

2022



Dossier de **Presse**

Office de Tourisme île d'Oléron Marennes

Cécile Chartier - Attachée de Presse

05 79 86 01 71 / 07 61 98 35 25

c.chartier@marennes-oleron.com

www.ile-oleron-marennes.com

Édito



Entre terre et mer, l'île d'Oléron et le Bassin de Marennes vous invitent à découvrir son charme naturel !

Situé en Charente-Maritime - région Nouvelle Aquitaine - ce territoire est véritablement attractif puisqu'il est constitué de la plus grande île française après la Corse (d'une superficie de 175 km²) et du bassin de Marennes, territoire où s'entremêlent le milieu terrestre et aquatique.

L'île d'Oléron-bassin de Marennes, c'est la nature avec une majuscule. Le cadre naturel est exceptionnel avec des plages nombreuses et variées, un massif forestier, une zone de marais de première importance, plusieurs réserves naturelles. Ce sont des lieux protégés où la faune et la flore cohabitent en toute tranquillité. Ici, on passe des dunes aux falaises, de la forêt à la vigne, des chenaux ostréicoles aux écluses à poissons : tant de lieux variés sur un même territoire ! L'idéal : prendre sa bicyclette et profiter des 150 km de pistes dédiées à la "petite reine", qui permettront d'apprécier tous ces paysages.

L'île "lumineuse", comme on la surnomme régulièrement, c'est un terrain de jeux formidable pour les petits comme les grands. Avec ses plages contrastées, on peut pratiquer tous types d'activités nautiques. Elle possède une côte orientale, douce et propice aux baignades en famille et une côte sauvage, plus exposée au vent et aux vagues. Toute une gamme d'activités s'offre aux passionnés de la mer : voile, planche à voile, surf, char à voile, kayak...

C'est aussi un lieu vivant où la mer nourricière est présente partout. Qui ne connaît pas les huîtres Marennes-Oléron, celles que l'on propose dans les meilleurs restaurants ? Rien de tel que de flâner le long des cabanes multicolores ou de déguster quelques huîtres face à la mer. C'est tellement agréable : Et à ne pas manquer : le port de La Cotinière, avec ses marins qui débarquent le poissons sur les quais. Ce petit port artisanal a su se moderniser. Il est d'ailleurs le 1er port de pêche de la région Nouvelle Aquitaine.

On y trouve également un patrimoine très riche comme les citadelles, libres d'accès, prêtes à dévoiler leur histoire... A faire absolument : l'ascension du phare de Chassiron qui se dresse, fier d'être là, au "bout du monde". le panorama sur l'île de Ré, le phare d'Antioche et sur les écluses à poissons, à marée basse, vaut le coup d'œil. On aperçoit aussi la "star locale", le Fort Boyard.

Sommaire

- p. **4-7** Quelques **chiffres clés**.
- p. **8-10** Un territoire **100% nature**.
- p. **11-15** Un territoire **engagé** depuis des années dans un projet de **développement durable**.
- p. **16-17** Un séjour **dynamique et sportif pour tous**.
- p. **18-19** Pauses **Bien-Être**.
- p. **20-26** Marennes Oléron, **ses huîtres et son terroir**.
- p. **27-32** **À découvrir en famille**... un patrimoine remarquable.
- p. **33** Les cabanes d'artistes **d'Oléron**.

RESTEZ CONNECTÉS avec #iomn, #oleron, #marennes
L'île d'Oléron-bassin de Marennes sur les réseaux sociaux :



Grand public : www.facebook.com/leoleronMarennes

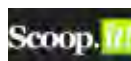


Grand Public : www.instagram.com/marennesoleron



Grand public : <https://twitter.com/oleronmarennes>

Presse : <https://twitter.com/presseOleron>



Presse:

www.scoop.it/topic/revue-de-presse-ile-d-oleron-marennes-tourisme

Quelques **Chiffres clés**

1er secteur économique : LE TOURISME



1er site touristique de l'île d'Oléron

3,5 millions de nuitées

138 300 lits touristiques marchands

soit 23% de l'offre départementale

300 millions d'euros de CA

- Meublés classés : 220 000 nuitées (taux d'occupation 25%, dont 75% en haute saison)
- Hôtels : 208 500 nuitées (10% des nuitées du département, durée des séjours : 2,2 nuits)
- Hôtellerie de plein air : 1 884 100 nuitées (taux d'occupation 39%, durée des séjours: 6,3 nuit)

Lits non marchands :

- Plus de 50% de résidences secondaires (près de 6400)

Clientèle :

- La clientèle touristique est essentiellement française (88% de la clientèle globale)
- La dépense moyenne d'un touriste est de 50 euros par jour et par personne.
- La durée moyenne de séjour : 6,2 nuitées
- Podium clientèle étrangère : Belgique (23,8%), Allemagne (28,3%), Royaume Uni (7%)

(source : observatoire Marennes Oléron Tourisme 2019)

37 833 habitants à l'année sur l'île d'Oléron + le bassin de Marennes
dont 23 000 sur l'île d'Oléron (200 000 en période estivale).

44 structures classées "Tourisme et Handicap"

11 sites de visites, 5 hôtels, 2 campings, 1 chambre d'hôtes, 1 village vacances, 3 restaurants, 6 meublés du tourisme, 3 plages, un sentier côtier et 11 bureaux d'accueil touristique.



49 prestataires labellisés "Famille Plus"

8 structures labellisées "Accueil Vélo"

(2 sites, 3 hébergeurs, 3 bureaux d'accueil)

50 structures labellisées "Vignobles et découvertes"

(dont 11 caves et 8 restaurants).

Plus de 200 000 visiteurs dans les bureaux d'accueil de l'Office de Tourisme



L'huître Marennes-Oléron est **la seule en France à posséder le Label Rouge** (1989 pour la Fine de Claire ; 1998 pour la Pousse en Claire).

2ème secteur économique : L'OSTRÉICULTURE

1er bassin de France pour le captage et la commercialisation,
avec un chiffre d'affaires à l'expédition de 100 millions d'euros (huîtres IGP)

18 678 tonnes

dont : **Fine de Claire IGP** : 15 369 tonnes,
Spéciale de Claire IGP : 1 726 tonnes,
Fine de Claire Verte Label Rouge : 1 397 tonnes,
Pousse en Claire : 185 tonnes.

