

MON HERAULT

BIMESTRIEL NUMÉRO SPÉCIAL ÉTÉ 2021

LE MAGAZINE DU DÉPARTEMENT

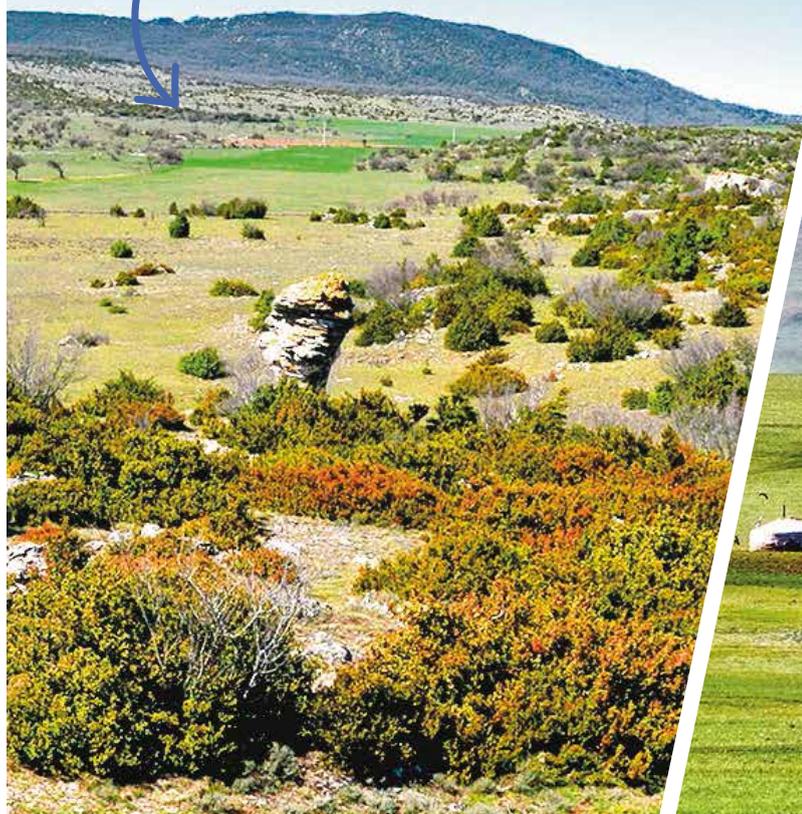


**LE GUIDE
INDISPENSABLE
DE L'ÉTÉ**





Causses du domaine départemental de la Vernède



Steppes de Mongolie



Les secrets de l'Hérault

L'Hérault regorge d'endroits rares, parfois méconnus. Ici, les steppes de Mongolie font de la concurrence aux causses du domaine du Département la Vernède.

Vous ne trouverez pas dans ce magazine hors-série les traditionnels incontournables connus de tous au-delà de nos frontières mais des idées pour l'été qui sortent des sentiers battus...

@PLAISIRSDHERAULT - @HERAULTTOURISME

facebook.com/departementdelherault twitter.com/heraultinfos departementherault Mon Hérault

Mon Hérault - Numéro spécial Été Juillet-Août 2021

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/ Directeur de la communication : Guillaume Ricaud-Peretti / Rédacteur en chef : Cyril Berneau / Rédaction : JAM, La Marseillaise, Cyril Berneau, Justine Landais, Mathilde Jean, Maeva Emsellem Rodrigues / Photos : Xavier Boutolleau (p2) / Shutterstock (p2,3,6,7,8,16,19) / Christophe Cambon (p4,6,7,9,15,18,21) / DR (p4,20,21,22) / Hérault Sport (p5,11) / Hérault Tourisme (p5,15,16,17) / Ecole Les Glénans (p6) / Laurent Piccolillo - CRCM (p7) / Justine Landais (p1,8,9,14,17) / Maeva Emsellem-Rodrigues (p8,9,15,22,23) / Philippe Hilaire (p9,23) / David Filipo (p9) / Baskul - Cyril Tasa (p12) / Séverine Nimetz - ADENA (p14) / Cyril Berneau (p16) / Olivier Mas (p17) / Ijicom (p20) / Sophie Quencez (p21) / Jean-Pierre Robin (p21) / Alex Gallosi (p23) / Arthur Dupuy (p23) / Laura Gassin (p24) / Agence Moondog (p3) / Iconographie : Emmanuel Martin / Graphisme : Justine Gouazé / Photogravure et impression : Chirripo/Imprimé sur du papier PEFC issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées./ issn : 1155-1259.





Un état d'esprit

On sait la chance qu'on a de vivre ici, en Hérault. Les hauts cantons, le littoral, les paysages et les produits confectionnés par les Héraultaises et Héraultais. C'est un territoire magique qu'on peut appréhender de bien des manières.

Quels que soient votre envie du moment, votre état d'esprit, vous pourrez découvrir et profiter d'une palette d'animations et de loisirs aussi large que surprenante.

Envie de farniente ou de sensations fortes, de découvertes gustatives ou de balades, d'apprendre ou de faire la fête ? L'Hérault est là pour vous. Profitez-en, arpentez-le, faites-le vôtre, il y en a pour tous les goûts. Il fait notre fierté et fera votre bonheur, nous en sommes certains.

Sommaire

SENSATIONS FORTES	4
GASTRONOMIE	7
TOURNÉE HÉRAULT VACANCES	10
DÉTENTE, BIEN-ÊTRE	12
PLEINE NATURE	14
TOURISME IDÉAL	18
CULTURE ET PATRIMOINE	20
ARTISANAT	22

N'ATTENDEZ PAS LES PREMIERS EFFETS DES FORTES CHALEURS !

Pour plus d'informations :
0 800 06 66 66
(appel gratuit)
meteo.fr # canicule

MAUX DE TÊTE

NAUSÉES

CRAMPES

PROTÉGEZ-VOUS !

RESTEZ AU FRAIS

BUVEZ DE L'EAU

EN CAS DE MALAISE, APPELEZ LE 15



SENSATIONS FORTES



Expérimentations Audacieuses

Le vide ne vous fait pas peur ? Vous aimez relever des défis ? Alors accrochez-vous, les monts et merveilles de l'Hérault vous réservent des surprises. Des points de vue inoubliables, en toute sécurité et dans une nature préservée. C'est parti !

Descente ? Montée ? Vertigineux !

Massifs du Caroux, du Haut-Languedoc, de Saint-Jean-de-Buèges, les reliefs de l'Hérault invitent aux plaisirs de l'initiation comme aux frissons de l'extrême.

