

BOUZIGUES
BALARUC-LE-VIEUX
BALARUC-LES-BAINS
FRONTIGNAN
GIGEAN
LOUPIAN
MARSEILLAN

MÈZE
MIREVAL
MONTBAZIN
POUSSAN
SÈTE
VIC-LA-GARDIOLE
VILLEVEYRAC



10 **THAU, L'ARCHIPEL**
2 500 ans d'histoire
nous contemplant

18 **TOP 10**
Les plus belles
escapades

34 **CULTURE**
Archipel singulier,
culture plurielle

60 **AGENDA**
Des événements
incontournables

Nouvelle visite guidée

Du petit Georges au grand Brassens



Crédit photos : F.Ambrosino - C.Sopédra - Otus Productions

Sète, cité culturelle de caractère ✨

Vous connaissez l'homme des chansons intemporelles, le fabuleux poète. Découvrez au cours de cette visite son enfance et son adolescence à Sète, les lieux qui ont compté, ce qui a forgé son caractère et son goût pour la poésie.

Infos et réservations : Office de tourisme de Sète - tourisme-sete.com

4	Sète : un cap, un pic, un archipel	24	Carte de la destination Sète Archipel de Thau	42	Retour aux sources : le plein de sensations
10	Thau, l'archipel	26	Vins et coquillages, les précieux trésors de l'Archipel	46	Espaces naturels
12	Les communes de la destination Sète Archipel de Thau	32	Envie de bons produits	50	En roue libre
18	Une destination surprenante : top 10 des lieux à découvrir	34	Une destination culturelle	52	Ces plages qui ont la côte
20	Trois jours pour découvrir la destination	38	Sète, star des écrans	56	Vibrez plus fort
22	Une belle journée en famille	40	Une terre de traditions	58	Dans ma valise
				60	Partageons des moments forts
				66	Restons en contact



C'est d'elle que tout part ou que tout commence, selon qu'on choisisse de suivre le cours naturel du Canal du Midi ou de le remonter à contre-courant, fidèle à l'esprit des gens d'ici, que certains disent aussi singuliers que leur « île ». Sète, cité maritime, est un diamant brut poli par le vent, le sable, le sel et la gouaille des pêcheurs, qui ont su trouver en son archipel le plus beau des terrains de jeu.

UN CAP, UN PIC,
UN ARCHIPEL

Sète





Le souverain de France et de Navarre eut alors une vision : relier le Canal du Midi à la Grande Bleue.

C'est au Roi Soleil, Louis XIV en personne, que l'on doit la destinée exceptionnelle de cette ville méditerranéenne, autrefois si modeste et aujourd'hui si riche de culture, de patrimoine et d'histoire. Le souverain de France et de Navarre eut alors une vision : relier le Canal du Midi à la Grande Bleue. Il choisira le cap de Sète pour faire s'épouser les eaux. D'importants travaux seront alors entrepris. Quelques années plus tard, le 29 juillet 1666 plus exactement, le port de Sète est inauguré en grandes pompes par un tournoi de joutes mémorable. La destinée maritime de celle qui figurera longtemps dans les manuels d'histoire comme la ville de « Cette », peut alors commencer...

Plus de 350 ans plus tard, la ville a bien changé. Surnommée par Paul Valéry « L'Île Singulière », bien qu'elle soit en réalité reliée au continent par un bras de terre, la cité s'est ouverte sur le monde. Mais à la différence de nombreuses villes de bord de mer, elle a su conserver le caractère authentique d'une cité humaine où les habitants défendent un style de vie bien à eux. Pour s'en persuader, rendez-vous à **La Pointe-Courte**, un petit bout de terre au bord de la lagune de Thau où quelques privilégiés vivent dans de charmantes maisonnettes aux façades arc-en-ciel. Déambulez dans ces ruelles pittoresques et au bord des quais, où sèchent des filets encore trempés par la mer. Et replongez-vous dans l'ambiance du premier film d'Agnès Varda, qui sut donner à voir à l'écran la beauté de ce paradis perdu.





Paul Valéry et Jean Vilar y ont établi leur dernière demeure. De « *ce toit tranquille où marchent les colombes* », pour reprendre le vers du célèbre poème de Paul Valéry, vous pourrez appréhender une part indicible de l'histoire sèteoise.

De retour en ville, offrez-vous une virée sensorielle aux **halles** (rue Gambetta). Récemment rénové dans un style très contemporain par l'architecte montpelliérain François Fontès, ce bâtiment conçu autrefois dans le style « Baltard » dévoile tout ce que le territoire a de meilleur à offrir rayon gastronomie et produits du terroir : spécialités locales et italiennes, olives, poisson frais... Ouvert tous les matins, y compris le dimanche.

Après une pause gourmande dans un des nombreux restaurants du **centre-ville**, prenez vous au jeu d'un safari urbain à la recherche des nombreuses fresques de Street-art. Vous vous en apercevrez rapidement : ici, on traite l'art pour ce qu'il est, c'est à dire un nouveau regard sur le monde. Vous pourrez, bien sûr, profiter d'un excellent choix de musées et d'expositions variées

SÈTE EST UN MUSÉE À CIEL OUVERT

(jetez notamment un œil au **Musée Paul Valéry**, au **Centre Régional d'Art Contemporain – CRAC** et au **Musée International des Arts Modestes - MIAM**), mais si vous n'allez pas à lui, c'est l'art qui viendra à vous. Sète est un musée à ciel ouvert où les œuvres s'exposent aux quatre coins de la ville ! Avez-vous aperçu les Totems de Di Rosa aux entrées de la cité ? La surprenante Mama, place de l'Hospitalet ?

La gigantesque « Mare Nostrum » de l'artiste Jean Denant le long de la Corniche ? Si vous avez répondu par l'affirmative à ces trois questions, vous êtes alors probablement un amateur d'art. On vous reverra alors sûrement au prochain **K-LIVE, le festival annuel du street-art**, dont chaque nouvelle édition vient enrichir la cité de formes et de couleurs nouvelles, étoffant ainsi sa collection d'œuvres accessibles au grand public, pour la plus grande joie des passants et, c'est d'époque, des instagrammeurs.

MER NOURRICIÈRE

Cité de la pêche, Sète est irrésistiblement attirée par la mer. **Le port de pêche**, situé entre mer et lagune, constitue une étape incontournable, notamment l'après-midi, avec le retour des chalutiers et la vente à la criée qui s'ensuit (réservée aux professionnels). Difficile de faire plus authentique. En fin d'après-midi, flânez sur la Corniche, dont la promenade offre une vue grandiose sur la Méditerranée.



Célébrer la Saint-Pierre

En juillet, à Sète, Marseillan et Mèze, une ferveur solennelle s'empare de la ville, qui rend hommage au patron des pêcheurs et aux marins disparus en mer. Bénédiction des bateaux et retraite aux flambeaux composent un tableau unique.

Les joutes

350 ans que ça dure... et ça n'est pas près de s'arrêter. Vêtus de blanc et équipés d'une lance et d'un pavois, les jouteurs s'affrontent sur les canaux devant un public venu en masse. Les tournois se déroulent tout l'été dans les ports de l'Archipel de Thau.



Le théâtre Molière

Temple de la culture sèteoise, ce théâtre à l'italienne centenaire est inscrit aux monuments historiques et a retrouvé sa superbe d'antan grâce à une récente restauration. Scène Nationale, il offre une programmation artistique pointue et se visite par petits groupes.



Mais que serait Sète sans son archipel ? Sans ce qui constitue son écrin de verdure ? Sans ce vert qui rend son bleu si intense ? Dans ce petit Sud qui se suffirait presque à lui seul, se côtoient gaiement pêcheurs, marins et ostréiculteurs, qui ont progressivement fait de leur métier un art de vivre à part entière.

Quatorze communes composent l'Archipel de Thau : Balaruc-le-Vieux, Balaruc-les-Bains, Bouzigues, Frontignan, Gigan, Loupian, Marseillan, Mèze, Mireval, Montbazin, Poussan, Sète, Vic-la-Gardiole et Villeveyrac. Toutes, conjuguent l'identité méditerranéenne à leur façon et offrent au visiteur une expérience complète, à la rencontre d'un territoire authentique.

la conchyliculture s'est enracinée sur l'étang de Thau au début du XX^e siècle et constitue une part importante de la production française. Témoignages de vie touchants et dégustation à la fin. Un must ! Mer, lido de sable fin, lagunes, massifs calcaires, prairies, forment un patrimoine naturel, refuge d'une biodiversité exceptionnelle et prétexte à de fascinantes excursions à pied, en bateau, en voiture ou à vélo que vous découvrirez dans ce magazine au fil des pages.

2 500 ANS D'HISTOIRE NOUS CONTEMPLANT

Au cœur de ces villages typiquement languedociens, se cache un remarquable patrimoine historique. Au cours de vos balades, vous aurez ainsi la chance de replonger dans les livres d'histoire. Chapitre Antiquité, pour commencer, allez à la villa gallo-romaine de Loupian. Quelques pas, pages et siècles plus loin, plongez dans le Moyen-Âge avec l'abbaye de Valmagne (Villeveyrac) et celle de Saint-Félix-de-Montceau, à Gigan. À Vic-la-Gardiole, une balade dans la garrigue jusqu'au somptueux belvédère vous emmènera, elle, dans des temps plus ancestraux. La trouvaille, rare, mais possible d'un fossile, vous replongera dans la préhistoire.

Pour les amateurs de cuisine et de gastronomie, cette fois, direction les communes de Frontignan, Vic-la-Gardiole, Mireval ou Mèze à la recherche des caves où dorment de somptueux trésors : le muscat de Frontignan et le Picpoul de Pinet ! Les vigneron vous ouvriront grand les portes de leur domaine. Un passage s'impose avant de repartir côté étang, direction Mèze, Bouzigues ou Marseillan, où un plateau d'huîtres et de coquillages vous attend, avant une visite digestive des parcs à huîtres, sur l'étang, à bord d'un petit bateau de pêche. Une halte pour rencontrer ces paysans de la mer vous laissera un souvenir impérissable. Vous l'ignorez peut-être, mais

*MER, LIDO DE SABLE FIN,
LAGUNES, MASSIFS
CALCAIRES, PRAIRIES,
FORMENT UN PATRIMOINE
NATUREL REMARQUABLE*



Un trésor sous la mer !

Fierté du bassin de Thau, l'hippocampe moucheté du bassin de Thau est l'animal emblématique local qui rassemble autour d'un combat noble : la préservation de cette espèce fragile et de notre mer nourricière à tous, la Méditerranée. À observer, si vous avez l'œil aguerris, du côté de Balaruc ou de Sète.

La pêche, entre mer et lagune

Depuis des siècles, la pêche rythme la vie de l'Archipel de Thau. Entre les va-et-vient quotidiens des chalutiers, le départ en campagne des thoniers quelques semaines par an, les sorties de petits métiers qui vont caler leurs filets, il y a toujours de l'activité à Sète, premier port de pêche de la Méditerranée française, et dans la lagune de Thau ! Poissons bleus (sardines, anchois), blancs (loups, dorades) et grands pélagiques tels que les thons, bonites ou espadons n'attendent que vous pour être dégustés. À retrouver sur les étals de nos marchés ainsi que dans les cuisines de nos restaurateurs.

UN TERRITOIRE AUTHENTIQUE

Thau,
l'archipel

Les multiples facettes de l'Archipel de Thau



BALARUC-LES-BAINS

Profitez du bienfait des eaux de la première station thermale de France, située à seulement 7 km de Sète et des joies du nautisme au centre Manuréva. Paddle, kayak, voile... La météo, clémente, est une invitation au lâcher-prise. Les amateurs de botanique passeront, quant à eux, un agréable moment au Jardin antique méditerranéen.

L'ÉTÉ EN MUSIQUE

La programmation artistique du festival Les Arts Métais est ouverte à des musiques d'époques et de styles différents : jazz, musiques du monde, électro... Vibrons ensemble !

INFOS : LESARTSMETIS.COM

BOUZIGUES

Ce charmant petit village de pêcheurs offre une escapade hors du temps. Célèbre pour ses huîtres, à qui il a donné son nom, c'est un lieu de rendez-vous très apprécié des amateurs de bien vivre. Ici, on ralentit le temps et on savoure des plaisirs simples : les rayons du soleil sur sa peau, la douce caresse du vent... Après une discussion animée avec les producteurs, toujours prêts à partager leur passion, on goûte bien sûr aux produits frais de la mer : coquillages, poissons, huîtres... Le tout assorti d'un bon verre de Picpoul ou de muscat sec.

LE CŒUR À LA FÊTE

La seule bonne raison de rompre avec la quiétude ambiante est de participer à la fête de l'huître, qui a lieu chaque été sur deux jours, en août. Animations de rue, stands de dégustation, feux d'artifices...



BALARUC-LE-VIEUX

Intimiste, la commune de Balaruc-le-Vieux est un haut-lieu de la biodiversité locale. On s'y rend pour observer et photographier de nombreuses espèces d'oiseaux et découvrir les joies de la randonnée dans une prairie humide appelée « sansouire ». Crapahutez aussi jusqu'aux remparts, la vue sur la lagune de Thau mérite le détour ! Jetez aussi un œil aux vitraux de l'église Saint-Maurice et aux vestiges du château médiéval...

LA VIE DE CHÂTEAU

Fameuses, les fêtes médiévales de juillet voient défiler princes et chevaliers en costumes d'époque. Épique !

FRONTIGNAN

Il y a le Lido de Paris et, dans un genre un peu plus naturel mais tout aussi surprenant, le lido de Frontignan, cette sublime bande de terre qui sépare la mer des étangs, que vous adorerez parcourir à vélo. On vous prévient tout de suite : les aventuriers sous-marins ne pourront pas résister à une petite plongée, pour se reposer ensuite sur ses 7 km de plages. À Frontignan, on aime explorer le splendide vignoble de muscat et on se remplit les poumons d'un air frais et parfumé par toutes les plantes de la garrigue et d'une délicate odeur de pin d'Alep, une essence très présente dans la région.

DIVIN NECTAR

Producteurs et amateurs de muscat se retrouvent en juillet à l'occasion du Festival du muscat pour faire honneur à cette AOP viticole depuis 1936.



GIGEAN

Circulez, y'a tout à voir ! À pied, à bicyclette ou à dos d'âne (oui, oui !), succombez à la randonnée à travers le massif de la Gardiole et, surtout, n'oubliez pas votre appareil photo. Depuis ce promontoire naturel, c'est une vue à 360 degrés qui s'offre à vous : paysages de vignes, étendue bleue, villes et villages environnants, admirez l'abbaye Saint Félix de Montceau, point de départ et d'arrivée de votre balade. Vu de loin, cet imposant témoin du passé posé en pleine garrigue n'en est que plus impressionnant.

À VOIR ET À VIVRE AU MOINS UNE FOIS

La foire aux ânes organisée chaque mois de juillet ou parcourir la circulade de Gigean, qui fait la fierté des locaux.



LOUPIAN

Partagez un morceau d'Histoire avec un grand « H » en partant à la rencontre des merveilles architecturales de Loupian. Maisons vigneronnes typiques et façades Renaissance en centre-ville, remparts de l'ancien château, église paléochrétienne Sainte-Cécile, chapelle Saint-Hippolyte... Ne manquez surtout pas, non plus, la villa gallo-romaine des « Près-bas » et ses mosaïques vieilles de presque 2 000 ans ! Un musée et des journées romaines baptisées « Augustales » permettent de mieux s'imprégner de cette époque.

LES ANIMAUX TOTÉMIQUES

Survivance du Moyen-Âge, de nombreux villages ont leur animal totemique : loup de Loupian, bœuf de Mèze... Ils se donnent tous rendez-vous au mois de mars, une année sur deux, à la foire languedocienne de Loupian.

MARSEILLAN

Entre Agde et Mèze, voici Marseillan. Sa plage, sa lagune, ses huîtres, ses vignes avec vue sur mer, des flamants roses croisant des aigrettes et autres hérons cendrés au coucher du soleil... Pourquoi, par exemple, ne pas entreprendre de découvrir Marseillan dans le cadre d'un safari photos improvisé ? Il vous mènerait peut-être au cœur du village à la recherche des porches de vieilles maisons bourgeoises ou au bord du Canal du Midi.



