les assiettes joliment présentées et les produits cuisinés de belle qualité. La carte change en fonction des saisons et des produits du marché. Une adresse agréable aussi bien en été qu'en arrière-saison avec en prime un service aussi efficace que sympathique.

■ LA COURTINE

4, place Marcou

Cité médiévale

☎ 04 68 25 59 52

NOUVEAU

Fermé du 11/11 au 06/12 et du 08/01 au 13/02 (inclu).

Basse saison : ouvert tous les jours et les jours fériés le midi et le soir. Haute saison : tous les jours et les jours fériés de 11h à 2h. Menu unique à 14,90 €. Menu enfant : 8 €. Possibilité de pizzas sans gluten. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes (sur réservation). Terrasse. Wifi gratuit. Langues parlées : anglais, arabe, allemand, italien.

Au départ, nous pensions avoir affaire à un restaurant comme les autres, proposant une cuisine traditionnelle. Eh bien non ! Pour notre plus grand plaisir, Alexandre et Mélanie ont apporté un petit vent de nouveauté sur la place Marcou. Alexandre a fait frissonner les meilleurs pizzaiolos de la planète en terminant sur la quatrième marche du podium lors du concours mondial des meilleurs pizzaiolos et troisième pour le classement « France », rien que ça ! Récompensé pour la qualité de sa pâte et de sa sauce tomate, c'est désormais les Carcassonnais et les touristes de passage qui profitent de son talent. Tous les ingrédients qui composent les pizzas sont exclusivement des produits frais (à part les fruits de mer de la « Pescatore »), si vous souhaitez en goûter plusieurs en une seule, optez pour la pizza du chef, chaque quart de part étant différent. Des pâtes, des omelettes, des belles salades et une viande (entrecôte) sont également proposés. Les desserts ne dérogent pas à la règle : faits maison. Et le tiramisu est à fondre de plaisir. Vous prendrez votre repas dans un cadre des plus agréable en intérieur ou à l'extérieur, la charmante Mélanie s'occupera du reste pour que tout soit parfait.

■ LE DOMAINE D'AURIAIC

Route de Saint-Hilaire

☎ 04 68 25 72 22

www.domaine-d-auriac.com

auriac@relaischateaux.com

Fermeture annuelle : Hôtel et Restaurant principal du 5 janvier au 11 février 2014 inclus et du 9 au 17 novembre 2014 inclus. Le restaurant est fermé en basse saison le lundi toute la journée, les soirs du mardi, mercredi et dimanche soir en haute saison fermé uniquement dimanche soir. Réservation recommandée. Menus de 48 € à 116 € (hors boissons). Carte : 90 € environ (pour un repas complet hors boissons). Menu enfant : 30 €. Vin au verre. « Le Bistrot d'Auriac » est fermé le dimanche soir et le lundi, en haute saison fermé les mardis et mercredis midis. Menu du jour à 20 € et formule grillade à partir de 18,50 €. American Express, Diners Club. Accueil des groupes. Chaises bébé. Jardin. Terrasse.

Le restaurant bénéficie d'un environnement absolument exceptionnel. En été, les terrasses vous plongent dans un écrin de verdure avec un parc planté d'arbres tricentenaires, une piscine et un golf 18 trous. En hiver, vous serez installé dans la très élégante salle à manger, et profiterez d'une belle flambée dans la cheminée. La cuisine qui se décline en deux tables : le restaurant Bernard Rigaudis et le bistrot d'Auriac — idéal pour une pause gourmande et légère —, fait honneur au Sud, grâce au talent du chef Philippe Ducos, qui nous présente des recettes anciennes entièrement revisitées à sa façon. Des inspirations qui varient allègrement au fil des saisons, tels que le foie gras de canard grillé, coings confits, réduction de Banyuls, la blanquette de saint-pierre, gnocchis de pommes de terre du pays de Sault, tomates confites et cornets ou encore le perdreau « pattes rouges » en cocotte, choux longuement confit, pommes de terre soufflées... Quant aux desserts de Jérôme Lauvand, ce sont de pures merveilles... Après cette pause gastronomique, outre la possibilité d'une promenade dans le parc, vous pourrez éventuellement vous détendre dans un des petits salons feutrés.

■ L'ÉCURIE

43, boulevard Barbès

☎ 04 68 72 04 04

☎ 06 76 07 10 23

www.restaurant-lecurie.fr

contact@restaurant-lecurie.fr



Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi de 12h à 13h30 et le soir de 19h30 à 21h30. Menus de 26 € à 35 €. Menu enfant : 11 €. Formule du midi : 14,90 €. Vin au verre. American Express, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Jardin.