Amateurs de sensations fortes, l'escalade sur falaises, calcaires, gneiss, granit, dolomie, grès, ou la descente vitesse à VTT s'offrent à vous. Dans une nature de toute beauté, Thaurac, Claret, Hortus, Pic Saint Loup ou Caroux vous ouvrent leurs 500 voies. Certaines parois ne sont accessibles qu'aux grimpeurs expérimentés, aux écoles et aux

sportifs, tandis que d'autres donnent leurs premières frayeurs aux débutants. Aujourd'hui, une trentaine de sites naturels conventionnés sont ouverts à tous gratuitement. Voies identifiées et entretenues, parking et chemin d'accès, permettent une pratique sécurisée, dans le respect de la nature.

***i* Trois topoguides existent pour découvrir les sites d'escalade du Caroux, des massifs du Haut-Languedoc et de Saint-Jean-de-Buèges : info@cd34-ffme.fr**

Bonne idée



La nature en longboard

Avec casque et protections, on s'entraîne au maniement du longboard électrique, de la télécommande pour faire avancer et reculer l'engin. Vient le moment de grimper sur la planche. Le plaisir et l'assurance viennent vite. Une fois maîtrisés virages et freinage, prêts pour une balade dans la nature ! On suit le moniteur et, entre routes de campagne et chemins de terre, les paysages défilent : l'Hortus, le pic Saint Loup, les sources du Lez. En montées, descentes, asphalté ou tout terrain. L'aventure vous tente ?

***i* 06 07 33 00 18**

LA « VIA-FERRATA »

S'initier à la verticalité sans risque ? La via ferrata, parcours sportif aménagé de câbles, d'échelons, de ponts et de tyroliennes sur une paroi rocheuse, est idéale. On découvre la sensation de la grimpe et on s'amuse à se faire peur au-dessus d'un paysage de toute beauté. C'est encore plus sécurisant avec un guide. Toutes les via ferrata de l'Hérault surplombent un fleuve : celle du Thaurac offre une balade en pleine paroi au-dessus des gorges de l'Hérault, celle de La Roque longe la paroi rocheuse au-dessus du Vidourle, celle du Caroux, installée par l'équipe Acroroc, domine l'Orb.

Pour les mordus, la via ferrata peut se conjuguer à la randonnée, la spéléo, au canoë-kayak, au VTT.

 herault-tourisme.com/via-ferrata



L'enduro, c'est le Caroux

Si plus de 80 sentiers de randonnée sillonnent le massif du Caroux, c'est aussi le lieu phare de l'enduro. L'équipe de Vélo Caroux Haut-Languedoc met tout en œuvre pour que vous viviez un moment inoubliable et qu'en repartant vous n'ayez qu'une seule envie, revenir poser vos roues sur nos sentiers chargés d'histoire.

 **Descentes VTT, trottinette tout terrain : velo-caroux.fr**

**Station Service,
Relais des Gorges d'Héric,
Mons-la-Trivalle.
04 67 97 64 42 ou 06 45 12 52 50**

La forêt d'acrobates

La forêt centenaire de Montagnac invite à mille et une expériences. Accrobranche, course au trésor, camping en pleine nature, course à vélo, découverte des espèces... Le temps passe trop vite dans la base de Bessilles. On peut même escalader un arbre sur 3 mètres de hauteur, ou tenter l'Archery Tag (entre tir à l'arc et paint-ball), autant de défis pour réveiller l'aventurier qui sommeille en vous.

 **bessilles.herault.fr/902**



Dans les canyons

Le Haut-Languedoc, les Gorges de l'Hérault et le sud des Cévennes abritent des canyons peu connus, parfaits pour le canyoning. Vasques d'eau limpide, sauts, toboggans, cascades, assurent émotions, fous rires... et émerveillement devant certains des plus beaux sites du Languedoc !

 **moniteurs-herault.fr/canyoning
04 67 83 80 70**

Descentes rafraîchissantes

Depuis Tarassac, la descente de l'Orb invite à la découverte comme à la grande aventure. Pour une première en canoë-kayak, la glissière de Colombières-sur-Orb (toboggan pour canoë) mène aux rapides qui serpentent entre les montagnes, jusqu'à la base de Tarassac. Les aventuriers en quête d'émotion préféreront dévaler les 36 km de Poujol-sur-Orb à Cessenon, avec une première nuit à Tarassac, un bivouac à Ceps, et une arrivée 2 jours plus tard.

 **canoë-tarassac.com.**

Depuis Cessenon, une balade offre les premières sensations du rapide « Baous » avant de traverser le village de Cessenon et ses anciens remparts, puis la glissière du barrage de Moulin Neuf donne quelques émotions avant d'arriver à la base de Réals. Pour les baroudeurs, des itinéraires au cœur du parc naturel régional du Haut-Languedoc offrent leurs panoramas à couper le souffle, et leurs rapides pour les sensations.



SENSATIONS FORTES

Sports nautiques

L'Hérault dispose d'au moins six grands spots pour affronter les pratiques nautiques les plus tendance et les plus audacieuses. À la Grande Motte, près du port. Au Petit et Grand Travers. À Frontignan, l'étang de l'Ingril est un spot réputé, plus loin c'est celui du Cap d'Agde, proche du centre nautique. L'étang de Thau réserve lui aussi bien des sensations aux débutants comme aux aguerris, depuis Sète, Mèze ou Marseillan. Dans les écoles de voile et sports nautiques, tous les niveaux et profils se côtoient, personnes en situation de

handicap comprises. À Villeneuve-les-Maguelone, l'association Roule Nature propose toutes sortes d'activités accessibles aux personnes à mobilité réduite : surf jet, kayak jet, wave-jet, boost... Sur les bords de l'étang de Thau, vous pourrez plonger avec un moniteur avec Odyssee Plongée ou embarquer sur mini-ji ou kayak de mer au centre nautique Manureva à Balaruc.

i roulenature.org
odyssee-sub.org
<https://bit.ly/3uBWLkB>

La vague du foil

Depuis l'invention du kitesurf, le panorama des pratiques évolue sans cesse, apportant des sensations nouvelles. À la planche à voile, au kitesurf, au wind surf, s'ajoutent aujourd'hui le surf foil et, nec plus ultra, le wing foil, qui se pratiquent perché sur un mât avec ailettes. Depuis deux ans, la vague du foil inonde le littoral héraultais, dont les plages et le vent se prêtent parfaitement aux expérimentations les plus aventureuses entre ciel et mer. Tracté par le vent, naviguer au-dessus de l'eau, prendre de la vitesse, donne le sentiment d'échapper à la pesanteur.

i herault-tourisme.com/fr/activites/autour-de-leau/voile-et-glisse

À faire



WING

Les écoles et les adeptes n'ont que ce mot à la bouche. Il sera très tendance sur les plages. Pas encore essayé ? Pour être branché, passez au wing !