À VOTRE SANTÉ

Vous conclurez assurément cette journée avec la visite de la Maison Noilly Prat, où l'on produit depuis 1813 ce fameux vermouth qui fait la gloire de la cité.

MÈZE

Derrière ses apparences de petit village de bord de lagune, la ville de Mèze n'en demeure pas moins le plus grand port du bassin de Thau. En découle un charme caractéristique et une ambiance de villégiature : on profite de plaisirs simples comme la baignade, la pétanque ou le sport local : le tambourin... On flâne au marché ou on goûte à un autre petit bonheur : un déjeuner entre amis sur le port...

UN BEAU PROGRAMME

Du point de vue des festivités, reprenez la Fête de l'huître, le Festival de Thau et le « Bouletchou ». On vous laisse découvrir par vous-même !

MIREVAL

Son nom signifie « qui regarde la vallée » et vous donne un avant-goût de la qualité du panorama

depuis les balcons du vieux bourg. Mireval, autrefois pied-à-terre des puissants seigneurs de Montpellier, présente un caractère médiéval tangible, que l'on prend plaisir à découvrir en longeant les remparts ou en traversant les portes fortifiées. Le passé belliqueux de la ville n'est toutefois qu'un lointain

souvenir... Le bruit des armures a depuis bien longtemps été remplacé par le cliquetis des bouteilles de vin et de muscat, dont la commune est un représentant fameux.

JUSQU'À LA LIE

Pétillant, sec, doux, moelleux... Les bons crus se déclinent selon les goûts et les couleurs.





MONTBAZIN

Encore un village que vous risquez de connaître par l'étiquette de ses crus, classés IGP Vins des collines de la Moure, dont la randonnée jusqu'au sommet est d'ailleurs fameuse... Montbazin ne saurait pourtant pas se résumer à son patrimoine viticole, ses bâtisses séculaires datant du Moyen-Âge, parmi lesquelles la chapelle Saint-Pierre, qui vous révélera son plus beau secret : une sublime fresque d'influence italo-byzantine, point de départ de votre visite vers le beffroi ou le château. C'est vous qui décidez !

IDÉE BALADE

Au départ du centre du village, un circuit de randonnée vous mènera jusqu'à un point de vue exceptionnel sur les collines de la Moure.

POUSSAN

Aussi beau vu du ciel que depuis ses ruelles typiques, Poussan est un village romain traversé par la célèbre via Domitia. La commune se distingue toutefois par une autre caractéristique forte : sa configuration en circulade, héritage d'un Moyen-Âge où la prospérité offerte par le travail de la vigne a doté les rues d'un patrimoine remarquable, dont des monuments historiques : remparts, château...

INSOLITE

Une balade dans le massif de la Moure vous permettra de découvrir des capitelles, petites cabanes en pierres sèches autrefois utilisées par des bergers.



VIC-LA-GARDIOLE

Nature et aventure au programme de votre journée à Vic-la-Gardiole et environs. Il faut dire qu'au départ du vieux village, les idées balades ne manquent pas. Vous pourrez, au choix, parcourir 9 km à pied ou à vélo le long des étangs de Vic et d'Ingril, vous adonner aux joies de la randonnée dans dans le magnifique Bois des Aresquiers, ou troquer votre bâton de marche contre votre maillot de bain sur la plage du même nom.

MÈRE NATURE

Ici, la nature est reine... et ses produits aussi, puisque deux appellations peuplent ce terroir : muscat de Frontignan et muscat de Mireval.



VILLEVEYRAC

Vous foulerez très probablement les terres viticoles et maraîchères de Villeveyrac en cherchant la majestueuse abbaye de Valmagne, un pur joyau du XII^e siècle et, suffisamment important pour le souligner, l'une des abbayes cisterciennes les mieux conservées de France. Animations, concerts... Ce ne sont pas les occasions de mettre en valeur ce patrimoine remarquable qui manquent.

VALMAGNE.COM



LA RAISON L'EMPORTE

Raisonné et donc respectueux de l'environnement et de la ressource, le mode de production adopté par de nombreux agriculteurs locaux offre des produits de grande qualité : miel, olives, fromage, fruits...



10

Loupian et sa villa gallo-romaine

Le passé antique de la région se raconte à travers les ruelles médiévales du vieux village et à la lecture des mosaïques polychromes du musée de la villa gallo-romaine.



9

Le massif de la Gardiole

Face à la Méditerranée, des sentiers balisés de 8 à 37 km vous mènent au cœur de ce massif entouré de plaines, et à de beaux panoramas sur les villages environnants, la lagune de Thau et la mer.



8

Frontignan et Mireval, cités du muscat

Pour tout savoir sur ce vin doux à la renommée internationale, poussez la porte d'un des domaines et des caveaux pour une dégustation de ce nectar doré. Balades gourmandes d'avril à octobre.



7

Les thermes de Balaruc-les-Bains

Déjà au XIX^e siècle, des personnages célèbres tels que Louis Bonaparte, Paganini, ou encore Joseph Montgolfier venaient en cure à Balaruc-les-Bains. Aujourd'hui, on continue de profiter des bienfaits de ses eaux (rhumatologie et phlébologie), en prolongeant le plaisir au spa thermal O'balia.



1

Sète, cité maritime et culturelle de caractère

Une ville posée sur l'eau, l'un des plus beaux ports de pêche de la Méditerranée, quadrillée de canaux et classée Grand site Occitanie Sud de France.



2

La lagune de Thau et ses mas conchylicoles

La plus vaste des lagunes languedociennes (7500 ha) est le fief des producteurs d'huîtres, (10 % de la production nationale) regroupés autour d'exploitations ouvertes à la visite et à la dégustation.



3

Des plages de sable doré

Vierge de toute construction, un long cordon littoral de 12 km dévoile de Sète à Marseillan une kyrielle de plages labellisées Pavillon bleu, reliées par une piste cyclable. Tout aussi remarquables, les 7 km de plages entre Frontignan et Villeneuve-lès-Maguelone.



4

Des domaines viticoles

Labellisé « Vignobles et Découvertes », l'Archipel de Thau offre des escapades œnotouristiques qualitatives et originales.



6

L'abbaye de Valmagne

À Villeveyrac, au cœur de 75 ha de vignobles surgit ce pur joyau cistercien du XII^e siècle. Sa ferme-auberge propose des plats issus du potager du domaine et la salle de dégustation permet d'apprécier les vins de la propriété.

5

La Maison Noilly Prat

Sur le port de Marseillan, entrez dans l'univers d'une saga de plus de 200 ans. Ici en 1813 est né le premier vermouth français : le Noilly Prat. Incroyable visite guidée de sa cave à ciel ouvert et de ses impressionnants foudres, de son herboristerie. Dégustation incluse.



Et aussi...



LE TAMBOURIN
Ce jeu de balle ancestral se pratique sur un long terrain sans filet. Deux équipes de 5 joueurs se renvoient (à la volée ou après un rebond) une petite balle de caoutchouc avec un tambourin à poignée.

LES JOUTES
De fin juin à début septembre, les tournois chevaleresques sur l'eau sont le rendez-vous incontournable de la vie de l'Archipel de Thau. Le point culminant de la saison : le grand prix de la Saint-Louis à Sète, le plus prestigieux des tournois.

L'OSTRÉATHÉRAPIE
Ou la quintessence des huîtres, source de bien-être : à Marseillan, le domaine Tarbouriech a breveté des formules qui transforment les bienfaits de la coquille et de la chair d'huître en vertus thérapeutiques.

LES PONTS MOBILES
Si certains sont fixes, d'autres tournent ou se lèvent pour permettre le passage des bateaux et voiliers dans le port et la lagune. Un spectacle quotidien à ciel ouvert.



LE CAPELET
Jeu traditionnel également appelé course à la bigue. Il consiste à s'élancer à l'assaut d'un mât de 18 mètres, largement graissé et savonné, posé à l'oblique au-dessus de l'eau pour attraper un des deux chapeaux positionnés à son bout. Joyeux spectacle garanti !

LE MUSÉE-PARC DES DINOSAURES À MÈZE
Dans ce site, où ont été découverts des milliers d'œufs et des empreintes de pas, est exposé le plus grand squelette complet au monde de dinosaure ! Visite commentée en été.

L'HIPPOCAMPE
La lagune de Thau est l'un des rares endroits en Europe où les plongeurs peuvent voir ce minuscule cheval de mer évoluer dans les herbiers de la lagune. Révélateur de la bonne santé de notre écosystème, il est l'objet d'études et de protections toutes particulières.

LES BOULES CARRÉES
Si l'on joue toute l'année à la pétanque, à Sète lors des fêtes de la Saint-Louis, se déroule le championnat de pétanque de boules carrées dans les ruelles en pente du Quartier-Haut.



LES CAPITELLES
Étonnant patrimoine architectural que ces petites cabanes circulaires en pierre sèche, témoins du passé agricole et pastoral ! Visibles lors d'une randonnée dans les collines de la Moure notamment, elles sont dorénavant de solides abris rustiques pour marcheurs.

LE JARDIN ANTIQUE MÉDITERRANÉEN
Labellisé « jardin remarquable », il enseigne les manières dont les sociétés méditerranéennes percevaient une nature prodigieuse et abondante et les façons dont elles savaient en tirer profit.



Vous n'avez que quelques jours pour découvrir Sète et son archipel ? Défi relevé, grâce au programme que nous vous avons concocté !

3 jours pour découvrir la destination



Jour 1

↳ SÈTE, CITÉ CULTURELLE DE CARACTÈRE

On pousse la porte du Musée International des Arts Modestes. Ce véritable laboratoire ouvert aux artistes de tous horizons propose des expositions surprenantes.

↳ GASTRONOMIE LOCALE

Dans les halles de Sète, on découvre des produits d'exception qui portent haut les saveurs du Sud. La pêche locale y a toute sa place.

↳ BALADE SUR LES CANAUX

Partez à la découverte des quais de Sète. C'est tout le passé de la ville qui s'offre

à vous. En bateau touristique, taxi vénitien, bateau sans permis en location ou kayak de mer.

↳ LE MONT SAINT-CLAIR

Pour bien comprendre Sète, il faut prendre de la hauteur, grimper jusqu'aux panoramiques du mont Saint-Clair : belvédère de la croix de Saint-Clair et forêt des Pierres Blanches.

↳ COUCHER DE SOLEIL À LA POINTE COURTE

Avec ses maisonnettes aux façades colorées, ses ruelles et ses filets qui séchent le long des quais, ce quartier de pêcheurs a un cachet hors du temps.

Jour 2

↳ L'ABBAYE SAINT-FÉLIX-DE-MONTCEAU À GIGEAN OU L'ABBAYE DE VALMAGNE À VILLEVEYRAC

L'abbaye Saint-Félix de Montceau se déploie dans un écrin naturel à parcourir au cours d'une balade de deux heures dans le massif de la Gardiole. Les paysages et les panoramas sont exceptionnels, avec la lagune de Thau en toile de fond. À moins que vous ne préférerez l'abbaye de Valmagne à Villeveyrac, pour son patrimoine architectural remarquable.



↳ VISITE D'UN DOMAINE DE MUSCAT – FRONTIGNAN, VIC-LA-GARDIOLE, MIREVAL

Amateurs de ce précieux nectar, rencontrez les vignerons qui jouent la carte de la qualité et vous ouvriront tout grand la porte de leurs domaines pour une visite ou une dégustation.



↳ UN MOMENT DE DÉTENTE AU SPA THERMAL O'BALIA – BALARUC-LES-BAINS

On plonge dans une eau thermale à 34°C dans ce spa unique en Méditerranée. Bains bouillonnants, cascades, hammam, sauna : une parenthèse enchantée bienfaisante. Dîner à Balaruc-les-Bains face à la lagune de Thau : plaisir des yeux et des papilles... On réserve une table face à la lagune iodée. La vue est spectaculaire, Sète se dresse au loin et le soleil couchant rend le moment juste divin.

Jour 3

↳ BALADE EN BATEAU SUR LA LAGUNE À LA DÉCOUVERTE DE L'OSTRÉICULTURE

Rien de mieux que de découvrir les huîtres et moules de Thau dans leur milieu naturel. Au départ de Mèze, Bouzigues, Marseillan et Sète, on embarque aux côtés de professionnels passionnés.



↳ DÉGUSTATION DE COQUILLAGES DANS UN MAS OSTRÉICOLE

Faites une halte chez les producteurs, meilleurs ambassadeurs de l'art de vivre dans l'Archipel de Thau ! À Marseillan, Loupian, Mèze ou Bouzigues, vous dégusterez les fameuses huîtres accompagnées d'un verre de picpoul de Pinet.

↳ VILLAGES TYPIQUEMENT LANGUEDOCIENS

Les terres de l'Archipel de Thau regorgent d'histoire et les vieilles pierres possèdent des secrets. On remonte le temps dans les ruelles des villages de Poussan, Montbazin, Balaruc-le-Vieux, Loupian...



↳ MARSEILLAN, DÉBOUCHÉ DU CANAL DU MIDI

S'ouvrant sur la lagune de Thau, le port de Marseillan, intégralement piétonnier, possède un charme fou. Quais colorés, belles demeures, œuvres contemporaines et péniches de luxe offrent un subtil visage. À découvrir absolument.

↳ VISITE DE LA MAISON NOILLY PRAT

C'est à Marseillan, à deux pas du port, qu'est produit le prestigieux vermouth français Noilly Prat®. On entre dans les coulisses de son élaboration dans un cadre exceptionnel. Visite guidée et dégustation comprise.



et aussi...

MUSÉE DE L'ÉTANG DE THAU À BOUZIGUES

Célèbre pour ses huîtres, le village de Bouzigues accueille le musée ethnographique de l'étang de Thau. Immersion complète au sein de l'histoire et du folklore local. Mémoires de pêcheurs, techniques d'élevage conchylicole, aquariums, vidéos, maquettes illustrent ce parcours.

L'ATELIER COCKTAIL NOILLY PRAT

La Maison Noilly Prat ouvre son bar privé pour un atelier cocktail. Découvrez les techniques et réalisez votre propre 50:50 Martini Cocktail. Au shaker ou à la cuillère ? À la fois pour amateurs et experts.

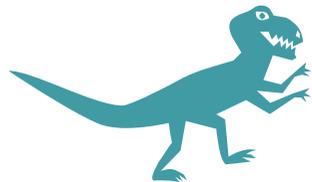
Une belle journée en famille

En vacances, pas toujours évident de satisfaire tout le monde. Pourtant, le territoire offre son lot de bonnes adresses et de chouettes escapades pour composer des journées mémorables. Exemple avec une journée concoctée sur mesure pour plaire à papa, maman, papi, mamie et aux petits !

Safari dinosaure

→ À MÈZE

Parcourez les allées de ce grand musée-parc consacré aux dinosaures et à la Préhistoire. Vous vous trouvez ici au cœur d'un gisement paléontologique exceptionnel. Un bel endroit pour frissonner ensemble et vivre un extraordinaire voyage dans le temps.



DINOSAURE.EU

Balade à dos d'âne

→ À GIGEAN

Remettez-vous de vos émotions avec un compagnon bien plus sympathique : l'âne ! Ils sont nombreux à vous



attendre pour une randonnée du côté de Gigean à la découverte de la beauté des paysages du massif de la Gardiole.

BEAUNEZDANE.COM

Phare Saint-Louis

→ À SÈTE

Grimpez en haut du phare Saint-Louis et surveillez l'entrée du port de Sète. Au sommet, après avoir franchi les 126 marches, la vue est spectaculaire. Entrée gratuite pour les enfants de moins de 12 ans.

TOURISME-SETE.COM



Escape game

→ À FRONTIGNAN

Une intrigue palpitante vous conduit en plein Moyen-âge dans le cœur historique de Frontignan. Enigmes à résoudre, codes à décrypter... Le tout au grand air. Serez-vous à la hauteur du défi ?