237 entreprises qui emploient 3 500 personnes
(dont les 3/4 durant les fêtes de fin d'année)
5% d'export soit 1 000 tonnes

Source : CRC (Comité Régional de la Conchyliculture - 2019)

3ème secteur économique : LA VITICULTURE

800 hectares de vignoble (environ 40% des terres agricoles)

18 vignerons indépendants

Dont : 6 commercialisent uniquement en vente directe

3 commercialisent en vente directe et en négoce

9 commercialisent uniquement en négoce

La taille des exploitations est comprise entre 8 et 75 hectares.

Née en 1992, suite à la fusion de 5 caves insulaires, **la coopérative Vignerons d'Oléron fêtera bientôt ses 30 ans d'existence.**

Elle se compose de **15 vignerons-adhérents**. Parmi eux, **3 sont certifiés AB.**

5 000 hl de vins de pays.

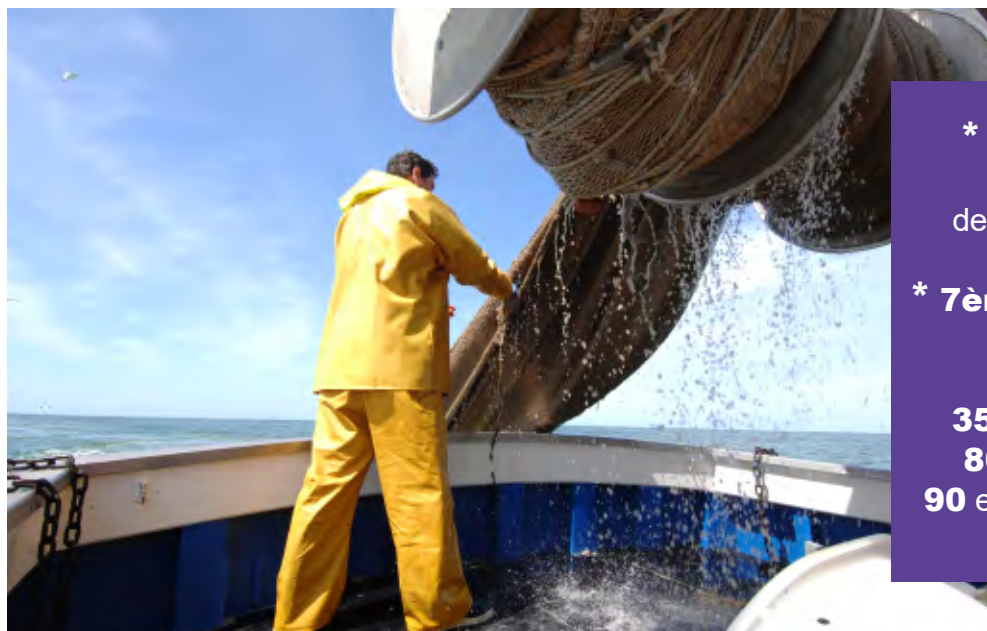
1 600 hl de Pineau.

Production de Cognac :

18 500 hl de vins issus du cépage Ugni Blanc seront distillés entre décembre et mai pour la production du Cognac.

Source : Coopérative Vignerons d'Oléron (récolte 2021)

4ème secteur économique : LA PÊCHE



* **1er** port de pêche artisanale de Nouvelle Aquitaine

* **7ème** au niveau national

* **80** navires

350 marins pêcheurs

800 emplois directs

90 espèces représentées

Tonnage débarqué et vendu en criée :

+ de **5000** tonnes pour un C.A d'environ **30 millions** d'euros

Un territoire

100% nature

Oléron est protégée au titre de "site classé" depuis 2011,
sur 84% du territoire.

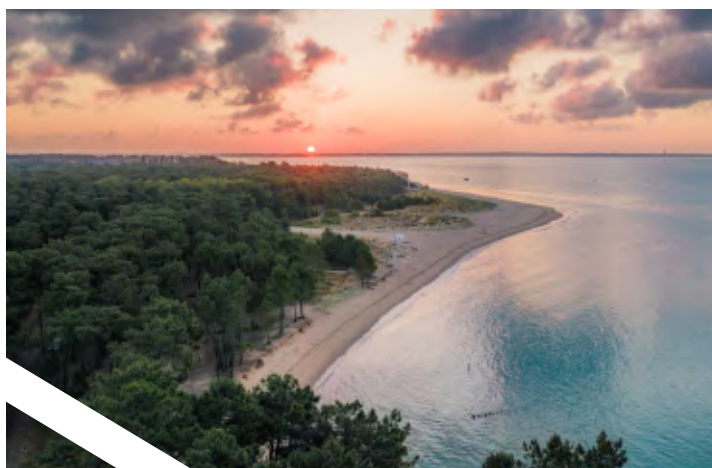
Être dans un site classé **induit une protection patrimoniale** qui garantit la **pérennité des paysages** et la **préservation du bâti**, tout en permettant un développement de qualité pour le territoire et ses habitants.

Des richesses naturelles exceptionnelles

Marennes-Oléron s'étire sur plus de 100 km de côtes. Cette bande côtière abrite de nombreuses plages variées qui ont pour point commun **la qualité de leurs eaux de baignade**. Ce n'est d'ailleurs pas un hasard si actuellement **11 pavillons bleus d'Europe flottent sur Oléron**.

Mention spéciale au Port de Saint-Denis-d'Oléron seul port de plaisance de Charente-Maritime qui décroche le pavillon en 2021 !

L'île d'Oléron et le bassin de Marennes forment un territoire au cadre naturel exceptionnel abritant de remarquables richesses écologiques : trois forêts domaniales, 90 km de côtes variées, quatorze écluses à poissons, des marais, des dunes... sur l'île d'Oléron ; des zones humides omniprésentes (marais de Brouage, de Marennes et de la Seudre) et pas moins de 110 km de canaux dans le bassin de Marennes.



Plusieurs réserve naturelles protègent une faune et une flore unique, comme, par exemple, la réserve de Moëze Oléron, qui, par ses **richesses écologiques**, a permis le développement d'une **végétation remarquable**, riche en plantes très rares en Nouvelle Aquitaine, telle que l'œillet des sables.