Champions à suivre

Dans les spots de l'Hérault, on peut avoir la chance de pratiquer avec des champions. On les trouve même parmi les entreprises de fabrication de planches installées dans le département. F.ONE, incontournable dans l'industrie du kitesurf, a été fondée en 1991 par l'ancien champion de planche à voile freestyle Raphaël Salles.

Saison test à Marseillan côté mer

L'école de voile Les Glénans s'installe cet été sur le port de Marseillan Plage pour pratiquer le catamaran et la planche à voile en bénéficiant des conseils d'un moniteur diplômé. On pourra y faire du paddle en toute autonomie, et mieux encore avec un animateur Sport Santé Bien-être. L'association, reconnue comme LA référence en matière d'enseignement, porte haut la passion de la mer, la richesse du partage et le respect de l'environnement.

i spot.glenans.asso.fr - 04 67 77 22 73





Réservation faite !

Les restaurants avaient manqué... Loin de la foule, c'est avec émotion que se découvrent des tables insolites dans des lieux magiques de l'Hérault.

Mas conchylicoles

Panorama sur la colline de Sète, le parc ostréicole et les bateaux : le décor est posé, bienvenue au bord de l'étang de Thau !

Tout au long de cet arc du goût, les restaurants de coquillages servent l'huître de Thau crue ou gratinée et la délicieuse brasucade de moules cuites sur des braises. On y déguste aussi la tielle sétoise, à base de poulpe et de sauce tomate épicée. De Bouzigues à Marseillan, rendez-vous chez Les Demoiselles Dupuy, Atelier & Co, le Saint-Barth, le Petit Mas, le Cercle des huîtres... Pour un aperçu de l'autre côté du bassin, le bistrot de pêcheurs Chez Lanchois à Sète cuisine les coquillages en mêlant influences méditerranéennes et asiatiques. Régal des yeux et des papilles !

i bit.ly/344U3cC

Du 8 au 11 juillet, les conchyliculteurs de la lagune de Thau ouvrent leurs portes et proposent une visite gratuite de leurs mas de production. Avec la possibilité de réserver une table dans une des dégustations.

i fetedelameretdeslittoraux.fr



À table !



Charcuteries de caractère

Les pros de la salaison sont dans les Hauts-Cantons ! Jambon du Mont Lacaune, saucisse sèche... le savoir-faire charcutier héraultais se distingue. Autour de Béziers, on déguste bougnettes, boudin noir ou pâtés de foie appelés fricandeaux, à la Maison Calas de Cessenon-sur-Orb par exemple, récemment sacrée Compagnon du Goût.

i bit.ly/3hJUVv6



GASTRONOMIE

GUINGUETTES BUCOLIQUES

C'est l'été, direction les guinguettes !
Fond musical, ciel étoilé, tables dépareillées et chaises colorées... ces restaurants sont prisés des amis et familles venus y chercher un peu de fraîcheur et de convivialité.

Sur les bords de l'Hérault, de l'Orb, des lacs ou des étangs du département, de nombreuses adresses proposent grillades et bons petits plats à base de produits locaux. La Laiterie à Béziers, les guinguettes des amoureux au Lac de Cécélès, du Relais nautique au Salagou, la Ferme marine des Aresquiers ou encore le Miam plage à Aniane... à chaque guinguette, une identité et des spécialités. À l'Echo des sources à Saint-Gervais-sur-Mare, les enfants peuvent même pêcher la truite pendant que les parents déjeunent. Ambiance familiale garantie !

bit.ly/2QPYfdj



LES ARÔMES DU TERROIR

Partez pour un voyage de saveurs à Saint-Martin-de-Londres : sirops de rose et coquelicot, de lavande Aspic, huiles de basilic, de garrigue, liqueur d'anis, confit de thym parfumeront vos plats et apporteront du goût à vos apéros.

Une cinquantaine de plantes aromatiques et médicinales est cultivée dans des jardins bios situés aux pieds du Pic-Saint-Loup, des vignes et champs de coquelicots.

Plants et produits en vente d'un parfum unique et profond.

aromatiques-picsaintloup.fr
06 74 17 33 31



Découverte

Une touche d'exotisme ?

Croustillant, salé-sucré... le petit pâté de Pézenas a de quoi surprendre ! Son enveloppe en forme de bobine cache un mélange subtil d'agneau, de citron et de cassonade. Il puise ses origines dans la cuisine indienne du XVIIIe siècle. Chaque année, 250 000 petits pâtés sont fabriqués par les pâtisseries et charcutiers piscénois. On les savoure à l'apéritif ou en entrée avec un Muscat ou un Picpoul de Pinet !

bit.ly/3v800Qa

Villages et vignobles

Quel meilleur endroit qu'une place de village, à l'ombre d'un platane, pour prendre le temps de déjeuner tranquillement ?

Au programme de la journée, la visite des villages magnifiques de l'Hérault : déambuler dans les circulades, admirer vieilles pierres, petites fontaines et végétations fleuries et déjeuner sur une jolie placette ! Pour cette pause bien méritée, on s'arrête à la Terrasse du Mimosa à Montpeyroux, au Faitout à Berlou, au Lo Cagarol à Aigne ou encore au Bar du Château à Saint-Jean-de-Buèges ou à la petite fringale à Saint-Jean-de-la-Blaquière. Vive la flânerie !



Ca pétille à Pezenas !

À l'Hôtel particulier d'Alfonse, sont fabriquées des limonades saines et goûteuses depuis 1876.

Ces boissons pétillantes sont certifiées bio et sont conçues à partir d'extraits naturels.