FRONTIGNAN-TOURISME.COM

Réserve du Bagnas

→ À MARSEILLAN/AGDE

Equipés de jumelles, accompagnés d'un guide, petits et grands viennent admirer la faune (dont les nombreux oiseaux), la flore et les paysages de cette réserve naturelle. À plumes, à poils, à antennes... vous en découvrirez davantage sur les drôles d'habitants du Bagnas. Sur réservation.

WWW.ADNA-BAGNAS.FR



Sur les pas du pirate Barberoussette

→ À SÈTE

Ce fameux pirate a réellement existé. La légende raconte que son trésor serait enfoui sur les pentes du mont Saint-Clair. Indices et énigmes vous permettront-ils de percer son secret ? La chasse aux trésors pour petits et grands est ouverte ! Téléchargez l'application gratuite

TOURISME-SETE.COM



Clôturer la soirée en beauté par une balade sur la lagune

Achevez cette belle journée par un moment magique en admirant le coucher du soleil à bord d'un bateau. De nombreuses compagnies vous proposeront de prendre le large à leurs côtés. Quant au choix du navire vous êtes seul maître à bord.

SE RENSEIGNER AUPRÈS DE NOS OFFICES DE TOURISME.

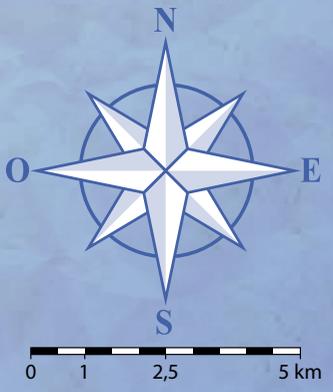


CETTE JOURNÉE VOUS A PLU ? FAITES-VOUS CONSEILLER DANS UN DE NOS 5 OFFICES DE TOURISME, OÙ ON VOUS CONCOCTERA DES ESCAPADES SUR-MESURE ADAPTÉES À VOS ENVIES ET À VOTRE BUDGET. ET N'HÉSITEZ PAS À PARTAGER VOS EXPÉRIENCES SUR NOS RÉSEAUX SOCIAUX !



- | | | | |
|--|-----------------------|--|-------------------------|
| | Office de Tourisme | | Parc de loisirs |
| | Vignoble | | Plage |
| | Panorama | | Port |
| | Espace naturel | | Aviron/Kayak |
| | Produits du terroir | | Kitesurf |
| | Musée/Théâtre | | Voile et planche |
| | Thermalisme/Bien être | | Plongée |
| | Monument patrimonial | | Sentier de randonnée |
| | Site archéologique | | Activité équestre |
| | Jardin remarquable | | Piste cyclable |
| | Fort/Château | | Voie verte |
| | Gare SNCF | | Piste praticable en VTT |

- Zones bâties
- Forêts/Espaces naturels
- Vignes/vergers
- Marais salants




LES PRÉCIEUX TRÉSORS
DE L'ARCHIPEL

Vins et coquillages



Thau, l'archipel aux saveurs intenses

PAR VALENTINE DUCROT, JOURNALISTE

Ambassadeurs de savoir-faire ancestraux, les producteurs de la lagune de Thau sont aussi les sentinelles d'un environnement à la biodiversité exceptionnelle. Cette combinaison unique confère à leurs coquillages une typicité singulière, irrésistible.

Entre terre et mer, les parcs à huîtres scintillent sous le soleil et semblent s'étirer à perte de vue. Séparée de la mer par un cordon littoral sableux, la plus vaste lagune de la région Occitanie (7500 hectares) dévoile sur 19 km sa palette de bleus intenses. Réservoir d'une incroyable biodiversité, le site, classé Natura 2000, abrite plus de 600 espèces végétales ou animales endémiques dont l'emblématique hippocampe moucheté. À fleur d'eau, ce jardin de la mer reflète l'extraordinaire qualité du milieu dans lequel l'élevage des huîtres et des coquillages joue un rôle primordial.

L'ADN DE LA LAGUNE DE THAU

D'importantes fouilles ont été menées sur l'atelier de potier et petit port de la villa gallo-romaine à Loupian ainsi qu'autour de la lagune de Thau. Elles ont confirmé que, déjà, les Romains y ramassaient les huîtres et qu'ils les appréciaient comme nous l'indiquent les auteurs antiques. Il faudra pourtant attendre le début du 20^e siècle pour que la première concession d'huîtres voie le jour dans la lagune. Les huîtres plates étaient alors cultivées avec un système de flotteurs

jusqu'à ce que Louis Tudesq, artisan maçon à Bouzigues, ait l'idée ingénieuse de les élever en suspension sur des barres en béton. Cette technique révolutionnaire est l'ancêtre de l'élevage actuel sur cordes et tables, les barres, trop lourdes, ayant été successivement remplacées par des bois de palétuvier, des cordes végétales enduites de goudron, et enfin des cordes synthétiques. « *Ce mode de production unique au monde de collage des huîtres sur cordes constitue l'ADN de la conchyliculture en Méditerranée* », exprime fièrement Patrice Lafont, président du Comité régional de la conchyliculture en Méditerranée (CRCM). « *Contrairement aux pratiques culturelles de l'Atlantique, les tables sont immergées en eaux profondes. Ce savoir-faire spécifique, combiné à l'environnement lagunaire, confère aux coquillages un taux de croissance exceptionnel ainsi qu'une typicité gustative et organoleptique.* » De génération en génération, les conchyliculteurs ont perfectionné leurs techniques d'élevage, certains s'engageant dans des démarches novatrices comme la famille Tarbouriech, précurseur de la marée solaire et inventeur de l'ostréologie (science de l'huître). À Bouzigues, centre névralgique de l'ostréiculture locale, le Musée ethnographique de l'étang de Thau est une étape incontournable pour s'immerger dans cette histoire.

LA PLUS VASTE ZONE CONCHYLICOLE DE MÉDITERRANÉE

Tracées sur une eau turquoise, 2500 tables alignent leurs figures parfaitement géométriques, mosaïque quadrillée spectaculaire vue du ciel. Depuis la fin des années 60, l'huître creuse japonaise *crassostrea gigas* a remplacé l'huître plate. Originaire du Pacifique, cette espèce s'est parfaitement acclimatée à l'environnement lagunaire. Bénéficiant de conditions naturelles optimales, les huîtres de la lagune de Thau sont réputées pour être à la fois fermes et fondantes. Charnues, subtilement iodées, avec un parfum au goût de noisette, elles tirent leur quintessence des valeurs nutritionnelles du phytoplancton. Marqueur de son territoire, la filière conchylicole est le second pôle économique agricole de l'Hérault, après la viticulture. Avec ses 500 exploitations produisant 6200 tonnes d'huîtres et 2400 tonnes de moules, la lagune de Thau représente, à elle seule, 90 % de la production conchylicole en Méditerranée et 10 % de la production nationale.

LANCEMENT D'UNE MARQUE OMBRELLE

Consciente de ses atouts et de ses spécificités, mais face à un manque de notoriété par rapport aux producteurs de l'Atlantique, l'ensemble de la filière conchylicole d'Occitanie a décidé d'unir ses forces avec la région PACA et la Corse en lançant le label « Huîtres et moules de Méditerranée ». « *Cette démarche a vocation à valoriser un métier et ses savoir-faire, un territoire et ses produits. Véritable locomotive pour les appellations locales, elle s'inscrit dans un ambitieux contrat de filière qui vise à structurer, valoriser, sécuriser et pérenniser les exploitations conchylicoles à l'horizon 2030. C'est un immense progrès qui va permettre de nous distinguer sans perdre nos origines* » se réjouit François Commeinhes, président de Sète Agglopol Méditerranée. Un élan qui devrait susciter vocations et dynamisme auprès de la nouvelle vague de jeunes ostréiculteurs prêts à s'engager dans un métier exigeant, certes, mais passionnant.

« Ici, je me sens libre, vivant »

Sylvain Crespo, ostréiculteur

AMOUREUX ÉPERDU DE NATURE, SYLVAIN CRESPO A FINI PAR RENOUEUR AVEC LA TRADITION FAMILIALE EN DEVENANT OSTRÉICULTEUR. SUR SES SIX PARCS RÉPARTIS ENTRE LOUPIAN ET BOUZIGUES, IL CHATOUILLE LES PAPILLES AVEC SES HUÎTRES 100 % NATURELLES.

Enfant, il s'était pourtant juré de ne pas suivre les traces de son père Gilbert, ostréiculteur pendant 25 ans sur la lagune de Thau. Un métier trop difficile – 80 h par semaine, marchés été comme hiver... Pourtant, après des activités saisonnières entre mer et montagne, Sylvain Crespo (29 ans) est revenu aux sources il y a cinq ans. « *Mon père voulait prendre sa retraite et lorsqu'il m'a présenté à un acheteur potentiel de l'entreprise, ça m'a fait mal au cœur. Comme je suis un besogneux, j'avais épargné de l'argent et j'ai donc relevé le défi* » raconte fièrement Sylvain Crespo, casquette vissée sur la tête et tee-shirt marine arborant le logo Crespo Coquillages. Si les débuts ont parfois été rudes, le jeune ostréiculteur s'est rapidement adapté aux contraintes du métier : prise en compte quotidienne de la météo – « *c'est Evelyne Dhéliat qui me dicte mon emploi du temps* » – effets du réchauffement climatique, évolution des habitudes de consommation, Covid19... Mais son credo reste le même : la production d'huîtres naturelles, élevées sur cordes ou détachées. Alors, inutile de lui parler d'écloserie d'huîtres diploïdes ou triploïdes... « *Je refuse de bouleverser un équilibre que la nature*

a mis des millions d'années à atteindre » tranche Sylvain Crespo. « *Mes huîtres sont parfois moins standardisées dans leurs formes mais elles sont naturellement savoureuses. Si l'été,*



elles sont laiteuses, alors je conseille à mes clients de suivre le rythme naturel des saisons en mangeant par exemple des moules ! » À l'aise avec les réseaux sociaux, l'ostréiculteur a su fidéliser sa clientèle via 9 points de vente (contre 2 il y a cinq ans). Il a également investi dans trois véhicules pour des livraisons à domicile. Malgré ses journées surchargées – 7 jours sur 7 –, il prend encore du temps pour former son personnel. « *Généralement, les nouveaux arrivants pensent que l'huître est un caillou, un produit inerte ! Alors j'essaie de leur transmettre ma passion pour ce produit et ce métier. Chaque jour passé ici, je me sens, libre, vivant, à ma place.* »

SUR UNE EAU TURQUOISE, 2500 TABLES ALIGNENT LEURS FIGURES GÉOMÉTRIQUES

Entre plaines maritimes et garrigue, posé à fleur d'eau ou alanguï à flanc de coteaux, l'Archipel de Thau, labellisé « Vignobles et Découvertes », est reconnu comme une destination viticole d'excellence.

Un vignoble de plain-pied avec la Méditerranée

PAR VALENTINE DUCROT, JOURNALISTE

cantonnée aux plateaux, la vigne suscite des vocations, gagne les plaines et finit par se pratiquer à haut rendement, donnant des vins de piètre qualité : c'est le déferlement d'une vague rouge. Dans les années 1950, les habitudes des consommateurs amorcent un virage en privilégiant la qualité. Une lente et douloureuse mutation s'opère dans les années 70, avec l'arrachage d'un tiers du vignoble. Pour subsister, les viticulteurs réencépagent avec des pratiques et des techniques visant à produire moins, mais mieux. Au milieu des années 1980, le mouvement s'amplifie. Privilégiant les vins de pays, les caves particulières se dirigent vers les AOP. Les caves coopératives opéreront une mutation plus tardive et progressive avec AOC, IGP, Vins de pays d'Oc... Des vignes à la cave, cette amélioration de la viticulture a porté ses fruits.

« *Qualitativement, nous sommes dans une région qui progresse avec de belles caves particulières et des coopératives qui tirent vers le haut* » explique l'historienne et vigneronne Florence Montferran.

Un avis partagé par Alain Vidal et son fils Didier, viticulteurs coopérateurs à la cave

Terroirs de la Voie Domitienne :

« *Le renouveau coopératif passe par la qualité. Sélection des cépages, cahier des charges rigoureux*

(sol, conduite de la vigne, surmaturité), modernisation du matériel, performance des coûts de production, démarche marketing... La coopération est aujourd'hui partie prenante de la recherche d'excellence. »

TERROIRS AUX EMBRUNS MARINS

Des contreforts de la Gardiole aux rivages de la lagune de Thau, ici plus qu'ailleurs le vignoble est le reflet de son passé. Sols argilo-calcaires gorgés de soleil, combinaison de vent et de microclimat favorable, il n'en fallait pas plus pour qu'Étrusques, Grecs et Romains investissent ce terroir pour y planter des vignes. Deux millénaires plus tard, l'un des plus anciens vignobles de France poursuit son odyssée viticole.

UNE LONGUE MATURATION

Sète est encore un mont inhabité lorsqu'en 1666, Louis XIV ordonne la construction d'un port pour faciliter l'exportation de vins dans l'Europe entière. Le terroir produit majoritairement du vin blanc. Jusque là plutôt

UN BOUQUET AUX MULTIPLES TEINTES

Ce travail de fond d'une viticulture toujours plus en harmonie avec la nature a donné naissance à une palette de grands vins reflétant les nuances de terroirs aux embruns marins. Les assemblages y sont parfois osés et le bio de plus en plus en vogue. Présent depuis l'Antiquité au bord de la lagune de Thau, le cépage Piquepoul, qui doit son nom aux gallinacées picorant les grains de raisin éparpillés entre les ceps, est à ce jour la plus grande appellation de vin blanc en Languedoc (AOP Picpoul de Pinet). Ce cépage tardif a suivi l'évolution de l'histoire du vignoble languedocien et a même servi de matière première pour les liqueurs avant de prendre une belle revanche, en France et à l'international. « *Son terroir, c'est la mer* », le Picpoul le revendique haut et fort, accord parfait avec coquillages et poissons. Le muscat, qu'il soit de Frontignan ou de Mireval a participé, à travers les siècles, à la renommée des vins doux du Languedoc, s'invitant à la table des rois et des papes. Sa robe dorée sur des arômes floraux en font aujourd'hui un cépage gourmand emblématique. Chaque été, la ville

de Frontignan le célèbre avec son Festival du muscat et ses Emmuscades. Mais ce pays est aussi celui du Vermouth dont le fleuron reste Noilly Prat à Marseillan. Ce breuvage est élaboré dans des centaines de fûts exposés à ciel ouvert au milieu de chais historiques. Apprécié dans 70 pays, il doit notamment sa renommée internationale à James Bond qui en a fait l'ingrédient principal de son cocktail de prédilection. À découvrir et déguster dans ce lieu prestigieux au cours d'une visite guidée.

UNE DESTINATION ENOTOURISTIQUE

Dans ce vignoble au tempérament unique, l'art de vivre va de pair avec l'hospitalité des vigneronnes qui ouvrent les portes de leurs domaines pour proposer des expériences inédites : balades ou randos vigneronnes, initiation aux vendanges, festivals... L'Archipel de Thau a d'ailleurs été la première destination héraultaise labellisée « Vignobles et Découvertes » en 2013. Décerné aux destinations viticoles et touristiques, ce label national garantit une offre spécialisée de qualité, proposée aujourd'hui par plus de 60 professionnels.



Florence Montferran La mémoire vivante des vignes

AUX CLOS DE MIÈGE, À VIC-LA-GARDIOLE, L'HISTORIENNE ET CHERCHEUSE FLORENCE MONTFERRAN S'EST IMPROVISÉE VIGNERONNE POUR REDONNER VIE, AVEC FERVEUR ET TENDRESSE, À DES PARCELLES EN MUSCAT À PETITS GRAINS.

Après avoir mené pendant douze ans des recherches sur les terroirs, les vins et les cépages du Languedoc, l'historienne Florence Montferran a fini par passer aux travaux pratiques en acquérant,

à Mireval, deux hectares de vieilles vignes abandonnées. « *Cette reconversion s'est faite dans la douleur* » exprime la gersoise qui, depuis 2013, déploie des trésors de connaissances.