C'est dans le cadre exceptionnel d'authentiques écuries du XVIII^e siècle dont les box ont été conservés que l'on vous accueille avec prévenance. La carte suggère des plats, patiemment élaborés comme le cochon de lait braisé (4h de cuisson) ou le millefeuille de saumon aux épinards et son coulis de homard. La présentation raffinée des mets ajoute encore à votre plaisir. Dès les beaux jours, le jardin plein de charme, vous est ouvert, là vous sont suggérés des grillades au feu de bois et des poissons grillés. C'est un moment délicieux que

vous passerez en ces lieux. Christophe Foulquier sait aussi ajouter une touche festive à son établissement, comme notamment durant la semaine espagnole de la ville... des occasions à ne pas manquer.

■ LE FLAGRANT DES LICES

3, place Marcou

(cité médiévale) ☎ 04 68 71 45 33

Fermé en janvier. Ouvert tous les jours. Menus de 12,90 € à 28 €. Menu enfant : 10 €. Vin au verre. Service continu en haute saison. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Animation.

Ils sont nombreux les restaurants dans la cité médiévale, parmi eux, on en trouve certain qui ne déçoivent jamais, c'est le cas du restaurant de Guillaume Luyat, il fait partie de ces endroits où l'on va bien s'occuper de vous, une adresse où les plats sont cuisinés sur place et à partir de produits frais, la cuisine se veut sympathique, gourmande et bourgeoise. Vous pourrez choisir votre place en fonction de vos envies, en terrasse sur la place Marcou, au calme, dans le petit patio à l'arrière du restaurant ou dans une des deux salles à la décoration contemporaine. Passons à table, en entrée, nous vous recommandons le foie gras (fait maison), pour la suite, si vous voulez rester sur le canard, le cassoulet à la cuisse de canard confite et saucisse de chez M. Izard qui mijote depuis de longues heures sera parfait. Pour les amateurs de poissons, la parillade de la mer et son risotto est une évidence, sans oublier les desserts maison, les connaisseurs ne passeront pas à côté du financier et sa crème anglaise. Le petit futé a apprécié « le menu du Château » à 19,90 € qui, de l'entrée au dessert et pour un prix très raisonnable, donne un bel aperçu de la riche palette gastronomique du Flagrant Des Lices.

■ AU FOUR SAINT LOUIS

4, rue Saint Louis

Cité médiévale ☎ 04 68 25 85 72

www.aufoursaintlouis.com

contact@aufoursaintlouis.com

Ouvert toute l'année. Tous les jours. Menus de 19 € à 25 €. Menu enfant : 7 €. Petite terrasse donnant sur la ruelle.

Depuis que la pétillante et dynamique Joïada a repris le restaurant (ex-Vieux Four), il y a eu du changement. Déjà, l'établissement est ouvert toute l'année, il fallait donc miser sur la qualité pour attirer et fidéliser une clientèle locale qui ne s'en laisse pas conter. Ici, on travaille en famille, c'est son mari et son frère qui s'affairent derrière les fourneaux. Ils préparent une cuisine savoureuse résolution tournée vers le terroir. Notre choix s'est porté sur la salade végétarienne composée de légumes frais grillés à la plancha agrémentés de parmesan et de fleurs comestibles fraîchement cueillies dans le jardin des parents de Joïada (Jardin aux plantes « La Bouichère » à Limoux). Pour la suite, difficile de faire son choix entre les gambas flambées au pastis, le carré d'agneau du Pays Cathare en croûte d'herbes ou l'excellent cassoulet au confit de canard. En basse saison, les amateurs de viande se régaleront d'une pièce de bœuf ou d'un magret grillé au feu de bois. On aime aussi le cadre authentique où les tables en bois, les vieilles poutres et la cheminée confèrent une atmosphère très... médiévale.

NOUVEAU

■ HÔTEL DE LA CITÉ – RESTAURANT LA BARBACANE

Parvis de la basilique Saint-Nazaire
Place Auguste-Pierre-Pont
Cité Médiévale ☎ 04 68 71 98 71

www.hoteldelacite.fr
banquet@hoteldelacite.com

Fermé du 3 mars au 26 mars 2014 inclus. Ouvert du jeudi au lundi de 19h30 à 21h30. Réservation recommandée. Menus de 85 € à 150 €. Carte : 100 € environ (pour un repas complet hors boissons). Formule du midi : 29 € (ou 34 € avec boisson et café). American Express. Accueil des groupes (jusqu'à 100 pers). Parking « clients hôtel ». La table étoilée de Jérôme Ryon tutoie les sommets. Une réussite sans fausse note, obtenue grâce à des associations de saveurs inédites. Une cuisine inspirée par son goût pour l'exotisme associé aux valeurs culinaires françaises auxquelles il est très attaché... On peut y savourer quelques incontournables comme le « filet de bœuf Charolais au foie gras, joue de bœuf braisée, churros de pommes de terre aux oignons et truffes, sauce périgourdine » ou « le pavé de loup braisé aux artichauts bouquet, un cannelloni aux courgettes, tomates et son jus barigoule aux olives Taggiasca et basilic ». Jérôme détourne habilement les classiques de la cuisine française, il « joue » subtilement avec le meilleur du terroir régional et sublime le produit jusqu'à en extraire sa quintessence. Un chef qui fait honneur aux lieux : une grande salle de style néogothique avec cheminées, hauts plafonds et chaises cathédrales. Et, par-delà les fenêtres, les jardins aménagés et les remparts de la Cité qui s'étendent à perte de vue...