Au choix : limonade originale, au thé-vert citron vert, au rooibos-mandarine ou aux agrumes. De quoi rafraîchir notre été !



maison-aubert.fr



Accords parfaits

Dans les restaurants vigneron, ce sont les plats qui subliment les crus héraultais... Amateurs de vins et de cuisine, de nombreux domaines accueillent au cœur de leur vignoble comme à l'Abbaye de Valmagne à Villeveyrac, au Bistrot d'Alex à la cave de Florensac, au Côté Mas à Montagnac ou au Sylva Plana à Laurens, dans l'appellation Faugères. À Montpellier, on opte pour le Folia du Château de Flaugergues ou pour le restaurant de l'ESAT les compagnons de Maguelone au Domaine Grand Puy.

bit.ly/3vxiOdk

Doux parfum de gaufre d'antan

Spécialité culinaire de Montpellier, l'Escalette est une gaufre sèche délicatement parfumée à la fleur d'oranger, au citron, à la vanille ou au chocolat. Recette familiale et ancestrale, ce biscuit délicat aux motifs fleuris est cuit au feu dans un moule en fonte. Ce petit plaisir sucré est à consommer en fin de repas avec un petit verre de Carthagène ou de vin blanc. En édition limitée cet été : la gaufre à la framboise et l'hibiscus pour un goût floral et fruité !

lesescalettes.fr
Facebook : [lesescalettes](https://www.facebook.com/lesescalettes)





TOURNÉE HÉRAULT VACANCES



Des animations tout l'été

Tout l'été, le Département et Hérault Sport sillonnent l'Hérault et organisent dans 23 communes la tournée Hérault vacances. Pour les petits et les grands, les touristes et les gens d'ici, des journées de fête, d'animations et de musiques vous attendent, du 16 juillet au 31 août.



Des concerts festifs

À chaque étape, son concert d'un groupe qui se produit en Occitanie. Pop music, folk, soul, des reprises, de la musique « latina », jazz, électro, il y en aura pour tous les goûts. De quoi en tous cas passer une soirée agréable aux sons enjoués. Début des concerts vers 20h.



Cerise sur le gâteau

Toutes ces animations sont entièrement gratuites !



Marchés des producteurs

À chaque étape, un marché des producteurs, des produits typiques et locaux seront proposés à la vente, ainsi que des plats à découvrir et emporter, pour prolonger le goût de l'Hérault.

Des animations pour tous

Innovation majeure de cette année, le Podium numérique propose une alliance intelligente entre jeux vidéo et sport réel via des ateliers (Précis-Foot, Tir à l'Arc gonflable, atelier de foot : mini terrain...). Mais il y aura aussi du billard hollandais, du foot sur table, des jeux d'adresse, de quoi

amuser toute la famille, les petits comme les plus grands.

ET DU SPORT

Dégourdissez-vous les jambes avec les séances de fitness et de Zumba en musique, les jeux gonflables, les initiations à l'haltérophilie...

i dates et détails à venir sur herault.fr





Se ressourcer au quotidien dans l'Hérault

Arrêtez de vous mettre la pression. Profitez de votre liberté retrouvée, apprenez à lâcher du lest et à vous octroyer de bons moments de pause ! Seul(e) ou en famille, profitez de l'été pour vous détendre. Petite astuce : dressez une liste d'activités relaxantes ou récréatives, sans leur attribuer de créneau précis. Cela permettra de laisser de la place à la fantaisie et à l'envie !

PRENDRE SOIN DE SOI

Le site d'Hérault Tourisme a recensé pour vous les meilleures adresses cocoon du département. Faites votre choix entre l'ostréothérapie (des soins inspirés des vertus de l'huître), la thalasso, et le thermalisme dans les stations réputées de Balaruc-les-Bains et Lamalou. Profitez de votre escale bien-être pour déguster les grands crus du Château Saint Pierre de Serjac, à Puissalicon. Fondez de plaisir le temps d'un massage californien en extérieur aux SenS de l'Escalette, à Pégairolles. Frissons garantis !

i herault-tourisme.com/bien-etre

Se reconnecter à son corps

Pour gagner en énergie et sérénité, rien de tel que de pratiquer une activité physique régulière. Laissez-vous tenter par une heure de yoga en plein air, suivie d'une dégustation de vins aux châteaux de l'Engarran ou de Flaugergues. L'association Kurmaom vous propose des stages de yoga et de rando en montagne pour prendre de la hauteur et retrouver confiance en soi. Vous préférez rester chez vous ? Rendez-vous tous les mardis sur la page Facebook d'Hérault Sport pour des séances gratuites de gym, yoga, pilates...

Renouer avec sa créativité

Nos emplois du temps sont souvent une liste de tâches sans fin à accomplir... Profitez de votre été pour lever le pied et libérez-vous des tensions du quotidien. Renouez avec votre puissance créative. Pour vous aider, la médiathèque départementale vous offre un accès gratuit et illimité à de nombreux cours en ligne : pour apprendre à utiliser une machine à coudre, jouer de la guitare ou débiter à l'aquarelle ! Lancez-vous !

i bit.ly/3fMEyvn

6 activités pour se relaxer

Trouver le meilleur équilibre possible

Peut-être l'avez-vous déjà croisé sur les bords du fleuve Hérault ou de la Lergue. L'artiste héraultais Baskul a la passion du «stone balance» dans la peau. Vous savez, ces petits galets que l'on ramasse au bord de l'eau et que l'on essaye de faire tenir les uns sur les autres...
« Je ne vois pas cela comme une prouesse technique, mais plus comme un art méditatif. Le bruissement des cours d'eau, le chant des oiseaux... chassent naturellement le flot des pensées négatives. À force de concentration, on finit par ne plus faire qu'un avec les éléments. »

i [instagram : _baskul_](https://www.instagram.com/_baskul_)

