

# au deMAG

LE JOURNAL DE L'AUDE ET DES AUDOIS·ES

#SPÉCIAL ÉTÉ

JUILLET/AOÛT

2020



SAVOURER L'ÉTÉ  
**DANS L'AUDE**  
C'EST AVOIR TOUT BON!

NATURE, PLAGES, SPORTS, GASTRONOMIE, ARTISANAT,  
PATRIMOINE... TOUS LES BONS PLANS POUR PROFITER  
SANS MODÉRATION DE L'ÉTÉ AUDOIS.

# Un été dans l'Aude

Voici – enfin ! – revenu le temps des réjouissances estivales. Un été patiemment attendu de tous et qui prendra une saveur particulière après ces longues semaines de confinement. Si les perspectives d'un été rabougri sur notre canapé sont désormais derrière nous, celles des vacances de proximité et de la (re)découverte de nos terroirs sont plus que jamais d'actualité ! Balades nature en famille, périple à vélo entre amis, baignades en mer ou en rivière, vadrouilles gastronomiques, visites des trésors de notre patrimoine ou à la rencontre des artisans d'art... *audeMAG* vous emmène à l'aventure à travers le département et vous livre tous les bons plans pour savourer pleinement votre été dans l'Aude.

## Sommaire

<b>LES PIEDS DANS L'EAU</b>	<b>P.4</b>
<b>NATURE ET GRAND AIR</b>	<b>P.6</b>
<b>LES TRÉSORS DU PATRIMOINE AUDOIS</b>	<b>P. 14</b>
<b>ARTISANAT D'ART</b>	<b>P. 22</b>
<b>LE MEILLEUR DE LA GASTRONOMIE</b>	<b>P. 24</b>
<b>LES BONS PLANS HÉBERGEMENT</b>	<b>P. 29</b>
<b>LES RENDEZ-VOUS DE L'ÉTÉ</b>	<b>P. 30</b>



Directrice de la communication : **Laurence Perez** - Rédacteur en chef : **Frédéric Frangeul** -  
Rédaction : **Julie Subtil, Martine Montagne, Armelle Nébilon** - Secrétariat de rédaction : **Julie Subtil** -  
Graphisme : **Aurélié Houeix, Laurence Tixier** - Crédits photos : **Agence de développement  
touristique de l'Aude, EsTeFoTo, Idriss Bigou-Gilles, iStock, Vincent Photographie, DR.**



Plus d'infos sur  
[www.aude.fr](http://www.aude.fr)



**Département  
de l'Aude**

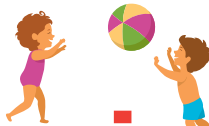


Reportages, documentaires, actus...  
Toute l'Aude en vidéo sur **audeTV**



Impression : **Imprimerie Debourg**

Imprimé sur du papier provenant de forêts gérées durablement.



# Le kit du vacancier

Vacances nature, sportives, évasion ou farniente... *audeMAG* dresse pour vous le kit indispensable d'un été dans l'Aude, avec, cette année, quelques nouveautés à ajouter à votre panoplie du parfait vacancier !

## UN MASQUE



Assorti à votre maillot de bain ou à votre tenue d'explorateur, cousu main ou acheté en pharmacie, le masque est le nouvel accessoire indispensable de votre été ! Obligatoire dans les transports en commun, dans certains commerces et lieux de visite, son port reste recommandé tout l'été par les autorités sanitaires quand les mesures de distanciations ne peuvent être maintenues.

## UN MAILLOT DE BAIN ET UNE SERVIETTE

Le duo de choc pour vos plongeurs en eau douce ou en eau salée, mais aussi pour la pratique des sports d'eaux vives et nautiques, et les batailles d'eau improvisées...



## DES CHAUSSURES DE SPORT

Utiles à tout moment ! Que cela soit pour arpenter en famille les sentiers découverte de nos espaces naturels sensibles, sillonner l'Aude à vélo ou encore vous essayer à la pratique d'activités d'aventure.



## UN PANIER PIQUE-NIQUE OU UNE GLACIÈRE

À garnir du meilleur de la gastronomie locale pour combler petits et gros creux, et profiter du moindre coin de nature audoise !



## DES JUMELLES

L'accessoire incontournable des amoureux de la nature ! Idéales pour observer la richesse de la faune et de la flore audoise, mais aussi pour admirer de loin les trésors de notre patrimoine.



## UN CHAPEAU, DES LUNETTES ET DE LA CRÈME SOLAIRE

La combinaison essentielle pour se protéger efficacement du soleil, qui devrait se montrer particulièrement généreux cet été encore... Tous les looks sont permis, mais assurez-vous de choisir des lunettes 100 % anti UV et une crème solaire d'indice 30 minimum. En cas de fortes chaleurs, veillez également à bien vous hydrater.



## UN FLACON DE GEL HYDRO-ALCOOLIQUE

Glissé dans la poche, le panier pique-nique ou le sac de randonnée, le gel hydro-alcoolique est le deuxième allié santé de vos vadrouilles estivales ! À compléter, bien sûr, par un lavage régulier et vigoureux des mains à l'eau et au savon.



## UNE POUBELLE DE POCHE

Un sac plastique au fond du sac, un cendrier de plage... Cet été, on reste civilisé et respectueux de l'environnement en ramassant nos déchets.



# Les pieds dans l'eau

Pour combler vos envies de fraîcheur et de trempette en mer ou en rivière, *audeMAG* vous dévoile la carte des spots de baignade surveillée et d'activités les pieds dans l'eau sur le département.



## Consignes sanitaires

Baignade et bains de soleil sont désormais autorisés sur l'ensemble des plages du département, tout comme les activités nautiques et d'eaux vives. En cas de doute ou de changement dans l'actualité, consultez le site de la préfecture de l'Aude [www.aude.gouv.fr](http://www.aude.gouv.fr) ou [www.aude.fr](http://www.aude.fr).

Le respect des **mesures barrières et de distanciation physique** continuent de s'appliquer :

- Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique.
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans son mouchoir.
- Se moucher dans un mouchoir à usage unique puis le jeter à la poubelle.
- Éviter de se toucher le visage.
- Respecter une distance d'au moins un mètre avec les autres ou porter un masque si la distance ne peut être respectée.
- Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades.

### MONTAGNE NOIRE



### Légende



Plages et lieux de baignade surveillée par le Sdis



Stations labellisées Pavillon Bleu 2020 ([www.pavillonbleu.org](http://www.pavillonbleu.org))



Parcs aquatiques



Activités nautiques




Activités d'eau vive



## BAIGNEZ-VOUS, LES POMPIERS VEILLENT

En juillet-août, les sapeurs-pompiers volontaires du service départemental d'incendie et de secours de l'Aude assurent la surveillance d'une quarantaine de spots de baignade sur le département, côté mer, comme côté terre.

 [sdis11.fr](http://sdis11.fr)



# Les merveilles sauvages de l'Aude

Besoin d'air? Cap sur sept des espaces naturels sensibles du Département! Ils proposent des circuits pédagogiques, accessibles par des sentiers balisés. Idéal pour conjuguer plaisir de la balade et découverte de l'environnement.

## La forêt de la Montagne Noire

Arpentez cette forêt remarquable peuplée de résineux, de hêtres et de chênes majestueux, dans laquelle vit une faune étonnante.

**Les merveilles** : le massif forestier et l'autour des palombes (rapace).

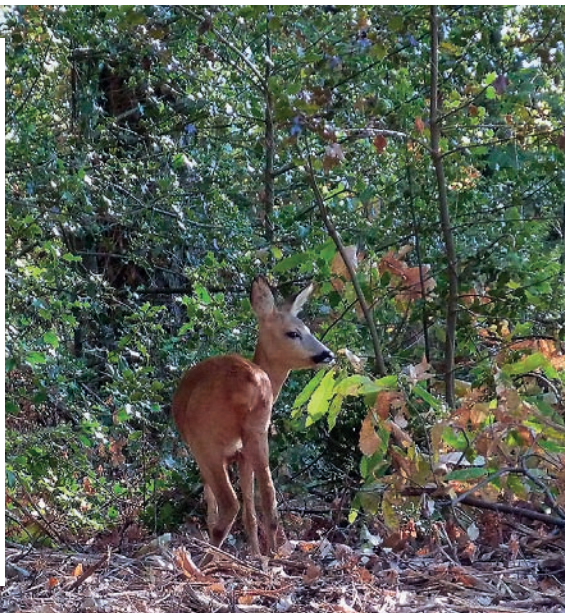
**Les animaux observés** : 17 espèces de chauve-souris, la grenouille rousse, la salamandre tachetée, le triton palmé.

