

LA TOURNÉE

APCHÉRAULT

~ MAG ~



Littoral Hérault

Sommaire

P 5-8 — **On s'engage**

P 9-11 — **On se bouge**

P 12-13 — **C'est la Tournée Ap'Hérault plage**

P 14-16 — **On découvre**

P 17-20 — **On se fait du bien**

Dans ce magazine, les élus du Département de l'Hérault ont souhaité témoigner en vacanciers avertis et mobilisés pour partager l'Hérault. Vous retrouverez :

Page 4 Michaël Delafosse, délégué aux finances et aux marchés publics - Canton de Montpellier 2

Page 5 Cyril Meunier, Président de la Commission aménagement du territoire Canton de Lattes

Page 6 Christophe Morgo, Vice-président délégué à l'environnement et au développement durable - Canton de Mèze

Page 7 Dominique Nurit, Présidente de la Commission de l'aménagement rural Canton de Jacou

Page 9 Nicole Morère, Vice-présidente déléguée à l'administration générale et aux moyens - Canton de Gignac

Page 10 Bernadette Vignon, Présidente de la Commission des solidarités départementales - Canton de Lunel

Sébastien Andral, Président de la Commission de l'environnement Canton de Sète

Page 11 Marie Passieux, Vice-présidente déléguée à la jeunesse, sports et loisirs - Canton de Clermont-l'Hérault

Page 15 Sylvie Pradelle, Présidente de la Commission tourisme - Canton de Frontignan

Page 16 Audrey Imbert, déléguée à la pêche et à la conchyliculture - Canton de Mèze

Page 17 Patricia Weber, Vice-présidente déléguée aux solidarités à la personne - Canton de Lattes | Gabrielle Henry, Vice-présidente déléguée à la solidarité-handicap - Canton de Montpellier 2

Page 21 Vincent Gaudy, délégué au logement social et à la politique foncière - Canton de Pèzenas

Ils se mobilisent avec nous cet été pour le littoral Héraultais :



-  facebook.com/departementdelherault
-  twitter.com/heraultinfos
-  [Mon Hérault](https://www.instagram.com/monherault)
-  [departementherault](https://www.departementherault.fr)



Édito



TRÉSORS DES PLAGES

“Le littoral héraultais, unique et fascinant, dévoile un trésor de biodiversité et des sites naturels exceptionnels. Il dessine ainsi un lieu d’émerveillement et de découvertes inattendues pour le plus grand bonheur de tous.

Evasion en mer et détente à la plage, découverte de la gastronomie et des marchés du terroir, vacances sportives et pratique du vélo, effervescence des fêtes traditionnelles et des festivals de musique, sur le littoral la convivialité est un maître mot.

Pour en profiter pleinement, le Département se mobilise tout au long de l’année pour faire de cet espace un endroit chaleureux, attractif et protégé.

Son ambition s’accompagne d’une volonté de sensibiliser aussi aux gestes simples qui préservent cet écrin fragile, en portant une attention particulière aux déchets produits et aux économies d’eau réalisables. Ces actions permettent de partager cet espace dans le respect des activités de chacun.

Toutes les richesses de l’Hérault se révèlent du littoral à l’arrière-pays.

Le Département vous invite ainsi à découvrir l’Enotour, véritable voyage à travers les vignobles et les caveaux étapes, et à vibrer au son des nombreux festivals d’été ou à prendre un bol d’air frais dans des domaines départementaux magnifiques, accessibles à toutes et tous.

Des ganivelles à la petite montagne, laissez-vous guider pour des moments de joie et de partage inoubliables en famille, entre amis, en sportifs ou en curieux, au cœur d’un territoire qui se montre sous ses plus beaux atours.”

KLEBER MESQUIDA,
Président du Département de l’Hérault

BONUS SNAPPRESS

Découvrez du contenu caché dans votre magazine.



1.
Je télécharge vite l’appli gratuite SnapPress



2.
Je scanne avec mon smartphone le contenu signalé par le logo SnapPress



3.
Je découvre un contenu caché supplémentaire qui enrichit la lecture des articles

Mon Hérault

Mas d’Alco 1977, avenue des Moulins 34 087 Montpellier cedex 4 | Tél rédaction : 04 67 67 74 41 | Mail : herault@herault.fr | Directeur de la publication : Kléber Mesquida
Codirecteur de publication : Renaud Calvat | Directrice de la communication : Monique Ducasse | Rédactrice en chef : Perrine Riaza-Wallet | Rédaction - DP News : Océane Lhomme - Eric Emmanuel Galland | Secrétariat de rédaction : JAM - Myriem Lahidely | Photos : Philippe Hilaire | Christophe Cambon | Cathy Agrinier | Olivier Mas | Gilles Delerue, Hérault Tourisme | Patrick Bombaert | Claude Cruells | Stéphane de Bourgies | Alexandra Frankewitz | Shutterstock | DR ; Barmalini / Syd | Voix Publique | Iconographie : Emmanuel Martin | Maquette : Voix Publique | Infographie : Agence Moon Dog | Impression : Chirripo | Imprimé sur du papier PEFC issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées. | issn : 1155-1259.



Le saviez-vous ?

Réputée pour ses plages paradisiaques et son sens inné de la fête, la côte héraultaise est l'endroit idéal pour passer l'été. Dans ce guide, nous vous donnons quelques conseils pour rompre la "toast attitude", bouger, vous ressourcer et profiter à fond de vos vacances.



La minute de Michaël Delafosse, professeur d'histoire géo

"Façonné par les vagues et les courants, le littoral héraultais est constitué d'une quinzaine de lagunes, séparées de la mer par un fin ruban de sable, appelé lido. Le canal du Rhône à Sète, qui renforce la séparation naturelle entre la plaine et la côte, témoigne de l'influence de l'homme sur le panorama.

Cet écosystème unique, favorable à la prolifération d'espèces endémiques, accueille de nombreux oiseaux migrateurs qui viennent profiter quelques mois de la douceur du climat méditerranéen. Exposé à l'action des vagues et du vent, cet environnement fragile doit être préservé avec, par exemple, l'installation de ganivelles freinant l'érosion des vagues et du vent.

Le littoral héraultais, c'est aussi des villes historiques qui montrent la richesse de notre patrimoine et des célèbres cités balnéaires, dédiées aux loisirs et aux vacances, qui dynamisent l'économie et l'attractivité du département. Hérault Littoral intervient sur le territoire pour le développer durablement et préserver son héritage naturel et historique."

HÉRAULT
1^{er} DÉPARTEMENT
TOURISTIQUE
D'OCCITANIE

4 millions
de visiteurs en 2018

43,5%
choisissent le littoral

67%
clientèle française

43 500
emplois touristiques



Les Aresquiers à Frontignan

Et vous, qu'en pensez-vous ?

Notre littoral est un grand séducteur mais il est fragilisé. Il doit faire face à la pression foncière, la pollution, la sur-fréquentation, l'érosion, le changement climatique...

Nous le protégeons toute l'année pour vous accueillir dans de bonnes conditions. Mais nous avons aussi besoin de vous afin de lui assurer un développement harmonieux. En 5 minutes chrono, donnez votre avis, vos idées, vos suggestions... pour mieux l'aménager.

<https://www.monaviscitoyen.fr/enquete/321>

(Résultats en automne 2019 sur le site)



scannez
la page

On s'engage



DES POISSONS GLOUTONS SUR LES PLAGES HÉRAULTAISES

Les poissons ne digèrent pas le plastique, sauf celui-là, qui en raffole. Dès cet été, il vous attend sur quatre plages héraultaises pour que vous veniez le nourrir ! En échange de vos bouteilles et autres déchets plastiques, ce poisson glouton acceptera avec plaisir de faire un selfie avec vous !

Cette opération destinée à faire barrière au plastique en Méditerranée est une façon ludique et originale de sensibiliser chacun à agir contre la multiplication de tels déchets. Vous pourrez croiser l'un de ces gigantesques poissons sur les plages de La Grande-Motte, de Frontignan, d'Agde et de Vendres.

Des acteurs soucieux de recycler les bouteilles en plastique ont été sollicités pour réaliser cet événement avec le Département.