Site naturel protégé de 37 hectares conquis par l'homme sur la mer au XIXe siècle, **le marais des Bris** est la propriété du Conseil Général de la Charente-Maritime. Protégé pour ses richesses biologiques (oiseaux et orchidées), ce site se visite seul ou en compagnie d'un guide nature.



Les dunes et forêts de l'île d'Oléron sont classées Natura 2000, soit 2 904 ha.

Lieu privilégié au maintien et au développement de très nombreuses espèces, le **marais de Brouage** est une zone de nidification fréquentée par plus de 150 espèces : hérons cendrés, hérons pourprés ou aigrettes. Depuis 1978, les cigognes blanches nichent dans cette **Capitale de la Cigogne** et y trouve une nourriture abondante.

12% de l'île d'Oléron sont couverts par de vaste massifs forestiers, forêts de St Trojan les Bains, des Saumonards ou de Domino. C'est à partir de 1819 que des semis et des palissades sont disposés le long des côtes afin de fixer les sables qui ensevelissent les hameaux. Trente ans plus tard, une forêt de pins s'élève.

Ici poussent pins maritimes, chênes verts et genêts.

Sont **également classées en zones naturelles protégées** : les **grands marais salés, les marais saumâtres et doux** d'Oléron.

Le marais, paysage emblématique, est l'élément majeur de ce territoire. Il **recouvre 40 % de l'île d'Oléron et 60 % du bassin de Marennes**.

Deux "Echappées Nature" sur l'île d'Oléron

Sites naturels protégés qui offrent un accueil et des animations pour le public

- le **Marais aux Oiseaux**, à Dolus : parc de découverte de la faune sauvage domestique avec plus de 600 animaux représentant 60 espèces différentes. Les enfants peuvent côtoyer toutes sortes d'animaux domestiques dans la mini ferme mais aussi découvrir des espèces régionales dans leur milieu.
- le **Port des Salines**, au Grand-Village-Plage : constitué de cabanes ostréicoles, ce site présente l'histoire du sel et des sauniers à travers des visites guidées au cœur d'un marais salant en activité et d'un écomusée installé dans une des cabanes. Une location de barques sera l'occasion d'une promenade unique à travers les marais salants.



► Focus

Une des zones humides les plus importantes de France

Le marais couvre plus de 70 % de certaines communes (notamment Nieulle-sur-Seudre et Hiers-Brouage). Sauvage et préservé, c'est un véritable paradis pour les oiseaux migrateurs, dont les oiseaux d'eau comme les oies, bernaches, petits échassiers. C'est également **un site de nidification pour les passereaux, très rares en Europe**.

Un territoire **engagé** dans un projet de **développement durable**



Ce patrimoine naturel, qui fait l'identité et la notoriété du territoire oléronais, est aussi le support d'activités touristiques et traditionnelles (viticulture, pêche, conchyliculture, saliculture) et constitue l'assurance vie des habitants - les dunes sont des digues naturelles, les forêts protègent ces digues, les marais sont des zones d'expansion des eaux en crues.... **La dégradation de ces espaces naturel porte atteinte à un patrimoine identitaire mais est aussi menaçante pour la pérennité de l'économie locale et le cadre de vie qu'offre l'île.**

Soucieuse de préserver son patrimoine naturel, **la Communauté de Communes de l'île d'Oléron souhaite construire une véritable politique territoriale de manière concertée.**

La mise en place d'une "charte de protection et d'aménagement durable des plages" a permis de prévoir **l'intégration paysagère des aménagements** (éco-construction, revêtements au sol, respect des espaces remarquables classés, lutte contre le piétinement et revégétalisation dunaire, protection des espaces forestiers, nettoyage adapté à la nature des plages, protections liées aux phénomènes d'érosion et d'ensablement adaptées au cas par cas, meilleure organisation et coordination des acteurs, incitation aux déplacements doux.

La navette estivale, transport gratuit organisé par la Communauté de communes de l'île d'Oléron en juillet et août, avec le partenariat de campings et hôtels oléronais qui s'engagent pour l'environnement.

Il s'agit d'une **opération visant à limiter les déplacements en voiture et à diminuer les émanations de CO²** : chaque jour, pendant l'été, des navettes de bus vont chercher les vacanciers sur leur lieu d'hébergement pour les emmener vers les plages du territoire.

Une initiative supplémentaire pour protéger l'environnement !



Chaque année, l'île d'Oléron se dote de nouvelles pistes cyclables. Les plans vélo mis en place par la Communauté de Communes ont **pour objectif de créer une offre alternative crédible à l'usage de la voiture.**

Le réseau actuel est de **160 km d'itinéraire cyclables.**



Une liaison maritime a été mise en place entre l'île d'Oléron et La Rochelle afin d'apporter une **alternative à la voiture.**

C'est un service public organisé par la Communauté de Communes de l'île d'Oléron. D'avril à la Toussaint, cette liaison maritime relie l'île d'Oléron (embarcadère Parking du chenal, Boyardville) à La Rochelle (embarcadère Médiathèque) **en 50 minutes.**

Il n'est pas étonnant - dans ce contexte - que la Communauté de Communes de l'île d'Oléron ait obtenu le label **"Territoire à énergie positive pour la croissance verte"**.



L'ensemble des actions qui découlent de cette nomination poursuivent le même objectif : être un territoire exemplaire en matière de développement durable et **devenir la 1ère île française qui produit plus d'énergie qu'elle n'en consomme !**

<https://bit.ly/38wS18B>

Un territoire engagé sur l'affichage environnemental !

Dans le cadre de son projet "Territoire à Énergie Positive" **la collectivité** - en partenariat avec l'ADEME - **accompagne les hébergeurs touristiques** pour s'équiper de systèmes solaires thermiques permettant de produire leur eau chaude sanitaire. En parallèle, la Régie Oléron Déchets accompagne les hébergeurs dans une meilleure gestion de leurs déchets, par le biais de charte d'engagement, dans le cadre son programme Oléron Zéro Déchet.

L'Office de Tourisme île d'Oléron-Marennes, de son côté, **accompagne les hôteliers** dans la valorisation de leurs démarches vertueuses et responsables auprès des touristes, **à travers l'étiquette environnementale**.