**La flore** : le sapin de Douglas, un géant qui peut atteindre 50 m de haut et vivre 500 ans!

**Boucle « Entre prairies et futaies » (3h30)** : 12 km - 300 m de dénivelé - Difficulté moyenne.

**Boucle « Pic de Nore » (5h30)** : 19 km - 600 m de dénivelé - Difficulté importante.

**Accès** : à 40 km de Carcassonne par le D 118. Parking du stade des Martyrs.



## La forêt des Plos



Rendez-vous à Greffeil pour marcher sur les traces du sorcier ou arpenter les ruines de l'Escoubille en longeant la jolie rivière du Lauquet.

**Les merveilles** : les murs à abeilles et les cabanes de pierres sèches.

**Les animaux observés** : la bergeronnette des ruisseaux, la rainette méridionale.

**La flore** : la benoîte commune, le roseau commun, les plantes mellifères.

**Boucle « L'Escoubille » (3h30)** : 10 km (variante 6 km) - 450 m de dénivelé - Difficulté moyenne.

**Boucle « La maison du sorcier » (3h)** : 8 km - 300 m de dénivelé - Difficulté moyenne.

**Accès** : parking sur la D 56 à la sortie de Greffeil, à 24 km au sud de Carcassonne.



Sur les 17 espaces naturels sensibles que possède le département de l'Aude, seulement une dizaine est accessible au public.



## La cascade de Cubserviès

Des panoramas à couper le souffle et un environnement rafraîchissant, très apprécié des randonneurs.

**La merveille :** la cascade haut-perchée qui jaillit sur 90 m.

**Les animaux observés :** le lézard vert, le lézard hispanique, le lézard des murailles.

**La flore :** les saxifrages, la capillaire des murailles et le nombril de vénus.

**Boucle « Les glaciers » (2 h 30) :** 7 km - 190 m de dénivelé - Facile.

**Accès :** 33 km de Carcassonne par la D 9 et la D 101. Parking du lac Pradelles-Cabardès.

**Boucle « La cascade » (5 h) :** 16 km - 700 m de dénivelé - Difficile.

**Accès :** 24,2 km au nord de Carcassonne par la D 101.

## La forêt de La Rouge

Partez à l'assaut de Saissac et de son village perché qui domine la plaine audoise avec une vue spectaculaire sur les Pyrénées.

**La merveille :** la diversité forestière.

**Les animaux observés :** la musaraigne aquatique, la genette, la martre et plus d'une trentaine d'espèces d'oiseaux.

**La flore :** le cyprès chauve et la grande fougère osmonde royale.

**Boucle « Entre château et rigole » (5 h 30) :** 18 km - 350 m de dénivelé - Difficulté moyenne.

**Accès :** parking près du stade (face à la gendarmerie).

**i** À partir du 15 juillet, retrouvez tous les parcours sur le nouveau site dédié aux espaces naturels sensibles de l'Aude, [www.ens.aude.fr](http://www.ens.aude.fr).



### Les sagnes de Laprade



Le circuit aménagé autour du lac, au départ de Laprade-Basse, permet de découvrir la tourbière, le marécage et tous ses petits habitants.

**Les merveilles :** les zones humides et les plumeaux blancs de la linaigrette.

**Les animaux observés :** la libellule anax empereur, la grenouille rousse, le damier de la succise, un papillon typique des tourbières.

**La flore :** la plante carnivore drosera à feuilles rondes et la reine des prés.

**Randonnée entre forêts et tourbières :** 8 km - 200 m de dénivelé - Difficulté moyenne.

**Accès :** parking du hameau Laprade-Basse.

#### En randonnée les gestes à adopter

Évitez de cueillir fleurs et plantes • N'allumez pas de feu et ne fumez pas • N'abandonnez aucun déchet sur les sites • Soyez discret pour ne pas déranger les animaux • Restez sur les sentiers

### La forêt de Saint-Rome Fenouillères

Vestiges miniers, œufs de dinosaures, marbre rose... Explorez les richesses du sous-sol des Corbières.

**La merveille :** la cascade de tuf.

**La flore :** la gagée, une petite plante à fleurs jaunes.

**Boucle « La rando du géologue » :** 9 km - 316 m de dénivelé - Difficulté moyenne.

**Accès :** sur la D 106, direction Castastel, parking du lac (Albas).

**Boucle « Le fer oublié du plateau de Lacamp » :** 12,1 km - 575 m - Difficulté moyenne. Lire aussi p. 23.

**Accès :** place de la Fontaine à Palairac.





### Birdwatching Narbonnaise, l'appli des ornithologues

Envie d'observer les 350 espèces d'oiseaux du Parc naturel régional de la Narbonnaise ? Téléchargez gratuitement l'appli « Birdwatching Narbonnaise ». Vous saurez tout sur leur comportement, leur habitat et les mois de présence. Tout pour devenir incollable.

**i** Disponible sur iOS et Android  
[www.parc-naturel-narbonnaise.fr/applis-mobile/birdwatching-narbonnaise](http://www.parc-naturel-narbonnaise.fr/applis-mobile/birdwatching-narbonnaise)



## La Genivrière-Bugarach



Partez à la rencontre du site archéologique de la verrerie des Salines à Sougraigne puis découvrez la falaise de la Falconnière qui abrite plusieurs espèces de vautours.

**La merveille :** l'observatoire des vautours de Bugarach.

**Les animaux observés :** le gypaète barbu, un des vautours les plus rares et les plus menacés, reconnaissable à son poitrail orange.

**La flore :** plus de 80 espèces d'orchidées sauvages.

**Boucle « Entre sel & verre » (1 h 30) :** 5 km - 100 m de dénivelé - Facile.

**Accès :** parking de la forêt domaniale de l'Eau Salée, à Sougraigne.



### Naturels oui, mais pourquoi sensibles ?

Parce que ces sites reconnus pour leur patrimoine naturel exceptionnel sont fragilisés ou menacés. Ils sont donc choisis et valorisés par le Département, en accord avec les acteurs locaux en charge de la protection de l'environnement. Cette appellation est une garantie de présence et de protection de la biodiversité.

# « ENSEMBLE, découvrons les espaces naturels sensibles » : 140 animations gratuites

Du 4 juillet au 15 novembre, sortez des sentiers battus et partez explorer les espaces naturels sensibles du département, guidé par des intervenants passionnés. Voici un petit best of, forcément subjectif, des 140 animations proposées. Une seule condition pour en profiter : être curieux. Foncez, c'est gratuit !

## LA MONTAGNARDE

**Dimanche 19 juillet • 15h à 18h**  
Belcaire – Haute-Vallée de l'Aude

**Là-haut il fait si bon !**  
2 km • Facile

Un lac en montagne, des fleurs d'été, une balade botanique dans un cadre sublime... venez prendre un vrai bol d'air !

**Réservation :** Gabriele Teigelkamp  
« La Stellaire », 06 02 29 95 86 • RDV parking du lac près du village.



## LA EFFRAYANTE

**Mardi 21 juillet • 9h30 à 12h30**  
Fleury-d'Aude – Narbonnais

**Les arachnides de la Clape**  
2 km • Facile • + 4 ans

Mal aimés, malmenés, les araignées et les scorpions sont pourtant des animaux étonnants. Avec cet atelier, vous ne verrez plus ces petites bêtes à huit pattes comme avant.

**Réservation :** Stéphanie Dubois « Insectes et Nature », 06 81 44 84 70 • RDV parking du domaine de l'Oustalet, à Saint-Pierre-la-Mer.



## LA LUDIQUE

**Mercredi 22 juillet • 16h à 19h**  
Névian – Narbonnais

**Géants de nature**  
4 km • Facile • + 6 ans

À travers un jeu de piste et des ateliers autour du vent et des éoliennes, venez découvrir ce site où technologie et nature cohabitent. Biodiversité et énergies n'auront plus de secret pour vous !

**Réservation :** Delphine Bruyère « C'est ma nature », 06 49 56 33 64, ou Denis Bernabeu « Les Petits Débrouillards », 06 41 92 41 98 • RDV en venant de Narbonne (D 6113), prendre à gauche la D 24 puis 1<sup>re</sup> à gauche petit parking.

## LA POÉTIQUE

**Mercredi 26 août • 9h30 à 12h30**  
Sallèles-d'Aude – Narbonnais

**Haïkus et couleurs sur une rivière enchantée**  
1,5 km • Facile • + 7 ans

Au fil de la Cesse et du Canal du Midi, laissez le paysage, son histoire et ses légendes vous inspirer et créez des haïkus illustrés à l'aquarelle et aux pastels gras.

**Prévoir :** petit sac à dos pour transporter le matériel fourni.  
**Réservation :** Aude Guerreau « L'Étang d'Art », 06 84 20 48 24, ou Véronique Barrau « Mélusine », 06 77 36 22 87 • RDV parking de Port-la-Robine, en face de la Z.I. (parking privé, se garer juste après).