LE JARDIN D'ÉTÉ

115, rue Barbacane

☎ 04 68 72 47 70

☎ 06 03 99 13 94

lejardindete@orange.fr

Ouvert toute l'année. Basse saison : du mardi au vendredi le midi et le soir ; le samedi soir. Haute saison : tous les jours et les jours fériés le midi et le soir. Mi-saison : ouvert tous les jours midi et soir sauf le lundi. Réservation fortement recommandée en haute saison. Menus de 20 € à 25 €. Menu enfant : 8 €. Formule du midi : 15 € (3 entrées, 3 plats, 3 desserts au choix. Plat du jour : 11 €. Carte). Vin au verre. Chèque Restaurant. Jardin. Terrasse.

Si nous devions dresser le palmarès des plus beaux restaurants avec terrasse de la ville, le Jardin d'Été serait à coup sûr dans le top 5 ! C'est donc dans une superbe cour intérieure aux arbres centenaires située au pied de la cité médiévale, ou dans la salle superbement restaurée où l'art contemporain se marie à merveille aux vestiges

centenaires de cette dernière que vous prendrez place. Ici, on vous servira une cuisine de saison, simple et gourmande : salades, pizzas, viandes grillées au feu de bois sous vos yeux, accompagnés de frites maison ou de légumes de saison. D'autres spécialités viennent compléter la carte comme le foie gras maison, les nems de chèvre aux dattes ou le cassoulet (sur commande). Nouveauté 2013, le restaurant ouvre désormais le midi et propose, en plus de la carte habituelle, une ardoise de grillades au feu de bois. L'accueil très agréable de Carole et Andréa, le service professionnel et les prix très corrects sont autant d'atouts pour mériter, cette année encore, notre mention « coup de cœur ».

■ L'ESCARGOT

7, rue Viollet le Duc
La Cité

☎ 04 68 47 12 55

l.escargot.11@orange.fr

Ouvert toute l'année. Fermé en janvier. Basse saison : le mercredi soir ; du jeudi au dimanche le midi et le soir. Haute saison : tous les jours. Dernières assiettes en haute saison : 23h30. Menu enfant : 10 €. Formule du midi : 14 €. Vin au verre.

Avec sa jolie coquille en fer forgé, l'Escargot situé tout proche de la place du Grand-Puits, a fière allure. Au départ, vous serez séduit par sa façade au style moderne et sa petite terrasse ombragée de toile, où tables et mange debout n'attendent que vous. Une lucarne remplie de bouchons de liège est sans équivoque, ici, on parle de vin. En s'approchant un peu plus, on découvre l'ardoise de l'Escargot où est inscrite la liste des tapas maison, on se sent alors irrésistiblement attiré par la petite salle qui en cache une seconde (plus grande et superbe) à la cave. La décoration des lieux est très réussie, le mélange d'acier, de pierre et de bois rendent l'endroit moderne, classe et très chaleureux. On retrouve cette originalité dans les tapas que Bernard prépare au moment. Parmi les plus originales : émincé de bœuf teriyaki à la plancha, poisson cru mariné à la tahitienne, huîtres gratinées à la hollandaise... Pour les plus « classiques », tout aussi excellents, le chef propose, des cuisses de grenouilles, des brochettes de gambas accompagnées de la sauce du chef (mention spéciale pour les sauces), des brochettes de magret sauce caramel poivre, du foie gras maison... Tout est très bon, surtout accompagné d'une bonne bouteille que Thomas vous suggèrera. Ne passez pas à côté des desserts, les profiteroles maison sont divines. Des soirées à thème sont attendues hors saison, qui auront pour but de vous faire voyager. À suivre...

NOUVEAU

AUDE



Plus de
1 500 livres numériques
au catalogue avec

+ de bons plans, photos, cartes, adresses géolocalisées, avis des lecteurs...



Faites voyager votre tablette numérique !

■ LOU PESCADOU**Route de Saint-Hilaire****Face au golf d'Auriac**☎ **04 30 34 50 23****loupescadoudemarco@hotmail.fr**

Fermé en janvier. Haute saison : ouvert du lundi au samedi le midi et le soir. En basse saison fermé le dimanche toute la journée et fermé le lundi soir et le mardi soir. Carte : 17 € environ (pour le plat principal). Formule du midi : 15 € (entrée + plat + dessert + café + 1 bouteille de vin AOC). Bouillabaisse et plateaux de fruits de mer sur commande. Accueil des groupes (sur réservation). Terrasse.

Depuis que Marco et son équipe ont repris le restaurant, on peut dire qu'il y a eu beaucoup de changement. Commençons par la salle : décoration agréable, ni moderne, ni rustique, ambiance tamisée en soirée rendant l'endroit convivial et chaleureux.