C'est un outil qui permet aux hébergeurs d'évaluer leurs principaux impacts environnementaux en termes de consommation d'eau, d'énergie, de ressources non renouvelables, de gestion des déchets...

Cette démarche a pour double objectif de diminuer l'impact et les coûts de fonctionnement de l'établissement et de communiquer sur ses performances environnementales auprès de sa clientèle et de ses équipes.

A ce jour, **6 structures ont obtenu l'étiquette environnementale** : Atlantic Hôtel, Hôtel Ile de Lumière, Le Nautile, Mer et Forêt, Les Pins et Logis Hôtel de La Plage.

D'autres gestionnaires privés montrent leur intérêt pour le développement durable. Ainsi, **2 campings** (La Brande**** et Les Gros Joncs****) ont obtenu **l'écocertification européenne** tandis que l'Atlantic Hôtel***, Les camping Séquoia Parc**** et Les Gros Joncs**** ont obtenu le label **Clé Verte**, récompensant leur engagement pour une meilleure protection de l'environnement.

L'île d'Oléron est labellisée « **territoire zéro gaspillage – zéro déchet** » depuis 2015 !



La Communauté de communes de l'île d'Oléron a initié **le ramassage des déchets en portage et traction asines.**

Le recours aux ânes pour collecter les déchets sur les plages est extrêmement innovant ! Outre la réduction des émissions de CO2, force est de constater que le dispositif a un véritable intérêt pédagogique auprès des usagers.

Des bacs à marée pour éliminer les déchets de mer

La Régie Oléron Déchets a fabriqué, à partir de palettes de récupération des bacs de 1m3 qui ont été installés à l'entrée de 18 des plages d'Oléron. Ils sont mis à la disposition des promeneurs pour qu'ils y déposent les déchets retrouvés lors de leur balade. Leur contenu est collecté et trié au moins une fois par semaine.

Des composteurs collectifs

la Communauté de Communes propose une solution pour les personnes qui ne disposent pas d'un espace extérieur suffisant pour y installer un composteur individuel : le « composteur partagé » dans un lieu public adapté.
<https://bit.ly/36vKh3R>

Oléron, une île qui a la frite !

En collaboration avec de nombreux partenaires, l'association **Roule ma Frite travaille** depuis plus de 10 ans **à la collecte et au recyclage des huiles alimentaires usagées.** L'huile usagée est ensuite recyclée en biocarburant.

www.facebook.com/roulemafrite17Oléron



La Pêche à pied durable

l'association IODDE (Ile d'Oléron Développement Durable), spécialisée sur la pêche à pied et la gestion de l'estran, travaille concrètement à la préservation du littoral et des milieux naturels (dunes, marais, estrans...) ainsi qu'à l'institution d'une pêche à pied durable.

Elle lutte contre la dégradation de l'estran, le non-respect des tailles minimales des coquillages, la destruction physique des milieux et le gaspillage. Elle informe et sensibilise les pêcheurs et a notamment créé une réglette de pêche pratique et résistante indiquant les principales tailles des coquillages (mailles) à respecter.

Grâce à son approche, qui consiste à accompagner l'activité sans l'interdire et à ses résultats en termes d'amélioration des pratiques, l'île d'Oléron - bassin de Marennes a été repéré comme un secteur pionnier sur cette thématique. Six trophées nationaux lui ont été attribué pour ce travail.

www.iodde.org



La Maison de La Nature

C'est une association d'éducation à l'environnement qui propose de nombreuses animations éducatives tout au long de l'année, auprès d'un large public.

Son objectif : sensibiliser à la protection de la nature et du patrimoine marin de l'île d'Oléron au travers de sorties nature et ateliers pédagogiques.

Au programme : sorties botaniques/phytothérapie (découverte des plantes sauvages, d'algues ; chasse aux trésors grande nature ; ateliers de réalisation de cosmétique maison, atelier aromathérapie (tout connaître sur les huiles essentielles, leurs bienfaits...).

www.oleron-maison-nature.org

Un séjour **dynamique** et **sportif** pour tous

Ici, terre et mer offrent un espace naturel idéal où passer des vacances dynamiques et sportives en plein air, dans un cadre préservé.

L'Océan, immense terrain de jeux...nautiques

Amateurs ou confirmés, **les passionnés de sports nautiques trouveront sur place une large gamme d'activités** : baignade, voile, surf, plongée, cha à voile, planche à voile, kitesurf, kayak de mer et autres sports de glisse...

Toute l'année, les **100 km de côtes** invitent à la baignade, quel que soit son âge. **Des postes de surveillance et d'intervention jalonnent les plages** d'Oléron et du bassin de Marennes, ce qui garantit aux familles **les joies d'une baignade sans risques**. Pour les tout-petits, les plages de la façade continentale de l'île d'Oléron, moins exposée, et de celle de Marennes sont idéales.



Deux écoles labellisées Ecoles Françaises de Surf (Moana et Kabanasurf) par la Fédération Française de Surf délivrent un enseignement de qualité par des moniteurs diplômés, un matériel adapté au niveau des élèves, et une sensibilisation à la protection de l'environnement. Ces écoles enseignent également la pratique du **Kitesurf**, un sport mixant surf et cerf-volant qui rencontre de plus en plus d'adeptes.

Tout le long des plages de l'île d'Oléron et du bassin de Marennes, **les nombreuses écoles de voile** dispensent des cours d'initiation et de perfectionnement, sur des bateaux variés : catamaran, dériveur, planche à voile ou habitable. Six de ces écoles sont labellisées Ecoles Françaises de Voile. Délivré et contrôlé chaque année, ce label garantit un accueil et un enseignement pédagogique de qualité, une évaluation du niveau sportif et un dispositif de sécurité approprié.

Les plaisanciers confirmés pourront accoster dans l'un des **4 ports de l'île d'Oléron** (Le Château, Le Douhet, Boyardville, St Denis). Il est également possible de louer un vieux gréement ou un catamaran avec skippeur.

Les amateurs de promenades en mer auront la possibilité de faire le tour de Fort Boyard (au départ de Boyardville ou de St Denis) ou de **voguer d'île en île, le temps d'une croisière.**



Des équipements de choix pour les sportifs qui n'ont pas le pied marin.