## LA + SPORTIVE

**Dimanche 6 septembre • 14h30 à 18h**  
Saissac – Carcassonnais

**La rigole à bicyclette**  
20 km • Moyen • + 8 ans

Sur les traces de Riquet, pédalez tranquillement entre le bassin du Lampy et le lac des Cammazes, en profitant d'un cadre naturel exceptionnel et de la fraîcheur des lieux!

**Prévoir :** vélo (VTT/VTC), matériel de réparation vélo, gilet de sécurité, casque.

**Réservation :** David Richin « ASC Saint-Paulet », 06 18 75 43 19 • RDV grand parking du bassin du Lampy.

## LA + INSOLITE

**Samedi 5 septembre • 15h30 à 19h30**  
Axat – Haute-Vallée de l'Aude

**De l'ours du Roussillon à l'ours brun**  
3 km • Moyen • + 8 ans

Comme tous les Pyrénéens, les Axatois ont cohabité pendant des milliers d'années avec des ours. Venez écouter cette histoire le temps d'une balade dans l'une des forêts où vécut le plantigrade. Possibilité de pique-niquer après l'animation.

**Réservation :** Carine Boucabeille « Natura Pirenèus », 06 79 05 46 64 • RDV place Joachim-Estrade, après le pont neuf, à droite en venant de la D 118.



**i** Programme interactif à télécharger sur [www.aude.fr/ensemble-decouvrons-les-espaces-naturels-sensibles](http://www.aude.fr/ensemble-decouvrons-les-espaces-naturels-sensibles). Réservation obligatoire auprès de l'animateur. Groupe de 10 personnes maximum.

## LA + ARTISTIQUE

**Dimanche 20 septembre • 10h à 16h**  
Caunes-Minervois – Carcassonnais

**Marbres et nuances**  
6 km • Moyen • + 8 ans

Partez à la découverte des carrières à ciel ouvert où sont extraits les fameux marbres rouges intenses. Après un pique-nique, vous pourrez participer à des ateliers de création de médaillons d'argile gravés et colorés.

**Prévoir :** pique-nique.

**Réservation :** Sonia Martin et Pascale Legrand « Grains d'Art », 06 88 64 12 38 • RDV au parking de l'ancienne gare.

## LA + NOCTURNE

**Samedi 12 septembre • 17h à 12h**  
Cabrespine – Carcassonnais

**Une nuit dans la forêt**  
5 km • Moyen • + 10 ans

Passer une nuit au milieu des bois, vous en avez rêvé... C'est le moment de vous lancer. Après une soirée au contact des arbres, aurez-vous le courage de dormir seul ? Débriefing au petit déj' et balade matinale pour vous remettre de vos émotions.

**Prévoir :** pique-niques pour le soir, petit déjeuner et lendemain midi, sac de couchage et tente si vous ne voulez pas dormir à la belle étoile.

**Réservation :** Manuel Bourrieau « Epopo-biodiversité », 06 41 28 46 74, ou Mireille Oliver « Gratte Galine », 06 85 45 09 00 • RDV parking à la sortie du village de Cabrespine direction Pradelles-Cabardès (43.363623, 2.457476).

# Prêt pour l'aventure Pays Cathare® ?

Stage de windsurf et de kitesurf sur le littoral, cours de voile sur les plans d'eau douce, activités d'eau vive dans la Haute-Vallée, escalade et randonnée dans les Corbières ou en Montagne Noire... Osez l'aventure audoise en compagnie des prestataires d'activités nature Pays Cathare® ! Des professionnels qualifiés et expérimentés, engagés dans des démarches qualité et de respect de l'environnement, pour des vacances sereines !



© Apherles

## Toutes voiles dehors sur la Ganguise

Envie de sensations, de glisse, de vitesse... Rendez-vous sur le lac de la Ganguise pour larguer les amarres ! Le club nautique de Castelnaudary vous aide à vous jeter à l'eau avec des stages, des cours et des régates. Et si vous préférez l'indépendance, louez un catamaran, une planche à voile ou encore un funboard.

**i** 04 68 60 35 68 - [www.ganguise.com](http://www.ganguise.com)

## Explorez l'étang de Sigean

Choisissez votre embarcation – catamaran, funboard, trimaran, windsurf, kayak ou paddle – et partez de Port-Mahon accompagné d'un moniteur ou en toute liberté à la découverte de cette lagune exceptionnelle. Ici, s'amuser sur l'eau est aussi facile que de faire du vélo.

**i** 09 60 18 13 70 - 06 06 66 78 42 - [www.portmahonsigean.fr](http://www.portmahonsigean.fr)



Retrouvez toutes les coordonnées des prestataires d'activités nature Pays Cathare® sur [www.payscathare.com](http://www.payscathare.com)



## DIDIER ASTRE

Gérant d'Eaurizon, à Puichéric, Termes et Axat

« Kayak, rafting, canyoning, hydrospeed, mais aussi escalade ou spéléologie, nous proposons un large panel d'activités sur l'ensemble du département. Au-delà du sport ou de la performance, nos activités sont surtout prétexte à la découverte du territoire, ses richesses naturelles, géologiques, patrimoniales... J'aime à nous considérer comme des passeurs d'expériences. Adhérer à la marque Pays Cathare®, c'est s'engager dans une démarche qualitative et collective, en synergie avec l'ensemble du territoire. »



## Balades & vous à vélo

Avec ses paysages variés, l'Aude est propice aux plus belles échappées. Alors place aux bicyclettes ou aux VTT, et en quelques tours de roues, à vous les purs moments de détente, de gourmandise et de sensations !

### VOUS ALLEZ DÉGUSTER !

Imaginez le département sur un plateau... de fromages. Pédaler et se régaler. C'est le programme de l'itinéraire « Vélo & Fromages » qui vous emmène à la découverte du patrimoine fromager français. Dans l'Aude, l'itinéraire de 49 km suit la véloroute du Piémont Pyrénéen (V 81), de Puivert à Puilaurens. Une délicieuse façon d'admirer les paysages du plateau de Sault et de la vallée du Rebenty tout en savourant la production d'artisans fromagers aussi passionnés que talentueux.

**i** Pour découvrir l'itinéraire : <https://www.aude.fr/ressources/velo-et-fromage-vous-allez-deguster>



### PÉDALER SANS Y PENSER

Sillonnez les vallons de la Clape et les pistes cyclables de Gruissan sans forcer, en louant un vélo à assistance électrique. Avec un rayon d'action de 50 km, vous visitez la région à votre rythme, de façon ludique et écologique. Profitez aussi des balades guidées organisées par l'office de tourisme de Gruissan (*merc. 9h30, mar. et vend. 17h*).

**i** Location de vélos électriques - 04 68 75 21 60 - réservation balades guidées : [gruissan-mediterranee.com](http://gruissan-mediterranee.com)

### La méditerranée en vélo

Cap sur la belle bleue... Empruntez le parcours du Canal du Midi, entre Argeliers et Le Somail, et suivez le canal de la Robine. Il vous emmènera jusqu'aux plages de sable fin de Port-la-Nouvelle. Et pourquoi ne pas pousser jusqu'en Espagne ?

**i** [www.audetourisme.com/fr/a-voir-a-faire/incontournables/canal-du-midi](http://www.audetourisme.com/fr/a-voir-a-faire/incontournables/canal-du-midi)

#### INFO TRAVAUX VOIE VERTE

Prudence entre le Canal du Midi et Lavelanet, au pied de Montségur. Le confinement a retardé les travaux d'aménagement du chemin de halage. Un itinéraire de substitution est mis en place pour vous permettre de poursuivre votre chemin sans faire de détour.

**i** Toutes les informations sur [www.aude.fr](http://www.aude.fr)

### VTT et liberté

Avec près de 1 700 km de circuits VTT, l'Aude est un paradis pour ceux qui aiment les petits sentiers et les chemins escarpés. Circuits familiaux ou sportifs, il y en a pour tous les niveaux et toutes les envies.

**i** [www.aude.fr/je-randonne-vtt](http://www.aude.fr/je-randonne-vtt)

### Expérience

#### 2 jours à vélo sur le Canal du Midi en Lauragais



De Villefranche-de-Lauragais à Bram, remontez le fil du temps à vélo le long du Canal du Midi sous la nef verdoyante des platanes centenaires. Une expérience de pure détente pour admirer les mécaniques de cette œuvre d'art vivante ! Écluses, moulins, potiers et guinguettes rythment la balade, sans oublier la dégustation du cassoulet de Castelnaudary !

**i** Une expérience à retrouver en détail sur [www.audetourisme.com/fr/experiences](http://www.audetourisme.com/fr/experiences).

# Les trésors du patrimoine audois

Châteaux, abbayes, cités médiévales, musées... Les sites Pays Cathare sont sortis de leur sommeil forcé et vous accueillent tout l'été dans le respect des mesures sanitaires exigées. De quoi faire le plein de découvertes et partir à la conquête de notre patrimoine audois !