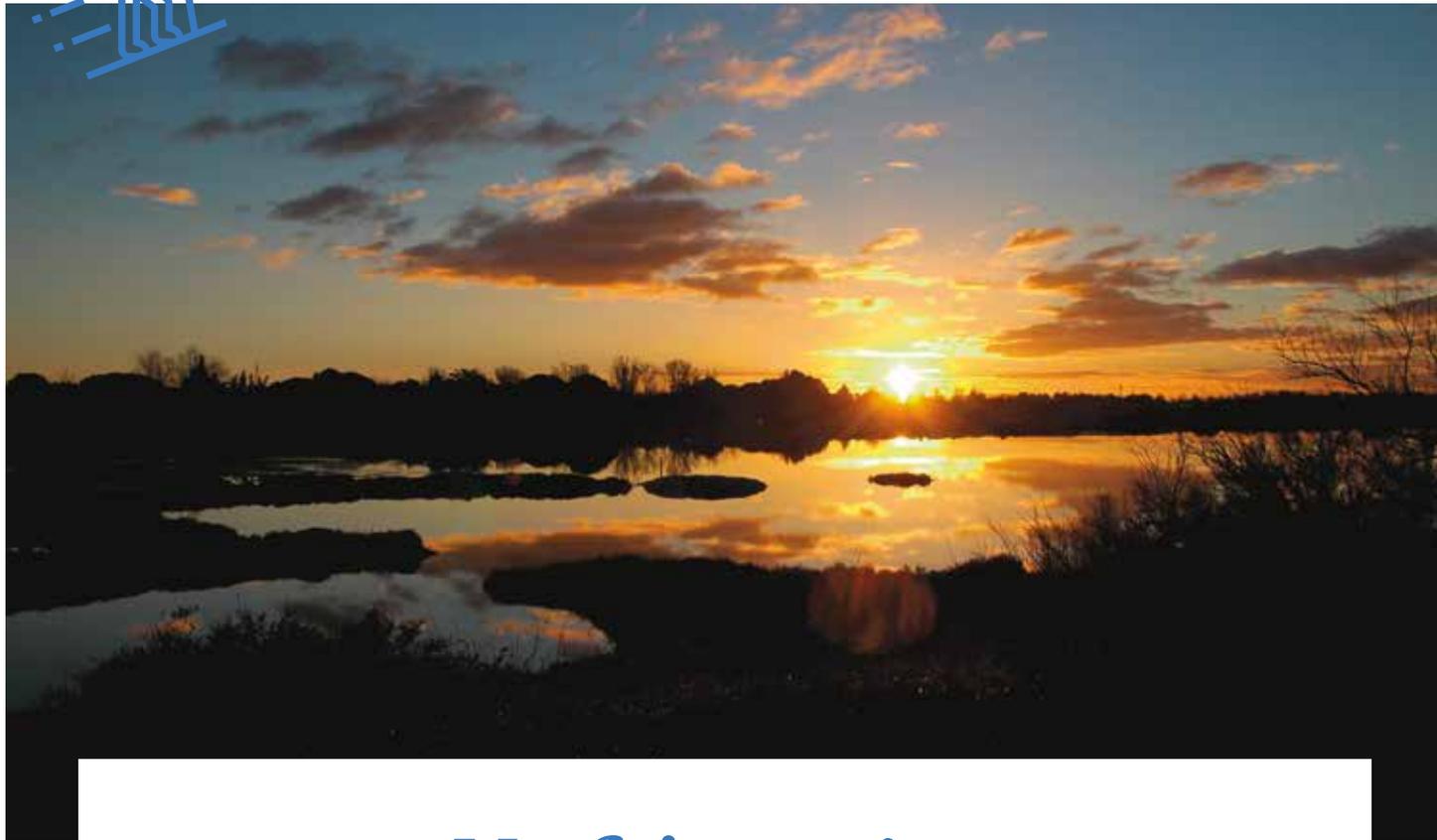
MÉDITER, JOUR APRÈS JOUR

Vous en avez sans doute entendu parler, peut-être y avez-vous vous-même déjà goûté. La pleine conscience est une méthode de méditation simple et accessible à tous. Seule sa pratique régulière demande des efforts ! Que vous choisissiez d'écouter Christophe André tous les mardis sur France Inter, ou que vous optiez pour une retraite de quelques jours en plein cœur du parc naturel régional du Haut-Languedoc, l'important est de faire une pause et de cultiver le goût du bonheur.

Se retrouver à deux

Votre couple a été mis à rude épreuve ces derniers mois ? Profitez de votre été pour passer du temps en amoureux. L'arrière-pays héraultais regorge de bonnes adresses romantiques. Faites-vous plaisir ! Offrez-vous un éveil des sens au Prieuré de Saint-Jean-de-Bébian à Pézenas, chez le chef étoilé Matthieu de Lauzun. Détendez-vous dans le bassin chauffé sous les voûtes du Couvent d'Hérépian. Ou offrez-vous la voie lactée, en dormant dans les arbres à Saint-Jean de l'Arbousier, ou sous une bulle à l'Astronarium d'Aniane.

i herault-tourisme.com/charme



Ne faire qu'un avec l'environnement

Rien de tel qu'une immersion en pleine nature pour se détendre et prendre conscience des beautés éphémères qui nous entourent. D'autant plus que passer du temps dehors renforce son système immunitaire. Le fait d'être au contact du vent, de l'air, de l'eau procure une sensation de bien-être et diminue le stress. Alors, sortons !

Jouer avec la nature

Finies les balades où les enfants traînent les pieds ! Pour être sûr que le plaisir soit au rendez-vous, choisissez des animations et sorties ludiques.

Et si la promenade en famille se transformait en jeu de piste géant ? Epatez vos enfants en téléchargeant les applications Géocaching® et Hérault Aventure®. Vous préférez le papier au smartphone ? Optez pour les 7 fiches Randoland® disponibles gratuitement sur les sites des offices de tourisme de la Vallée de l'Hérault et du Clermontois. Pour chaque circuit, trois niveaux de difficulté

sont proposés : 4-6 ans ; 7-9 ans ; 9-12 ans. De quoi donner du fil à retordre à toute la famille, parents compris !

Vous pouvez aussi confier, le temps d'une activité, vos enfants aux animateurs de la Maison départementale de l'environnement à Restinclières, ou aux associations présentes sur le site, comme les Ecologistes de l'Euzière. De nombreux ateliers et séjours vacances sont prévus tout l'été.

**[domainederestinclieres.
herault.fr](https://domainederestinclieres.herault.fr)**
euziere.org



COUCHER DE SOLEIL AU BAGNAS

Vous êtes fans d'oiseaux ? La réserve naturelle du Bagnas est faite pour vous. Située à Agde, cette zone humide classée Natura 2000 est gérée par l'association de préservation de l'environnement Adena. Entre mer et dunes, observez les habitants du Bagnas via une petite pêche à l'épuisette ou avec des jumelles. À la tombée de la nuit, les paysages prennent une tout autre allure. Découvrez la biodiversité et le passé viticole du domaine de Maraval.

adena-bagnas.fr

Les vacances en itinérance, c'est tendance !

Et si vous profitez de votre été pour partir en vélo pendant quelques jours ? Que vous ayez envie d'une petite virée à deux autour de l'Étang de Thau, ou d'un périple en famille le long d'un itinéraire facile et sécurisé, l'Hérault a de quoi vous inspirer.