Ainsi, les communes et de nombreuses associations sont toutes partenaires de l'initiative.

Le message de Cyril Meunier, conseiller en développement local qui a choisi le soleil et la mer depuis 27 ans

"Aujourd'hui, les marins-pêcheurs rapportent autant de poissons que de déchets plastiques dans leurs filets. Et pour cause !

La Méditerranée contient 4 fois plus de déchets plastiques que les océans et les autres mers de la planète. On peut en trouver des fragments dans l'estomac de 90% des poissons, tortues et animaux marins.

D'une manière ou d'une autre, tout cela se retrouve dans nos assiettes. Ce poisson glouton nous invite à faire le bon geste : tout ce qui sera jeté dans sa gueule béante ne finira pas dans la grande bleue !"

C'est meilleur sans plastique !



Le Pétrole brut...



est transformé en Granulats de plastique pour fabriquer sacs et bouteilles...



Ils se retrouvent dans nos assiettes, saveur plastique !



Ces sacs et bouteilles sont consommés par millions chaque jour...



abandonnés dans la mer, ils se désagrègent et sont avalés par les poissons...



Ce poisson glouton a été imaginé par Michel Legay, un retraité breton qui a donné libre accès aux plans de son invention pour lutter contre la prolifération des déchets plastiques à travers le monde.

france
bleu
hérault 101,1

DU 1^{ER} JUILLET AU 31 AOÛT
Retrouvez tous les jours sur France Bleu Hérault les chroniques, Hérault Littoral. Faites le plein de petits gestes pour de grandes vacances !



scannez la page

On s'engage



PASSEZ DU BLEU AU VERT !

Contrairement au flamant rose qui pavane, une faune et une flore exceptionnelles se sont installées, avec plus ou moins de discrétion, sur le littoral héraultais. Quittez la plage et les sentiers battus pour aller à la rencontre des espèces invisibles ou insolites du lido. Cet espace entre mer et étangs sert à stocker et à filtrer les eaux de surface qui vont alimenter les nappes phréatiques d'où nous tirons l'eau potable. Il fait barrage aux inondations et aura sûrement un rôle important face au changement climatique. Le lido est précieux. 70 associations membres du réseau Coopère34 vous accompagnent dans les endroits les plus insolites.

Vous allez pouvoir bronzer "nature". Une nouvelle tendance prometteuse en Hérault. A retrouver aussi dans la Tournée d'été Hérault Sport.

Toutes les activités et animations, dans les offices de tourisme et dans l'agenda en ligne : coopere34.org



Fervent défenseur des zones humides, Christophe Morgo s'est engagé dans l'écologie dès son jeune âge.

"Je suis né près de l'étang de Thau. C'était ma cour de récréation. Petit, pour y pêcher les dorades, plus grand pour observer les hippocampes. Aujourd'hui, pour le préserver. L'urbanisation, la pollution, le changement climatique fragilisent la vie des étangs qui deviennent de plus en plus salés.

Des espèces exotiques toxiques amenées par les bateaux ou pour orner des jardins, comme la jussie, les envahissent. Nous sommes nombreux à agir, et depuis longtemps. Mais vigilance ! Le lido restera toujours très fragile. Mon credo : mieux le connaître pour mieux le défendre !"

CIT'ART

BALADES CRÉATIVES SUR LES CHEMINS DE L'HÉRAULT



De l'art urbain en pleine nature ?

Tel est l'acte "engagé" que le collectif **Line Up** a réalisé sur les citernes d'eau contre les incendies des sentiers de l'Hérault. L'idée de **Cit'Art** est née d'une rencontre entre les sapeurs forestiers et sept artistes du graffiti. En immersion dans le silence du Massif de la Gardiole, chacun a adapté son art aux citernes en s'inspirant de la nature, de la lutte contre les feux de forêts et aussi de l'eau si précieuse. Au final, sur 13,5 km de pistes forestières et 4h30 de marche, jaillit au fil de la balade une palette de surprises graphiques. Une vraie galerie à ciel ouvert !

Il existe une variante plus courte et plus facile de 9,5 km en 2h30 de marche.

ET PLUS ENCORE

Si vous êtes en vadrouille à l'ouest du département, un circuit **Cit'Art** réalisé par le **Collectif 411** vous est aussi proposé à Ferrals-les-Montagnes. Gare aux randonneurs novices : la balade dure 5h (15 km) !





Frang de l'Or - Manguio



Pour Dominique Nurit, psychothérapeute, ce lieu est une vraie parenthèse nature.

“Au domaine de Restinclières je trouve tous les éléments où puiser l'énergie de vie. Sculptée dans le jardin à la française, ou sauvage dans l'immense parc, la nature y règne en maître. L'homme s'y fond tout naturellement, avec humilité. J'y retrouve l'essentiel : les valeurs humaines, la vie.”

Philippe Robert, responsable d'un camping à Vias-Plage, a mis en place des petits gestes qui font la différence dans sa structure.

“Nous avons supprimé l'arrosage automatique de nos espaces verts et plantons uniquement des plantes méditerranéennes. Nous avons aussi placé des compteurs aux endroits stratégiques du camping pour localiser plus vite et plus facilement une fuite. Et nous vérifions ces compteurs tous les jours !”



LE DOMAINE DE RESTINCLIÈRES : L'INSTANT PURE NATURE

A dix minutes de Montpellier, à Prades-le-Lez, ce superbe domaine incite à la quiétude et à l'éveil des sens. Le lieu est sublime. Le calme règne. La nature y est omniprésente et préservée. Bordé par le Lez et le Lirou, le domaine dispose de nombreux coins fraîcheur. Ce site d'exception est votre terrain de jeux : sentier de randonnée, expérimentations agricoles... il y a même un parc pour les enfants ainsi qu'un château qui héberge la Maison Départementale de l'Environnement.

En poussant la porte de cet édifice du XVII^e, on comprend mieux les lois évidentes de l'écologie. Ce domaine est aussi une référence internationale sur la recherche en agroforesterie et sur le climat.

Randonnées, pique-nique, balades sonores dans les jardins. Idéal pour y passer une journée en solo, en famille ou entre amis...

Entrée libre - 04 99 62 09 40

VOTRE PETIT GESTE DE L'ÉTÉ



TRUCS ET ASTUCES anti-gaspi

Nous consommons en moyenne 180 litres d'eau par jour et par personne ! Sachant que la population héraultaise se multiplie par 5 durant la saison d'été, on vous laisse imaginer combien la consommation d'eau est conséquente dans le département...

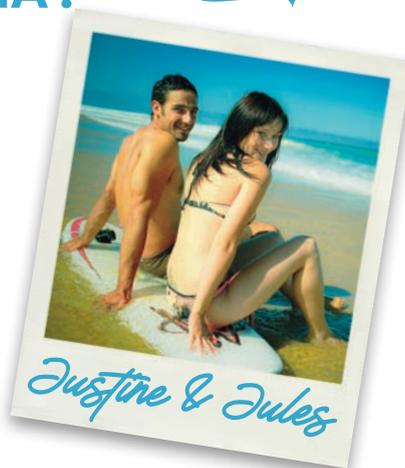
Alors, pendant les vacances faisons-nous plaisir tout en faisant du bien à notre planète ! 5, 4, 3, 2, 1... la douche est terminée ! Comme à la maison, une douche courte est meilleure qu'un bain pour notre belle Terre !

On s'engage

L'AVENTURE À LA PLAGE... AHOU TCHATCHATCHA !



Nathan



Justine & Jules



Amandine

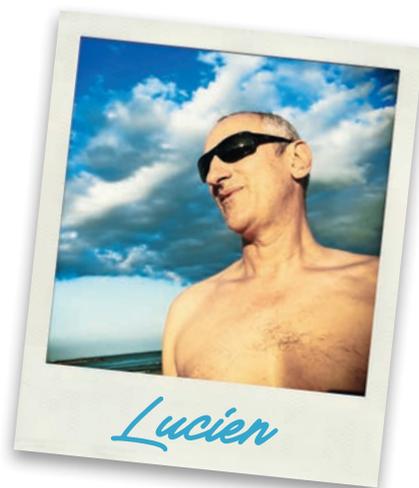
“Je viens de Lozère et chaque été je retrouve ici mon cousin pour faire du paddle. Un jour, je me suis éloigné un peu plus que d'habitude de la plage de Palavas. Au loin, j'ai aperçu un gros poisson avec un petit aileron qui dépassait de l'eau. Persuadé de voir un requin, je suis resté pétrifié, assis sur mon paddle, les jambes en tailleur. J'étais à la limite de tomber dans les pommes lorsque je me suis rendu compte qu'il s'agissait simplement d'un dauphin !”