1

## ABBAYE D'ALET-LES-BAINS

### Un village médiéval à fleur d'eau

Le village d'Alet-les-Bains se love dans un méandre de l'Aude, entre des collines abruptes. Les imposants vestiges de son abbatale-cathédrale, l'une des plus importantes du Languedoc, dominent le bourg. Arcades et façades à colombage, jardins secrets et eaux de sources y surprennent le flâneur.



## ABBAYE DE CAUNES-MINERVOIS

### La mémoire des pierres

Au pied de la Montagne Noire, Caunes-Minervois apparaît douce et rose, au bord de l'Argent-Double, vivante petite rivière qui la traverse. Les mémoires les plus anciennes y affleurent : dans son abbaye, dans les carrières de marbre, dans ses rues...



2



## ABBAYE DE FONTFROIDE

### Un haut lieu d'inspiration

Fontfroide est l'une des grandes abbayes cisterciennes de France. Seule et magnifique dans le silence habité de la garrigue, elle offre aux jeux du soleil ses belles pierres ocre et roses.

À l'intérieur, l'art et la musique ont trouvé une éternelle source d'inspiration.



3



## ABBAYE DE SAINT-HILAIRE

L'écrin d'un joyau du 12<sup>e</sup> siècle

À mi-chemin entre Carcassonne et Limoux, l'abbaye de Saint-Hilaire est l'un de ces lieux qui parlent à la mémoire collective. Il suffit d'entrer dans le sanctuaire pour sentir ses mille ans d'histoire chatouiller l'imagination.

## ABBAYE DE SAINT-PAPOUL

À la rencontre du maître de Cabestany

De la Catalogne à la Navarre et du Languedoc à la Toscane, l'atelier du maître de Cabestany, artiste majeur de l'art roman, a réalisé des chefs-d'œuvre. L'un d'eux est ici, dans la majestueuse abbaye bénédictine de ce petit village médiéval du Lauragais.

4



5



## ABBAYE DE VILLELONGUE

Une originale parenthèse

Discrètement installée à Saint-Martin-le-Vieil, au fond d'une vallée verdoyante au bord de la rivière de la Vernassonne, Sainte-Marie-de-Villelongue apparaît comme un exemple typique d'abbaye cistercienne. À l'intérieur pourtant, loin de l'austérité de cet ordre, la fantaisie domine...

### Les sites Pays Cathare en pratique

Horaires, tarifs, conditions de visites, mesures sanitaires, actualités...

Toutes les infos pratiques pour visiter les sites Pays Cathare sont à retrouver sur [www.payscathare.org](http://www.payscathare.org) et sur l'appli **Pays cathare, le guide**, disponible sur tous les stores.

6



7



## ABBAYE ET CITÉ MÉDIÉVALE DE LAGRASSE

Un site majeur haut en couleurs

Une petite vallée entourée de collines escarpées au bord de la rivière Orbieu : c'est ici qu'a prospéré la plus grande abbaye bénédictine du Languedoc médiéval. Sur l'autre rive, l'un des « plus beaux villages de France » invite à découvrir de riches et parfois truculents trésors...

## CHÂTEAU D'AGUILAR

Le nid d'aigle

Aguilar, le « rocher aux aigles », plane au-dessus des vignes et de la garrigue qui l'assaillent. Autour de lui, cernée par les reliefs des Hautes-Corbières et du majestueux mont Tauch, s'étire la plaine mouvementée de Paziols-Tuchan. Le château, au contact du Roussillon, surveille ce rare accès à la route de Narbonne, et à Carcassonne par le Razès.

8



## CHÂTEAU D'ARQUES

Une résidence francilienne en Corbières

Quelques kilomètres après le château de Coustaussa, une vallée verdoyante s'ouvre. Dans cette douceur inattendue s'élance le donjon d'Arques, un chef-d'œuvre de l'architecture gothique francilienne.

9



## CHÂTEAU DE MONTSÉGUR (ARIÈGE)

L'ancienne capitale de l'Église cathare

Le paysage qui se déploie sous les yeux des visiteurs qui gravissent le mythique « pog » de Montségur est à couper le souffle. On y évoque avec émotion une histoire terrible et passionnante.

Le musée du tranquille village en contrebas en restitue la fidèle mémoire...

10



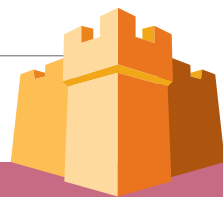
11

## CHÂTEAU DE PEYREPERTUSE

Le vaisseau royal

Elle est la « citadelle du vertige » par excellence. Magnifique vaisseau de pierre épousant sa falaise de calcaire, la forteresse royale s'étend sur 300 m environ et culmine à 800 m au-dessus du village de Duilhac-sous-Peyrepertuse, dominant un paysage exceptionnel. Spectaculaire !





## Vivez ce que vous allez voir... avec les applis Pays Cathare

Profitez d'expériences inédites au cœur de l'histoire et des vingt sites Pays Cathare grâce à nos deux applications de découverte gratuites pour tablettes et smartphones.

- **PAYS CATHARE, LE GUIDE** – Ouvrez grand vos yeux ! Dix châteaux, sept abbayes, deux cités médiévales et un musée vous livrent aujourd'hui leurs secrets les plus intimes, au fil de parcours-découverte, ponctués de croquis, de dessins et d'informations exclusives sélectionnées par les meilleurs experts scientifiques, historiens, archéologues, géologues ou naturalistes. Une expérience interactive et immersive à la croisée du jeu, de la médiation culturelle et du tourisme.
- **CASTRUM, LE JEU** – Pour vivre en famille la grande épopée des Cathares au 13<sup>e</sup> siècle. Plongez dans l'aventure en incarnant un seigneur occitan du Moyen Âge. Face aux assauts des croisés, construisez et développez votre château fort, partez à la recherche d'artefacts, déjouez les pièges de votre ennemi juré et sauvez la culture occitane ! Accessible à partir de 7 ans, cette application mêle culture et jeux, découvertes et défis.

**i** Disponible sur iOS et Android  
[www.payscathare.org/les-applis](http://www.payscathare.org/les-applis)



## CHÂTEAU DE PUILAURENS

L'élégante éminence

Seul sur « le mont Ardu », à 697 m d'altitude, le château veille sur le village de Lapradelle-Puilaurens et la forêt des Fanges environnante. Son crénelage presque intact en fait l'une des forteresses royales les mieux conservées.

12



## CHÂTEAU DE QUÉRIBUS

La proue du monde occitan

De Quéribus, on ne voit d'abord que le donjon massif qui semble s'élancer des Corbières pour aller défier le Fenouillèdes qui lui fait face. Du haut de son éperon rocheux, à 728 m d'altitude, la forteresse royale domine la plaine qui va de Tautavel à Caudiès, déroulant un panorama impressionnant.

13



14

## CHÂTEAU DE SAISSAC

Le trésor de la Montagne Noire

Perché à 450 m d'altitude en bord de plateau, à peine arrimé à son village, le château de Saissac défie les Pyrénées par dessus les plaines carcassonnaise et lauragaise. Son « trésor » témoigne des premières monnaies frappées dans le Midi par le pouvoir royal.

15



## CHÂTEAU DE TERMES

**Le cœur vaillant des Corbières**

Surgissant au sommet de son roc cerné de ravins, colossal, le château de Termes fut le théâtre de l'un des plus célèbres sièges de la croisade contre les Albigeois.



## CHÂTEAU DE VILLEROUGE-TERMENÈS

**Le souvenir du dernier « parfait » occitan**

Bien planté au milieu du village, le château des archevêques de Narbonne arbore de hautes murailles aux tours crénelées. À l'intérieur, le Moyen Âge retrouve vie, couleurs et saveurs. C'est une expérience unique en Europe qui se joue dans ce petit vallon des Hautes-Corbières.



17

## CHÂTEAUX DE LASTOURS

**Un éperon, quatre tours, quarante grottes**

Quatre forteresses royales s'unissent sur la longue crête aride qui domine le village de Lastours. Sur ce site unique en France, l'histoire des hommes de l'âge du bronze croise celle des cathares, des villageois, des artisans, des éleveurs... tous cherchant protection sur cette puissante montagne.

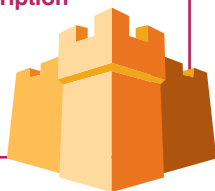
16



## Les citadelles du vertige en lice pour l'Unesco

Perchés sur des pics vertigineux, surveillant l'horizon jusqu'à la Méditerranée, les châteaux d'Aguilar, Lastours, Montségur, Peyrepertuse, Puilaurens, Quéribus et Termes forment autour de la Cité de Carcassonne un ensemble défensif exceptionnel, longtemps réputé imprenable. Bâti sur des constructions datant du 11<sup>e</sup> et du 12<sup>e</sup> siècles, ce modèle d'architecture militaire a été conçu au 13<sup>e</sup> siècle par le roi Philippe Auguste afin d'asseoir le pouvoir royal face aux Albigeois et pour contrôler la frontière franco-aragonaise. C'est donc, ensemble, au titre de « bien en série », que la Cité de Carcassonne et ses châteaux sentinelles de montagne candidatent aujourd'hui à une inscription au patrimoine mondial de l'Unesco.