Aménagé sur une ancienne voie ferrée, la Voie Verte Passa País se prête à merveille aux balades familiales. De Bédarieux à Cournioulles-Grottes, découvrez tout en douceur les paysages du parc naturel régional du Haut-Languedoc. Profitez-en pour visiter la cité médiévale d'Olargues et déguster de la charcuterie de pays accompagnée de fougasse aux olives.

Pour garantir un maximum de confort aux cyclotouristes, un label Accueil vélo et un service de Malle



postale (portage de bagages) ont été mis en place dans l'Hérault.

Si vous vous sentez plus à l'aise avec des ânes qu'avec des vélos, Sherp'Ânes vous propose des randonnées sur le plateau du Larzac avec des selles adaptées pour les enfants handicapés moteur (max. 40kg). Et Balladanes vous amène dans le Massif du Caroux à la recherche des mouflons !

monvelo.herault.fr
sherpanes.com
balladanes.fr

44

lieux de baignade
labellisés Pavillon Bleu
et 3 territoires labellisés
Destinations pour Tous
en 2021



Les lacs de l'Hérault

Le Salagou est le lac préféré des Héraultais. Mais connaissez-vous le Lac de la Raviège ? Labellisé Pavillon Bleu, et accessible aux personnes à mobilité réduite (bases de loisirs Les Bouldouïres et Gua des Brasses), il se situe dans le parc naturel du Haut-Languedoc, à cheval entre l'Hérault et le Tarn. Ses îles ont un petit nom charmant : les îles Rebondines.

herault-tourisme.com/lacs

De la fleur au flacon

Dans les collines de la Gardiole, partez à la découverte, au cours d'une balade sensorielle, des fleurs, plantes comestibles et médicinales de la garrigue. Stéphanie, amoureuse de la nature et formée à l'aromathérapie, délivre des informations sur une utilisation raisonnée et quotidienne, à la maison, en balade ou en voyage, des huiles dites « essentielles ». Ciste de Montpellier, gueule de loup et lavande Aspic n'auront plus de secret pour vous.

chamanita.fr
06 31 01 81 74





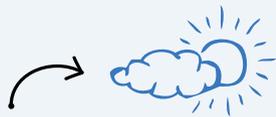
PLEINE NATURE



6 idées de balades originales

Dans l'Hérault, il y a de quoi s'oxygéner : 99 Promenades et Randonnées et 1 300 km de sentiers pédestres s'offrent à vous. Dans les topo-guides et fiches rando édités par la Fédération française de randonnée pédestre, le Département de l'Hérault et Hérault Tourisme, les randos sont classées selon 4 niveaux de difficultés. Voici une petite sélection spéciale été, pour vous retrouver au calme, et, dans la mesure du possible, au frais.

Avant de partir N'oubliez pas !



De consulter la météo



Des vêtements
et chaussures
adaptés

Un sac à dos



De quoi s'orienter



1

Des vignes au Rocher des Vierges

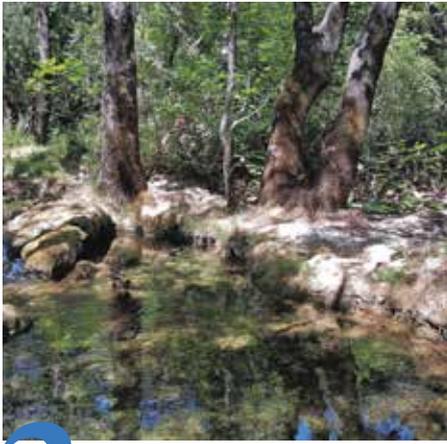
Dominant le village viticole de Saint-Saturnin-de-Lucian, cette oenorando® offre, après une petite grimpe, une époustouflante vue panoramique du Larzac aux Pyrénées. Possibilité de déguster de très bons crus au caveau et de suivre « le sentier du Vin des Poètes ». Ou de démarrer l'ascension du roc des Deux-Vierges, en se garant directement au parking du haut (3km A/R). Très belle aire de pique-nique ombragée, et multiples grottes et refuge à explorer !

La Grotte de Labeil et la Forêt de l'Escandorgue

Moins connue que la Grotte des Demoiselles ou de Clamouse, la Grotte de Labeil est une ancienne cave à roquefort située sur les terrasses du Larzac. Mention spéciale pour sa rivière souterraine, où le bruit des eaux illuminées offre un spectacle unique. Après une heure de visite guidée, rendez-vous dans la forêt de l'Escandorgue pour pique-niquer dans une étonnante forêt de hêtres, encombrée d'un étrange chaos rocheux.

2





3 Les Gorges de la Buèges

Voici une très belle balade familiale, à l'ombre et les pieds dans l'eau ! 3 heures de marche facile (8km) entre Saint-Jean-de-Buèges et Saint-André-de-Buèges. Les eaux limpides de la Buèges seront l'occasion d'observer (sans les déranger) les écrevisses et autres petites bêtes d'eau douce. Nombreuses clairières idéales pour le pique-nique.



6 Le Tour du Lac de Vezeles

Belle ambiance de montagne pour cette balade familiale de 2h autour du lac de Vezeles, avec résineux, hêtres, tourbières, et points de vue époustouflants. Après l'édification du barrage qui entretient l'usine hydroélectrique de Langlade, le site du lac est resté très sauvage. Seules les activités de voiles y sont autorisées.



4 Le roc de Servières, au Caylar

Difficile de faire plus original que ce décor fantastique, parsemé de rochers dolomitiques. Les enfants apprécieront de gambader entre les imposants blocs et amas de rochers ruiniformes.

Vous emprunterez de belles pelouses herbeuses, où paissent des troupeaux... et apercevrez peut-être l'Apollon, un papillon très rare, et de beaux rapaces (faucon pèlerin, vautours fauve et moine...).



5 Arboras et la Grotte aux Fées

Cette promenade débute sur le plateau au-dessus d'Arboras, direction Saint-Jean-de-Buèges, la Font-du-Griffe. Se garer au parking Dolmen du Col de Cocalières et descendre le long de la piste DFCI, puis à gauche le long du ruisseau (souvent à sec) du Joncas. Parcours non balisé, à suivre sur le site VisoRando. Ouvrez l'œil et le bon ! La Grotte aux Fées se visite en toute autonomie, à la lumière d'une lampe frontale.

En savoir plus ?