“Je me souviens de la première fois où je suis allée sur la plage de Maguelone. Avec mon conjoint et mes enfants, nous avons pris le petit train depuis la cathédrale, harnachés de nos serviettes, jouets de sable et parasol. Une fois arrivés, les enfants se sont mis à courir dans le sable, pour revenir vers nous aussi vite : “Papa, Maman, c'est normal que les gens soient tout nus ?” Nous avons rebroussé chemin, nous étions descendus un arrêt trop tôt... Nos compagnons de voyage nous ont appris qu'il s'agissait d'une plage naturiste, mais qu'eux aussi s'étaient fait avoir la première fois...”

“L'été dernier, je me suis achetée une immense bouée en forme de donuts. C'était super confortable, à tel point que je me suis endormie. bercée par les vagues, je ne sais pas combien de temps ma sieste a duré. Tout ce que je sais, c'est que j'ai été réveillée par un couple sur un bateau qui m'a gentiment rapatriée jusqu'au port ! Apparemment, j'étais déjà à quelques kilomètres de la côte. On ne m'y reprendra plus !”



Ludivine



Lucien

“Avec mes amis nous avons prévu une journée pique-nique à la plage. L'heure du déjeuner arrivant, je sors mon sandwich de la glacière, toute contente de savourer ma préparation. Je croque dedans, mais ma mâchoire finit dans le vide... un goéland a été plus rapide que moi. A mon mal de dents et à mon repas envolé !”

“J'avoue. Le Kyte c'est ma passion. Et quand j'en fais, souffle un vent de liberté ! Mais... c'est hyper dangereux. On a un niveau de responsabilité immense vis-à-vis des autres sports ou des plagistes. Avec les fils on peut facilement couper des oreilles. Une fois un couple s'est installé dans la zone réservée au Kyte et n'a pas voulu bouger alors que ma voile était déjà déployée. Ils ne se rendaient vraiment pas compte du danger.”

ICI LA PLAGE SE PARTAGE

consultez le guide-loisirs-nautiques-en-mer.fr

On se bouge

Canal du Midi



À L'EST DU DÉPARTEMENT, UNE BOUCLE À VÉLO DE 29 KM

> Lattes-Palavas - Villeneuve-les-Maguelone

Une boucle facile et idéale pour vous balader en famille. En partant de Lattes, longez le littoral en admirant les plages de sable fin et les rues colorées de Palavas-les-Flots, jusqu'à la cathédrale de Maguelone, nichée au cœur des vignes et des étangs. Sous un ciel bleu, ne vous reste plus qu'à piquer quelques têtes dans la mer !

francevelotourisme.com/itineraire/la-mediterranee-a-velo

PRÈS DE LA MER, UN PARCOURS VTT DE 23,5 KM

> Florensac - Agde - Marseillan

En partant de Florensac, empruntez le circuit n°1 de l'espace VTT - FFC Hérault. Dès l'entrée, savourez la beauté du canal du Midi et profitez de la fraîcheur des berges. A l'heure du repas, découvrez la majestueuse cité d'Agde, puis remontez sur votre vélo pour contempler la réserve naturelle nationale du Bagnas avant de prendre votre dessert au port de Marseillan, sur la lagune de Thau. Une manière bien agréable de faire un petit bout de la Grande Traversée du Massif Central en VTT.

herault-tourisme.com/articles/la-grande-traversee-du-massif-central-911-1
youtu.be/yKdK7n2Dg-A

Nicole Morère

Echappez-vous à Aniane !

A tout juste 30 mn de Montpellier, le village d'Aniane "l'Authentique" est une de nos inoubliables cartes postales héraultaises. Nicole Morère, fan des "mobilités douces" assure la visite.

"Entre vignes et garrigues, Aniane raconte l'histoire médiévale de l'Hérault à travers son Abbaye et ses nombreux monuments classés. En empruntant la toute nouvelle piste cyclable qui part du cœur du village et longe le fleuve Hérault, vous cheminerez au plus près du chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle qui vous guidera vers le Pont du diable et les gorges de l'Hérault. Quelques kilomètres de pur plaisir à consommer sans modération."

À l'ouest du Département, La Scène de Bayssan - Béziers

La scène de Bayssan est un formidable espace dédié au temps libre et à la culture, ouvert à tous. Dans cet écrin de verdure aux portes de Béziers, le domaine se rénove et s'équipe pour devenir une référence culturelle incontournable dans l'Hérault et au-delà. Et comme on pense aussi à votre forme physique, on vous recommande le parcours fitness et le circuit VTT. Vos petites têtes blondes auront également de quoi vider leur batterie dans l'espace de jeux : citypark, skatepark, tennis de table... c'est le paradis !



VOTRE PETIT GESTE DE L'ÉTÉ

Et si on jetait nos déchets dans de vraies poubelles plutôt que dans les fossés !



scannez la page

Le sport à l'accent chantant

JEU DE BALLE 100% HÉRAULT LE TAMBOURIN



Si vous connaissiez le tambourin comme instrument de musique, dans l'Hérault il s'agit plutôt d'un jeu de balle traditionnel qui descend du jeu de paume. Ce rendez-vous entre deux équipes de cinq est une activité insolite qui se joue avec une balle en caoutchouc en plein air. Le saviez-vous ? La deuxième fabrique au monde de tambourin se trouve à Gignac, au cœur de l'Hérault.

LES RENDEZ-VOUS

9^e édition des Masters Tambourin
> 31 juillet, 1^{er} et 2 août – Cournonterral.
Ateliers d'initiation au tambourin
avec la Tournée d'été Hérault Sport,
> 16 juillet au 6 août.

LE ROI ET L'ARÈNE LES COURSES CAMARGUAISES



Telle une déclaration d'amour pour le taureau, la course camarguaise est une tradition du sud de l'Hérault.

Les participants, appelés "raseteurs", tentent d'attraper des attributs, cocarde ou glands, fixés aux cornes du taureau. **Bernadette Vignon** est bercée par cette ambiance votive depuis l'enfance : "les taureaux, c'est toute ma vie. En Camargue, nous tenons tous à cette tradition et sommes heureux de la perpétuer. La course camarguaise montre notre amour pour cet animal majestueux, le vénère. Contrairement aux corridas, il n'y a pas de mise à mort. C'est un jeu gracieux, il se passe une véritable osmose entre le taureau et le joueur."

LES RENDEZ-VOUS

Dates des courses par lieux :
ffcc.info/le_calendrier_des_courses-9.html

TOUS À L'EAU ! LES JOUTES



"Gagner les joutes à la Saint-Louis, c'est comme gagner la coupe du monde de foot !", aime dire **Sébastien Andral**, originaire de Sète. Si Sète est la capitale des joutes, vous pourrez assister sur tout le littoral à cette tradition sportive : équipé d'une lance et d'un pavois ou bouclier de bois, chaque participant vise de sa lance le pavois de son adversaire pour le faire tomber à l'eau. Pour Sébastien "ce sont toutes les valeurs, l'éducation et l'effervescence autour des compétitions et des sociétés de joutes qui font que j'assiste à chaque défilé et chaque tournoi depuis 25 ans. C'est magique !"

LES RENDEZ-VOUS

Tournoi de joutes "Grand pardon de Saint-Pierre"
> 4 au 7 juillet 2019 – Sète.
Tournoi de joutes "Memorial Paul di Stefano"
> dimanche 14 juillet – Sète.
Fête de la Saint-Louis
> 22 au 27 août 2019 : tournoi de joutes avec plus de 70 spectacles de rues et autres bars à quais à Sète.