Des vins biologiques naturellement doux En premier lieu, la vigneronne a dû se battre contre l'oïdium, ennemi juré du muscat. Utilisant des huiles essentielles à base d'écorces d'orange, elle a réappris aux vignes à se défendre. Sur ses parcelles, ni pesticide ni intrant, aucun labour,

un enherbement naturel (pour lutter notamment contre l'envahissement du fenouil), des tris successifs. En cave, pressurage doux, fermentations à basse température, vinification et élevage long dans des barriques stockées à l'extérieur, à l'abri du soleil. Sur ces terres bichonnées à l'excellence de méthodes ancestrales, les raisins « passerignat » naturellement (surmaturation sur pied), confèrent ainsi au muscat à petits grains toutes les propriétés d'un vin doux sans mutage à l'alcool.

Cette insatiable quête du goût perdu a donné naissance à deux belles cuvées - l'Originel et Prima Ora - concentrés d'arômes profonds, complexes, aux notes follement équilibrées d'agrumes et de coing. Pied de nez à un épisode caniculaire, Pet' & Nat', pétillant au tempérament fougueux et festif est venu compléter la gamme en 2019. Engagée corps et âme dans ses vignes qui reprennent pied, Florence Montferran dépoussière l'histoire, expérimente, transmet et diffuse ses pratiques.



Un pays de cocagne, parole d'Héraultaise !

PAR MATHILDE BAVOILLOT,
RÉDACTRICE DU BLOG *SUCRÉ, SALÉ EN LANGUEDOC*



L'Archipel de Thau entre lagunes, mer Méditerranée et garrigue offre une multitude de saveurs à qui aime le bon, le beau et le gourmand. C'est ici, que je viens lorsque coquillages, poissons et produits d'exception soudain me manquent. La balade est si belle, suivez-moi !

Imaginez une belle matinée, plutôt ensoleillée, et un programme qui commence par une visite aux halles de Sète, à celles de Mèze, ou encore à l'un des nombreux marchés alentour, juste pour écarquiller les yeux et ne plus savoir que choisir. Dorades, poulpes, lous, baudroies, rougets... se partagent les étals alors que les poissonniers-pêcheurs donnent les recettes, avec verve et bonheur. L'ambiance y est joyeuse, l'accent chantant du sud titille les papilles. Comment résister devant la tielle sétoise ? Elle est à déguster accompagnée d'une salade croquante. Cette tourte de pâte à pain et « pouffre* » cuisinée à la « tomatà » et aux épices devient un met incontournable. Chacun son adresse, la concurrence est rude !

LES SAVEURS DE LA LAGUNE

Le cabas bien rempli, ne partez pas sans vous offrir une dégustation de coquillages de la lagune de Thau accompagnée d'un verre de picpoul, le « must » ! À moins, que vous préfériez un côtes de Thau.



Au menu : huîtres, moules, escargots de mer ou encore le moins connu mais super vitaminé violet ou biju. Et pourquoi pas, partir à la rencontre des « paysans » de la lagune de Thau ? Ils partagent si bien leur savoir-faire au cœur de leurs mas conchylicoles. Ambiance typique et authentique assurée ! En bref, une parenthèse gourmande au bord de la lagune, bercée d'une douce brise venant de la mer toute proche et devant vous un plateau de coquillages ou une brasucade de moules. La « dolce vita ».

Ici, les huîtres ont une saveur particulière, un léger goût de noisette, iodé et légèrement salé. Ce sont nos « perles de Thau ». Vous pouvez aussi opter pour les huîtres « exondées** » que proposent quelques conchyliculteurs de l'Archipel de Thau. Leur écrivin légèrement rosé et nacré offre une huître généreuse, avec un goût incomparable. Épicuriens, gourmets, profitez ! Pour prolonger la découverte des saveurs locales, réglez-vous d'une baudroie à la sétoise, d'encornets et moules



farcis sans oublier l'incontournable macaronade. Cheffes et chefs des nombreux restaurants de l'Archipel de Thau savent garder l'authenticité de cette traditionnelle spécialité culinaire.

UNE CUISINE AVÉ L'ACCENT

De cette gastronomie colorée, épicée et généreuse, on dit qu'elle est d'influence italienne mais pas que... plutôt méditerranéenne. C'est une cuisine de pêcheurs embellie du savoir-faire culinaire des catalans, espagnols et pieds-noirs et bien sûr italiens venus au fil du temps s'installer à Sète. Bref, une cuisine de tous les accents, et c'est bien lui, l'accent que l'on retrouve dans l'assiette. Ah ! J'allais oublier de vous parler de ces petites douceurs, ces souvenirs à rapporter à la maison : la « zézette de Sète », les navettes à l'anis ou les croquants aux amandes que l'on dévore avec un petit verre de muscat de Frontignan ou de Mireval. Ces deux vins doux naturels émerveillent à chaque fois. Le muscat petit-grain a profité de la belle chaleur de l'été pour offrir des saveurs généreuses et délicates. L'impression de croquer dans le fruit mûr est irrésistible. Mon dernier conseil : faire un détour par les chais de Noilly Prat à Marseillan. Incontournable visite pour ce vermouth unique au monde. À qui sait le sublimer, il réserve de très belles sensations gustatives. Très utilisé en cuisine, on le déguste aussi en cocktail ou en apéritif. Blanc, ambré, rouge... si vous êtes comme moi, vous les aimerez tous ! Il y a tant de belles découvertes gourmandes à faire autour de l'Archipel de Thau. Il vous faut y revenir, le plus souvent possible, et sans modération !

*pouffre : poulpe.

** exondées : les huîtres « prennent » l'air de temps en temps et connaissent donc une marée virtuelle qui renforce leur chair.



De cette gastronomie colorée, épicée et généreuse, on dit qu'elle est d'influence italienne mais pas que...





UNE DESTINATION CULTURELLE

Archipel singulier, culture plurielle



PAR ALICE ROLLAND, JOURNALISTE



Entre lagune et mer, ciel azur et sable doré, la culture s'épanouit librement à Sète et dans l'Archipel de Thau, un territoire naturel aux couleurs vibrantes et un lieu de création artistique bouillonnant. Son paroxysme ? En été, quand le soleil brille à son zénith et que les celsius grimpent sur les rives de la Méditerranée.

Solaire et magnétique, Sète est une ville de culture par nature. La cité de pêcheurs au caractère bien trempé a vu naître bien des artistes. Et pas des moindres. À commencer par le poète Paul Valéry : amoureux de son *Île Singulière* natale, le célèbre esthète veille sur elle pour l'éternité depuis les hauteurs du Cimetière marin. Sur ce petit bout de terre perché sur le mont Saint-Clair repose aussi Jean Vilar, immense homme de théâtre. Au détour d'une ruelle, une fresque géante rappelle que l'esprit rebelle du légendaire Georges Brassens, chanteur libre et poète du quotidien à l'accent musical, n'a jamais quitté Sète.

SOUS LE SIGNE DE L'ART

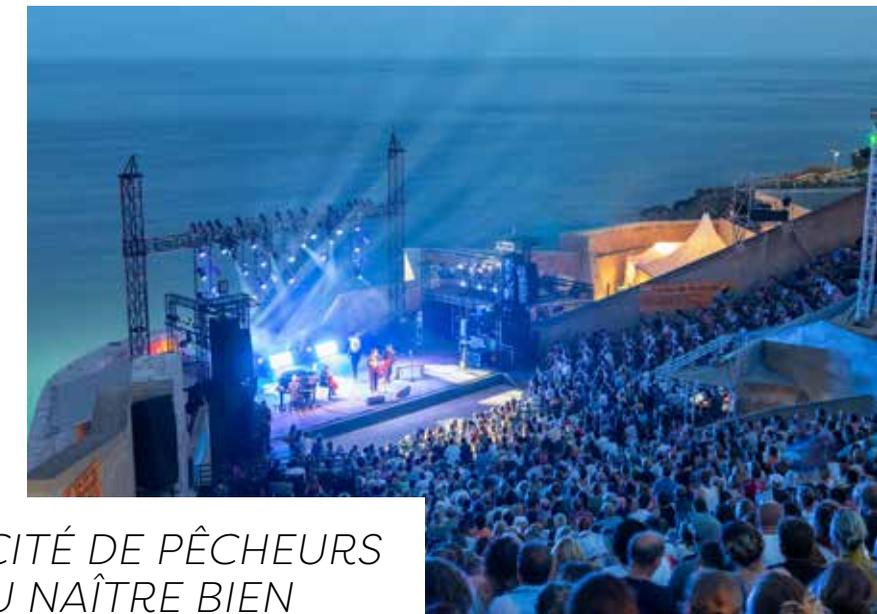
D'autres créateurs de talent ont été bercés par la ville portuaire, parmi lesquels Agnès Varda, réalisatrice pionnière de la Nouvelle Vague qui a filmé la Pointe-Courte comme personne, ainsi que Manitas de Plata, guitariste gitan prodige dont le mythe est né dans une roulotte sétoise. Sète et sa lagune sont aussi connues à travers le monde comme étant le berceau de la Figuration libre dans les années 70 grâce au talent graphique de Robert Combas et Hervé Di Rosa, deux enfants du pays. Ici, l'art infuse tellement les paysages que certains sont venus y puiser l'inspiration. C'est le cas de Pierre Soulages, le peintre de l'Outrenoir. Sa maison-atelier a pour horizon l'immensité de la mer à deux pas du Cimetière marin et du musée Paul-Valéry.

FESTIVALS : DE SÈTE AUX RIVES DE THAU

Arpenter Sète et la lagune de Thau signifie s'immerger dans des paysages photogéniques

LA CITÉ DE PÊCHEURS A VU NAÎTRE BIEN DES ARTISTES

en clair-obscur. Rien d'étonnant à ce que le premier grand rendez-vous culturel de l'année soit *ImageSingulières*, un festival de photographie documentaire inspiré. Puis, de juin à août, l'Île Singulière devient le décor portuaire d'une expérience sonore hors normes. Niché sur les falaises escarpées du mont Saint-Clair, le Théâtre de la Mer, extraordinaire salle de concert en plein air face à la Méditerranée, est le catalyseur de ces festivités estivales. Les musiques s'y expriment dans toute leur richesse : aux sonorités actuelles du *K-live* succède le meilleur de la chanson française à travers





le prisme de *Quand je pense à Fernande*, avant de laisser place à l'électro branchée du *Worldwide Festival*. Après la parenthèse cinéma du festival *Sun'Sète*, l'épopée musicale se poursuit avec les mélopées sans frontières de *Jazz à Sète*, les invités poètes de *Voix Vives de Méditerranée en Méditerranée* ou encore la grande famille du rap indépendant du *Demi-Festival*. Quant aux mélodies du monde de *Fiest'A Sète*, ses rythmes cosmopolites s'y épanouissent avant de s'évader sur les plages du lido et dans les villages du bassin de Thau. La majestueuse lagune est la véritable star du *Festival de Thau*, dont l'énergie communicative déferle dans les ports de Mèze et de Bouzigues, l'abbaye de Valmagne ou le jardin méditerranéen de Montbazin.



le territoire avec une programmation de spectacle vivant aussi pointue que familiale. D'autres lieux font la part belle à la création et aux rencontres artistiques comme le *Piano-tiroir* à Balaruc-les-Bains, *la Passerelle* à Sète et les médiathèques du territoire, ou encore le *Jardin antique méditerranéen* à Balaruc. À l'initiative du festival *ImageSingulières*, l'association *CÉTÀVOIR* affiche ses convictions au *Centre photographique documentaire ImageSingulières* et invite régulièrement un photographe en résidence à poser son regard sur la ville portuaire. Chaque jour, la diversité des musées sétois invite à la découverte artistique, à l'instar du *musée Paul-Valéry*, du *Centre Régional d'art contemporain (CRAC)* ou du *musée international des Arts modestes (MIAM)*. Sans oublier l'exceptionnel *musée à Ciel Ouvert (MaCO)* du *K-Live* et ses œuvres de street-art à même les murs. Les galeries privées apportent à l'ensemble une touche personnelle aussi subtile que sensible.

D'AUTRES LIEUX FONT LA PART BELLE À LA CRÉATION ET AUX RENCONTRES ARTISTIQUES

Des escales musicales métissées, comme autant d'occasions de savourer les coquillages, la lagune de Thau ou le picpoul de Pinet AOP. À Frontignan, c'est un verre de muscat à la main que le polar

se déguste pendant le *Festival International du Roman Noir (FIRN)*. Il en est pour les vins comme pour les festivals : à chacun ses goûts.

UN TERRITOIRE CRÉATIF

Si un bouillonnement culturel enflamme Sète et l'Archipel de Thau en été, c'est toute l'année que la création artistique imprègne le quotidien de ses habitants. Depuis le resplendissant Théâtre Molière, la Scène nationale Archipel de Thau irrigue tout



Demi-portion

Bonnes vibes de Sète

LE SÉTOIS RACHID DAIF, ALIAS DEMI-PORCION, A RÉUSSI À S'IMPOSER COMME UNE FIGURE SINGULIÈRE DU RAP FRANÇAIS INDÉPENDANT. UNE AUTHENTIQUE RÉUSSITE, SANS RIEN CONCÉDER À SA PASSION NI À SES VALEURS.

« *Jamais dans la tendance, toujours dans la bonne direction* » : Rachid Daif garde les pieds sur terre. À Sète, plus exactement. Sa ville, la même que Brassens, celle où il est né en 1983. Le lieu de ses premiers textes, son premier groupe, sa première scène à 12 ans, ses premiers clips aussi. Son seul et unique blaze : Demi-Portion. Ne vous fiez pas aux apparences, le rappeur n'est pas du genre à faire les choses à moitié. À 37 ans, l'enfant du quartier populaire de l'Île de Thau affiche plus de 25 ans de scène au compteur. Sa signature musicale est un mix bien senti de textes engagés

et de mots aiguisés, combinés à une répartition infailible et une grande générosité scénique. Son sourire XXL ferait presque oublier un parcours semé d'embûches. Avec ténacité, entre ateliers d'écriture et concerts en série, Demi-Portion s'est fait une place sans rien demander à personne. Enregistrés dans son home-made studio, ses freestyles percutants ont contribué à le révéler au grand public.

Un hip hop à valeur ajoutée

Rapidement, de grands noms du hip hop français sont venus poser leur flow dans ses albums, dont des pointures comme

Oxmo Puccino, Kery James et IAM. En mai 2018, le concert de Demi-Portion à l'Olympia a mis le feu aux poudres et sonné comme une consécration. Son 6e album *La Bonne école* a cartonné à sa sortie début 2020, dévoilant des collaborations avec Féfé, Scylla, Bigflo et Oli ou encore Grand Corps Malade. Un album auto-produit, comme tous les autres, cette indépendance lui permettant de choisir son tempo artistique et de travailler en toute liberté avec ses potes. Aujourd'hui, il est l'une des figures de proue du rap français indépendant, un hip hop à valeur ajoutée

qui a conservé le sens de la punchline à l'ancienne. Depuis 2016, Demi-Portion réussit le pari fou d'organiser à Sète un festival de rap français indépendant : le Demi-Festival. Devant son public, il partage la scène du Théâtre de la Mer avec la crème du hip hop made in France dans une ambiance aussi survoltée que fraternelle. On compte sur Demi-Portion pour nous envoyer de bonnes vibes en live cet été. Comme il le dit si bien avec son accent chantant : « *On ne lâchera pas l'affaire, y'a pas moyen qu'on la ferme, toujours à fond sur scène, ça c'est un vrai phénomène.* »



Entre Sète et le cinéma, c'est une histoire d'amour qui dure depuis presque 100 ans. Eh oui, depuis les années 20, on a vu passer ici Jean Gabin, Agnès Varda, Brigitte Bardot, Yves Montand, Romy Schneider, Catherine Deneuve, Richard Anconina, Gérard Darmon... ou des comédiens de la nouvelle génération comme, plus récemment, Nekfeu.