Les descriptifs complets de ces balades sont à retrouver sur internet (herault-tourisme.com) ou dans :

- Le Topo-Guide « L'Hérault à pied »
- Les Fiches OenoRandos®, disponibles dans les offices de tourisme locaux
- «Respirez l'Hérault» en ligne sur herault.fr



TOURISME IDÉAL

Des touristes géniaux

On ne le dira jamais assez. Si en Hérault, on s'enorgueillit de notre patrimoine, de nos paysages et de nos richesses, leur entretien, leur maintien dans cet état, on le doit à toutes celles et ceux qui, citoyens comme agents du Département, y font attention et en prennent soin lors de leur passage.



Air pur

Dans la nature, dans les campagnes, les mesures prises garantissent une qualité d'air exceptionnelle qui profite à tout le monde.



Vue imprenable

En choisissant de prendre soin de l'environnement, les Héraultaises et les Héraultais profitent et font profiter de vues imprenables sur des paysages uniques.



Biodiversité vivante

Les plantes et les animaux diraient merci à tous ceux qui ramassent leurs détritus et ne jettent rien depuis les fenêtres de leur voiture s'ils pouvaient parler.



Chemins dégagés

En gardant leurs déchets dans leurs sacs, les promeneurs permettent de maintenir les sentiers de promenades dans un bel état. Merci !



Bonne santé

Grâce à l'abandon des pailles en plastique par les Héraultais, les tortues marines ont une bien meilleure santé en mer.



Eau claire

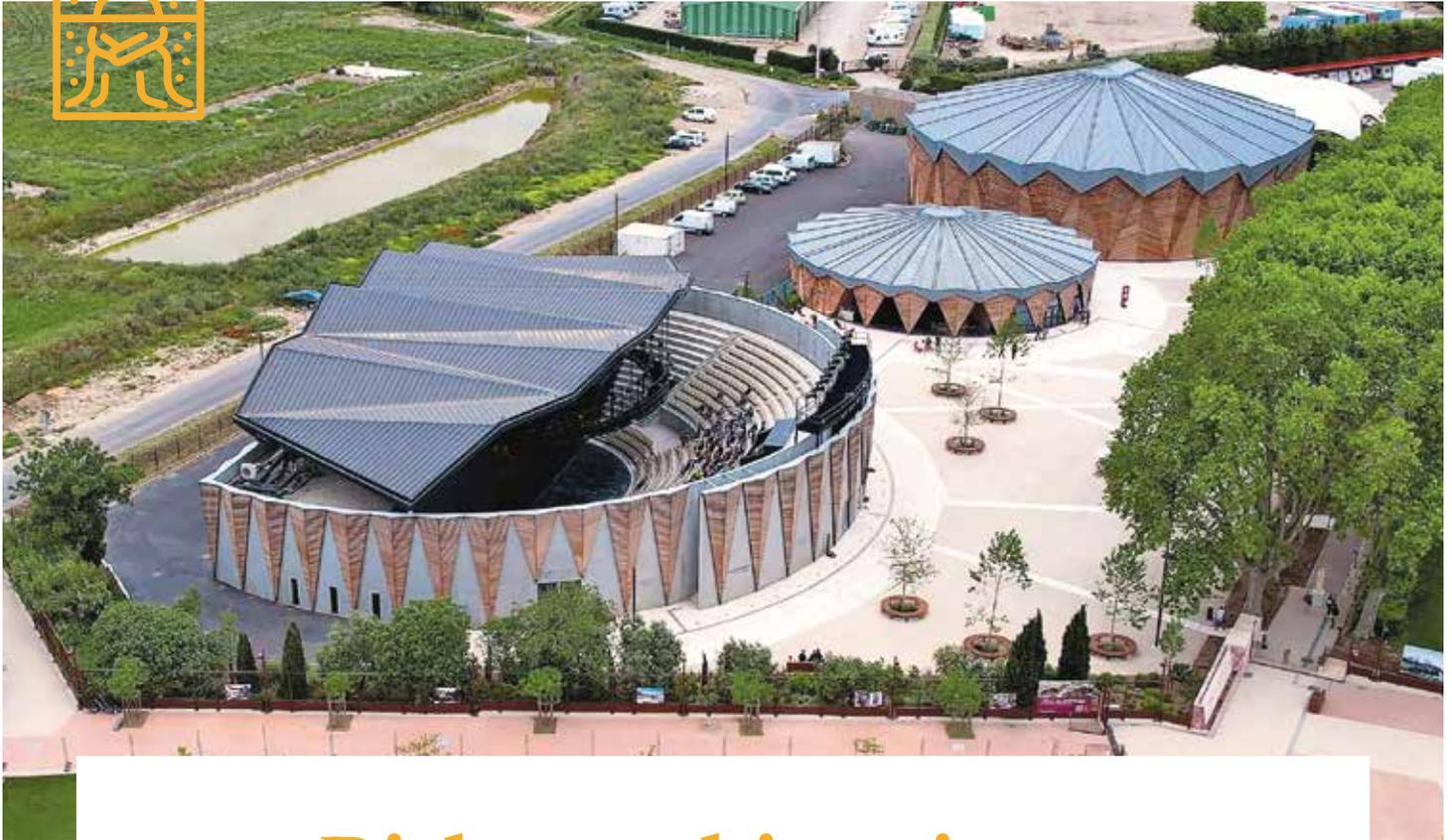
Grâce à l'action concertée des usagers, le respect des cours d'eau et de la mer permet de bénéficier d'une meilleure qualité de l'eau.



Fonds marin

En respectant les cours d'eau et la mer, les Héraultais et les Héraultaises permettent aux organismes marins de perdurer et maintenir la faune marine.





Richesses historiques et humaines

Pendant tout l'été l'Hérault promet d'être un paradis pour les petits et les grands qui veulent se cultiver en se faisant plaisir. Avec son histoire millénaire, ses musées, ses châteaux et monuments historiques, ses hauts lieux culturels et une diversité de festivals, le panorama est vaste.

Renouveau de Bayssan

La scène de Bayssan ouvre ses portes en grand ! Pour inaugurer le théâtre et l'amphithéâtre neufs, 15 dates, du 1^{er} juillet au 8 août sont programmées pour un été festif et culturel mêlant soirées jazz, musique du monde, chanson française ou cinéma en plein air.

MAIS AUSSI

Bayssan, c'est aussi un patrimoine millénaire à découvrir, des expos à ciel ouvert, des sculptures sur marbre impressionnantes, un immense et déjà très populaire parc à jeux pour enfants, bientôt les jardins de la méditerranée et bien

d'autres surprises qui font de l'ouest Hérault un incontournable pour tous les férus de loisirs et de culture exigeante et accessible.

i Bon à savoir : L'ensemble des installations de Bayssan sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Détails et réservations sur scenedebayssan.fr



Têtes d'affiche

Olivia Ruiz, Kezia Jones mais aussi Alexis HK, Suzane, un hommage à Nougaro (dont l'amphithéâtre porte le nom) font le déplacement pour assurer le spectacle.