UN SPORT À LA POINTE LA PÉTANQUE

Au jeu de boules tout est dans le geste, ample comme vous le voyez ! Sur le littoral, on aime se réunir autour d'un pastis et crier "tu tires ou tu pointes ?" avé l'accent. Plusieurs générations s'y retrouvent dans une ambiance bon enfant, mais attention à ne pas lâcher un obus sur votre pied...

LES RENDEZ-VOUS

National Pétanque de Bessilles.
"Tournoi des Gentlemen Souvenir Pascale Benezis",
> 6 et 7 juillet 2019 – Montagnac
Championnat national > 22 juillet – Pézenas
Championnat international féminin
> 25 au 29 juillet – Palavas-les-Flots
Championnat "Grand Orb"
> 5 au 8 août – Bédarieux



scannez
la page

SE MUSCLER EN S'AMUSANT

Profiter du sable et de l'eau pour se gainer... sans oublier quelques précautions. Marie Passieux, professeure de sport, nous rappelle quelques conseils simples.

“Marcher ou courir sur le sable sec ou mouvant est excellent pour muscler ses chevilles, ses jambes et ses fessiers. Cet exercice accroît les dépenses énergétiques et favorise le retour veineux.

Toutefois, 3 gestes restent essentiels :

Pensez à la **crème solaire**, aux lunettes et à la casquette, car le soleil réfléchit la luminosité.

— **Buvez de l'eau**, encore et encore de l'eau, pour éviter la déshydratation.

— **Échauffez-vous** quelques minutes au début et étirez-vous après l'effort pour ne pas avoir de courbatures le lendemain.”

LE CONSEIL DE PHIL, sapeur pompier

En difficulté dans l'eau...

N'essayez pas de lutter contre le courant.

— Laissez-vous porter par les vagues et levez les bras pour être vu(e).

— Faites la planche pour économiser vos forces et respirez calmement en attendant les secours.

— **Allo, le 18 ?**



Sport
Hérault
PRÉSENTE

LA TOURNÉE D'ÉTÉ

EN PARTENARIAT AVEC
Midi Libre

herault.fr
 SUIVEZ-NOUS SUR **#tourneehéraultsport**

Depuis quelques mois vous avez fait du sport tous les soirs et suivi un régime draconien pour que votre “ summer body 2019 ” soit au top. On sait que vous avez souffert, que vous avez sué, que vous avez tout donné, et vous vous dites maintenant que les vacances en Méditerranée riment avec “farniente” ! Hop hop hop ! On vous voit venir, allongé(e) sur le sable chaud à siroter votre citronnade. Mais on vous le dit : ce n'est pas le moment de flancher ! D'autant qu'ici, vous avez tout ce qu'il faut pour vous dépenser. Non, on ne vous parle pas des salles de sport ouvertes 24h/24h, mais de la Tournée d'été Hérault Sport.

“Quézaco”, nous direz-vous ?

Durant tout l'été - du 8 juillet au 23 août -, le Car Podium circule dans 31 communes héraultaises pour vous proposer des animations et activités physiques et sportives 100 % gratuites : volley, rugby, athlétisme, beach-tennis, haltérophilie... c'est le moment de profiter du sport

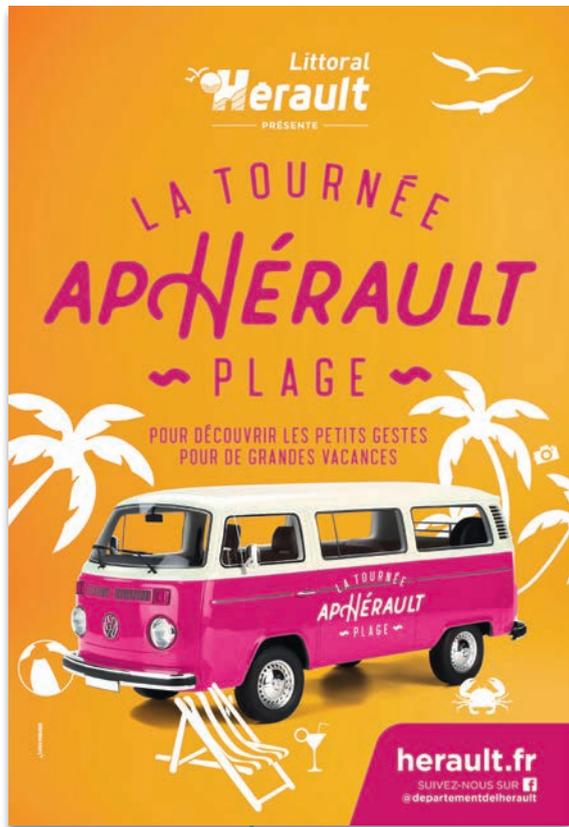
en plein air, de se rencontrer dans une atmosphère conviviale, mais aussi de pratiquer en famille (il y a des ateliers baby gymnastique), et de tester un sport traditionnel héraultais : le tambourin. Esprit de compétition ou de loisir, enfant ou adulte, venez comme vous êtes !

Bon à savoir :

sont également animés des ateliers de prévention - nature, sécurité routière, secours, santé - ainsi qu'un coin lecture, idéal après l'effort ! Et des rendez-vous Ap'Hérault page.

Itinéraire et dates sur la page **Facebook Hérault Sport.**





PROFITEZ DE LA GRANDE TOURNÉE AP'HÉRAULT PLAGE ET DÉCOUVREZ LES PETITS GESTES POUR DE GRANDES VACANCES !

AP'HÉRAULT PLAGE

TOURNÉE HÉRAULT SPORT

MARCHÉS

SPECTACLES

ÉVÉNEMENTS

FÊTES DE L'HUÎTRE

LES POISSONS GLOUTONS

LIRE À LA MER

PORTS DÉPARTEMENTAUX

DOMAINES DÉPARTEMENTAUX

TOURISME ET HANDICAP

50 Salagou ANS



12, 25/07 et 21/08



12/07 Concert gratuit Malted Milk



25/07 et 21/08



7, 11, 26/07 4/08



11/07 Le rosé qui fait des vagues



26/07 Fête de l'huître



4/08

MONTAGNAC



9/07 et 6/08



9/07 Camping le Méditerranée



6/08



11/07 et 18/07



18/07



BÉZIERS

Canal du Midi

BAYSSAN

SÉRIGNAN

VIAS

PORTIRAGNES

AGDE



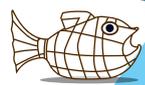
13/07 et 23/08



23/08

VALRAS

VENDRES



12/07 et 9/08



9/08



10/07, 20/08



20/08



l'Hérault

Le Lez

20/07
Fiesta Sète

29, 30/06
et 13/08

25/07

RESTINCLÈRES
MONTPELLIER
CHÂTEAU D'O

MAUGUIO

15, 17/07
10, 11/08
15/07
Festival de Thau
17/07
10-11/08
Fête de l'huître

4/07
Festival de Thau

4/07

VILLENEUVE
LÈS-MAGUELONE
PALAVAS
LES-FLOTS

CARNON

LA GRANDE
MOTTE

BESSILLES

POUSSAN

BALARUC
LE-VIEUX

VIC-LA-GARDIOLE

1, 2, 26/07
2/07
26/07

BOUZIGUES

LOUPIAN

BALARUC
LES-BAINS

FRONTIGNAN

18/07
et 24/07
18/07
Estivales
24/07

MÈZE

SÈTE

5, 21/07
et 22/08
21/07
Fête du Muscat
22/08

3, 17/07
et 3/08
3/07
Concert
Cathédrale
17/07
Estivales
17/07
3/08

27, 28/06
et 31/07
31/07

MARSEILLAN

6, 16/07

22/07
et 29/07
22/07
29/07

19, 22/07
2/08

19/07
Festival de Thau
22/07

8, 23, 28/07
et 16/08
23/07
concert flottant
28/07
Nuit de la Guitare
16/08

2/08



scannez
la page

Pour en savoir plus :
herault.fr

On découvre

LES VINS DE L'HÉRAULT, UNE HISTOIRE DE QUALITÉ



scannez
la page

Caroline Furstoss, élue sommelière de l'année 2014 et journaliste à la Revue du vin de France

“La qualité des vins de l'Hérault ne cesse de croître depuis une décennie. Souvent à moins de 10 €, l'appellation Languedoc qui recouvre toute la région, offre des vins faciles, fruités et équilibrés. Dans les différentes appellations, telles que les Terrasses du Larzac, Montpeyroux, Pic Saint-Loup, Grès de Montpellier, Saint-Chinian ou Faugères, c'est la complexité du terroir et le savoir-faire des vignerons qui sont de mise. Il ne faut pas négliger la belle progression récente des blancs,

qui représentent 10 % du volume, avec la préservation de vieux cépages autochtones comme le bourboulenc sur le secteur de La Clape ou le piquepoul à Picpoul-de-Pinet. Je recommande une balade dans les sentiers viticoles des Terrasses du Larzac proches du village pittoresque de Saint-Guilhem-le-Désert. A Montpeyroux, il y a aussi des vins délicieux à la cave coopérative artisanale de Castelbarry, engagée dans une démarche environnementale depuis plusieurs années.”