Dans un cadre privilégié, entre mer et forêt, les visiteurs seront enchantés par la diversité des paysages (pinèdes, marais, bord de mer) traversés, sur l'île d'Oléron, par un réseau de **160 km d'itinéraires cyclables, à parcourir en VTT ou à vélo.**

Le bassin de Marennes, de son côté, est situé sur le tracé de La Vélodyssée, qui relie Roscoff à Hendaye. Un réseau de petits chemins en site propre et voirie partagée permet désormais de pédaler au cœur du marais de la Seudre, à la découverte de ses paysages aux multiples canaux.

A pied ou à cheval, **les amateurs de randonnées** emprunteront avec plaisir les chemins de randonnées qui serpentent au cœur d'une faune et d'une flore préservée.

Situé en bord de mer, avec une vue imprenable sur le Fort Boyard, **le golf homologué 9 trous d'Oléron** est naturellement abrité par la dune.



L'île d'Oléron s'engage dans l'aventure des Jeux Olympiques 2024 !

Avec l'obtention du label « **Terre de Jeux 2024** » et l'acceptation de la candidature du complexe sportif de l'Oumière en tant que **centre de préparation pour les disciplines de BMX, judo, badminton, handball, taekwondo et para-taekwondo**, la commune de St Pierre d'Oléron et plus largement le territoire insulaire marque le souhait de s'engager dans l'aventure des jeux olympiques.

L'objectif n'est pas simplement d'accueillir les délégations du monde entier, le temps d'un stage de préparation, mais montre aussi la volonté d'apporter plus de sport dans le quotidien des oléronais et, **à terme, de développer une offre tourisme sportif grand public en s'appuyant sur la venue de sportifs professionnels** !

Pauses Bien-Être

Thalassa Oléron, **des innovations permanentes**



Le Centre de Thalassothérapie situé sur la plage de Gatseau (une des plus belles plages d'Oléron), à St Trojan-les-Bains, propose de nombreux programmes de soins. Pour déterminer au plus juste le soin le plus approprié Thalassa Oléron s'appuie sur de nouveaux outils de diagnostics, à la pointe de la technologie.

➤ **Le QPM (Quantic Potentiel Measurement)**

Cette technologie de pointe permet d'évaluer l'activité bioélectrique du corps humain et délivre en moins d'une minute la cartographie de l'état de forme de nos 3 batteries (forme physique, émotionnelle et mentale). Elle identifie également le niveau et la qualité du stress, les anxiétés (situationnelle, cognitive, somatique, chronique), les zones du corps en état de risque...Un bilan d'autant plus instructif qu'il indique aussi les solutions à mettre en action.

➤ **L'Oligoscan** mesure les besoins en minéraux et oligoéléments, l'intoxication aux métaux lourds et le niveau de stress oxydatif du corps. Il aide ainsi à corriger les carences par des conseils diététiques.

➤ **PS DIAG III**, offre un diagnostic visage de haute technologie. Instantanée, cette analyse ultra-précise évalue 6 caractéristiques essentielles de la peau : l'hydratation, la sensibilité, l'anti-âge (rides et ridules), le ébum, la pigmentation, les pores et l'acné.

A découvrir : Le parcours marin SPA IODE !

Un parcours marin en duo, dans un bassin privatif d'exception. Il s'agit d'un itinéraire marin, composé d'une succession d'étapes relaxantes ou toniques pour réveiller le corps en douceur.

Prendre du temps pour soi, déconnecter, revenir à l'essentiel, se détendre et surtout se faire chouchouter pour lâcher la pression. Pour **adopter la «zen attitude» et ralentir le rythme en douceur au bord de l'océan**, libérer son corps et son esprit, stimuler son énergie vitale tout en se connectant à l'environnement.

La musicothérapie énergétique

"Le travail d'une séance de musicothérapie énergétique **permet à travers différentes techniques utilisant les sons et les vibrations de nettoyer, équilibrer et réharmoniser le corps** comme on le ferait pour un instrument de musique" explique Audrey Palluau - musicothérapeute. En fonction des dissonances corporelles la thérapeute utilise guitare, tambour, chant, ondes sonores enregistrées ou encore bols tibétains qui servent d'élément thérapeutique. Qu'importe, du moment que cela entre en résonance avec le corps.

www.ondesetracines.com/musicotherapie-energetique

Le yoga en extérieur

Tout l'été, Julie HUTCHINSON et Marion CONDROYER - de **Find Your Tree** - proposent de nombreuses séances **sur les plages de l'île d'Oléron : yoga pleine lune, Yoga Coucher de soleil.**

Et aussi du yoga sur paddle ou avant et après des séances de surf :

www.facebook.com/pg/findyourtree/posts/?ref=page_internal

Esprit Pilates Oléron

Claudie SIMON propose toute l'année des séances de pilate en collectif et en individuel. **En juillet & août, certains cours ont lieu à la plage !**

La Sophrologie sur la dune

Amélie GAUTHIER est **sophrologue** certifiée et naturopathe.

Elle **propose, en l'été, des séances sur la plage de La Cotinière.**



Marennes Oléron

ses huîtres et son terroir



Comment parler de Marennes-Oléron sans évoquer son terroir et notamment ses fameuses huîtres connues dans le monde entier ! Sur ce territoire, la gastronomie tient une place particulière, avec les huîtres, bien sûr, mais également les autres coquillages et crustacés, les poissons nobles du port de La Cotinière, les produits de la terre comme le Cognac, les vins de pays et le Pineau des Charentes.

L'huître Marennes-Oléron : la perle de l'Atlantique

L'île d'Oléron et le bassin de Marennes bénéficient d'un écosystème unique en France. Toute l'année, l'eau douce de la Seudre se mêle à l'eau de mer. C'est cette alchimie toute particulière qui donnera à l'huître son goût du terroir prononcé et sa couleur verte, au moment de l'affinage.

Signe de sa qualité supérieure, l'huître Marennes-Oléron est la seule en France à posséder le Label Rouge (1989, pour la fine de claire verte ; 1998 pour la pousse en claire).