Point fort du restaurant : sa grande terrasse et ses deux bars au milieu d'un parc ombragé. Vous voici à la bonne adresse si vous êtes amateurs de poisson frais et de cuisine espagnole à la plancha. Des « tapas fritas » sont proposées à l'assiette, la sangria maison sera parfaite sur la « Pica-Pica Frito » (pour deux). Côté « poissonnerie », on vous propose des poissons cuits à l'espagnole (rosé à l'arrête), si vous préférez une cuisson « à point », pensez à le préciser au moment de la commande.

L' incontournable de la maison est la parillade de poissons, composée de thon, de rouget, de lotte, de gambas, de langoustines, de calamars et de moules et d'un aioli maison. Pour les plus carnivores, l'entrecôte et le magret sont à la carte et dès les beaux jours (mi-juin), de belles pièces de viandes grillent au feu de bois.

Les vins de l'Aude sont mis à l'honneur et proposés à des prix très corrects. Une adresse très agréable le midi, à ne manquer sous aucun prétexte en soirée, surtout lorsque le restaurant prend des allures de bar de nuit (avec DJ), ambiance garantie.

**LE PAÏCHEROU****2, quai du Païcherou****Rue Tesseyre-Prolongée**☎ **04 68 25 12 05**☎ **06 20 33 88 43****www.le-paicherou.com****contact@le-paicherou.com**

Maitre Restaurateur. Ouvert toute l'année. Fermé 3 semaines en janvier après les fêtes de fin d'année. Basse saison : du mercredi au samedi le soir ; le dimanche midi et soir. Haute saison : du mardi au samedi le soir ; le dimanche midi et soir. Menus de 22 € à 27,50 € (menu Comptoir à 27,50 €, uniquement en basse saison). Menu enfant : 10 €. Accueil des groupes (grande salle de banquets jusqu'à 150 convives). Terrasse. Animation. Parking bus et autos. Dancing ; piste de danse extérieure.

Une véritable institution connue depuis des générations ! Les lieux et la cuisine s'adaptent aux saisons.

Dès que les journées s'accourcent et se rafraichissent, Hélène vous accueille dans sa salle de restauration décorée avec raffinement et modernité. Vous y dégusterez des plats traditionnels issus de la « bistro-nomie » tels que la joue de bœuf, le parmentier de canard et bien d'autres mets savoureux et mijotés à découvrir ou redécouvrir sur un fond musical jazzy.

D'ailleurs, certains soirs le week-end, des groupes se produisent en live et des soirées thématiques très originales y sont organisées comme « jazz et voyance » par exemple. Si vous aimez la danse, le dimanche après-midi, vous pourrez prolonger votre repas de quelques tours de piste, dans le spacieux dancing, pour une valse, un tango ou un paso doble au son des meilleurs orchestres « musette » de la région qui vous feront virevolter.

Lorsque les beaux jours reviennent, c'est l'emblématique guinguette avec son inimitable ambiance, sa terrasse, ses succulentes grillades au feu de bois, cuites devant vous et la magnifique piste de danse extérieure et ombragée de 250 m², qui reprend le flambeau sur les rives de l'Aude pour le plus grand plaisir de tous.

■ LE PARC FRANCK PUTELAT**80, chemin des Anglais**☎ **04 68 71 80 80****www.restaurantleparckfrackputelat.fr****fr.putelat@wanadoo.fr**

Fermé une semaine en janvier et 2 semaines en mars. Ouvert du mardi au samedi et les jours fériés le midi de 12h15 à 13h30 et le soir de 19h30 à 21h30. Réservation recommandée. Menus de 69 € à 140 €. Menu enfant : 23 €. Formule du midi : 37 € (sauf week-end). Vin au verre. Accueil des groupes (jusqu'à 100 personnes). Chaises bébé. Jardin. Terrasse.

Tous les gastronomes vous le diront, le Parc est l'incontournable de Carcassonne. Après une première étoile en 2002, un Bocuse d'argent en 2003, Franck peut désormais afficher une deuxième étoile bien méritée. Dès votre arrivée dans son restaurant situé au pied de la Cité médiévale, vous sentirez qu'il règne ici une atmosphère d'excellence, de modernisme et de créativité. Installé dans la superbe salle à la décoration design ou en terrasse, la cuisine du chef émoustillera vos sens et vos papilles tout au long du repas : tartare-frites ; huître Gillardeau n°1 ; filet de bœuf, pomme de terre monalisa ; volaille fermière du Lauragais rôtie, carbonara de cuisine aux truffes et foie gras de canard ; profiteroles...

Les produits cuisinés sont pour la plupart issus de producteurs locaux et sont sublimes par le talent du chef. Thomas Brieu, le sommelier, vous proposera le meilleur vin pour accompagner votre repas. Pour parfaire cet écrin, Franck Putelat vient d'agrémenter les lieux d'un hôtel dont les chambres sont une invite au luxe et à la volupté.