**ACHETEZ LOCAL
ET 100% NATUREL**
VOUS LES AVEZ DÉCOUVERTS
CET ÉTÉ ET VOUS NE POUVEZ PLUS
VOUS EN PASSER !

Les Perles de Montpellier

Le trésor de nos abeilles s'est délicieusement transformé en bonbon glacé au cœur fondant. Tonifiant, fortifiant et revigorant. lesperlesdemontpellier.com

Il était un fruit

Croquant et salés, une surprise pour le palais à l'heure de l'Ap'Herault ! Et une alternative saine à tous les produits de snacking.

Nous craquons pour les pommes séchées au poivre de cassis et celles au poivre de Sichuan. Riches en fibre.

iletaitunfruit.fr

Les Zézettes de Sète

La recette n'a pas changé depuis la Belle Epoque, où Gaston Benata l'a conçue. Farine, sucre, huile, vin rosé... et un petit tour de main inimitable en ont vite fait son succès.

Facebook : [Les zezettes la belle époque](https://www.facebook.com/leszezetteslabelleepoque)

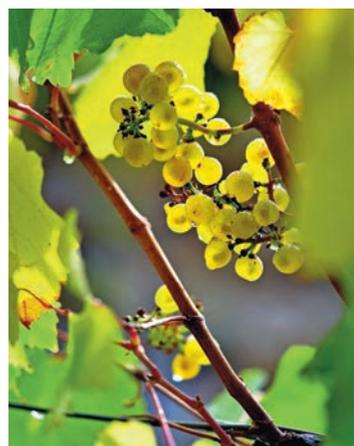
Instagram : [zezettesdesete](https://www.instagram.com/zezettesdesete)

BB Kombucha

Cette boisson pétillante à base de thé fermenté est aromatisée avec les fruits et les plantes de producteurs locaux.

Découvrez un apéritif zéro alcool, aux vertus digestives et détoxifiantes fabriqué artisanalement en Hérault !

bbkombucha.fr



COMMENT DÉGUSTER UN VIN ?

Déguster un vin, c'est tout un art !

Voici quelques étapes et astuces simples :

L'aspect : avant de le mettre en bouche, il faut l'observer ! La couleur, la limpidité et la viscosité sont d'excellents indicateurs de la qualité du vin.

L'odeur : d'abord avec le “premier nez”, vous sentez sans remuer le verre pour détecter les premières odeurs (on repère facilement le goût de bouchon !). Puis avec le “second nez”, vous aérez le vin en le faisant tourner pour libérer les arômes.

Le goût : imbitez votre bouche de vin à la manière d'un bain de bouche. Il n'est pas malpoli de faire du bruit pendant une dégustation de vin, alors allez-y !



L'ENOTOUR DE L'HÉRAULT C'EST L'AVENTURE

Arpenter les chemins de randonnée, s'éclater sur une piste VTT, s'émouvoir d'un concert in vino... Ici, dans l'Hérault dont la Méditerranée a façonné les paysages, tout nous ramène à la vigne. Des vignobles, se dégage le riche patrimoine que les viticulteurs ont su moderniser et sublimer. C'est une première à cette échelle. L'Enotour de l'Hérault dessine une boucle de 515 km qui relie tous les caveaux de l'Hérault. Son originalité : chacun y crée son "AVENTURE", faite d'expériences insolites, de rencontres authentiques, de balades aux points de vue grandioses et de soirées d'intense émotion.

ENORANDO



Découvrez les 15 circuits de randonnées pédestres au départ des caves coopératives, imposants témoins de plus d'un siècle d'histoire. (De 6 à 17 km - 2h à 7h de marche)

Votre agenda, des expériences et les adresses des caveaux sur

oenotour.herault.fr



ON PEUT ÊTRE FIER! INTERVIEW

"Sur les 7 Appellations d'origines contrôlées Muscats (ou Protégées - norme CE), en France, 4 sont héraultaises. C'est dire combien ici le soleil et le souffle marin siéent aux vins doux naturels. Arômes de pétales de rose pour les muscats secs, fruité et gourmand pour les muscats moelleux... Je n'ai pas de préférence. Les muscats de l'Hérault, un beau souvenir de vacances. Pensez-y!"*
Sylvie Pradelle est conquise !

**Muscats de Saint-Jean-de-Minervois, de Frontignan, de Lunel et de Mireval.*



GUIDE DU ROUTARD



C'est une première. Le Premier guide du Routard "Enotourisme" parle de l'Hérault. Le Routard s'est appuyé sur l'Oenotour de l'Hérault pour lancer sa toute nouvelle collection. Son fondateur Philippe Gloaguen a été séduit "au-delà des paysages et de son ensoleillement, l'Hérault est un des rares départements à être aussi bien organisé et motivé pour proposer un accueil de qualité"

VOTRE COCKTAIL CET ÉTÉ L'AP'HÉRAULT

Jérémy Taysse, barman, vous révèle la recette de son cocktail l'Ap'Hérault.

- 2cl de jus d'abricot
- + de jus de poire
- + de jus de pomme
- + de jus de citron vert
- + de sirop de châtaigne

Mettez tous les ingrédients dans un shaker à cocktail avec de la glace pilée, ou quelques glaçons, mélanger 2 min. Pour la déco, ajouter une branche de romarin flambée et une brochette de fruits frais. Servez, c'est prêt ; dégustez !

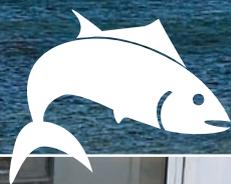


Le conseil de Jérémy : "Pour plus de saveur, utilisez les fameux jus de fruits du **Verger de Thau** ou d'autres producteurs locaux. Vous pouvez également réaliser vos propres jus de fruits avec les produits d'ici !"

On se régale



Étang de Thau - Méze



LA CRIÉE DU GRAU D'AGDE EN FAMILLE : QUI DIT MIEUX ?

Passage obligé, si vous allez au Grau d'Agde : **Le Belvédère de la Criée.**

Ce lieu unique propose de découvrir l'univers fascinant des marins-pêcheurs et d'assister aux enchères qui agitent la criée du Grau d'Agde.

Maxime Payen, chargé de l'animation du site, nous explique ce concept unique en Méditerranée. *“Les pêcheurs, que j'appelle sentinelles de la mer, sont les premiers observateurs de la raréfaction de certains poissons. Ce sont souvent eux qui réclament la mise en place de quota pour préserver la ressource. Le Belvédère de la criée du Grau d'Agde ouvre les portes de cet univers méconnu du grand public. Pour les fins gastronomes, c'est aussi l'occasion de découvrir des espèces à la chair délicieuse, comme le sar ou le pageot.”*

LE SAVIEZ-VOUS ?

Contrairement aux grands classiques des rayons de nos supermarchés, la population des poissons comme les sardines, le sar, le pageot... peu convoités par les pêcheurs n'est pas menacée.

FILETS DE PAGEOT ET LEGUMES D'ÉTÉ

Ingrédients :

8 filets de pageot, **3** oignons blancs, **4** poivrons (rouges et jaunes), **20** tomates cerises, **1** grosse tomate cœur de bœuf, **2** courgettes, une botte de basilic, **1** trait d'huile d'olive.