Bonne idée

Jeu d'enfants

Créer en s'amusant dans les ateliers moulage de fossiles du Musée de Lodève ! Les petits apprendront à fabriquer des vases dans un atelier poterie préhistorique où l'on utilise les mêmes techniques que les hommes de cette époque.

museedelodeve.fr

L'art en cave

À Saint-Chinian, l'art mural s'est invité à la cave coopérative. Le concept associe des cuvées d'exception et des fresques géantes peintes par des artistes sur d'énormes cuves en béton. On peut les découvrir tout l'été et profiter certains soirs d'un spectacle son et lumière.

lartencave.com

Dans les rues de Sète c'est à une balade dans un musée à ciel ouvert que vous êtes invité. Des visites guidées permettent de découvrir 37 œuvres de street-artistes peintes sur les murs, les toits ou les portes.

tourisme-sete.com/musee-a-ciel-ouvert-maco-sete.html

Des visites guidées permettent de découvrir l'architecture urbaine dans les quartiers les plus contemporains de Montpellier.

lineup-urbanart.com



97 caveaux-étapes

pour une découverte originale du patrimoine et de la culture, dans les vignobles de l'Hérault.



Avec 6 destinations et 25 routes des vins, les terroirs héraultais vous offrent de belles rencontres avec les vignerons et des dégustations, et entre deux caveaux-étapes, tout un petit patrimoine à découvrir, un château à visiter ou un petit musée, et finir la journée avec un concert, du théâtre ou du cinéma de plein air, dans un site prestigieux.

oenotour.herault.fr



Street art en forêt

Peintures, collages, pochoirs, photographies... Avec les Cit'art vous pouvez randonner sur des circuits conçus comme des galeries de plein air. 13 km à la découverte de citernes à eau transformées en œuvre d'art par des collectifs d'artistes (Line up et collectif 411). Parcours qui est aussi une façon de sensibiliser sur le rôle des forestiers sapeurs dans la protection des forêts.

herault-tourisme.com/fr/decouvrir/culture-et-patrimoine/culture-et-architecture-contemporaine/



Chiner des souvenirs fait maison

Les artisans héraultais ont plus d'un tour dans leur sac. Véritables passionnés, ils arpentent des chemins particuliers, voire uniques, dans des disciplines parfois peu connues. Petit aperçu de quelques-unes des trouvailles incontournables qui jalonnent le département.

UNE EAU DE ROSE AU PARFUM RICHE ET INTENSE

L'odeur de rose enchante cet ancien vignoble de Lacoste, petit village authentique situé près du Lac du Salagou, transformé en roseraie. Se côtoient près de 400 rosiers anciens et botaniques : complicata, Charles de Mills, maxima romantica, old blush... Une balade sensorielle avec la propriétaire des lieux vous permettra de tout connaître de la reine des fleurs. Repartez avec une eau florale naturelle de roses de Damas tout juste distillée sur place, dans un alambic en cuivre.

Véritable geste de beauté ancestrale et incontournable, elle s'utilise en lotion tonique pour s'hydrater la peau mais également en cuisine pour apporter une touche de note florale à vos recettes.

i facebook : roseraieducade
06 83 57 47 88





De la poterie poétique et de caractère

Bols, carafes, saladiers, tasses, sucriers, boîtes à épices aux nuances de bleu Majorelle, turquoise, rose, sable et terracotta sont réalisées à la main, au cœur du village médiéval de Saint-Jean-de-Fos, où de nombreux céramistes passionnés exposent leurs créations. En porcelaine, grès et autres matières naturelles, les poteries de l'Atelier 3C laissent observer des jeux de textures et d'impressions colorées, inspirés des paysages environnants des Gorges de l'Hérault et du Lac du Salagou. Les pièces sont réalisées en séries très limitées pour plus d'authenticité et d'émotion.



i **Atelier 3C**
www.atelier3c.net

À noter :
Marché des potiers les 7 et 8 août
À découvrir :
Maison des Potiers Argileum

Créateurs d'art

Dans l'Hérault, l'artisanat d'art est très ancré. C'est pourquoi le syndicat Ateliers d'art de France y a ouvert deux boutiques pour compléter son réseau parisien. La Nef accueille les amateurs de belles pièces dans une ancienne chapelle de Montpellier. À Pézenas, la Maison des métiers d'art est installée dans une maison du XVIIe en plein cœur historique. Décoration, bijoux, art de la table, sculptures, mobilier... elle propose des pièces uniques ou créations en petites séries, mais aussi des visites dans les ateliers d'art voisins pour découvrir les coulisses de ces métiers d'exception.

i ateliersdart.com/la-maison-des-metiers-d-art-de-pezenas,20,187.htm



Amoureux de la matière

Abrité dans une ancienne verrerie, la Halle du Verre située à Claret retrace l'histoire du verre. Guillaume Domise, verrier, propose des démonstrations de travail du verre soufflé au chalumeau. Dans le cadre de l'exposition « Mémoires de verre, objets extraordinaires », voyagez au temps des « verreries forestières », îlots de flammes installés dans les massifs forestiers et repartez avec de magnifiques objets en verre à chiner dans la boutique d'art.

i sitesdexception.fr/sites/halle-du-verre-musee-du-verre

DES PARFUMS GORGÉS DE SOLEIL POUR VOTRE INTÉRIEUR

C'est au cœur des laboratoires de l'Université de Montpellier, capitale ancestrale de la parfumerie, que sont créées des fragrances aux notes méditerranéennes. Découvrez, dans une bougie parfumée ou un parfum d'ambiance « Solanum », les effluves odorants d'un jardin potager héraultais de plein été qui rendent hommage à la matière végétale.

i arthurdupuy.com
Point de vente : Pharmacie de l'Ecusson de Montpellier
(rue Saint Guilhem)



L'ÉTÉ DES FESTIVALS

Scène de
BAYSSAN

**DU 1^{ER} JUILLET
AU 8 AOÛT**

Illustration : Laura Gassin

Scenedebayssan.fr

04 67 28 37 32

[T](#) [Y](#) [I](#) [F](#) [@](#) @scenedebayssan



Scène de **BAYSSAN**
art - culture - loisirs