Par sa pratique ancestrale et traditionnelle de l'ostréiculture, Marennes-Oléron a obtenu l'IGP (Indication Géographique Protégée), règlement de protection des origines au niveau européen.

Dans le bassin de Marennes-Oléron, **de nombreuses structures et sites font découvrir le monde de l'huître et le milieu ostréicole :**

⊙ **Fort Royer** (St Pierre d'Oléron) :

Implanté dans la réserve naturelle de Moëze-Oléron, ce site ostréicole invite à la découverte du milieu, de l'histoire et de la vie de l'huître, du métier d'ostréiculteur.

⊙ **Port du Château d'Oléron** :

Découverte commentée, en bateau, du bassin ostréicole de Marennes-Oléron, au départ du port.

⊙ **Ets NADEAU** (Dolus d'Oléron) :

Producteur, éleveur, affineur. Visite gratuite de l'établissement ostréicole, situé sur la route des huîtres.

⊙ **La Cité de l'Huître** (Marennes) :

Découverte ludique et moderne du monde ostréicole. Le long du chenal de La Cayenne, cinq cabanes ostréicoles thématiques présentent - de façon originale "l'Aventure de l'huître".



Les différentes variétés d'huîtres de Marennes-Oléron

La fine de claire doit avoir effectué un séjour d'au moins 28 jours dans un bassin de claire. Elle n'est pas trop charnue.

La spéciale de claire, de forme régulière, est plus concave ce qui lui donne un volume de chair plus important. Sa texture est plus intense que la fine de claire.

La fine de claire verte (Label Rouge) : de qualité supérieure, elle doit son nom à la couleur de sa chair. Bien ronde et d'une belle couleur verte, elle est le premier produit de la mer au monde à avoir obtenu ce label en 1989.

La pousse en claire (Label Rouge) : huître haut de gamme du bassin. Label Rouge en 1998. Elle séjourne dans les claires de 4 à 8 mois et ne sont que 2 à 5 au m². Elle y engraisse pour atteindre un taux de chair élevé et un goût du terroir prononcé.

L'Huître, un partenaire santé à chouchouter tout au long de l'année !

On sait que **l'huître est particulièrement riche en fer et possède une forte teneur en calcium**. Sa chair renferme presque **tous les éléments minéraux essentiels** : magnésium, sodium, phosphore, potassium... Elle contient plus de **vitamines** que le poisson. Ses **oligo-éléments** (zinc, sélénium, cuivre...) font partie des antioxydants qui participent à la protection des tissus et permettent de bien vieillir.



En revanche, ce que l'on ignore souvent, c'est que **l'huître est un aliment light**. D'un **faible apport calorique** (environ 66 Kcal pour 100 g, soit autant que les petits pois !), sa teneur en cholestérol est de l'ordre de 50 mg pour 100g (soit moins que le blanc de dinde). De plus, les graisses qu'elle contient en faible quantité (1,5%) sont constituées pour un tiers de **précieux oméga-3**.

► Focus

Pour vous régaler 24h/24 et 7j sur 7,
profitez des 3 distributeurs d'huîtres mis en place
sur l'île d'Oléron et le bassin de Marennes.

- ➞ 1 distributeur d'huîtres GILLARDEAU, à Bourcefranc-Le Chapus
(Huîtres Gillardeau uniquement)
- ➞ 1 distributeur d'huîtres NADEAU, à St Pierre d'Oléron
- ➞ 1 distributeur d'huîtres NADEAU, à Dolus d'Oléron
(Huîtres du bassin Marennes-Oléron)

La Cotinière, 1er port de pêche de Nouvelle Aquitaine

Le port de La Cotinière est le **1er port de pêche artisanale** de Nouvelle Aquitaine et se classe **7ème au niveau national**.

La diversité des espèces (environ **90 espèces** sont représentées) et la polyvalence de la flotte (**95 navires, 300 marins-pêcheurs**) sont caractéristiques du port de La Cotinière.

Les principales espèces en tonnage sont : la seiche, le maigre, le céteau, la langoustine, la sole, la lotte.



Le port est reconnu est réputé pour **l'aspect artisanal de sa pêche et la qualité des produits débarqués** et commercialisés en halle à marée de La Cotinière. Les professionnels marins-pêcheurs optimisent les opérations de traitement des produits de la mer directement sur les navires par un conditionnement en bac de bord, un glaçage pour **une conservation optimale des poissons**.

Les marées courtes sont gages de qualité et de fraîcheur des produits.

Un spot avec une vue incontournable à 360° !

Le port de La Cotinière est en pleine mutation. Aux nouvelles infrastructures portuaires vient désormais s'ajouter **une promenade de 1,5 km** qui passe notamment sur le toit terrasse des bâtiments qui surplombe le quai de débarquement.

Cet accès piétonnier **permet de profiter d'une vue exceptionnelle sur le port**.

Il est complété d'un **circuit de découverte** avec des panneaux informatifs sur les différentes techniques de pêche utilisées par les marins pêcheurs oléronais.

Il y a une vie avant le marché : la criée

La **criée**, habituellement réservée aux professionnels, sera visible grâce à une **fenêtre vitrée** qui permettra au visiteur d'assister à la vente aux enchères des poissons et crustacés.

La conserverie LA LUMINEUSE



Ancrée sur les quais du port, on y concoctent savamment **terrines, rillettes, mousses, soupes de poissons ou de crustacés, sans aucune adjonction de colorant, ni conservateur.**

Dans la farandole des rillettes : merlu au chorizo, maigre aux citrons confits, dorade aux olives vertes, mulot à la graine de moutarde...

Du côté des mousses et terrines, **les papilles vont s'affoler** avec la mousse de St Jacques au Whisky ou celle de homard au Cognac.

Quant aux soupes de langoustines, d'araignées de mer ou de poissons, nul doute, elles feront pâlir de jalousie les plus fins cordons bleus.

<https://delphineetolivier.fr/la-lumineuse>

La Saliculture

Au Moyen Age, le sel extrait des nombreuses salines de Marennes-Oléron avait une **renommée internationale** puisque plusieurs pays d'Europe du Nord venaient s'y approvisionner. Dans la **deuxième moitié du XIX^e siècle**, la concurrence des salines du Midi et des mines de sel obligent les sauniers à se reconvertir. Presque tous les **marais salants** seront abandonnés au profit de l'ostréiculture pour laquelle il seront **convertis en claires d'affinage.**

Aujourd'hui subsistent plusieurs sauniers en activité, qui travaillent de façon artisanale. Le pôle nature le Port des Salines permet au public de s'exercer à la récolte du sel. Le saunier du lieu explique toutes les techniques appropriées, chacun repartant avec un petit souvenir salé...