- Compoter les oignons et les poivrons émincés, salés et poivrés, durant 40 min.
- Cuire les tomates cerises à feu doux dans une poêle durant 15 min.
- Faire sauter les courgettes émincées à la poêle.
- Déposer au fond d'un plat à four la compotée puis les courgettes et les tomates cerises.
- Cuire au four durant 20 min à 140°C.
- Mixer la tomate cœur de bœuf pelée avec le basilic, du sel et du poivre.
- Snacker le poisson à feu vif à la poêle avec de l'huile d'olive (1 min chaque côté).
- Servez-le avec les légumes et le coulis de tomate.

HÛÎTRES DE L'ÉTANG DE THAU :

les conseils d'Audrey Imbert, conchylicultrice, pour bien les déguster

“Contrairement à ce qu'affirme un dicton populaire, les huîtres peuvent être consommées toute l'année. Durant l'été, période de leur reproduction, elles sont un peu plus laiteuses et charnues.

Pour les ouvrir il suffit de planter le couteau aux deux tiers de l'huître, en partant du pied, là où se trouve le nerf qui maintient la coquille fermée.

Certains préfèrent la déguster avec du citron ou du vinaigre à l'échalote, mais vous pouvez également la goûter nature et vérifier sa fraîcheur en touchant la collette noire avec la pointe d'un couteau. Les huîtres peuvent aussi bien être consommées cuites et sont utilisées de façon très originale par certains chefs de renom.”



scannez la page

On se fait du bien



BRONZÉZ RUSÉ avec les conseils du professeur Dubois

Les vacances à la plage sont l'occasion de profiter des bienfaits du soleil pour recharger les batteries. Générateur de bonne humeur et source de vitamine D, il est bon pour le moral et la santé. Le professeur **Jean-Bernard Dubois** est radiothérapeute et membre de la **Ligue contre le cancer**. Nous lui avons posé quelques questions pour chasser les idées reçues et profiter pleinement des bienfaits de l'ensoleillement.

VRAI OU FAUX ? On peut bronzer quand le soleil est bas ?

Vrai. Avant 10h et après 17h, le soleil est moins agressif mais il est suffisamment fort pour déclencher la sécrétion de mélanine qui provoque le hâle. Cela permet d'avoir un bronzage plus prononcé, plus homogène et sans risque pour la santé.

VRAI OU FAUX ? Le soleil accélère les effets de l'alcool

C'est une idée reçue. Il n'y a aucun lien entre le soleil et l'alcool, si ce n'est que sans modération, les deux fatiguent votre organisme. Par contre, les deux accentuent la déshydratation et la soif se fait plus souvent ressentir. En règle générale, si on a l'impression que l'alcool fait plus de ravages durant les beaux jours, c'est tout simplement parce que la modération est souvent effacée par la soif. Mieux vaut boire de l'eau pour s'hydrater et garder l'alcool pour le plaisir.

Comment profiter à fond du soleil en limitant les risques ?

Bougez et évitez d'adopter la "toast attitude". Multiplier les activités sportives ou de loisir est la meilleure façon de profiter de ses vacances. Et pensez à observer régulièrement vos grains de beauté. Si l'un d'entre eux grossit, change de couleur ou saigne, il faut aller voir un dermatologue et envisager son ablation. Ce geste médical simple peut vous sauver la vie.



BIEN CHOISIR SA PROTECTION SOLAIRE selon Laurent Beauvais, dermatologue

"Pour bronzer en toute sécurité, il y a des règles à suivre. Quelles que soient les caractéristiques de votre peau, elle a forcément besoin d'être protégée !

Si vous avez le teint pâle ou très clair, que vous avez tendance à prendre des coups de soleil, il faudra une crème indice 50 à appliquer toutes les 1h30 pour garder votre peau en bonne santé.

Pour les peaux médium à légèrement mate, moins sujettes aux coups de soleil, l'indice 30 suffit en théorie. Attention cependant, en cas de très fortes chaleurs, n'hésitez pas à prendre la protection supérieure !

Contrairement aux idées reçues, les peaux mates, métissées ou noires ont aussi besoin d'une protection. Je conseille un indice 30. Bonne bronzette !"



scannez
la page

On se fait du bien

Station thermale - Balaruc-les-bains



UN ŒIL SUR LES SENIORS

Patricia Weber travaille pour le bien-être des seniors. Elle est membre du Comité national de lutte contre les exclusions.

MH : Quels seraient vos conseils pour prendre soin des seniors durant l'été ?

PW : De l'ombre, de la fraîcheur et de l'eau ! Au-delà de 50 ans, l'organisme a des besoins en eau plus importants par rapport à des personnes plus jeunes. Les réserves d'eau diminuent, elles passent de 75 % chez le nourrisson, à 60-65 % chez l'adulte jeune et seulement 50 % chez la personne âgée. Avec l'âge, la soif se fait sentir plus tardivement et expose les seniors aux risques de déshydratation. Les médecins le disent, il faut boire 2 litres par jour en moyenne, la moitié sous forme de boissons et l'autre par l'eau contenue dans les aliments.

MH : On parle d'isolement des personnes âgées. N'y a-t-il pas là aussi un enjeu ?

PW : En effet. Sourire, parler avec la personne âgée que l'on croise dans son voisinage est essentiel. Le temps des vacances s'y prête ! Il est important de nouer le lien. Beaucoup de personnes âgées souffrent de solitude. On se souvient des nombreux décès par déshydratation lors des fortes canicules. Des équipes de soignants se mobilisent tout l'été pour s'occuper des personnes les plus fragiles mais je suis persuadée que rien ne vaut l'attention, le contact avec son voisinage pour déceler les risques. Aider les personnes âgées, c'est d'abord une affaire de cœur.



LA PLAGE ET LA BAINNADE POUR TOUS

Gabrielle Henry, qui se déplace en fauteuil roulant électrique, raconte son expérience.

“ Sur le littoral héraultais, de nombreux accès ont été créés pour permettre aux personnes handicapées de profiter pleinement de la mer. Certaines plages équipées d'un matériel spécifique proposent des activités adaptées à tout type de handicap. Tout y est pensé pour que nous puissions aussi profiter des plaisirs de l'été. ”



scannez la page

BON À SAVOIR

L'Hérault compte 4 plages labellisées Tourisme & Handicap, 6 plages sont équipées d'un audio plage. Le centre nautique Manureva à Balaruc-les-Bains est labellisé “handicap”.
herault-tourisme.com



S'ÉVADER AVEC "LIRE À LA MER"

Rien de tel que de profiter des transats et de l'ombre des paillottes " Lire à la mer " pour faire une parenthèse. Polars, aventures, BD, livres ou magazines, pour les grands comme pour les petits, c'est le moment de s'offrir un plaisir simple : la lecture. C'est prouvé : 15 à 20 minutes de lecture par jour stimule le cerveau, muscle la mémoire, améliore la concentration et favorise l'esprit critique.

RENDEZ-VOUS
dans les mini-bibliothèques cet été !

CARNON

Du 6 juillet au 25 août, tous les jours, de 10h à 19h
Plage des Roquilles, Carnon-Ouest.
Accès libre et gratuit - Ateliers enfants : inscription sur place
— **FRONTIGNAN**

Du 29 juin au 25 août, de 10h à 19h
Plage du Port, Rive-Ouest
Accès libre et gratuit Ateliers enfants : inscription sur place

CAP d'AGDE

Du 1^{er} juillet au 31 août, de 10h à 19h (hors jours fériés)
Plage Mail de Rochelongue, (Avec la commune d'Agde)

VALRAS PLAGE

Du 1^{er} juillet au 31 août, de 10h à 19h, Promenade du front de mer (Avec l'agglomération de Béziers Méditerranée)

SUR LES RIVES DU LAC DU SALAGOU (côté Clermont-l'Hérault)

Du 9 juillet au 23 août, du lundi au vendredi, de 14h à 18h (Avec la commune de Clermont-L'Hérault)

— **Hérault Sport aussi, a prévu un coin "Lire à la mer" lors du passage de sa Tournée d'été (cf pages 12-13.)**

L'EAU, ÉLIXIR DE BONNE SANTÉ

S'hydrater est vital, alors autant bien choisir son eau... dans l'Hérault, il y a tout ce qu'il vous faut !