**i** Pour en savoir plus sur l'histoire et l'architecture des citadelles du vertige, tout connaître de l'actualité de la candidature et rejoindre le comité de soutien, rendez-vous sur [citadellesduvertige.aude.fr](http://citadellesduvertige.aude.fr)



Vous allez vivre  
ce que vous allez voir !

Téléchargez vite l'une  
des 2 applis et **gagnez un  
chargeur de batterie\*** à retirer  
auprès de l'accueil de l'un des  
sites Pays cathare partenaires  
de cette opération.  
La liste est consultable  
sur [www.payscathare.org](http://www.payscathare.org)  
\*dans la limite des stocks disponibles



**PAYS  
CATHARE,  
LE GUIDE**



**CASTRUM,  
LE JEU**

# 2 APPLIS POUR UNE EXPÉRIENCE INÉDITE EN PAYS CATHARE

AGUILAR - ALET-LES-BAINS - ARQUES - CARCASSONNE - CAUNES-MINERVOIS - FANJEUX - FONTFROIDE  
LAGRASSE - LASTOURS - MONTSÉGUR - MUSÉE DU QUERCORB - PEYREPERTUSE - PUILAURENS - QUÉRIBUS  
SAINT-HILAIRE - SAINT-PAPOUL - SAISSAC - TERMES - VILLELONGUE - VILLEROUGE-TERMENÈS

St David's - 05/2020 - Crédits photos : Shutterstock, Vincent Anrech.





18

## CITÉ MÉDIÉVALE DE FANJEUX

### La cité spirituelle

C'est ici, au cœur du Pays cathare, que Simon de Montfort et saint Dominique ont choisi de s'installer pour mener la lutte contre l'hérésie... La riche histoire de la cité se dévoile au fil des ruelles et jardins, sous l'œil vigilant du clocher de l'église, rayonnant tel un phare à 360 m au-dessus de la plaine lauragaise.



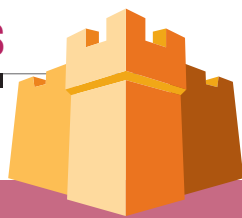
## Expérience

### Deux jours de randonnée perchée sur le Sentier Cathare

Pour marier les plaisirs de la découverte patrimoniale à ceux de la randonnée, offrez-vous une aventure de deux jours sur le mythique Sentier Cathare ! De Durban à Duilhac-sous-Peyreperouse, en passant par les châteaux d'Aguilar, Quéribus et Peyreperouse, retrouvez la recette d'une rando fabuleuse avec nuit en yourte, visite de caves viticoles et baignade en fin de parcours !

**i** Une expérience à vivre et à retrouver en détail sur [www.audetourisme.com/fr/experiences](http://www.audetourisme.com/fr/experiences)





## Personnalisez vos visites avec les guides conférenciers Pays Cathare®

Visites guidées culturelles, architecturales ou naturalistes, à thème, en plusieurs langues, insolites ou ludiques, les guides conférenciers Pays Cathare® s'adaptent à toutes vos demandes et vous font partager tous les secrets de l'Aude Pays Cathare. Ils connaissent leur territoire sur le bout des doigts et vous réserve un accueil aussi professionnel que personnalisé.

**i** Retrouvez leurs coordonnées sur [www.payscathare.com](http://www.payscathare.com), rubrique « Activités et découverte »



19

## CITÉ MÉDIÉVALE DE CARCASSONNE

**Une majestueuse cité unique au monde**

Inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco en 1997, et actuellement candidate à une deuxième inscription avec les citadelles du vertige, la Cité médiévale de Carcassonne apparaît comme née de l'imaginaire, avec son château comtal, ses deux enceintes et ses 52 tours. Un héritage exceptionnel réinventé par l'esprit romantique de Viollet-le-Duc au 19<sup>e</sup> siècle.

## MUSÉE DU QUERCORB

**Tout l'art des artisans et troubadours**

Comment travaillaient autrefois menuisier, forgeron ou couturière? Comment vivait-on ici au début du 20<sup>e</sup> siècle? Comment se chauffait-on? À quoi ressemblaient les instruments de musique au Moyen Âge?

Quels sons produisaient-ils? Pour le savoir, il faut le voir, il faut l'entendre. C'est ce que vous propose ce musée unique en son genre.



20



© TPCF

## En famille à bord du train rouge

Découvrir les châteaux hauts perchés du Pays cathare et ses paysages somptueux à bord d'une vieille dame de fer et d'acier filant à travers vignes, viaducs vertigineux et tunnels sensationnels... C'est l'invitation au voyage du Train rouge du Pays cathare et du Fenouillèdes! Plusieurs parcours possibles entre Axat et Rivesaltes, dans les Pyrénées-Orientales, via Puilaurens notamment.

**i** [www.letrainrouge.fr](http://www.letrainrouge.fr)

# L'art et la manière

Fer ou papier, céramique ou tissu, pierre ou bois, savoir-faire ancestral ou inspiration contemporaine... Cet été, partez sur les chemins audois de l'artisanat et de la création.



## Les artisans d'art Pays Cathare®

Ils sont armuriers, ferronniers, potiers, bijoutiers, ébénistes, tapissiers, encadreur, couturiers ou stylistes... Trente-cinq femmes et hommes au talent rare, qui imaginent, façonnent, transforment, restaurent et fabriquent au quotidien des œuvres uniques, alliant les gestes d'hier à l'audace de l'innovation. Les artisans d'art Pays Cathare® vous ouvrent grand la porte de leurs ateliers pour partager leur passion, soyez curieux !

**i** Retrouvez-les sur [www.payscathare.com](http://www.payscathare.com), rubrique « Rencontres de créateurs »

## LA MAISON DES MÉTIERS D'ART DE LA CITÉ

Située en plein cœur de la cité médiévale de Carcassonne, la Maison des métiers d'art de la Cité est mise à disposition des artisans d'art du département par la Chambre des métiers et de l'artisanat de l'Aude. Créateurs de bijoux, vitraux, luminaires, maroquiniers, stylistes ou céramistes... qu'ils soient débutants ou Meilleurs ouvriers de France, une vingtaine d'artisans d'art s'y relaient tous les quatre mois, d'avril à novembre.

**i** Toute l'actualité sur la page Facebook « Métiers d'Art de l'Aude ». À savoir : la Maison de la Cité compte parmi les 170 étapes de la route de l'Artisanat et des Métiers d'art en Occitanie : [www.metiersdart-occitanie.com/road.php](http://www.metiersdart-occitanie.com/road.php)

## Stylisme à Lagrasse

Admise dans le cercle des « plus beaux villages de France », la cité médiévale de Lagrasse regroupe au fil de ses ruelles étroites une vingtaine d'ateliers d'artisans d'art. Les amateurs de prêt-à-porter et de haute couture pourront notamment rendre visite à l'Eppo Design Atelier, situé au 11 rue des Deux-Ponts, et à la créatrice londonienne Beverly Smart, installée dans l'ancienne trésorerie rue du Consulat.

**i** Liste complète des ateliers sur [www.lagrasse.fr](http://www.lagrasse.fr), rubriques « Vie pratique / Artisans »





### LE FER OUBLIÉ DU PLATEAU DE LACAMP

Plongez dans l'histoire du patrimoine minier des Hautes-Corbières, de l'Antiquité au 20<sup>e</sup> siècle, au fil de ce nouveau sentier d'interprétation inauguré en mars dernier. Aménagé grâce au travail de l'association Mines en Corbières, le circuit traverse d'anciens sites d'exploitation sur le territoire de Palairac, Villerouge-Termenès et Talairan, jalonné de panneaux thématiques sur l'extraction et le traitement du fer. Passionnant !

**i** Circuit de 12 km au départ de Palairac ou boucle courte de 5 km depuis le col de l'Estagnol. [www.tourisme-corbieres-minervoises.com/le-fer-oublie-du-plateau-de-lacamp.html](http://www.tourisme-corbieres-minervoises.com/le-fer-oublie-du-plateau-de-lacamp.html) - Rando guidée le 23 juillet (p. 30)

### L'art de fer de Boris Klein

Pour explorer une facette plus contemporaine de l'art de la forge et de ferronnerie, rendez visite à Boris Klein au cœur de son atelier à Lézignan-Corbières. Maître artisan d'art Pays Cathare®, il réalise des ouvrages en fer forgé alliant l'utile à l'agréable, et met un point d'honneur à respecter des savoir-faire traditionnels qu'il explique avec passion à ses visiteurs.