SÈTE ET LA LAGUNE DE THAU CONSTITUENT LE TERRITOIRE LE PLUS FILMÉ DE L'OCCITANIE

ne manquent pas pour attirer les réalisateurs de cinéma, rejoints depuis 2010 par leurs homologues de la télévision. Avec plus de 1000 jours de tournage recensés l'an dernier, Sète et la lagune de Thau constituent le territoire le plus filmé de l'Occitanie mais ne se résument néanmoins pas à un magnifique décor. « C'est avant tout une terre de création », insiste Karim Ghiyati, directeur d'Occitanie film, rappelant que tout est fait pour favoriser l'accueil des diverses productions, qu'il s'agisse des aides financières (versées par les collectivités) ou de l'appui logistique nécessaire (autorisations de tournages, etc.) Il n'est donc pas rare de voir défile dans nos rues Ingrid Chauvin, Alexandre Brasseur, Clément Rémiens (*Demain nous appartient*), ou encore Cécile Bois (l'héroïne de *Candice Renoir*), Astrid Veillon et Stéphane Blancafort (*Tandem*), héros de feuilletons grand public et confirmés tous les trois comme de gros succès d'audience dans leur genre.

S'il est devenu impossible de comptabiliser toutes les réalisations cinématographiques tournées dans l'île singulière et son archipel, on recense toutefois près d'une centaine de films tournés sous la lumière des projecteurs, mais surtout, de notre beau soleil languedocien... Taux d'ensoleillement rêvé de 300 jours par an, diversité et beauté des décors naturels rarement observés, habitants hauts en couleurs et toujours enclins à faire profiter de leur gouaille les visiteurs (ou à s'improviser figurants le temps d'une scène), les arguments

Sète, star des écrans

Une scène de meurtre à la Pointe-Courte, une dispute entre pêcheurs au milieu des parcs à huîtres, un marché de Noël en plein automne sur la place de Bouzigues... Il s'en passe des choses étranges à Sète et sur la lagune de Thau. La faute aux réalisateurs de télévision et de cinéma qui ont fait de notre territoire la nouvelle coqueluche des écrans.



Bienvenue au Sun'Sète Festival

Cet événement, populaire et gratuit, offre une déambulation dans la ville (et aussi sur la plage !) où des écrans XXL sont temporairement installés pour partager avec touristes et locaux les joies du 7^e art. Des master class, des « tchatches », des conférences permettent même de côtoyer de plus près réalisateurs et acteurs de renom.



Success story

Autres décors, autre ambiance. Depuis février 2017, c'est Ingrid Chauvin et ses camarades comédiens qui tournent chez nous et découvrent la beauté de nos décors... À qui l'actrice star de la série trouve « un petit air de bassin d'Arcachon, mais avec un supplément d'âme ». Un avis apparemment partagé, puisque des visites très prisées sont proposées pour emmener les visiteurs à la rencontre des lieux de tournage emblématiques de la série.



Quand convivialité rime avec sportivité

Que ce soit sur la terre ferme ou sur l'eau, la convivialité est l'âme de toutes nos traditions.

De la simple partie de pétanque sur les bouledromes animés de nos villages à une spectaculaire partie de tambourin*, vous serez surpris par la ferveur de la population. Aujourd'hui ces passe-temps sont reconnus disciplines sportives et se pratiquent à niveau national voir international. Le meilleur exemple en est

la joute nautique languedocienne inscrite à l'inventaire du patrimoine culturel immatériel en 2012. Assistez à un tournoi de joutes et vous comprendrez le poids des traditions ! De juin à début septembre, les rencontres sur l'eau s'enchaînent tout autour de la lagune de Thau :

Sète, Marseillan, Balaruc-les-Bains, Mèze, Frontignan... En apparence, la règle est simple, mais la suite du tournoi vous prouvera le contraire ! Le joueur, tout de blanc vêtu, le torse protégé par un pavois, perché au sommet de la tintaine (une échelle située à l'extrémité de la barque), doit à l'aide d'une lance faire tomber l'adversaire d'en-face à l'eau. Bien plus qu'un sport, ces tournois chevaleresques sont le rendez-vous incontournable de la vie locale avec un point d'orgue fin août : le tournoi des lourds, lors des fêtes de la Saint-Louis, saint patron de la ville de Sète. Le grand vainqueur voit alors son nom passer à la postérité.

*Jeu du tambourin : ce jeu de balle ancestral se pratique sur un long terrain sans filet. Deux équipes de 5 joueurs se renvoient (à la volée ou après un rebond) une petite balle de caoutchouc avec un tambourin à poignée.



LE SAVIEZ-VOUS ?
CHAQUE ANNÉE, DANS LE VILLAGE DE POUSSAN, LE JOUR DE MARDI GRAS ON FÊTE LE « BRANLE DE LA CHEMISE ». LES HOMMES ET LES FEMMES SORTENT EN CHEMISE DE NUIT BLANCHE DANSER À LA TOMBÉE DE LA NUIT AU SON DU HAUTOBOIS, ILS CHANTENT EN DÉAMBULANT À LA QUEUE LEU-LEU DANS LES RUES DU VIEUX VILLAGE.

IL ÉTAIT UNE FOIS LES ANIMAUX TOTÉMIQUES...

Qu'importe la légende, qu'elle soit lointaine ou d'aujourd'hui, elle reprend vie le temps de la fête votive du village sous la forme d'un animal totémique fétiche. À Poussan, on sort le cochon, à Loupian le loup, à Mèze le bœuf, à Marseillan le crabe, à Balaruc le muge et à Montbazin le petit cheval, le « chevalet ».

Le cérémonial est toujours le même : accompagnée de musiciens et d'un crieur, cette bête en toile géante portée par des hommes déambule et entraîne la population à sa suite dans les rues de la cité dans une ambiance carnavalesque. Que la fête commence !



LA RAME TRADITIONNELLE

Qu'importe les saisons, les jolies barques en bois peintes bravent le vent et le mauvais temps. À leur bord, des rameurs et un barreur qui filent en cadence sur les canaux de Sète et de Frontignan. Ici la rame se pratique en formule « loisirs » pour apprécier la ville autrement ou en section « compétition » pour se préparer aux championnats nationaux ou internationaux dans les canaux de Venise, devant la statue de la liberté à New-York ou sur le Saint-Laurent au Québec !



PORTRAIT

Sébastien Abellan

Vainqueur du grand prix du tournoi des lourds de la Saint-Louis 2019

La voix rauque mais suave, la barbe d'un sage, on a du mal à imaginer ce gaillard de 119 kilos sur la tintaine enchaînant une à une les passes avec ses adversaires. Pourtant, ce sociétaire de la Jeune Lance Sétoise n'en est pas à sa première victoire. Les joutes, c'est sa passion de toujours. À 5 ans, alors qu'il ne savait pas encore nager, il joutait déjà sur l'eau ! À 15 ans, il remporte son premier titre de champion de France cadet. En 1992, il concourt en catégorie lourds et sort vainqueur du tournoi de la Coupe d'or, seule épreuve de la Saint-Louis qui se déroule en soirée, et qu'il gagne également

en 1993, 2000, 2006, 2012. Ces victoires lui valent son surnom de « Papillon de nuit ». En 2003, à 34 ans, il remporte le prestigieux tournoi de la Saint-Louis. 16 ans plus tard, porté par l'adrénaline, par le public et par sa famille, il surpasse une blessure à l'avant-bras et après une longue journée d'affrontements sur le Cadre Royal, remporte devant les yeux émerveillés de ses deux garçons sa deuxième victoire. « La Saint-Louis c'est elle qui te choisit » aime-t-il rappeler humblement, « mais il a fallu que j'aie la chercher face à ces champions. Ça la rend d'autant plus belle. »

1 • Le tournoi dont vous êtes le plus fier ?

Mes deux victoires de La Saint-Louis sont aussi belles l'une que l'autre. En 2003, elle était dédiée à ma mère qui venait de décéder. En 2019, à mes enfants présents dans la tribune.

2 • Une question à ne jamais poser à un jouteur ?

Son poids peut-être. Personnellement ça ne me gêne pas...

3 • Vous êtes plutôt lève-tôt ou couche-tard ?

Les deux. Je dors très peu.

4 • Vous êtes plutôt macaronade ou brasucade ?

Même si j'adore la brasucade je suis plutôt macaronade le dimanche autrefois chez ma mère, maintenant chez ma belle-mère.

5 • Vous êtes plutôt vélo ou marche à pied ?

Marche à pied. J'adore me promener au bord de la mer. Vous partez du môle jusqu'aux plages. On a la chance de vivre avec ce décor naturel : la mer Méditerranée. On est en vacances toute l'année.

6 • Vous êtes plutôt Georges Brassens ou Paul Valéry ?

J'aime bien Paul Valéry mais Brassens, c'est les Copains d'abord.

7 • Vous êtes plutôt plage ou piscine ?

Je suis plage, plages de Sète.

8 • Vous êtes plutôt vin ou muscat ?

Vin rouge de préférence.

9 • Les paysages qui vous inspirent ?

La mer, la mer, toujours la mer.

10 • Votre coup de cœur à partager ?

Le panoramique du mont Saint-Clair. D'un côté vous avez la mer, de l'autre l'étang de Thau avec au loin Frontignan, Bouzigues. C'est magnifique !





BIEN-ÊTRE

Retour aux sources



Vos vacances n'auraient pas la même saveur sans cette parenthèse enchantée que représente une journée « détente » dans l'un de nos splendides établissements dédiés au bien-être. À Balaruc-les-Bains ou à Marseillan, mettez à profit la richesse des ressources locales pour régénérer votre corps et votre esprit.



L'eau thermale de Balaruc-les-Bains

L'eau thermale, une ressource naturelle, unique et bienfaisante.

À Balaruc-les-Bains, première station thermale de France, le thermalisme rythme l'histoire de la cité depuis l'Antiquité. Partie des causses d'Aumelas et du massif de la Gardiole, sa précieuse eau thermale provient de sources naturelles profondes. En traversant différentes couches rocheuses, elle s'est enrichie année après année en oligo-éléments et sels minéraux essentiels (calcium, magnésium, potassium, manganèse...), rendant ainsi sa composition unique. Captée entre 120 et 404 mètres de profondeur à une température naturelle comprise entre 37 °C et 49 °C, elle est l'une des eaux thermales les plus chaudes

et les plus minéralisées du Languedoc. Elle est ensuite directement acheminée vers l'établissement thermal, où sa qualité bactériologique est rigoureusement contrôlée (30 000 analyses/an), pour le bien-être et la sécurité des visiteurs. Riche en bicarbonates et en oligo-éléments, l'eau thermale de Balaruc-les-Bains possède de nombreuses vertus curatives, qui lui valent d'être utilisée en rhumatologie et phlébologie, mais aussi dans la préparation et la récupération



L'UNE DES EAUX THERMALES LES PLUS CHAUDES ET LES PLUS MINÉRALISÉES

pour les sportifs de haut niveau. Ce mélange d'eaux chaudes et salées résultant du milieu marin facilite non seulement la mobilisation articulaire lors des soins, mais possède également des propriétés régénérantes, antalgiques, anti-

inflammatoires et protectrices de la barrière cutanée. Les soins à base d'eau thermale sous forme de bain, de douches favorisent la tonicité, la stimulation et le drainage musculaire. Un must pour soulager vos tensions et repartir chez vous du bon pied !

LE SOIN, UN VÉRITABLE ENGAGEMENT

La mission des professionnels des Thermes de Balaruc-les-Bains, agents thermaux, kinésithérapeutes, infirmières, est d'accompagner les curistes dans leurs parcours de soin, tout au long de leur séjour. Les soignants sont formés pour accueillir et prendre soin de leurs patients, dans une relation bienveillante de soutien et d'écoute. Le professionnalisme des équipes s'exprime également dans le domaine technique, où le soignant utilise son savoir-faire pour effectuer des soins thermaux grâce à l'environnement technologique innovant des thermes.

L'éthique du soin et de la prévention est au cœur du projet d'accompagnement des patients et de la démarche qualité des Thermes de Balaruc-les-Bains. Récemment, un protocole sanitaire de très haut niveau validé par les autorités de santé et l'Agence Régionale de la Santé (ARS) a été déployé au sein des Thermes pour préserver et sécuriser les curistes. Ce protocole sanitaire, ajouté

à l'expertise historique des Thermes en matière d'hygiène et de gestes barrières, est régulièrement souligné avantageusement par les nombreux curistes. Une chose est sûre, vous ne viendrez pas chez nous par hasard !



Le spa thermal O'balia

PREMIER SPA THERMAL DE LA MÉDITERRANÉE, O'BALIA PROPOSE UNE MULTITUDE DE SOINS METTANT À PROFIT LES BIENFAITS DE L'EAU THERMALE DANS DEUX ESPACES COMPLÉMENTAIRES : L'ESPACE BASSINS ET L'ESPACE SPA.

L'ESPACE BASSINS

Dans un décor de verdure et de bois naturels méditerranéens, l'espace bassins du centre de bien-être O'balia décline l'eau dans tous ses états. Bassin sensoriel, banquettes hydromassantes, cols de cygne et canapés bouillonnants vous offriront un moment de détente inoubliable. À moins que vous n'optiez pour l'onsen, un bain bouillonnant d'inspiration japonaise, blotti dans un écrin de verdure et baigné par une cascade. Un lieu intimiste propice à la contemplation...

Enfin, prélasser-vous dans le hammam, où vous pourrez vous reposer en profitant d'une douce chaleur, d'arômes et de couleurs. Et pour un petit coup de fouet vivifiant, testez la cascade d'eau fraîche du sauna.

LE SPA

O'balia vous entraîne dans un voyage merveilleux des sens, grâce à des massages et soins du corps aux senteurs de rêve. Réconfort, écoute, qualité des soins : vous trouverez ici tous les ingrédients pour sublimer votre beauté naturelle et gagner en sérénité.

LA MARQUE BALARUC-LES-BAINS

Prolongez les bienfaits de votre séjour en rapportant dans vos valises les soins cosmétiques pour le visage et le corps formulés à base d'eau thermale ! Ces soins aux textures et senteurs gourmandes conçus et fabriqués à Balaruc-les-Bains donneront éclat, confort et fraîcheur à votre peau, et donneront à vos rituels beauté un parfum de vacances.

Vous avez certainement entendu parler du domaine Tarbouriech et de ses succulentes huîtres sublimes par la marée solaire. Mais saviez-vous que vous pouviez également y découvrir un spa dans un incroyable domaine ?

Et pas n'importe lequel. L'établissement, lové dans une magnifique Folie (nom donné aux belles demeures construites principalement au XVIII^e par les riches montpelliérains) entourée de vignes à deux pas de la lagune, dispose d'un magnifique jardin méditerranéen et d'un jardin potager biodynamique dans lequel les cuisiniers vont savamment piocher pour préparer de délicates recettes proposées au restaurant du domaine ou au bord de la piscine.

Dans l'ancien chai reconverti en spa ont été mis au point des produits et des protocoles de soins inspirés des vertus de l'huître, héritage millénaire de la médecine chinoise, c'est l'Ostreathérapie® développée par la famille Tarbouriech, à même de vous apporter tous les bénéfices des coquillages.

Et pour cause : véritable concentré de vitamines, de minéraux et d'oligo-éléments, l'huître est un « super aliment » naturellement riche en énergie, protéines et antioxydants, et pauvre en graisse. Les soins concentrent la quintessence de tous ces bienfaits.

Le domaine Tarbouriech se veut tout entier tourné vers le bien-être. Tous les éléments essentiels y sont réunis pour vous permettre de savourer un moment de pur bonheur.

Ici magie des lieux, concept culinaire écoresponsable et programmes d'activités complètent une large offre de soins (enveloppements, bains, gommages, modelages...) où tout est pensé pour profiter de l'instant, écouter son rythme, lâcher prise, en s'offrant le privilège du temps.

UNE VAGUE DE DÉTENTE

Laissez-vous envelopper aussi à cette adresse, toujours à Marseillan mais en bord de plage cette fois : le spa Bulle des sables. Massages, soins du visage, hammam, sauna : tout est pensé pour mettre la vie entre parenthèses. Que demander de plus ?

Libérez vos sens à Marseillan

Connue pour ses plages de sable fin et appréciée pour des vacances conviviales en famille, la ville de Marseillan a également des arguments de poids pour séduire les amateurs de bien-être.