■ LA TABLE DE NORBERT

NOUVEAU
74, allée d'Iéna
☎ 04 68 47 86 60
latabledenorbert11@orange.fr

Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi et le soir. Formule du midi : 14,90 € (assiette repas copieuse). Vin au verre. Chèque Restaurant. Terrasse chauffée en hiver. Bien plus qu'un simple restaurant, la Table de Norbert séduit pour son cadre, pour la qualité de la cuisine et pour Norbert ! Figure emblématique de Carcassonne, cet ancien boucher, jadis roi des nuits carcassonnaises a ouvert un restaurant qui lui ressemble vraiment, un cadre chaleureux pour recevoir ces « amis » clients. Ambiance boucherie chic avec des cornes de taureau en guise de poignée de porte, carreaux de faïence autour du bûcher et de la rôtisserie, planches à découper et leurs hachoirs et de superbes balances Duchesne. En salle, le feu de la cheminée crépite, la grille rougeoyante n'attend plus que votre entrecôte, votre tournedos, votre magret, la viande est goûteuse et tendre à souhait, les cuissons sont toujours maîtrisées, mais, si toutefois elle ne convenait pas, Norbert met un point d'honneur à ce que vous lui en fassiez part dès le plat servi, car ici, pas de malentendu ! Côté vin, vous trouverez quelques bons vins du département et celui de ses amis artistes, Pierre Richard, Gérard Depardieu, Laurent Géra, Carole Bouquet... Les desserts maisons achèveront en douceur votre repas, la tatin est délicieuse ! La terrasse couverte et chauffée est très appréciée des fumeurs. Un conseil, pensez à réserver tant l'adresse est prisée.

■ LES TERRASSES DE LA CITÉ

5, place Marcou ☎ 04 68 72 07 99
www.lesterrassesdelacite.com
info@lesterrassesdelacite.com

Fermé de janvier à février. Haute saison : ouvert tous les jours à partir de 9h et le soir jusqu'à 2h. Menus de 13 € à 22 €. Menu enfant : 8 €. Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Jardin. Terrasse.

Voici une adresse qui fait l'unanimité à la Cité, les touristes de passage l'adorent, et les Carcassonnais sont « fans » de l'endroit. Le secret de cet engouement est le résultat d'une bonne alchimie : un cadre magnifique côté jardin où vous installerez à l'ombre des grands arbres, la terrasse sur la place Marcou pour profiter de l'animation et deux salles où la décoration est un subtil mélange de vieilles pierres et de design. Le Cadre ne fait pas tout, on y vient aussi (et surtout) pour la qualité de la cuisine, les plats proposés sont garantis « fait maison ». Tous les jours, le restaurant est livré en produits frais que l'on retrouve dans nos assiettes. Les salades sont copieuses, les viandes grillées à la plancha ainsi que les poissons sont irréprochables et le cassoulet est réalisé selon la recette traditionnelle. Les amateurs de pizzas ne seront pas dupes, les pâtons sont préparés tous les matins et les garnitures qui les composent ne sortent pas de boîtes de conserve ! Qu'il y ait beaucoup de monde ou non, le service est pro et la bonne humeur (communicative) de l'équipe est toujours au rendez-vous. Service « non-stop » à partir de 9h jusque tard le soir, idéal donc, après les spectacles du festival de la cité. Une adresse « coup de cœur ».

Le gîte

■ ASTORIA**

18, rue Tourtel
☎ 04 68 25 31 38
www.astoriacarcassonne.com
info@astoriacarcassonne.com


Sud de France. Ouvert toute l'année. Accueil jusqu'à 20h (et digicode). 22 chambres. Chambre double de 35 € à 74 € ; chambre triple de 51 € à 84 €. Petit déjeuner buffet : 8 €. Lit supplémentaire : 10 €. Parking fermé : 5 € (8 € dans le garage privé). Gratuit pour les enfants de moins de 2 ans qui utilisent la literie en place, 6 € avec ajout d'un lit bébé. Chambres familiales jusqu'à 5 pers de 70 € à 94 €. Certaines chambres n'ont pas de salle de bains et toilettes privatives. American Express, Chèque Vacances. Wifi gratuit. Restauration (pique-nique : 8 € – sur commande –). Tv satellite.

L'hôtel à plusieurs atouts : sa situation en centre-ville de Carcassonne, sa proximité de la gare SNCF, du Canal du Midi et de la cité médiévale (15 minutes à pied). Les 22 chambres sont divisées en deux bâtiments, toutes les chambres offrent une décoration personnalisée dans des tons actuels et une literie couette. Certaines disposent de la climatisation, les doubles sont plutôt spacieuses et certaines permettent d'accueillir des familles ou groupes de 5 personnes – la plupart des chambres possèdent une salle de bains et des toilettes privatives. Un parking et un garage (sur réservation) sont à disposition ainsi qu'un garage gratuit et fermé réservé aux vélos et aux motos. Des petits plus comme la location de vélo, la préparation de panier pique-nique (sur commande) sont proposés, pratique si l'on veut se programmer une balade sur le canal ou faire le tour des remparts de la cité autrement. Le copieux petit déjeuner avec une belle présence des produits du terroir est servi en salle de 7h à 10h. Un très bon rapport qualité-prix pour cet hôtel familial 2-étoiles adapté à tous les budgets.