► Focus

Le Cristal du Saunier d' Oléron : un collectif de sauniers

Amandine GLINCHE et Guillaume BONATTI - 2 sauniers - ont associé leurs exploitations sous le nom de Cristal du Saunier d'Oléron. La visite de leurs salines permet de découvrir les savoir-faire traditionnels de la production du sel : un sel garanti brut de récolte, ni lavé, ni traité. Leur préparation de sel à base d'épices et d'aromates sont certifiés bio. Le Cristal du Saunier forme de nouveaux sauniers et épaulent les projets d'installations respectueux de l'environnement et de la tradition salicole.

<http://lecristaldusaunier.fr>

La Viticulture



Le commerce du vin à l'origine du droit maritime international !

Apparue dès la fin du III^e siècle, la viticulture devient l'activité prédominante de la région au Moyen Âge. **En 1160, Aliénor d'Aquitaine promulgue les Rôles d'Oléron pour réglementer le commerce du vin avec l'Angleterre en plein essor** depuis son mariage avec Henir Plantagenêt. Ces Rôles sont en fait les premières règles du droit maritime, qui seront appliquées sur toutes les côtes d'Europe, de la Méditerranée à la Baltique jusqu'en 1681 et donneront naissance au droit maritime moderne. Si les **premières distillations datent du XIV^e siècle**, il faudra attendre le début du XVII^e siècle pour qu'elles se fassent en grande quantité.

A la fin du XIX^e siècle, le phylloxéra, maladie jusqu'alors inconnue, va se propager et décimer la quasi-totalité des vignes du territoire. Seules celles plantées en terrains sablonneux résisteront. Contraints de vendre leurs terres, **la plupart des grands domaines seront essentiellement rachetés par d'anciens ouvriers.** C'est ainsi que les surfaces cultivées vont progressivement se réduire.

En 1906, le vignoble oléronais couvrait **près de 4 000 ha. Il n'en reste plus que 800** aujourd'hui, la plupart dans le nord de l'île où la nature du sol y est plus propice.

A partir de 1920, ces petits producteurs se regroupent en coopérative. Aujourd'hui, ils sont engagés dans une démarche de qualité qui permet de trouver de très bons vins de pays ayant obtenu l'appellation Vin de Pays Charentais-Ile d'Oléron en 1999.

L'île d'Oléron fait également partie de la **zone d'appellation Cognac**, dont les crus sont classés en "**bois ordinaires**" (goût de terroir caractérisé, arômes fruités, maturation rapide).



Oléron, fière de son vignoble !

Le "vignoble de l'île d'Oléron" bénéficie du **label Vignobles et Découvertes** et fait figurer le territoire au rang des destinations oenotouristiques françaises reconnues.

Il répond aux exigences d'un **cahier des charges très rigoureux** et correspond à des valeurs : la transmission, le sens de l'accueil, la consommation responsable, la préservation des paysages naturels et culturels.

50 partenaires de la destination se sont **engagés** dans cette labellisation.
www.vignoble-ile-oleron.fr

Les Cépages

- Pour les vins blancs : **Sauvignon, Colombard et Chardonnay**
- Pour les rouges et les rosés : **Cabernet franc, Cabernet sauvignon et Merlot**
- Pour les vins effervescent en méthode traditionnelle : **Chardonnay**

Le Maraîchage

Nous avons la chance d'avoir un **climat tempéré** et de pouvoir produire tous les légumes de méditerranée : tomates, courgettes, poivrons...avec une spécialité : le melon charentais !

L'oignon Le St Turjan

Au XIX^e siècle, la majorité des Saint-Trojanais vivaient de la vente de cet **oignon rouge, au goût très doux**. Récoltés en grande quantité, on en vendait près de 5 tonnes à l'année. Disparu depuis plus de 100 ans, l'oignon Saint-Turjan renaît de ses cendres en 2009 grâce à une association oléronaise qui se bat pour le réhabiliter. Après avoir retrouvé des lants, les bénévoles ont réussi à sauvegarder cette variété d'oignon. Avec près de 8 tonnes cultivés actuellement le pari est largement gagné ! L'association compte plus de 70 membres bénévoles.
www.saint-turjan.fr/association.php

À découvrir en famille

Un patrimoine remarquable



Un patrimoine riche en belles histoires. **Citadelles, forts, phares : le patrimoine de l'île d'Oléron et du bassin de Marennes est marqué par son passé maritime.** Si le Fort Boyard reste le préféré des enfants, de nombreux autres sites sont l'occasion de sorties en famille très appréciées : phare de Chassiron, Citadelles de Brouage du Château d'Oléron, Fort Louvois...

Fort Boyard, le chouchou des enfants !

Construit au large de l'île d'Oléron **sous Napoléon**, entre 1801 et 1859, le Fort Boyard était **destiné à protéger des navires anglais l'embouchure de la Charente et l'arsenal de Rochefort.**

Synonyme d'aventures extraordinaires, il sert depuis plusieurs années de cadre à la célèbre émission qui porte son nom. S'il **ne se visite pas**, il peut être approché de près lors des promenades en mer organisées depuis le port de Boyardville ou de St Denis, d'avril à La Toussaint.



Fort Louvois (Bourcefranc-Le Chapus)



En 1690, le marquis de Louvois, ministre de la guerre sous Louis XIV, ordonne la construction d'un fort de forme ovale sur le rocher nommé "Le Chapus". Faisant **face à la citadelle du Château d'Oléron**, il permettait de **croiser les tirs de canons et de verrouiller l'accès sud à la rade de Rochefort**, protégeant ainsi son arsenal. **A la mort de Louvois, Vauban reprendra le projet qu'il reverra à la baisse.** Seule la moitié de l'ovale sera réalisée, donnant au fort sa forme de fer à cheval. Classé Monument Historique en 1929, il est ouvert au public depuis 1972. Et pour les familles, de nombreuses animations sont proposées, permettant ainsi de découvrir le site tout en s'amusant !
www.fort-louvois.com

La Citadelle du Château d'Oléron

C'est un ancien château des ducs d'Aquitaine, édifié au XI^e siècle et détruit par les guerres de religion, qui a donné son nom à la ville du Château d'Oléron. **En 1630**, sur ordre de Richelieu, **Pierre d'Argencourt entreprend d'édifier** sur les ruines de cet ancien château **une citadelle afin d'éviter l'occupation anglaise** et d'assurer la possession de l'île à la France.