Offrez-vous une escapade dans l'un des trois campings « villages et spa » : accueil et service 5 étoiles à savourer dès le mois d'avril. Petit-déjeuner face à la mer, balade sur la plage en contrebas, quelques brasses dans l'espace balnéo chauffé suivies d'une salade fraîcheur en guise de déjeuner, puis séance au spa pour 2 heures de pure détente entre hammam et sauna préparant à un massage de 60 min. C'est le tempo d'un week-end en douceur aux campings Les Méditerranées.



ESPACES NATURELS

Entre le ciel et l'eau, des trésors protégés



Véritable patchwork de paysages, l'Archipel de Thau, niché entre la Méditerranée et les grands espaces de garrigue, est un petit paradis préservé. Depuis toujours, ce territoire est une promesse de voyage et d'une nature encore sauvage à deux pas des beaux villages occitans. Alors, je suis retournée fouler ces paysages ensoleillés à la découverte de tous ces trésors naturels protégés.

PAR JULIA LAFAILLE, JOURNALISTE

AU BORD DE LA MER, À DEUX PAS DES FLOTS BLEUS

ici, les habitants côtoient au quotidien ce décor idyllique et l'eau est assurément un personnage à part entière. Lagunes, étangs ou encore salins, sont autant de milieux qui ont dessiné les paysages dans lesquels l'Homme a pu développer de nombreuses activités telles que la pêche, la viticulture, la saliculture ou encore la conchyliculture. Mais avant la dégustation, nous nous laissons porter sur les sentiers aménagés au cœur de ces espaces amphibies. Depuis les hauteurs du mont Saint-Clair à Sète, le lido, une infinie langue de sable s'étend à nos pieds, entre la mer et la lagune de Thau. Une voie verte longe cette plage sur plus de 12 km, parfaite pour les balades à pied ou à vélo jusqu'à Marseillan ! Dans les anciens salins, de nombreux oiseaux d'eau ont élu domicile comme les sternes, aigrettes, hérons et même les flamants roses depuis peu. Prêtez attention aux environs, vous y remarquerez sûrement des parcelles

de vignes qui ont les pieds dans le sable. C'est sur ce cordon littoral légendaire qu'est produit le fameux Listel, ce vin rosé des sables emblématique du terroir languedocien. Et, de l'autre côté de ces plages infinies, la lagune de Thau accueille une large exploitation de coquillages sur les fameuses tables conchylicoles reconnaissables de loin. À proximité de Marseillan, la réserve naturelle du Bagnas est quant à elle classée en site Natura 2000. Zone humide de 600 hectares environ, c'est un véritable poumon vert qui accueille une biodiversité extraordinaire. La réserve est un fabuleux mélange de milieux que l'on vient explorer lors d'animations grand public tout au long de l'année. 200 espèces d'oiseaux se partagent les paysages aux côtés de 16 espèces de reptiles, 9 espèces d'amphibiens, 30 espèces de mammifères, 25 espèces de poissons et 418 espèces d'insectes. De quoi passer une journée bien remplie à essayer de repérer ces habitants plutôt discrets. Les salins de Frontignan proposent



AU CŒUR DES TERRES CALCAIRES

À l'opposé de cette étendue d'eau à l'infini, lorsque l'on s'enfonce un peu plus dans les terres, un tout autre décor se dessine. Le sable laisse place à des sols plus secs et la végétation se fait plus dense. La garrigue s'installe largement, fièrement. Les massifs de chênes, de genévriers et d'oliviers créent des dégradés merveilleux de vert. Caractérisée par un sol calcaire, au contraire du maquis qui prend pied sur des sols siliceux, la garrigue est une formation végétale reconnaissable entre toutes qui nous rappelle instantanément que l'on est sous le soleil occitan.

Les collines de la Moure et le causse d'Aumelas classés en zone Natura 2000 représentent l'un des plus grands espaces de garrigue ininterrompue. Les vastes plateaux s'explorent le long d'un sentier de petite randonnée au départ de Montbazin (11,5 km/3 h). Bien que d'apparence désertique et aride, ce site dévoile une incroyable richesse florale et faunistique si l'on prend le temps de s'y attarder. Lucane cerf-volant, busard cendré, bruant ortolan (en danger critique d'extinction), lézard ocellé ou encore ciste cotonneux et œillet bleu de Montpellier, sont autant de trésors caractéristiques. Les arbrisseaux épineux et les ajoncs d'un jaune vif ponctuent le chemin qui se teinte d'un rouge hypnotisant grâce à la présence d'oxyde de fer. Seules quelques capitelles, anciens abris agricoles de pierres sèches, dépassent sous le ciel bleu, leurs pierres dorées reflétant merveilleusement le soleil.

Un peu plus au sud, le massif de la Gardiole, niché entre Montpellier et Sète, continue de charmer les randonneurs avec ses décors alliant canyons et collines au cœur desquels les sentiers se fondent dans la végétation. L'abbaye Saint-Félix de Montceau nous attend, bien emmitouffée dans son cocon de garrigue, et marque le départ du sentier « Autour de l'abbaye » (6,5 km/2 h). Durant toute la balade, nous découvrons ces reliefs qui modèlent le paysage. Sous nos pieds, la rocaille de calcaire nous accompagne tout le long, au milieu de cette broussaille clairsemée. La nature est ici faite pour



*BRUANT ORTOLAN,
LÉZARD OCELLÉ
OU ENCORE CISTE
COTONNEUX*

résister aux
sécheresses.

De petits cours d'eau, souvent à sec en saison estivale, se traversent au creux des combes. Le massif de la Gardiole est classé en « zone naturelle d'intérêt écologique, faunistique et floristique » (ZNIEFF) pour son caractère remarquable. Alors, tendez l'oreille, vous entendrez sûrement le doux piaillage des fauvettes ou le léger bruissement des lézards se faufilant dans les herbes... Ouvrez grand les yeux, vous profiterez des panoramas sur la lagune de Thau ou la mer.



eux aussi de remarquables milieux aquatiques et salés gorgés de surprises. Au départ du bois des Aresquiers à Vic-la-Gardiole, la magnifique randonnée « Les Aresquiers » (9 km/3 h), propose aux randonneurs et vététistes d'explorer ces décors particuliers anciennement exploités par l'Homme. Nous sommes ici entre terre et mer. Il y a les salins, évidemment, mais également le chapelet d'étangs (de Vic, Pierre-Blanche, d'Ingril) classés en zone Natura 2000. C'est donc au milieu de ces terres inondées que l'on marche, étonnés de cette nature si particulière qui nous entoure. L'eau n'est souvent qu'une fine couche dans laquelle les oiseaux aux longues pattes viennent patauger pour y pêcher leur repas. Le sentier serpente sur de minces bandes de terre habitées de roseaux ou d'herbes de la pampa qui dansent légèrement sous la brise marine. À notre passage, les hérons s'envolent. Quelques passerelles en bois permettent d'enjamber la faune incroyable de ces marais sans l'abîmer. Les sansouïres, ou « prés salés », dévoilent leurs salicornes, saladelles (« lavande de mer ») et autres plantes vernaculaires poussant sur ces terres humides salées qui se craquèlent joliment les jours de forte chaleur. Au retour, les majestueux pins du bois des Aresquiers offrent une ombre agréable et une délicieuse odeur de résine.

*C'EST DONC AU MILIEU DE CES
TERRES INONDÉES QUE L'ON
MARCHE, ÉTONNÉS DE CETTE
NATURE SI PARTICULIÈRE*

Respect pour Dame Nature

OBJECTIF : NE LAISSER QU'UN MINIMUM DE TRACES DE NOTRE PASSAGE.

- Restez sur les sentiers afin de ne pas déranger plantes et animaux vivant ici.
- Ne faire aucun feu de camp, ni jeter de mégot.
- Gardez votre chien sous surveillance et idéalement en laisse selon les endroits traversés.
- Ne pas ramasser de fleur, contempler toutes ces beautés avec les yeux seulement.
- N'abandonnez aucun déchet dans la nature et rappez-les à la maison.
- Pensez à prendre des jumelles pour observer les espèces animales.



En roue libre

Parce qu'une balade à vélo est toujours une bonne idée, nos offices de tourisme vous renseignent avec le sourire sur les meilleurs itinéraires accessibles dans les environs.

On vous prévient toutefois : ici, pour récompenser vos efforts, on troque le maillot jaune... contre le maillot de bain !



Top départ

Deux itinéraires spécialement fléchés pour les vélos permettent de circuler dans Sète. Le premier permet de contourner la ville par le nord, du côté de la lagune de Thau. L'autre la contourne par le sud (côté mer) et permet de rejoindre ensuite la voie verte du Lido. Vous êtes indécis ? Un itinéraire de liaison entre ces deux parcours est proposé.

Aussi sur Sète

Longue de seulement deux kilomètres, la promenade de la Corniche de Sète est essentiellement récréative : on pédale doucement, tout en admirant la mer. Ce chemin surplombant la mer relie le cœur de ville au quartier dit « de la Corniche ». Besoin de faire une pause photo ? Des bancs font face à la grande bleue... À l'arrivée, vous découvrirez le quartier de la Corniche, ses bars, ses restaurants, ses magasins et, plus bas, de grandes plages agréables et des paillotes pour profiter d'un bon moment...



ROULER SUR LA VOIE VERTE, C'EST PROFITER D'UN ESPACE AMÉNAGÉ POUR LES MODES DOUX ET SÉCURISÉ QUI VOUS PERMETTRA DE SAVOURER EN TOUTE QUIÉTUDE LES PAYSAGES ET LE CALME DU LANGUEDOC. MARCHEURS, JOGGERS, CYCLISTES OU SIMPLEMENT PROMENEURS TROUVERONT ASSURÉMENT LEUR BONHEUR.



Venez nous voir à l'office de tourisme et composons ensemble un parcours qui vous ressemble !

GREEN LA VOIE VERTE DU LIDO

Au programme de ce parcours : 12 kilomètres en bord de dunes, entre Marseillan et Sète, qui se prolongent par des pistes cyclables urbaines permettant de rejoindre facilement le centre-ville de Sète et Marseillan-plage. En rajoutant 5,5 km et 30 minutes à votre escapade, vous rejoindrez le port de Marseillan. Un parcours simple conseillé aux familles !

DÉPART : PORT DES QUILLES, ESPLANADE ROGER-THÉRON, À SÈTE • ARRIVÉE : HÔTEL LES DUNES • À MARSEILLAN • DURÉE : 50 À 80 MINUTES

ITINÉRAIRE BIS SÈTE – FRONTIGNAN – VIC-LA-GARDIOLE

Situé sur 2 itinéraires cyclables européens : la route 8, baptisée « La Méditerranée à vélo » et la route 17 « Via Rhôna », cet itinéraire de 15 km vous invite à découvrir des paysages exceptionnels entre plages et étangs. En chemin, faites la découverte des Salins de Frontignan !

DÉPART : QUAI DES MOULINS (SÈTE) • ARRIVÉE : VIC-LA-GARDIOLE • DURÉE : 60 À 80 MINUTES

NATURE MÈZE – BALARUC-LE-VIEUX

Empruntez le tracé de l'ancienne voie ferrée et longez la rive nord du bassin de Thau, avec sur le chemin, quelques belles surprises comme la crique de l'Angle (zone naturelle protégée)

où vous côtierez de près de nombreux oiseaux.

DISTANCE : 12 KM • DURÉE : 1 HEURE

SÈTE – BALARUC-LES-BAINS

C'est l'itinéraire le plus court (5,5 km) pour relier Sète à Balaruc à vélo. Vous emprunterez la voie verte, et longerez la route D2 où des bandes cyclables existent sur la plus grande partie de l'itinéraire (elles sont parfois interrompues aux intersections). À réserver aux adultes.

DÉPART : GARE SNCF DE SÈTE • ARRIVÉE : ANCIENNE GARE SNCF DE BALARUC-LES-BAINS • DURÉE : 20 MINUTES



ÉCHAPPÉE EN CAMARGUE POUR LES CYCLISTES AGUERRIS

C'est une balade sportive de 62 kilomètres le long de la Via Rhôna que l'on vous propose ici. Point de départ : le centre-ville de Sète. Ligne d'arrivée : les remparts de l'envoûtante cité d'Aigues-Mortes. Entre les deux : un véritable voyage familial entre étangs, plages et paysages camarguais. Vous traverserez ainsi les communes de Frontignan, Vic-la-Gardiolo, Mireval, Villeneuve-lès-Maguelone, mais aussi Palavas-les-Flots, Carnon, La Grande-Motte et Le Grau-du-Roi avant d'arriver, enfin, à Aigues-Mortes.

Ces plages qui ont la côte



FAMILIALE

Jamais sans mon clan

Les plages familiales ne manquent pas dans l'Archipel de Thau. À **Sète**, 12 kilomètres de sable fin et 6 zones surveillées de baignade s'offrent à vous : la plage du **Lazaret**, la plage de la **Fontaine**, la plage du **Lido**, la plage de la **Baleine**, la plage des **3 Dignes** et la plage du **Castellas**. À noter qu'elles sont toutes reliées par une voie verte !

À **Frontignan-Plage**, vous aurez le choix, sur 7 km, entre Port-Ouest, Port-Est, Les Plaisanciers ou encore la plage de l'entrée. **Les plages de Mèze et Bouzigues** sont, elles, idéales pour les tout-petits, qui peuvent patauger dans une eau peu profonde et sans courant. Les enfants y sont rois.

À **Balaruc-les-Bains**, les espaces de baignade sont bordés de chemins piétonniers et d'un grand ponton appelé la « piscine », duquel on embarque en bateau pour des promenades.



ACCESSIBLE

La plage pour tous

Toutes les villes balnéaires de Sète-Archipel de Thau disposent de plages avec des tapis de cheminement et des Tiralos® (fauteuil roulant de baignade disponibles aux postes de secours) pour la baignade des personnes handicapées moteur mais seule la plage de Balaruc-les-Bains possède le dispositif audioplage® offrant aux personnes déficiente visuelle la possibilité de se baigner librement, en toute autonomie, et dans des conditions de sécurités optimales. Balaruc-les-Bains est d'ailleurs une des rares villes françaises à avoir obtenue le label national Destination pour tous, reconnaissant l'engagement de la station thermale pour son accessibilité globale aux personnes en situation de handicap.





NATURE & SAUVAGE
Comme moi!

Un air de bout du monde. C'est ce que vous trouverez en choisissant, par exemple, la plage des Aresquiers, qui s'étend sur environ 7 kilomètres entre Frontignan et Villeneuve-lès-Maguelone. Pour ne rien gâcher, 5 kilomètres sont fermés au trafic routier : pas de voiture, pas de moto, juste vous dans un magnifique face-à-face avec la mer. Mais tutoyer le paradis a un coût, celui de l'effort ! Il vous faudra en effet marcher en pleine nature pour jouir d'une plage transparente quasi-déserte où le baigneur (et parfois le maillot) se fait rare à mesure que l'on avance. Sur le sable, quelques galets polis par les vagues, du bois flotté qu'on s'amuse à ramasser et, dans le creux de l'oreille, le chant des cigales, qui ne parvient toutefois pas à couvrir le bruit des vagues... Prévoir 20 à 30 minutes de marche pour rejoindre les coins les plus isolés.