■ BALLADINS***

Rue Vasco de Gama
21 Pont Rouge ☎ 04 68 72 76 76
www.hotellcarrassonne.eu
carcassonne.pontrouge@balladins.com


Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24. 50 chambres. Chambre double de 39 € à 149 €. Petit déjeuner buffet : 7 €. Parking fermé inclus. Chèque Vacances. Animaux acceptés (8 €). Wifi gratuit. Tv satellite, Canal +. Salle de réunion.

L'hôtel Balladins propose des prestations de qualité. Situé au niveau de la zone commerciale du Pont Rouge, son accès est simple et rapide que l'on vienne de Narbonne ou de Toulouse. Le Canal du Midi se trouve à environ 500 mètres et la cité médiévale à cinq minutes en voiture. Les chambres sont neuves, elles offrent une décoration moderne, une literie de qualité en 180 avec couette, écran plat, Canal+, la climatisation, des salles de bains avec douche, wifi gratuit, un parking fermé, l'accueil est professionnel alors, à ce prix-là, que demander de plus !

■ BEST WESTERN HOTEL LE DONJON****

La Cité

2, rue du Comte-Roger

☎ 04 68 11 23 00

www.hotel-donjon.fr

info@bestwestern-donjon.com



Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24. 62 chambres. Chambre double de 105 € à 185 €; suite de 150 € à 445 €. Pension complète. Demi-pension. Petit déjeuner buffet ou en chambre : 12 € (gratuit pour les moins de 12 ans). Lit supplémentaire : 20 €. Parking fermé : 12 €. American Express, Diners Club, Chèque Vacances. Animaux acceptés (10 €). Séminaires. Réceptions et mariages. Wifi gratuit. Restauration (menus de 17 € à 29,50 €). Tv satellite.

Situé au cœur de la cité, cet hôtel de grand standing est constitué de trois maisons. Chacune d'entre elles allie l'esthétique médiévale et contemporaine. La maison du Donjon est le bâtiment principal. Ses chambres jouissent toutes d'une belle vue, que ce soit sur les tours crénelées de la cité, sur la basilique Saint-Nazaire ou sur un patio.

En face, la maison du comte Roger abrite cinq chambres au décor romantique. Enfin, la maison des Remparts se trouve à une centaine de mètres (escalier classé du XIII^e siècle). Pour les plaisirs du palais, la Brasserie du Donjon vous attend avec une carte qui comprend des mets tels que : foie gras de canard poêlé, confiture de cerises basque, cocotte d'agneau aux saveurs des garrigues, palette découverte des fromages de chèvre audois... Autre plaisante adresse associée à l'hôtel : le Comptoir des Vins et Terroir où Stéphanie Delmotte vous fera découvrir le meilleur du terroir audois avec une sélection des meilleurs vins et (si vous le souhaitez) accompagnés de petits plats maison ou d'assiettes de charcuterie ou de fromage.

■ LE DOMAINE D'AURIAC*****

Route de Saint-Hilaire

☎ 04 68 25 72 22

www.domaine-d-auriac.com

auriac@relaischateaux.com



Sud de France. Relais et Châteaux. Label Le Pays Cathare. Fermeture annuelle : Hôtel et restaurant principal fermés du 6 janvier au 11 février 2013 inclus et du 3 au 11 novembre 2013 inclus. Accueil 24h/24. 24 chambres. Basse saison : de 190 € à 420 €. Haute saison : de 270 € à 450 €. Demi-pension : 110 € (supplément par jour et par personne). Petit déjeuner : 23 € (12 € pour les moins de 12 ans, continental). Lit supplémentaire : 25 €. Parking fermé inclus (vidéosurveillance). Taxe de séjour de 1.50 € par jour et par personne. American Express, Diners Club. Animaux acceptés (15 € par nuit). Séminaires. Réceptions et mariages. Wifi payant. Restauration (golf 18 trous sur place, tarifs préférentiels pour les clients). Vente.

Au cœur d'un parc tricentenaire, l'un des plus beaux domaines de la région abrite une grande maison ainsi qu'un magnifique golf 18 trous. D'autres bâtisses aux noms évocateurs comme la maison « du Boulanger » ou celle « de l'Ecuyer » complètent le décor. Vous aimerez flâner dans le parc orné de nombreuses variétés d'arbres et de fleurs, où le chant des oiseaux est parfois perturbé par le léger bruit des caddies électriques du golf... Les chambres offrent un mariage étonnant de classicisme et de modernité, où les couleurs vives viennent côtoyer les mobiliers grand siècle. A noter que des chambres ont été renouvées : certaines ont vu leur intérieur bénéficier d'une touche de modernité, tandis que d'autres se sont vu offrir de nouvelles ouvertures donnant sur le parc.