**i** [www.lartdefer.com](http://www.lartdefer.com)



### Sur les traces des potiers gallo-romains

Pour tout savoir de l'art de la poterie gallo-romaine, ne manquez pas la visite du musée Amphoralis à Sallèles-d'Aude. Surplombant le site archéologique d'un ancien atelier de potiers, actif du 1<sup>er</sup> siècle av. J.-C. jusqu'au 3<sup>e</sup> siècle de notre ère, le musée retrace la vie quotidienne et l'activité de ces artisans qui produisaient en masse des amphores pour le transport du vin mais aussi des briques, des tuiles et de la vaisselle. À découvrir en famille !

**i** [www.amphoralis.com](http://www.amphoralis.com)

### Les belles pages de la Montagne Noire

Au pied de la Montagne Noire, les rues colorées de Montolieu se visitent comme un livre ouvert... En plus d'une quinzaine de librairies et de bouquinistes, le « village du livre et des arts » rassemble une dizaine d'artisans et artistes des arts graphiques (calligraphe, relieur, illustrateur, caricaturiste, peintre, photographe, graveur, etc.), ainsi qu'un musée des Arts et Métiers du livre, où l'on découvre l'histoire fascinante de l'écriture, celle de ses supports, jusqu'à l'essor de l'imprimerie. Prolongez l'aventure en famille quelques kilomètres au nord, jusqu'au moulin à papier de Brousses-et-Villaret, le dernier encore en activité d'Occitanie. André Durand, papetier depuis sept générations, vous y attend dans un bel écrin de verdure pour vous conter tous les secrets du papier et de sa fabrication.

**i** [www.montolieu-livre.fr](http://www.montolieu-livre.fr) - [www.moulinapapier.com](http://www.moulinapapier.com)



# Plein les papilles avec la marque Pays Cathare® !

De la mer Méditerranée aux contreforts pyrénéens et jusqu'au Lauragais, la diversité de climats et de terroirs façonne l'agriculture audoise et offre une très large palette de produits authentiques et savoureux. Plus de 400 professionnels de l'agroalimentaire et de la restauration, réunis sous la bannière de la marque Pays Cathare®, affichent leurs savoir-faire et leur engagement pour l'excellence gastronomique. Pur goût, pur bonheur !

## 230 producteurs de viande, fruits, légumes et produits transformés

Agneau, porc, volaille, foie gras, melon, haricots, cerises, miel, huile d'olive, truffes, jus de fruits, fromage de chèvre... Les producteurs Pays Cathare® concoctent pour vous le meilleur de l'Aude ! Au total, près de 30 produits agroalimentaires, transformés ou non, mûrs et de saison, garantis sans OGM, élaborés selon un cahier des charges strict, dans le respect des traditions, de l'environnement et du bien-être animal. N'hésitez plus, suivez l'étiquette bleue !

**i** Téléchargez nos brochures produits sur [www.aude.fr/la-marque-pays-cathare](http://www.aude.fr/la-marque-pays-cathare)



## 90 boutiques, artisans de bouche et points de vente à la ferme

Pour faire le plein de produits Pays Cathare® et autres spécialités locales d'excellence, poussez la porte de ces professionnels de la gastronomie, garants de la qualité et de l'authenticité des produits, mais aussi de l'accueil et de l'information. Ils connaissent leurs terroirs comme leur poche, laissez-vous guider !

**i** Retrouvez-les sur [www.payscathare.com](http://www.payscathare.com), rubrique « Gastronomie et saveurs »

## 90 restaurants et auberges

Gourmands, gourmets, venez vivre une expérience gastronomique inoubliable ! Cuisine traditionnelle ou audacieuse, auberge familiale ou table prestigieuse, les chefs subliment les produits Pays Cathare® et les saveurs locales au fil des saisons, du marché et de leur inspiration. À vos fourchettes !

**i** Retrouvez-les sur [www.payscathare.com](http://www.payscathare.com), rubrique « Gastronomie et saveurs »



### **SYLVIE MAURY**

Gérante de la boutique **Le Moulin du Vivier**, près de Castelnaudary

« Fournisseur historique de farine pour l'élaboration du pain Pays Cathare® dès les années 1990, notre moulin est le dernier en activité sur le Canal du Midi. L'ouverture de la boutique il y a deux ans nous a permis de continuer à faire vivre ce patrimoine tout en apportant notre soutien aux filières courtes. En plus de nos farines, nous commercialisons aujourd'hui les produits de la marque Pays Cathare® et des terroirs proches, valorisant ainsi auprès de nos clients les dynamiques et les savoir-faire locaux. »





# Calendrier des produits de l'été audois

À découper et à apposer sur la porte du réfrigérateur.

## JUILLET

### FRUITS

Abricot, **amande**, **cerise**, fraise, framboise, **melon**, mûre, nectarine, pêche

### LÉGUMES

Ail, ail violet, aubergine, betterave, carotte, concombre, courgette, chou blanc, échalote, fenouil, **haricot lingot**, navet, oignon (jaune, rouge), pâtisson, poirée, poivron, **pomme de terre**, salade (laitue, roquette), tomate, **truffe (aestivum)**

### AROMATES

Basilic, ciboulette, coriandre, persil

### POISSONS ET MOLLUSQUES

Capelan, chinchard, encornet rouge, huître, maquereau, merlu, raie, poulpe de vase, sardine, **truite**

### VIANDES

**Agneau**, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

### PRODUITS TRANSFORMÉS

**Miel**, **plantes à parfum aromatiques et médicinales**, **produits à base de céréales**, **produits laitiers**, **fromage écu-écusson**, **produits transformés à base de fruits/légumes**, **jus de fruits**, **huile d'olive**, **produits truffés**

Produits locaux • Produits Pays Cathare®

## AOÛT

### FRUITS

**Amande**, cassis, figue, fraise, framboise, groseille, **melon**, nectarine, pêche, poire, **pomme**, prune, pruneau, mûre

### LÉGUMES

Ail, ail violet, aubergine, betterave, carotte, concombre, courgette, chou blanc, échalote, fenouil, **haricot lingot**, navet, oignon (jaune, rouge), pâtisson, poireau, poirée, pois chiche, poivron, **pomme de terre**, salade (laitue), tomate, **truffe (aestivum)**

### AROMATES

Basilic, ciboulette, coriandre, persil

### POISSONS ET MOLLUSQUES

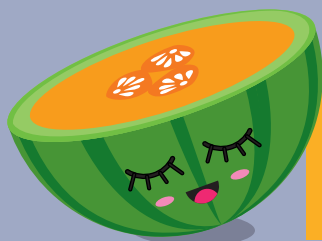
Capelan, chinchard, encornet rouge, huître, maquereau, merlu, raie, poulpe de vase, sardine, **truite**

### VIANDES

**Agneau**, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

### PRODUITS TRANSFORMÉS

**Miel**, **plantes à parfum aromatiques et médicinales**, **produits à base de céréales**, **produits laitiers**, **fromage écu-écusson**, **produits transformés à base de fruits/légumes**, **jus de fruits**, **huile d'olive**, **produits truffés**



### CIRCUITS COURTS

Pour vous approvisionner tout l'été en produits de saison audois, retrouvez la carte complète des points de vente des producteurs locaux sur [www.aude.fr/circuits-courts](http://www.aude.fr/circuits-courts).

# L'été des gourmands

Balades gastronomiques, visites, expériences et produits du terroir...  
Cet été mariez les joies de la découverte à celles de la dégustation !

## Expérience

### Une journée avec les ostréiculteurs de Leucate



Offrez-vous une journée inoubliable dans le village ostréicole haut en couleurs de Leucate, niché entre mer et étang, dans une nature sauvage. Dans l'ambiance chaleureuse des cabanons en enfilade, les ostréiculteurs vous accompagneront dans la découverte de leur métier et la dégustation de fruits de mer et de vins blancs de Cap Leucate. L'après-midi, poussez jusqu'à la plage des Coussoules à la Franqui pour une pause baignade ou admirer les prouesses des kitesurfers, avant d'embarquer sur un bateau pour un coucher de soleil à couper le souffle !

**i** Une expérience à vivre et à retrouver en détail sur [www.audetourisme.com/fr/experiences](http://www.audetourisme.com/fr/experiences). Voir aussi [www.tourisme-leucate.fr](http://www.tourisme-leucate.fr)

## Sur la route du cassoulet

Itinéraire en boucle de 180 km à travers l'ouest de l'Aude, la route du cassoulet de Castelnaudary vous invite à percer les secrets de notre plat national et à partir à la rencontre de ceux qui assurent sa renommée : producteurs de haricot lingot, éleveurs de canard, potiers experts dans l'art de façonner la cassole, conserveurs mais aussi vignerons des AOC Cabardès et Malepère, deux crus qui accompagnent à merveille le cassoulet.