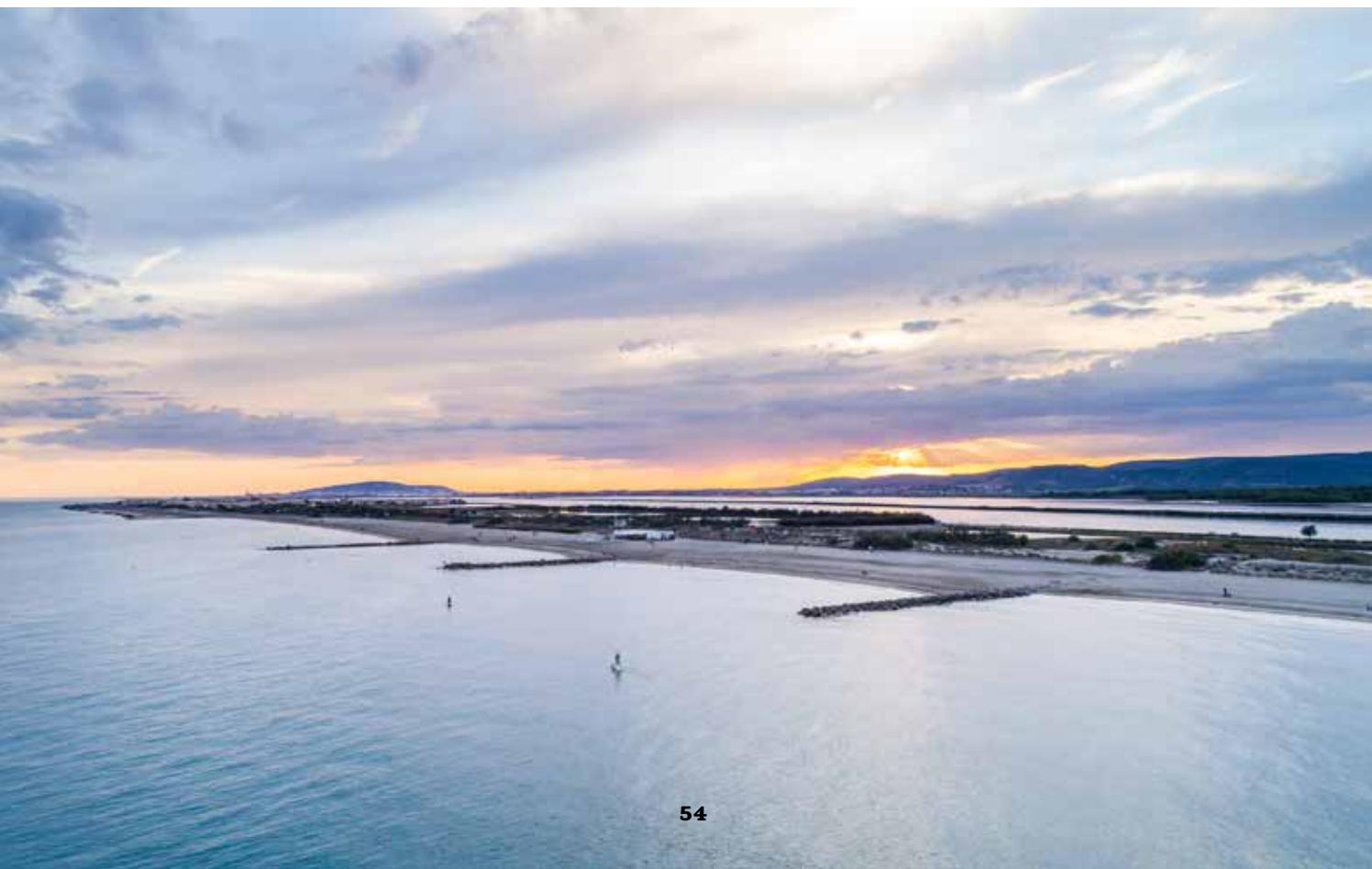
ACCESSIBLE PAR LA PISTE CYCLABLE QUI RELIE VIC-LA-GARDIOLE À FRONTIGNAN.



FESTIVE CHIC ET SPORTIVE
Et les trois à la fois svp!

Un running au lever du soleil, un transat-parasol le matin, un plateau de fruits de mer en paillote et un cocktail en début de soirée pour danser, face au soleil couchant ? On peut vivre trois journées en une en se rendant sur la plage du Lido, aussi appelée « Plage de Villeroy ». Le long de cette loooooongue bande de sable de 12 kilomètres, vous trouverez de nombreux restaurants de plage. Le top en journée reste toutefois de s'y promener à vélo via la piste cyclable qui longe la Corniche de Sète. Durée du trajet jusqu'à Marseillan : ça dépend du nombre de vos escales !

ACCESSIBLE PAR LA PISTE CYCLABLE QUI RELIE SÈTE À MARSEILLAN.



Vibrez plus fort

Goût de la vitesse ou éloge de la lenteur ? Notre territoire est un formidable terrain de jeu pour faire le plein de vitalité. L'air, l'eau, la terre... Tous les éléments sont réunis pour vous offrir des activités à moduler au rythme de vos envies. Autant de promesses d'escapades vivifiantes à portée de main.

Notre liste de suggestions n'est, bien sûr, pas exhaustive, mais pourquoi ne pas commencer votre exploration sportive par une randonnée à pied ou à VTT en bordure des étangs, du côté de Bouzigues, Frontignan ou Balaruc-les-Bains ? Les étangs de Vic, d'Ingril ou de Thau, ou bien encore le massif de la Gardiole offrent des vues à couper le souffle ! À moins que vous ne préfériez le sport, sans l'effort, en choisissant un baptême en ULM ? Accessible à tous, cette activité est encadrée par des instructeurs et pilotes diplômés, qui vous accompagneront pour des prises de vues aériennes au-dessus du mont Saint-Clair de Sète et de la lagune de Thau. Remis de vos émotions, adonnez-vous au sport de vacances par définition : le beach-volley ou sa déclinaison footballistique, le beach-soccer. De nombreux équipements et espaces dévolus sont en libre accès au sein des communes littorales. L'occasion de tester d'autres sports comme le ski nautique, le parachute ascensionnel,

la plongée, l'apnée et même la marche aquatique toute l'année...

Trop fatigué pour courir, improvisez une session de cerf-volant ou une partie de pétanque. Il suffit juste de trouver des partenaires. Un crochet par le café du coin et le tour sera joué.

LE NAUTISME DANS TOUS SES ÉTATS !

Que ce soit sur la mer Méditerranée ou sur la lagune de Thau, laissez-vous tenter par des activités comme le kayak, le stand up paddle ou le catamaran qui permettent

ALORS, LES SPORTIFS,
ON VOUS DONNE
RENDEZ-VOUS OÙ ?

d'apprécier tout en douceur nos écosystèmes remarquables. Dès le plus jeune âge, on peut en toute sécurité s'initier aux joies de la voile sur ces plans d'eau privilégiés. Les différents clubs de voile proposent un encadrement adapté aux désirs de chacun. Mordus de croisières, imaginez-vous à la barre d'un bateau ! À la journée ou à la demi-journée, la location d'un bateau, avec ou sans permis, vous permet de prendre le large. Les joies de la navigation de plaisance prennent chez nous toute leur dimension. Le littoral qui s'étend entre Sète et Montpellier est d'ailleurs un spot mondialement réputé pour les amateurs de kitesurf. Vous trouverez d'excellents spots à Mèze, Frontignan ou Sète. Alors, les sportifs, on vous donne rendez-vous où ?



La marinière

POUR PETITS ET GRANDS

Du body pour bébé au T-shirt XXL, il y en a pour toutes les tailles et pour tous les budgets. La marinière, accessoire devenu iconique (Merci Georges !) se porte été comme hiver avec la même fierté et rappelle qu'ici, on n'est pas des marins d'eau douce !



Des olives

LES STARS DE L'APÉRO

Olives et huiles d'olive, tapenade, produits cosmétiques : découvrez l'olive dans tous ses états au Moulin de la dentelle de Villeveyrac. En été, Muriel, la propriétaire, vous propose une balade dans son moulin, pour observer la taille et la greffe des arbres, et déguster ses bons produits.



Un souvenir sétois

POUR SE RAPPELER DES BONS MOMENTS

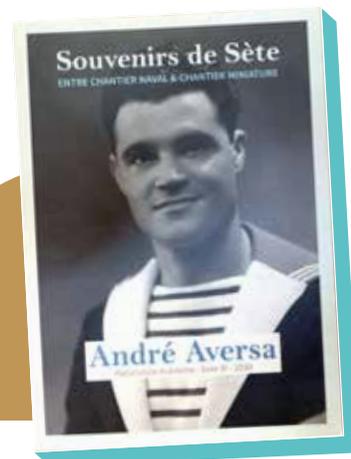
En vente dans la boutique de l'office de tourisme de Sète, une gamme de produits aux couleurs de notre emblématique marinière vous remémorera tous les bons souvenirs de vos vacances dans l'Archipel de Thau. Gourdes, carafes, aimants, foutas... le plus difficile sera de faire votre choix !



Soins pour la peau

POUR QUE FLOTTE DANS L'AIR UN PARFUM DE VACANCES...

Inspirée par son patrimoine, Balaruc-les-Bains développe des soins cosmétiques pour le visage et le corps formulés à base d'eau thermale. De ces soins, naissent des rituels plaisir aux textures et senteurs gourmandes pour donner éclat, confort et fraîcheur à votre peau.

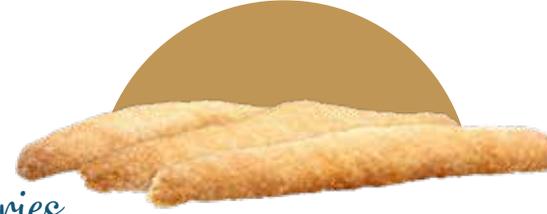


Un livre

À LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE MARITIME LOCAL

Un livre sur le parcours passionnant d'André Aversa, 92 ans, mémoire vivante de la charpenterie de marine méditerranéenne. André Aversa, en amoureux de la mer, raconte ici sa vie de charpentier de marine à Sète, sa passion pour les bateaux, du plus grand au plus petit, du chantier de son enfance au Musée de la mer.

SOUVENIRS DE SÈTE - ENTRE CHANTIER NAVAL ET MINIATURE. 22 €



Des sucreries

UN PETIT PLAISIR GOURMAND

Une biscuiterie artisanale, La Belle Époque, créée en 1997 à Frontignan, commercialise en France la zézette de Sète, dont elle a déposé la marque. Depuis 2010, ce savoureux biscuit croquant composé de farine, de vin blanc sec, de sucre, d'huile et parfumé à la vanille ne cesse de s'exporter. Pour varier les plaisirs, faites un détour par la Cure Gourmande à Balaruc-les-Bains : biscuits, chocolats et confiseries sont autant d'idées cadeaux qui raviront les petits comme les grands !



Une tielle sétoise

PARCE QUE C'EST TROP BON !

Il faut remonter aux années 1930 et à l'ingéniosité d'une famille italienne installée à Sète pour que soit commercialisée cette petite tourte garnie de poulpe épicé, qui était jusqu'alors le traditionnel déjeuner des pêcheurs italiens du Quartier-Haut. Devenue une véritable institution de la gastronomie sétoise, cette spécialité est en vente dans les fabriques artisanales de tielles.



Une bonne bouteille

À PARTAGER ENTRE COPAINS

Muscat, picpoul de Pinet, Noilly-Prat... Ce ne sont pas les domaines viticoles qui manquent sur le territoire ! Et si vous transformiez votre virée shopping en excursion œnotouristique avant de repartir ? Comme on dit, après l'effort, le réconfort.



Une bourriche d'huîtres

À L'APÉRO OU POUR LES FÊTES

Avec son goût très typé, l'huître de Bouzigues dévoile une fabuleuse saveur de noisette iodée, qui lui confère une délicate persistance en bouche. Cultivée dans les eaux calmes de lagune de Thau, elle se consomme partout et toute l'année grâce à la magie d'Internet et à la passion de producteurs ingénieux qui proposent la livraison en 48 h à la maison et même au bureau !

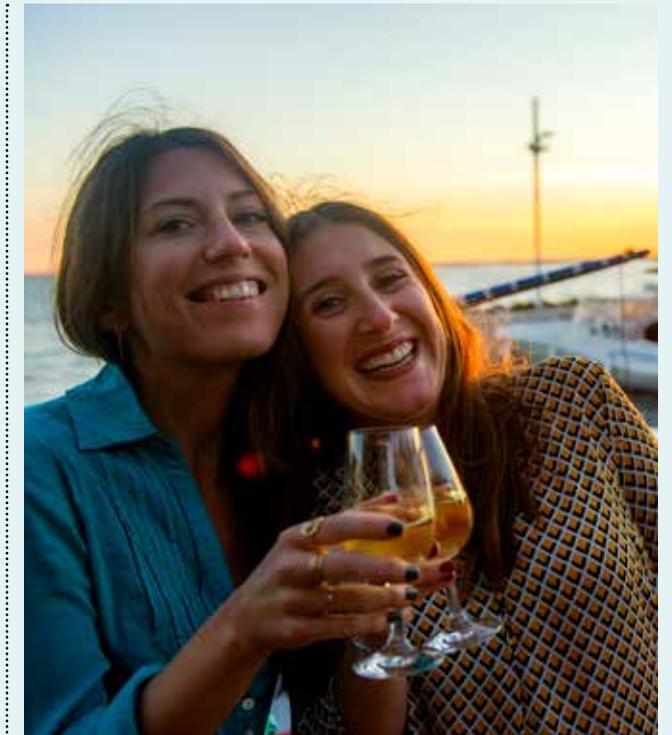
Dans ma valise

Liste non exhaustive de souvenirs authentiques à ramener chez soi et à partager (ou pas !)



Partageons des moments forts

Et profitons des beaux jours pour découvrir des événements authentiques et incontournables

MI-MARS Oursinade

Chaque année à Sète, l'Oursinade, grande guinguette à ciel ouvert, attire les visiteurs qui viennent y déguster ce que le bassin de Thau offre de meilleur : oursins mais aussi huîtres, moules, tielles et autres délices gastronomiques et viticoles du terroir.



TOUTE L'ANNÉE ImageSingulières

ImageSingulières est le rendez-vous qui fait exister Sète dans le monde très select de la photographie. Consacré à son penchant documentaire,



ce festival célèbre la diversité des regards et donne à voir ce que les mots ne suffisent pas toujours à exprimer. Vernissages, expositions, concerts, workshops, artistes en résidence...

DÉBUT JUIN K-Live

En laissant leurs empreintes sur les murs de la ville, des street artists enrichissent chaque année le Musée à Ciel Ouvert (MACO) de Sète qui offre en toute saison, une balade artistique et pittoresque jalonnée d'œuvres murales. Mais le temps fort du K-Live Festival demeure le début du mois de juin, quand convergent arts urbains, arts plastiques et concerts de musiques



actuelles dans les rues du centre-ville et dans le fameux Théâtre de la mer.

FIN JUIN Quand je pense à Fernande

Quand on pense à Fernande, on pense en réalité au festival

le plus gentiment impertinent de Sète. Véritable pied de nez aux biens pensants, cette manifestation festive convoque les meilleurs artistes de la scène actuelle et séduit à renfort de chansons et de performances scéniques diverses. Georges, c'est certain, apprécierait l'hommage.



TOUS LES JEUDIS DE L'ÉTÉ Les Estivales de Thau

Marseillan, Loupian, Montbazin, Frontignan, Bouzigues, Mèze, Mireval, Balaruc-les-Bains, Sète... Une date = une ville pour déguster vins et produits du terroir ! Les Estivales de Thau, c'est, chaque jeudi, une ambiance chaleureuse propice à la gourmandise : tielles, coquillages, gâteaux, chocolats, glace... Vous n'aurez que l'embarras du choix et une seule envie : revenir la semaine suivante.

FIN JUIN, DÉBUT JUILLET La fête du Grand pardon de la Saint-Pierre

En accompagnant les pêcheurs au long de cette fervente procession, venez ressentir

ce sentiment de communion qui s'empare du public réuni en hommage à Saint-Pierre, autour du Vieux port et du quartier de la Marine à Sète ou encore à Mèze et Bouzigues.

JUILLET ET AOÛT Les Emmuscades

Ah, rien de tel qu'une séance de ciné-muscats pour décompresser ! Le concept, vous l'aurez compris, c'est de profiter d'un cinéma en plein air en sirotant un petit verre du cru, le tout, au sein d'un des domaines viticoles de Frontignan. Les amateurs n'investiront toutefois pas leur siège sans s'être régalez au préalable d'une brasucade de moules. Début de la séance au coucher du soleil.





DÉBUT JUILLET

Festival Sun'Sète

Le festival Sun'Sète permet de côtoyer de plus près des réalisateurs et des acteurs de renom, mais aussi de voir ou revoir de magnifiques œuvres du 7e art à travers plusieurs grands écrans dispersés aux quatre coins de la ville. Le must : un ciné-transat le soir, les pieds dans le sable...