Le saviez-vous ? La seconde meilleure eau minérale gazeuse du monde revient à l'eau de Vernière ! Sa richesse naturelle vient de la qualité environnementale et géologique de Lamalou-les-Bains.

Cette eau naturellement gazeuse, en plus d'être rafraîchissante, est excellente pour la santé. Bicarbonatée, calcique et magnésienne, elle a de quoi booster votre vitalité et vous donner du tonus pour profiter de l'été.

Dans le **Parc naturel du Haut Languedoc**, c'est l'eau de La **Salvetat**, une autre eau pure et naturellement pétillante qui jaillit. Elle est connue pour sa faible teneur en Sodium.



QUAND L'EAU FAIT DU BIEN À LA PEAU

Si les stations thermales héraultaises que sont Balaruc-les-Bains, Lamalou-les-Bains et Avène-les Bains vous évoquent quelque chose, c'est parce que les bienfaits de l'eau thermale n'ont certainement aucun secret pour vous !

Hydratante, nettoyante, apaisante, sans compter ses vertus antalgiques, décontractantes et anti-inflammatoires, cette eau "magique" est votre meilleure alliée santé. Osez le plongeur !



scannez
la page

On se fait du bien

4 SPOTS POUR SE RECONNECTER

LE DOMAINE DE BESSILLES À MONTAGNAC

A Bessilles, vous pourrez pratiquer en famille ou entre amis des activités sportives en plein air. Si vous êtes adeptes de marche à pied, tennis, mini-golf ou VTT, vous jouirez de la fraîcheur du parc pour vous détendre et pique-niquer à l'ombre réconfortante des pins d'Alep. Ce milieu naturel vous invite à observer les écureuils roux et à écouter le chant des cigales. Pensez détente et contemplation !

LE LAC DU SALAGOU À CLERMONT L'HÉRAULT

50
Salagou
ANS



Magique, c'est un spectacle lunaire qui s'offre à vous. Au Salagou, les "ruffes", ces terres rouges côtoient les roches noires volcaniques sur les reliefs et les étranges roches blanches du Cirque de Mourèze. Ces paysages uniques recèlent des vestiges paléontologiques de premier plan. C'est sur ces terres, que le barrage du Salagou, construit par le Département de l'Hérault pour irriguer les terres de la vallée en aval, apporte depuis 50 ans un havre de fraîcheur. Le site est devenu un spot mondial des sports de pleine nature. Cette année, le lac fête ses 50 ans. Tout l'été est ponctué de rendez-vous en son honneur.

À NOTER :

Concert gratuit de Maltek Milk, animations sportives, et grand marché 100% Hérault.
vendredi 12 juillet - Rives du lac, pôle de Clermont l'Hérault.

LA BASE DE RÉALS À CESSENON SUR ORB



A peine le pied posé hors de la voiture, vous ressentirez la fraîcheur du lieu et le bruit des rapides de l'Orb ne vous échappera pas. Les plus sportifs d'entre vous pourront se diriger vers l'accueil de la base pour découvrir la vallée : escalade, course d'orientation, canoë ou kayak, randonnée pédestre... Il va falloir vous mettre d'accord ! Si vous êtes plutôt farniente, vous allez être servi(e). Réals est le coin idéal pour étendre votre serviette au bord de l'eau, lire un bon livre et écouter la nature.

LE CHÂTEAU D'Ô À MONTPELLIER



A Montpellier, faites un saut au Château d'Ô, un espace de nature où s'allient les plaisirs de la culture et du plein air. Pas moins de 23 hectares de jardins sont ouverts pour vous détendre : errez entre les pinèdes et les oliveraies, sortez votre pique-nique, participez à une visite guidée, assistez à un spectacle... voilà le lieu idéal pour vous couper, un instant, de la vie citadine !

À NOTER :

Festival de Radio France

Du 15 au 25 juillet (sauf 21/07), à 20h
Profitez des "Before jazz" Espace Micocouliers
Balades musicales

Les 21 et 26 juillet, dans les jardins à partir de 15h.

Gratuits - Food trucks sur place. Lefestival.eu

Folies d'O, les 2,3 et 4 juillet.





AVENTURE ET SENSATIONS : L'HÉRAULT À MOTO

Entre fraîcheur et sensations fortes, la moto est un moyen idéal pour découvrir les paysages et les nombreux sites exceptionnels de l'Hérault. **Vincent Gaudy** sillonne régulièrement les routes du département au guidon de sa moto. Il nous confie ses astuces pour des balades inoubliables.

“Dès que possible, j'enfourche ma moto et pars à la conquête des routes de l'Hérault. Selon l'envie, je roule en toute plénitude sur les routes du littoral ou j'opte pour les sensations fortes et le vertige des routes sinueuses de l'arrière-pays. Dans tous les cas, je circule au beau milieu de paysages extraordinaires qui ne font que renforcer ma passion pour la moto. J'aime aussi l'ambiance entre motards. Lorsque que je parcours des boucles sur plusieurs jours, je profite de la convivialité des hébergements “ amis motards ”, qui nous accueillent jusqu'à l'étape suivante. Nous vivons dans un territoire d'exception qui propose des itinéraires adaptés au deux-roues et je conseille vivement de les parcourir”.

Plus d'infos : visites, roadbooks, hébergements et restauration sont à télécharger sur le site herault-loisirs.fr

BON À SAVOIR

Le Département de l'Hérault multiplie les efforts pour améliorer la sécurité à moto. Avec 405 protections de murets, l'installation de 5 520 mètres d'écrans motos et 750 obstacles sécurisés, le Département de l'Hérault totalise 320 km d'itinéraires aménagés pour les motos.

CARTE MOTO téléchargeable sur : herault.fr

BOUGER AUTREMENT !

A VÉLO

Le Département de l'Hérault est équipé de 550 kilomètres de cheminements doux et pistes cyclables qui permettent de circuler à vélo et en toute sécurité. Vous trouverez aussi des stations de gonflage, des abris à vélos et des “kits réparation”...

VIA LES PÔLES D'ÉCHANGES MULTIMODAUX

À proximité des principales gares ferroviaires, les pôles d'échanges multimodaux vous donnent le choix pour rejoindre les centres-villes ou votre lieu de villégiature, à vélo, à pied, en voiture ou transport en commun.

EN COVOITURAGE

Pour permettre aux automobilistes de voyager ensemble et partager les frais, neuf aires de covoiturage ont été aménagées dans tout le département.

En stop : convivial et écologique, l'auto-stop est l'un des meilleurs moyens de se déplacer dans tous les recoins du département. Grâce à l'application Rezopouce, qui met en relation les automobilistes et les auto-stoppeurs, vous pourrez lever le pouce en toute sécurité !

rezopouce.fr



tribune libre

GRUPE MAJORITAIRE GAUCHE REPUBLICAINE

Merci aux nombreux Héraultais qui travaillent cet été !

L'été s'est désormais installé dans l'Hérault. La "belle saison" associée aux grandes vacances est toujours très attendue. La plupart d'entre nous profitent ainsi de ces temps de repos pour bénéficier des multiples facettes qu'offre notre département. Son attractivité avec ses 100 kms de littoral, ses remarquables grands sites, son offre de loisirs, d'évènements culturels et sportifs, est un atout incontestable. Destination phare des français et des étrangers, l'Hérault pèse pour 30 % du tourisme en Occitanie ce qui l'élève au rang de destination majeure. Cela conforte la politique du Département engagée en faveur d'un tourisme citoyen, soucieux de l'environnement et accessible au plus grand nombre. Véritable enjeu de développement économique du territoire générant plus de 43 000 emplois, 6,8 millions d'euros y sont dédiés au budget 2019.