**i** [www.castelnaudary-tourisme.fr](http://www.castelnaudary-tourisme.fr), rubrique « Découvrir »



## # Manger audois challenge

Lancé sur les réseaux sociaux du Département durant le confinement, le # Manger audois challenge a suscité un véritable engouement dans les cuisines audoises ! Riz de Marseillette, miel, fraises, fromage de chèvre... les produits locaux proposés chaque semaine ont inspiré aux internautes des créations culinaires de haute volée. Les recettes gagnantes sont à retrouver sur [aude.fr](http://aude.fr). Certaines, préparées par de grands chefs audois, sont même disponibles en vidéo !

**i** [www.aude.fr/manger-audois-challenge](http://www.aude.fr/manger-audois-challenge)

## LES MARCHÉS DE PRODUCTEURS DE PAYS

### RIEUX-MINERVOIS

**Dimanche 12 juillet**  
Place de la fête locale  
de 10h à 18h

### CARCASSONNE

**Vendredi 17 juillet**  
La Cité de 10h à 20h

### FANJEAUX

**Samedi 18 juillet**  
Place du Treil de 10h à 18h

### CAUNES-MINERVOIS

**Dimanche 19 juillet**  
Place de l'Europe de 18h à 22h

### GRUISSAN

**Mardi 28 juillet**  
Les Ayguades de 18h à 22h

### BRAM

**Vendredi 31 juillet**  
Place de l'Église de 18h à 22h

### AZILLE

**Samedi 1<sup>er</sup> août**  
Au cœur du village  
de 18h à 22h

### GROTTE DE LIMOUSIS

**Samedi 8 août**  
De 10h à 18h

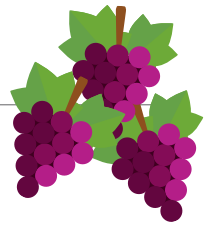
### CARCASSONNE

**Mercredi 12 août**  
La Cité de 10h à 20h

### ROUBIA

**Vendredi 14 août**  
Place du Cadran-Solaire  
de 18h à 22h






# Escapades en vignes

Partez à la découverte des fondamentaux de la table audoise au cours de visites et de balades-dégustations dans les vignobles. En toute modération bien sûr !

## 195 caveaux et domaines vigneronns Pays Cathare®

 Les vigneronns audois vous embarquent pour un fabuleux voyage dans le monde de la vigne et du vin. Des Corbières au Minervois, en passant par la Malepère, le Cabardès, la Clape ou Limoux, la marque Pays Cathare® identifie les caveaux et domaines d'excellence qui se sont engagés à vous initier à la culture et au patrimoine viticole, aux secrets de leurs savoir-faire et à la singularité des paysages qu'ils entretiennent. C'est avec eux que se construit l'œnotourisme culturel du département.

 Retrouvez-les sur [www.payscathare.com](http://www.payscathare.com), rubrique « Rencontres de créateurs »



### BÉNÉDICTE ET RODOLPHE GOBÉ

Château de l'Amiral, à Aigues-Vives

« De la vigne à la cave, nous prenons le temps de guider nos visiteurs au cœur de notre propriété datant de l'époque napoléonienne, pour évoquer le travail de la terre, l'histoire du patrimoine bâti viticole, le processus de vinification et le caractère de nos vins AOC Minervois et IGP Pays d'Oc. Les talents d'un vigneron résident presque autant dans la qualité de ses vins que dans sa capacité à transmettre et à expliquer son métier ! »

## Une « folie » viticole au bord du Canal du Midi

C'est en 1880, en plein essor du transport du vin sur le Canal du Midi, qu'est construite la cave viticole néogothique du château de Ventenac-Minervois. Une « folie » architecturale, ouverte sur le Canal et dotée de toutes les innovations techniques de vinification. Racheté en 1938 par les viticulteurs de Ventenac, groupés en coopérative depuis lors, ce joyau du patrimoine viticole se découvre au fil d'une visite-dégustation (3 €) qui vous mènera jusqu'au grenier des vigneronns, peuplé de vieux pressoirs et de films d'archives. La découverte se poursuit dans la cale de la Marie Thérèse, « barque de patron » de 26 m de long, amarrée au quai du Canal. Construite en 1855, elle assurait le fret des barriques de Toulouse à Sète.

 [www.chateauventenacminervois.com](http://www.chateauventenacminervois.com)



© V. Herman

## Vignobles & Découvertes



Créé en 2009 par Atout France, l'agence nationale de développement touristique, le label national Vignobles & Découvertes vise

à promouvoir les territoires et les prestataires engagés dans un accueil œnotouristique de qualité. Grâce à la dynamique de développement menée dans l'Aude sous la bannière de la marque Pays Cathare®, trois territoires audois sont aujourd'hui distingués par ce label : « Les vignobles de la Via Domitia », « Grands vins en Grand Carcassonne » et « Limoux, vignobles d'histoire et de légende ». Sur ces trois destinations, plusieurs centaines de partenaires vous permettent de composer à votre guise un séjour exceptionnel autour de la vigne et du vin : caveaux et domaines, restaurants, bars à vin, prestataires d'activités, sites naturels ou patrimoniaux... Les combinaisons sont infinies !

 [www.audetourisme.com/fr/a-voir-a-faire/incontournables/vignobles](http://www.audetourisme.com/fr/a-voir-a-faire/incontournables/vignobles)

Signé  
PAYS CATHARE

ORIGINE & PASSION



Pur bonheur

# LE MELON PAYS CATHARE

LE GOÛT DE L'AUTHENTICITÉ



[WWW.PAYSCATHARE.COM](http://WWW.PAYSCATHARE.COM)

Marque Pays Cathare

# Des séjours et hébergements pour toutes les envies

Cet été déconfiné est l'occasion parfaite pour vous offrir une parenthèse hors du quotidien en amoureux, entre amis ou en famille ! Mais nul besoin d'aller très loin : l'Aude vous réserve bien des possibilités de dépaysement. Faites votre choix parmi les nombreux hôtels, campings, gîtes et chambres d'hôtes Pays Cathare® et venez partager l'art de vivre de vos hôtes !



## 120 gîtes et chambres d'hôtes en milieu rural

Envie d'un retour à la terre, d'un séjour au vert, à la montagne ou au milieu des vignes ? Les propriétaires des gîtes et chambres d'hôtes Pays Cathare® vous accueillent dans les conditions de confort garanties par les marques Gîtes de France®, Clévacances® ou Accueil Paysan®. Engagés dans un tourisme éco-responsable et solidaire, fiers de leur patrimoine, ils privilégient les savoir-faire locaux et les produits du terroir, et savent devenir guides, conteurs, historiens...

**i** Retrouvez-les sur [www.aude-pays-cathare.fr](http://www.aude-pays-cathare.fr)

## 80 hôtels et camping

Confort, charme et convivialité sont les maîtres mots des hôtels Pays Cathare®. Les propriétaires de ces établissements de caractère vous garantissent un accueil personnalisé et ne tariront pas de bons conseils ! Plutôt amateur de plein air ? Nos campings à taille humaine bénéficient d'emplacements spacieux, d'un cadre privilégié, de nombreux services et activités, et s'engagent pour le respect de l'environnement.

**i** Liste sur [www.payscathare.com](http://www.payscathare.com), rubrique « Séjours et hébergements »



### MARIE ET MAX BRAIL Gîte La Consolante, à Lastours

« Notre gîte occupe une demeure tout en pierres et en bois au pied des châteaux de Lastours,

restaurée dans un esprit authentique et chaleureux. Nous y accueillons nos hôtes avec un panier garni de notre terroir et les convions durant leur séjour à une balade commentée autour des châteaux, puis dans notre verger et notre oliveraie. En tant qu'adhérents de la marque Pays Cathare®, nous nous sommes engagés à devenir des ambassadeurs de notre territoire. »



### MAGALIE ET ANTOINE LACUVE Camping Sites & Paysages Le Moulin de Saint-Anne, à Villegly

« Chaque semaine, parmi nos activités, les campeurs ont

la possibilité de partir en randonnée pour découvrir le milieu aquatique des rivières, faire une lecture de paysages, du VTT avec un vigneron ou cueillir des plantes sauvages pour apprendre à les cuisiner ensuite. L'association des marcheurs du village voisin passe aussi régulièrement pour emmener nos campeurs en balade. C'est essentiel de tisser du lien entre les visiteurs et les habitants. »



Expos, spectacles, musique... Voici une sélection non-exhaustive des événements à vivre cet été dans l'Aude !