DÉBUT JUILLET

Worldwide Festival

Le Worldwide festival fait résonner le port de Sète des sons d'une programmation électro éclectique démente. Le matin, la fête commence dans les cafés et se poursuit, l'après-midi, sur l'une des plages de la ville. Le soir, rendez-vous au Théâtre de la Mer pour des célébrations nocturnes endiablées.



MI-JUILLET

Festival du muscat

Le concept est simple, efficace et vous séduira assurément : un jour de fête autour



du muscat, ce divin cépage petit grain, que de conviviales manifestations comme la fête foraine ou encore la course de garçons de café viennent ponctuer... entre deux dégustations ! Où ça ? À Frontignan, évidemment.

MI-JUILLET

Jazz à Sète

Les grands noms du jazz actuel sont convoqués pour de beaux moments de musique en plein air et pour célébrer la diversité d'un genre musical qui n'a pas de frontières. À ne pas manquer : le marathon jazz à travers la ville.

MI-JUILLET

Festival de Thau

On prend plaisir à se retrouver, chaque été, au Festival de Thau, qui donne la part belle à la rencontre avec cette manifestation associant musique et écoresponsabilité dans un cadre magique, l'étang de Thau.

PRINCIPALEMENT À MÈZE ET BOUZIGUES

FIN JUILLET

Les Médiévales

Oyez, oyez, joyeux badauds de Balaruc-le-Vieux, venez assister aux festivités de l'été !



Marché médiéval et artisanal, combats de chevaliers, initiations aux métiers disparus... et même le mariage des gueux ! Un retour en plein Moyen-âge qui s'achève en feux d'artifice. Magique.



FIN JUILLET

Festival de poésie

Le festival de poésie Voix vives de Méditerranée est un ovni culturel savoureux qui réunit chaque année de nombreux poètes venus de l'ensemble de la Méditerranée. Hymne à la tolérance, on s'y initie à l'art poétique à travers la lecture et l'écoute de textes. Rues, places, jardins et sites patrimoniaux de Sète sont investis par les artistes pour un moment partagé avec le public.



FIN JUILLET, DÉBUT AOÛT

Festival Les Arts Métais

L'esprit de ce festival est aussi important, sinon plus, que sa programmation artistique, qui laisse la place à des musiques d'époque et de style différents : jazz, électro, musique du monde... Balaruc-les-Bains devient, le temps de cet événement joyeux, un espace heureux où l'on partage de bonnes ondes.

FIN JUILLET, DÉBUT AOÛT

Fiest'A Sète

On ne présente plus ce festival des musiques du monde, qui rassemble depuis plus de 20 ans les meilleurs artistes mondiaux pendant près de 2 semaines. En supplément des concerts organisés au théâtre de la Mer, retrouvez les « escales » du festival ailleurs dans l'Archipel de Thau !

FIN JUILLET, DÉBUT AOÛT

Les Augustales, journées romaines

Rendez-vous du côté de Loupian pour un voyage dans le temps à la découverte de l'Antiquité romaine. Ces journées, conçues pour partager des moments en famille, constituent une initiation ludique à cette période passionnante de notre histoire commune.





FIN JUILLET, DÉBUT AOÛT
Fête de l'huître

Grand rendez-vous de l'été à Bouzigues, Mèze et Marseillan, la Fête de l'huître vient rappeler que ces trois perles de l'étang de Thau constituent un haut lieu de la production ostréicole de la lagune, et même de France. Au programme : dégustations, animations, spectacles...



FIN AOÛT
Fêtes de la Saint-Louis

C'est le plus grand événement de l'année et il rythme la vie de tous les Sétouais. Il règne, avouons-le, aux fêtes de la Saint-Louis, une ambiance délirante, que viennent entretenir spectacles de rues, ateliers, course cycliste, bodegas et les fameux tournois de joutes ! Le tout, sous le regard bienveillant de Louis, le saint patron de la ville, qui est célébré tous les ans depuis la création du port en 1666.

FIN SEPTEMBRE
Festival international du Roman noir

Le 22^e Festival international du roman noir vous donne rendez-vous à Frontignan cet été avec 40 auteurs, espoirs ou légendes du genre, venus des quatre coins de la planète, pour débattre et échanger.



DÉBUT OCTOBRE
Fête de l'anguille

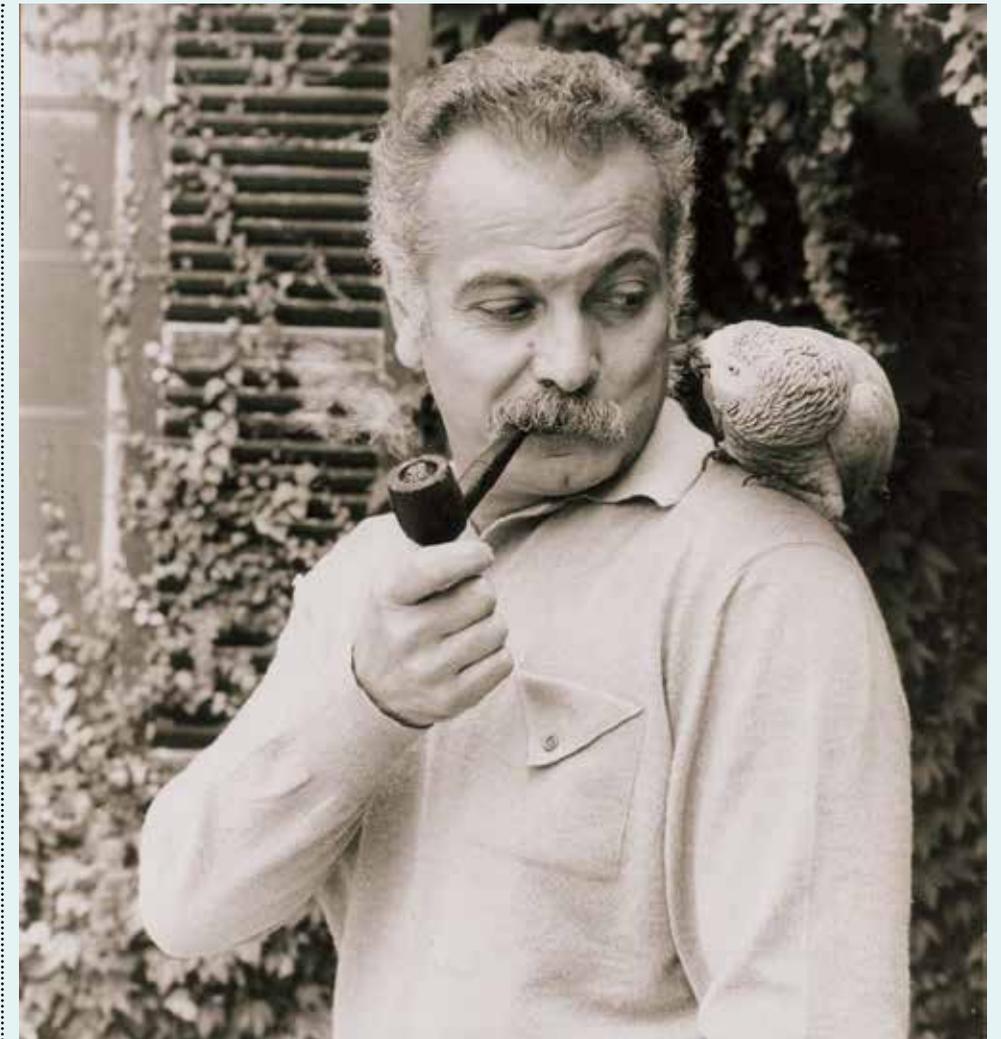
Marché de producteurs et d'artisans locaux, produits du terroir d'un côté, animations culturelles et festives de l'autre. Pour se faufiler entre les attractions de la journée, suivez la reine du jour, l'anguille... que vous dégusterez persillée, en bourride, fumée sur toast ou encore à la provençale. Pour accompagner le tout, des tickets de dégustation de vin sont aussi proposés à la vente.

FIN OCTOBRE
22 v'la Georges

C'est une fête. C'est populaire. C'est joyeux. C'est, au final, un bel hommage à l'ami Brassens qui se tient chaque automne, à la saison anniversaire de la naissance et de la disparition du plus célèbre de tous les Georges de France. L'événement, totalement gratuit, est entièrement dédié à ses chansons, que jouent et chantent plus de 100 artistes, dans diverses langues et styles musicaux.

PÂQUES 2022
Escale à Sète

Faites Escale à Sète et prenez-en plein les mirettes avec cette manifestation exceptionnelle, qui rassemble tous les deux ans quelques-uns des plus beaux navires du monde, sur lesquels vous aurez même l'opportunité de monter à bord ! Couru internationalement, l'événement est aussi un excellent prétexte pour prolonger la découverte du patrimoine maritime inestimable de l'Archipel de Thau.



... ET BIEN PLUS ENCORE. POUR RETROUVER L'INTÉGRALITÉ DES ÉVÉNEMENTS, MANIFESTATIONS, SORTIES CULTURELLES DE SÈTE ET DE L'ARCHIPEL DE THAU, RENDEZ-VOUS SUR SETE-ARCHIPEL-DE-THAU.COM

Restons en contact



OFFICE DE TOURISME
ARCHIPEL DE THAU
MÉDITERRANÉE
Quai Baptiste-Guitard
34140 Mèze
Tél. : +33 (0)4 67 43 93 08

OFFICE DE TOURISME
DE BALARUC-LES-BAINS
Pavillon Sévigné - Square
Bordes - Rue Romaine
34540 Balaruc-les-Bains
Tél. : +33 (0)4 67 46 81 46

BUREAU D'INFORMATION
TOURISTIQUE
DE VIC-LA-GARDIOLE
32 boulevard des Aresquiers
34110 Vic la Gardiole
Tél. : + 33 (0)4 67 78 94 43

OFFICE DE TOURISME
DE MARSEILLAN
Avenue de la Méditerranée
34340 Marseillan
Tél. : + 33 (0)4 67 21 82 43

OFFICE DE TOURISME
DE SÈTE
60 Grande Rue Mario Roustan
34200 Sète
Tél. : +33 (0)4 99 04 71 71

OFFICE DE TOURISME
DE FRONTIGNAN
Accueil Frontignan-Plage :
Avenue des Étangs
34110 Frontignan
Tél. : 33 (0)4 67 18 31 60
Accueil Frontignan Centre :
Quai du Caramus
34110 Frontignan
Tél. : 33 (0)4 67 18 31 60

Directeur de la publication :
François Commeinhes
Responsable de la rédaction :
Office de tourisme
Intercommunal Sète Archipel
de Thau Méditerranée
Rédaction : Maurice
Berlemont, Valentine Ducrot,
Mathilde Bavoillot,
Julia Lafaille, Alice Rolland,
Office de tourisme Sète,
Archipel de Thau
Conception graphique et mise
en pages : Fabienne Gabaude
fgabaude@typotrafic.com
Crédits photos : Aurélie Blanc
JP Degas - Olivier Maynard
Pierre Nocca - Cyril Montels
C.Sospedra - C.Cruells
Rodolphe Barras - Lucia
Caravano - A.Mattia - Hugo
Da Costa - Luc Jennepin
Alain Marquina - Christelle
Espinasse - Nicolas Chauveau
Olivier Octobre - Bruno
Ferignac - Nathalie Poignon
OT de Frontignan - Balaruc
Tourisme - Ville de Marseillan
New Phox Studio (NPS)
Florian Ambrosino
Emmanuel Morel - F. Joliot
SPLETH Balaruc-les-Bains
Illustration Carte : Recreacom
Christophe Houles
Tirage : 15000 exemplaires
Impression :
Imprimerie Maraval
Date de parution : juin 2021
sete-archipel-de-thau.com



ARCHIPEL DE THAU

MUSÉE
GALLO-ROMAIN
VILLA LOUPIAN

MUSÉE
ETHNOGRAPHIQUE
ÉTANG DE THAU

JARDIN
ANTIQUÉ
MÉDITERRANÉEN

Plus qu'une identité, une culture...
Trois sites exceptionnels à découvrir

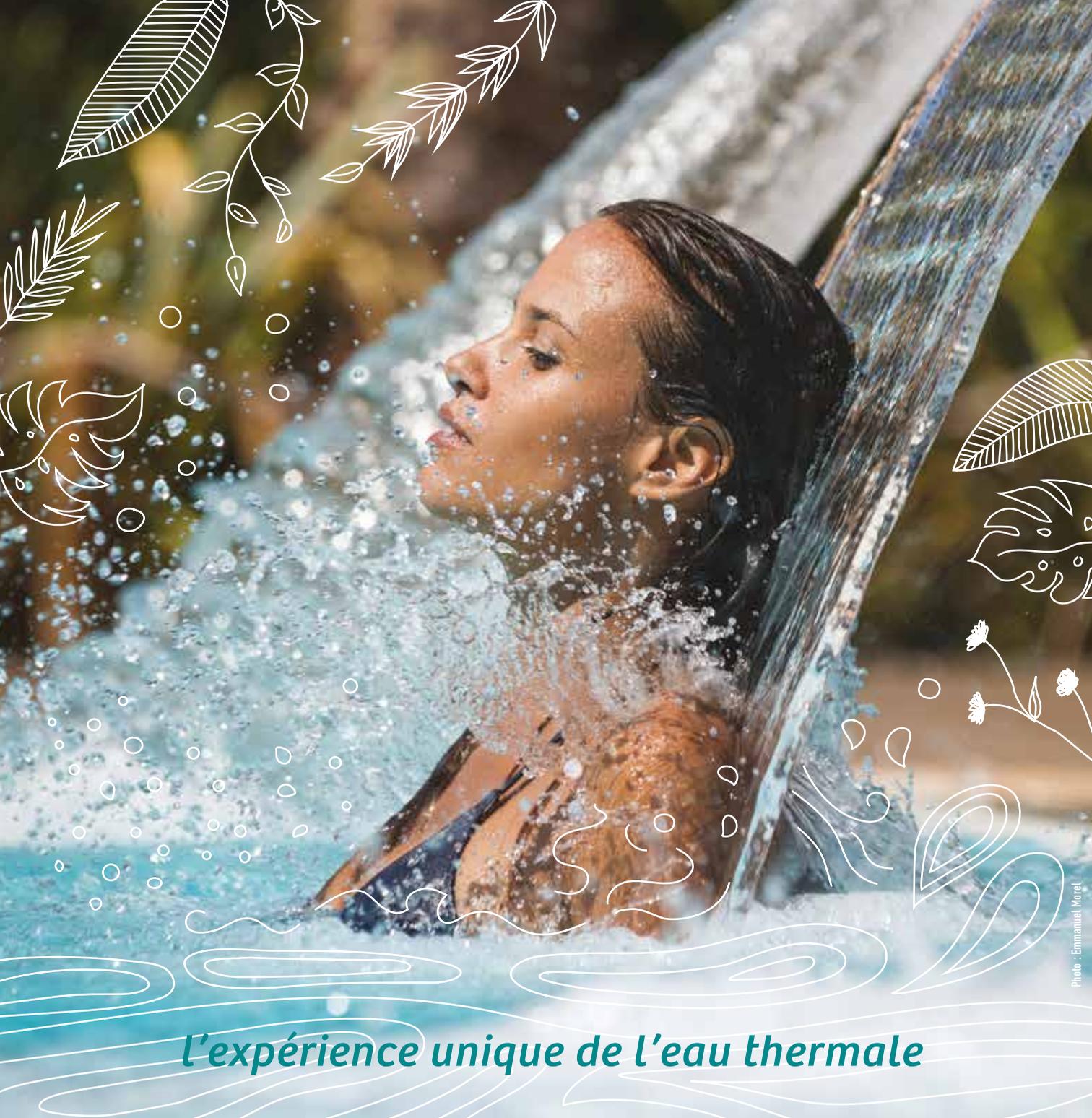


Photo : Emmanuel Morel

L'expérience unique de l'eau thermale

 **O'balia**
SPA THERMAL



Spa d'excellence à Balaruc-les-Bains

www.obalia.fr 04 67 18 52 05  