Attention : fermeture hebdomadaire de l'hôtel et du restaurant : dimanche soir et lundi toute la journée du 12 Février au 29 avril 2013 et du 6 octobre au 3 mars 2014 hors fêtes et jours fériés. Fermeture hebdomadaire du restaurant : lundi midi, mardi midi et mercredi midi du 6 mai 2013 au 2 octobre 2013 inclus hors fêtes et jours fériés.

■ HÔTEL DE LA CITÉ –

RESTAURANT LA BARBACANE*****

Parvis de la basilique Saint-Nazaire

Place Auguste-Pierre-Pont

Cité Médiévale

☎ 04 68 71 98 71

www.hoteldelacite.fr

banquet@hoteldelacite.com



Fermeture de fin janvier à début mars. Accueil 24h/24. 60 chambres (prix en fonction de la saison et des disponibilités). Chambre double de 185 € à 355 €; suite de 415 € à 885 €. Demi-pension (plusieurs catégories, se renseigner auprès de l'établissement). Petit déjeuner buffet ou en chambre : 28 €. Lit supplémentaire : 80 € (gratuit pour les enfants de moins de 12 ans). Parking fermé : 16 € (garage 21 €, et parking ouvert non surveillé gratuit). American Express. Garde d'enfants. Animaux acceptés (petits). Séminaires. Réceptions et mariages. Poste Internet. Wifi gratuit. Restauration. Tv satellite, Canal +.

Construit au début du XX^e siècle sur l'emplacement de l'ancien palais épiscopal, ce palace dresse fièrement ses murs en pierres apparentes, ses boiseries et ses vitraux. C'est l'hôtel le plus chic de la Cité. Sans équivoque ici tout n'est que luxe beauté et volupté. Vous pourrez être fier d'y avoir dormi à l'instar de personnalités célèbres (Colette était, par exemple, une habituée du lieu, ainsi que certains artistes programmés aujourd'hui au festival de la Cité).

Les tarifs des chambres – qui sont aussi classiques que luxueuses et raffinées et d'une taille minimale de 25 m² –, varient selon qu'elles donnent sur une cour intérieure, les remparts ou sur la place. Idem pour les suites, suivant que leur belle terrasse a vue sur le jardin et les remparts, ou jouit d'une vue panoramique

sur Carcassonne et la Cité, comme c'est le cas de la splendide suite « Château ». A noter les suites « Villa », trois suites dans un bâtiment indépendant, idéales pour les familles et groupes. Le restaurant étoilé de l'hôtel, La Barbacane, est lui aussi exceptionnel, la cuisine de Jérôme Ryon se veut traditionnelle et propose des associations de saveurs inédites mais toujours réussies.

HÔTEL L'OCTROI***

143, rue Trivalle

☎ 04 68 25 29 08

www.hotel-octroi.fr
hotelscarcassonne@gmail.com



Logis. Ouvert toute l'année. Accueil jusqu'à 22h (digicode 24h/24). 21 chambres (dont 3 suites familiales – 24 m² et 65 m² – de 4 à 6 personnes). Chambre double de 75 € à 120 € ; suite de 143 € à 250 €. Petit déjeuner : 12 €. Lit supplémentaire : 15 €. Parking : 10 € (garage : 15 €). Voir les promotions et réservations sur le site Internet de l'hôtel. Chèques non acceptés. American Express, Diners Club, Chèque Vacances. Animaux acceptés (5 €). Poste Internet. Wifi gratuit. Tv satellite, Canal +.

L'Octroi est la suite logique des hôtels de Cécile et Stéphane Rives, l'hôtel Le Château pour le très haut de gamme, le Montmorency et l'Octroi, tous deux en 3-étoiles, mais offrant chacun une atmosphère différente. Le point commun entre tous ces établissements est le soin apporté à la décoration, au bien-être de la clientèle, la proximité immédiate de la Cité et un très bon rapport qualité-prix. L'Octroi adopte un design pop, haut en couleur et rempli de peps.

Nouveau pour encore plus de confort : un bar-lounge des plus agréables et une piscine extérieure, du plus bel effet ! – chauffée à 28°C – est ouverte de Pâques à fin octobre. Le spa Carita/Decléor, auquel les clients de l'hôtel ont accès est situé à 150 mètres, il dispose d'un hammam, d'un bain à remous et propose des soins du corps. Toutes les chambres ont une déco personnalisée et résolument moderne. La qualité de l'accueil et du service sont irréprochables et contribuent à la bonne réputation de l'hôtel.