## TOUT L'ÉTÉ

### EXPOSITION

JUSQU'AU 13 SEPTEMBRE

BRAM

### Doisneau, ombre et lumière



© DR

Prolongée jusqu'en septembre, cette exposition consacrée à Robert Doisneau présente une centaine de clichés : des photos célèbres d'un Paris pittoresque et celles moins connues du monde ouvrier, réalisées entre 1934 et 1973.

Les Essarts - Tarif 4 € (Bramais gratuit)

### EXPOSITION

DU 30 MAI AU 1<sup>er</sup> NOVEMBRE

MONTOLIEU

### Les voleurs de feu



© DR

Issue de la collection Cérés Franco, cette exposition présente 450 œuvres de la nouvelle figuration française, du mouvement CoBra, de peintres autodidactes venus d'Europe ou des confins du Brésil, du Maroc et de la Tunisie, d'artistes marginaux, visionnaires ou singuliers aux côtés de figures majeures du monde de l'art. [collectionceresfranco.com](http://collectionceresfranco.com)

### CABARET

10 JUILLET AU 19 SEPTEMBRE

FONTIERS-CABARDÈS

### Le chat barré

Ce cabaret champêtre éphémère propose chaque semaine des scènes ouvertes (slam, textes, chansons), des ateliers de confection de marionnettes, des spectacles d'impros clowns (le mercredi), des concerts de groupes locaux (jeudi) et des soirées cabarets (dimanche). [lechatbarre-spectacles.com](http://lechatbarre-spectacles.com)

### FESTIVAL

DU 11 JUILLET AU 31 OCTOBRE

AUDE

### Un monde vivant !

Les Chemins de photos, festival international, vous offre une balade dans les collines entre Razès, Piège, Malepère et Lauragais ponctuée par 1 500 photos grand format sur le thème « Un monde vivant » et les interactions de la biodiversité. Le guide et le catalogue du festival sont disponibles dans les offices de tourisme et les mairies des communes participantes.

Gratuit - [cheminsdephotos.com](http://cheminsdephotos.com)

## JUILLET

### FESTIVAL

DU 19 AU 31 JUILLET

AUDE

### Itinérance sur les ondes



© DR

Le festival Convivencia devient cette année une péniche radiophonique chargée d'ondes positives. La navigation sur le Canal du Midi sera rythmée par des concerts uniques de musiques du monde organisés dans un cadre intime.

Les podcasts seront à découvrir en ligne sur [convivencia.eu](http://convivencia.eu) et les radios partenaires.

### FESTIVAL THÉÂTRE

DU 23 JUILLET AU 1<sup>er</sup> AOÛT

ALET-LES-BAINS ET LIMOUX

### Nava 2020



© Raymond Delalande

Au programme de cette nouvelle édition du festival Nava : *Je ne suis pas Michel Bouquet*, avec Maxime d'Aboville, *Au pied de la Montagne Noire*, de Régis Martrin Donos, *L'effort d'être spectateur*, de Pierre Notte, *Marie des poules - gouvernante chez George Sand*, de Gérard Savoisien, et *Mister Paul*, avec Jean-Marie.

[festival-nava.com](http://festival-nava.com)

### RANDONNÉE

DIMANCHE 26 JUILLET

PALAIRAC

### Le fer oublié du plateau de Lacamp

Au cours de cette géo-balade, le public découvrira des vestiges miniers du plateau de Lacamp (cavités, galeries, fours, habitations, etc.) et l'histoire de ce passé minier, qui a duré plus de 2000 ans et impacté toute la région. *Lire aussi p. 23.*

Gratuit - Inscription impérative au 06 04 50 22 67 ou par mail à [secretescorbieres@sfr.fr](mailto:secretescorbieres@sfr.fr)

## AOÛT

### SPECTACLE

DU 1<sup>er</sup> AU 11 AOÛT

OUVEILLAN

### Histoire en spectacles

Que se passe-t-il en cette fin de Moyen-âge à la grange



## LES RENDEZ-VOUS DE L'ÉTÉ

cistercienne de Fontcalvy? Après une mort prématurée, l'abbé supérieur est l'objet d'une enquête en canonisation. Venez assister à ce spectacle comique et spirituel, où baratineurs, tartuffes et bluffeurs s'en donnent à cœur-joie.



© C. Deschamps

**Représentation sur le parvis de la grange de Fontcalvy à 19h 15 et 22h - Tarifs : 5 à 12 €. Réservations en ligne ou au 07 835 835 04 - [www.fontcalvy.fr](http://www.fontcalvy.fr) - [www.laboutiquehes.fr](http://www.laboutiquehes.fr)**

### GASTRONOMIE

**DIMANCHE 2 AOÛT**

**SAINT-POLYCARPE**

#### L'Aude à la bio

La foire bio de Nature & Progrès Aude se transforme cette année en marché des producteurs bio et des artisans créateurs. Du stand de poterie à la vente de fromages en passant par la découverte de différents cépages, vous trouverez un grand panel de productions locales de qualité et respectueuses du vivant. Au domaine du Grès-Vaillant. <https://np11.org>

### FESTIVAL

**DU 6 AU 27 AOÛT**

**LÉZIGNAN-CORBIÈRES**

#### Les jeudis d'été



© DR

Tous les jeudis, l'Espace Gibert propose des concerts gratuits. Au programme de cet été : Bergin'Quartet pour un hommage jazzy à Boris Vian le 6 août, Louisiana et son répertoire typique de La Nouvelle-Orléans le 13 août, Gauthier Roubihou et les

Faiseurs de son le 20 août, et Danito le 27 août.

[wmaker.net/espacegibert](http://wmaker.net/espacegibert)

### FESTIVAL

**LES 7, 8 ET 9 AOÛT**

**CHALABRE**

#### Sérénades



© DR

Chalabre en sérénade, festival international de la chanson d'amour, accueille pendant une semaine des artistes de tous pays et de toutes cultures musicales dans l'esprit des troubadours et des fêtes médiévales.

Au programme : des sérénades aux balcons dès 18h, suivi de *street jam* et de chants gospel le dimanche à 11h à l'église Notre-Dame.

**Gratuit - [chalabreenserenade.fr](http://chalabreenserenade.fr)**

### MUSIQUE

**LES 9 ET 23 AOÛT**

**RIEUX-MINERVOIS**

#### Les Théophanies



© DR

Cette année, la saison 2020 des Théophanies débutera le 9 août à 17h avec *Rhapsodies*, interprété par la violoniste Clara Cernat et Thierry Huillet au piano. Le dimanche 23 août à 17h sera consacré à l'Ensemble Tarentule pour un concert a cappella : *Quatre voix autour de la Renaissance*.

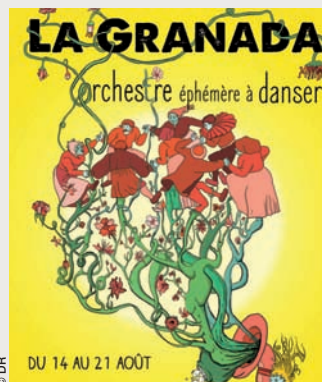
[les-theophanies.org](http://les-theophanies.org)

### CONCERTS

**DU 14 AU 21 AOÛT**

**LES CORBIÈRES**

#### Orchestre éphémère



© DR

Les associations La Granada et Eurocultures en Corbières lancent un appel aux musiciens et invitent le public à découvrir les œuvres de cet orchestre éphémère.

La création artistique se déroulera à Villeroque-Termenès et les concerts itinérants dans les villages des Corbières.

[eurocultures.fr](http://eurocultures.fr)

### RANDONNÉE

**DIMANCHE 23 AOÛT**

**VILLENEUVE-LES-CORBIÈRES**

#### Les mines de Balansac

Cette géo-balade sera l'occasion de découvrir les vestiges de l'exploitation minière du fer sur le secteur de Balansac-Récaoufa. Une promenade à faire en famille dès 7 ans.

**Gratuit - Inscription obligatoire au 06 04 50 22 67 ou par mail à [secretescorbières@sfr.fr](mailto:secretescorbières@sfr.fr)**

### BALADE THÉÂTRALISÉE

**28 ET 29 AOÛT**

**COUFFOULENS**

#### Noces au village

Michèle Heydorff convie le public à vivre des *Noces au village* lors d'une balade théâtralisée avec déambulation, repas et noce, aux côtés de ses amis musiciens et chanteurs, amateurs et comédiens professionnels. Un spectacle en plein air où se mêlent des histoires de mariage, de fête, de bonheur, mais aussi des disputes et des vieilles rancœurs.

**18h - [letheatredanslesvignes.fr](http://letheatredanslesvignes.fr)**

# DÉCOUVRONS ENSEMBLE LES ESPACES NATURELS

*sensibles*  
de l'Aude

**140**  
**rendez-vous nature**  
**de juillet à novembre**  
**2020**



LES ESPACES  
NATURELS  
*sensibles*  
de l'Aude