Alors que la saison estivale est une période de détente et de découverte pour beaucoup, elle est aussi une période de travail intense pour grand nombre d'Héraultais. Si le tourisme en Hérault ne cesse d'évoluer c'est qu'il est doté d'un riche vivier d'acteurs favorisant son rayonnement. Ce sont d'abord les professionnels de la vie économique du territoire qui, quel que soit leur métier (hôtelier, restaurateur, commerçant,...) s'attachent à le faire fructifier. C'est aussi l'investissement des salariés et des bénévoles qui assurent la sécurité des biens et des citoyens : les forestiers-sapeurs qui protègent notre forêt méditerranéenne ; les sapeurs-pompiers unis contre les incendies et qui portent assistance et secours aux personnes ; ou encore les nombreux secouristes prêts à intervenir sur les plages du littoral et sur les zones à forte affluence. L'attractivité de notre département repose également sur la mobilisation de celles et ceux qui participent à la valorisation du patrimoine local et à l'accompagnement des manifestations sportives et culturelles. Saluons l'engagement de ces femmes et de ces hommes qui, sur des horaires souvent contraints, s'investissent sans compter pour garantir au plus grand nombre des vacances sereines et réussies.

Enfin, n'oublions pas l'implication des agents du Conseil départemental qui assurent durant cette période la nécessaire continuité du service public. Qu'ils en soient remerciés.

Bel été en Hérault !

RENAUD CALVAT

Président du Groupe

GRUPE HÉRAULT CITOYENS

La période estivale est l'occasion de redécouvrir ce qui fait notre quotidien, et notamment notre environnement.

Nous avons la chance de vivre dans un département qui abrite une métropole, des villes de taille moindre, et des territoires ruraux voire hyper ruraux.

Les relations de Montpellier et de sa Métropole avec son territoire naturel, le département de l'Hérault, sont fondamentales, pour l'ensemble du territoire.

Aucun habitant de la métropole ne peut nier l'importance de ce lien.

Aucun habitant hors métropole ne peut le nier également.

Il est important que cet équilibre et cet échange territorial subsistent.

Montpellier prend sa juste place, sur une trajectoire qui va du Pic Saint Loup à la mer. Ce merveilleux pic Saint Loup que certains montpelliérains appellent leur "montagne"...et ce littoral si important pour tous, parfois si fragile, et qu'il faut préserver.

Il ne doit pas exister de «concurrence» entre ces territoires. Ils sont complémentaires et chacun amène à notre département un peu de sa magie.

Et tous les héraultais ont besoin de cette complémentarité, indéniable et indiscutable.

Les touristes aiment aussi notre département pour cela. Pour ses paradoxes, pour ses contrastes, pour cette richesse naturelle.

Pour ce passage en quelques minutes de voiture d'un territoire hyper urbain à notre littoral ou notre arrière-pays.

Profitez de notre magnifique territoire héraultais durant ces beaux mois d'été.

Vos élus du groupe HERAULT CITOYENS vous souhaitent d'excellentes vacances.

Michèle DRAY-FITOUSSI

Présidente du Groupe

GRUPE DE L'UNION DE LA DROITE ET DU CENTRE

Le Département de l'Hérault a fait de l'œnotourisme, l'un de ses engagements phares avec pour ambition de placer l'Hérault parmi les destinations leader en Europe.

Il peut, pour cela, compter sur les destinations labellisées "Vignobles et Découvertes", parmi lesquelles la première d'entre elles à l'avoir obtenue en 2013 et depuis renouvelée - Le Pays de Thau.

Que de chemin parcouru depuis cette première labellisation, sur une destination positionnée sur l'alliance des vins et des coquillages, autour du bassin de Thau, élaborée sur le principe de la co-construction dans le cadre d'Assises de l'œnotourisme et du terroir ; Assises qui aujourd'hui encore se tiennent annuellement et sont le fer de lance de l'animation de ce réseau.

Le Département de l'Hérault ne s'y est pas trompé en créant son premier guide œnotouristique qui devient cette année le premier guide œnotouristique du guide du Routard.

Ce guide a apporté de la lisibilité et du contenu à la destination de l'Hérault et a construit et développé un réseau des professionnels agritouristiques. Si son ancrage œnotouristique repose toujours sur l'alliance des vins et des coquillages ; il est surtout le symbole de la rencontre des paysans de la terre et de la mer.

Nouveauté cette année, la création d'une Fédération Nationale des destinations labellisées "Vignobles & Découvertes" en avril 2019. Cet outil fédérateur permet aux destinations de se retrouver pour être plus performantes encore grâce aux échanges d'expériences, de mutualiser leurs efforts et leurs financements, leurs outils afin de mieux faire connaître le label, et ses exigences auprès du grand public. Il a pour objet de représenter toutes les destinations (plus de 70), et leurs composantes.

Sans oublier que lors des premières assises nationales de l'œnotourisme en 2018 a eu lieu la remise des prix : Iter Vitis Awards. Iter Vitis, l'itinéraire culturel du conseil de l'Europe de la Vigne et du Vin qui s'enorgueillie de mettre en réseau les différents Iter Vitis Europe et les professionnels afin de créer des routes culturo-œnotouristique du Portugal à l'Italie en passant par la France.

Professionnels, n'hésitez pas à vous inscrire pour la prochaine édition, vous avez jusqu'à fin juin. L'an passé, l'Iter Vitis Awards pour la France n'était autre que notre beau Département de l'Hérault grâce à son innovation dans la politique œnotouristique.

Jacques MARTINIER

Conseiller Départemental du Canton de Pignan

GRUPE "DÉFENDRE L'HÉRAULT"

Escapade estivale en terre Biterroise.

Notre département d'Hérault est riche de fêtes votives, festivals, spectacles pour grands et petits.

Le territoire Biterrois, dont notre groupe est issu, ne déroge pas à la règle.

Nous invitons tous les Héraultais à venir découvrir les nombreuses animations, souvent gratuites, qui émailleront l'été.

"Ex Anima" proposé par le département a lancé la saison qui se poursuivra par un tourbillon d'animations organisé par la ville de Béziers.

Dès le 17 mai deux films proposeront le programme.

Sur les "ramblas" biterroises, la grande roue vous permet d'admirer la ville "d'en haut".

le 15 juin, Béziers, Terre de Beauté, verra défiler Miss Languedoc, Miss Hérault et Miss Béziers sous l'oeil avisé de Miss France 2019, Vaimalana Chaves.

Rien que ça !

Le 21 juin la ville dansera aux sons de "Bamboléo" et de tous les goûts musicaux à chaque coin de rue.

Dès le 28 juin l'eau s'éveillera et s'habillera de couleurs au rythme de la nouvelle programmation de la fontaine musicale. A voir en famille.

Du 27 au 30 juin, les amateurs d'art seront gâtés avec la nouvelle édition de "L'Art Déboite" et pourront découvrir des artistes confirmés ou en devenir avant d'aller, le 29, dans les arènes se dégourdir aux sons de musiques "Electro" !

A partir du 5 juillet, du vendredi au dimanche, les semaines se ponctueront par un "son et lumière" dédié au héros Biterrois, résistant mais aussi artiste, Jean Moulin.

Béziers sait aussi être "Terre de mémoire et d'hommage".

"Complètement Jojo", Vincent Moscato revient le 7 juillet, tel un gladiateur, dans les arènes.

A voir ou revoir, on s'en délecte !

Après un temps de recueillement à la Messe, toujours dans les arènes, la Feria de Béziers sera riche en animations et corridas. Nous ne pouvons pas donner tous les détails mais le film vous dira tout. Toujours en famille !

Nos amis motards ne sont pas oubliés, le 31 août, à l'occasion de leur grand rassemblement des "Brescoudos".

La fête Nationale, la fête de la Libération sont aussi au programme. La liste n'en finit pas.

Tous les jours, pour tous les goûts, l'été sera gai, festif, familial. Demandez le "menu"!

A Béziers, si les garçons rient aux éclats, si les yeux des filles brillent, les parents sont heureux . Ainsi soit-il!

Nicole ZENON

Présidente du Groupe

LA TOURNÉE
APCHÉRAULT
~ PLAGE ~

POUR DÉCOUVRIR LES PETITS GESTES
POUR DE GRANDES VACANCES



AVOIX PUBLIQUE

herault.fr

SUIVEZ-NOUS SUR 
@departementdelherault