LE MONTMORENCY***

2, rue Camille-Saint-Saëns

☎ 04 68 11 96 70

www.lemontmorency.com



Ouvert toute l'année. Accueil 24h/24. 31 chambres (dont 2 grandes suites). Chambre double de 80 € à 160 € ; chambre triple de 105 € à 125 € ; suite de 250 € à 420 €. Petit déjeuner : 12 €. Lit supplémentaire : 15 €. Parking : 10 €. American Express, Diners Club, Chèque Vacances. Animaux acceptés (5 €). Poste Internet. Wifi gratuit. Tv satellite. Hammam, bain bouillonnant. Second bâtiment lié à l'Hôtel du Château, Le Montmorency est une halte détente entre médiéval

et modernité, au pied de la cité de Carcassonne. Un personnel jeune et dynamique vous guidera vers l'une des 31 chambres, toutes très bien équipées et d'un grand confort. Vous aurez alors le choix entre l'une des chambres contemporaines aux coloris tendance mêlant le rose à l'orange, le violet ou le noir agrémentées de mobilier design, ou alors une chambre plus traditionnelle avec parquet et décor raffiné. Comme les clients de l'Hôtel du Château, vous pourrez profiter de nombreux services communs comme le superbe spa Carita-Decléor avec trois cabines de massage, un hammam, un bassin de nage avec Jacuzzi intégré, la piscine extérieure chauffée (ouverte de Pâques à Toussaint) et le Jacuzzi extérieur chauffé à environ 34°C (ouvert toute l'année). Le personnel est prévenant et discret et mettra tout en œuvre pour que votre séjour à Carcassonne soit inoubliable. Pour plus de sérénité, un parking privé et fermé est à votre disposition.

■ **PONT LEVIS HÔTEL*****

40, chemin des anglais

☎ 04 68 72 08 08

www.pontlevishotel.com
contact@pontlevishotel.com



Ouvert toute l'année. 12 chambres. Basse saison : chambre double de 180 € à 260 €. Haute saison : chambre double de 260 € à 360 €. Petit déjeuner buffet ou en chambre : 23 € (à 25 € ; – de 12 ans : 15 €). Parking : 12 € la journée. Wifi gratuit. Piscine ouverte de juin à septembre de 10h à 22h.

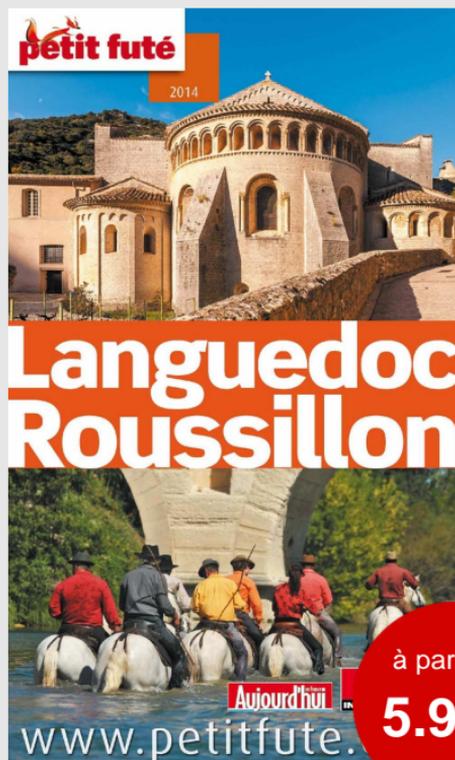
Si nous devions dresser le palmarès des hôtels les plus étonnants de la ville, celui-ci serait à coup sûr en tête de liste. Cette bâtisse du XVIII^e siècle, propriété de la famille Pautard depuis 40 ans, abritait autrefois un restaurant gastronomique tenu par Henri Pautard. Après un an de travaux, elle retrouve sa superbe et devient, grâce aux enfants d'Henri, un superbe hôtel indépendant offrant luxe, design et volupté, avec en toile de fond, la Cité de Carcassonne. Les matériaux utilisés pour cette restauration ont été judicieusement choisis, l'acier Corten, le bois et le marbre, le tout rehaussés de jeux de lumière soignés donnant à l'ensemble une atmosphère résolument contemporaine évoquant subtilement dans chacun de ses détails le passé médiéval de la ville.

Tantôt extravagantes, tantôt plus sages, et toutes uniques, les chambres offrent un confort XXL. Que ce soit la chambre « Pont levis » dont le lit (stable) soutenu par 4 grosses chaînes fixées au plafond est des plus étonnantes ou celle à la salle de bain-cube aux dimensions démesurées dont la mosaïque rouge recouvre les murs du sol au plafond, elles réservent toutes leur lot d'émotions sensorielles à fleur de matières. Depuis le parc qui domine l'hôtel ou de la piscine de 11 m x 4 m, vous profiterez de la vue sur la cité millénaire. Nous avons là incontestablement, une très belle réussite architecturale et design qui interpelle toutes les envies.

LA VERSION COMPLETE DE VOTRE GUIDE

LANGUEDOC ROUSSILLON 2014

en numérique ou en papier en 3 clics



à partir de

5.99€

Cliquer ici

Disponible sur