Sous le règne de Louis XIV, **Vauban la renforcera afin de mieux protéger l'embouchure de la Charente et l'arsenal de Rochefort.** Pendant la Révolution, elle servira de lieu de détention et sera inutilement bombardée par l'aviation française le 17 avril 1945. Sa restauration commencera en 1988. Aujourd'hui, le chemin des remparts, long de plus de 3 km, fait le tour de la ville en longeant le mur d'enceinte.



La Citadelle de Brouage

Dès sa **création, en 1555**, Brouage est un **véritable comptoir où**, chaque été **d'énormes flottes chargées de sel partent pour les Pays Bas, les îles britanniques, l'Allemagne et les autres pays riverains de la Baltique**. Sous la pression des guerres de religion, la ville bâtit ses premiers remparts pour contrer La Rochelle, la protestante et deviendra d'ailleurs "ville royale" en 1578.

En 1627, Richelieu envoie l'ingénieur **Pierre d'Argencourt** renforcer les fortifications de Brouage et **créer de nouveaux remparts**. Brouage connaît son **apogée au début du XVII^e siècle** : le commerce du sel enrichit la ville et l'activité militaire y est très importante. Pourtant, **dès la deuxième moitié du siècle, la ville connaîtra une longue période de décadence**. D'abord abandonnée par les militaires vers 1885, elle sera progressivement désertée par les civils, le commerce du sel n'étant plus rentable.

La citadelle de Brouage labellisée
"Plus beaux villages de France"



Référence pour les visiteurs, gage d'un patrimoine très bien conservé, ce n'est pas un hasard si Brouage a obtenu un tel label.

De nombreux édifices témoignent aujourd'hui du passé militaire de la cité : Halle aux Vivres, tonnellerie, forges, poudrières, glacière, ports souterrains...

Le Moulin des Loges (St Just Luzac)

Au cœur des anciens marais salants de la Seudre se dresse **l'unique moulin à marée de la région**. Réhabilité dans les années 2000 **il est aujourd'hui l'un des derniers moulins à marée d'Europe en activité**. Laissez-vous tenter par la vie de meunier : découvrez l'histoire fascinante de cette bâtisse en suivant sur deux étages la transformation des grains de blé en farine. Démonstration de meunerie.

Jeu de piste en famille « apprenti meunier » (pour les 7/12ans). En juillet et août.

Escape game (La Marée Monte), en juillet et août.
Pour les adultes et enfants à partir de 14 ans.

www.moulin-des-loges.com



Le Phare de Chassiron (St Denis d'Oléron)



Au XVII^e siècle, le trafic est tel dans le pertuis d'Antioche qu'il devient nécessaire de baliser la côte. **En 1685, sur ordre de Colbert, une première tour est édifée.**

En 1836, un nouveau phare haut de 46 m est construit près de l'ancien qui sera démoli. Mis en service le 1^{er} décembre 1836, il est aujourd'hui le plus ancien phare en activité du département.

Dans la rotonde a été aménagé un espace muséographique.

Une exposition ludique et vivante propose une visite originale dont le double parcours retrace l'histoire d'un jeune naufragé, Lucien, dit "reste à terre" au moyen d'objets authentiques, de maquettes épicatives, d'images filmées, de témoignages... La vie des hommes de la côte, "paysans de la mer", y est également décrite.



Le musée de l'île d'Oléron (St Pierre d'Oléron)

Ce musée présente d'une manière dynamique et ludique l'histoire de l'île d'Oléron et son évolution jusqu'à aujourd'hui. Les ambiances sonores (témoignages d'anciens oléronais), les films (dont un datant de 1907 sur l'ostréiculture), l'espace cartographique interactif, les bornes de jeux et la maquette tactile d'un maris salant en font un lieu vivant, particulièrement apprécié des enfants.

Des parcours permanents présentent des collections historiques organisées de manière chronologique, les modes de vie du XIX^e siècle (vêtements, coiffes, objets du quotidien), les activités traditionnelles : saliculture, ostréiculture, viticulture, pêche à pied.

Entièrement accessible aux personnes handicapées, le musée est également pourvu d'un parcours en braille.

La maison éco-paysanne (Le Grand Village Plage)

Consacrée à l'architecture traditionnelle de l'île d'Oléron et à l'écoconstruction. Ce centre d'interprétation propose aux visiteurs des passerelles entre les manières d'habiter d'hier, d'aujourd'hui et de demain.

Il fait face à une ferme oléronaise, construite dans les années 70 à partir de matériaux recueillis par les habitants. Composée d'une maison d'habitation, de granges et chais, elle illustre le quotidien des insulaires de la fin du XIX^e siècle. En extérieur, déambulation autour des bâtiments de la ferme, qui seront réhabilités année après année par des chantiers participatifs.

De nombreuses animations sont proposées tout au long de l'année (balade architecturale en cœur de village, conférences, stage pratique de sensibilisation aux éco-matériaux...).

www.maison-eco-paysanne.fr

L'application "Oléron visite patrimoine"

Cette **application gratuite** permet de profiter d'une **expérience de visite différente !**

plusieurs parcours de visite, à pieds ou à vélo, sont disponibles :



- **L'histoire du tourisme balnéaire**, à Saint-Trojan-les-Bains,
- **L'architecture rurale oléronaise**, dans le cœur historique de Grand-Village,
- **Les marais**, à Saint-Pierre d'Oléron, Sauzelle et Boyardville.

A ceux qui préfèrent découvrir l'île d'Oléron sans se fatiguer, optez pour l'un des petits trains touristiques !

Le Pt'it Train de St Trojan les Bains



Le Pt'it Train de Saint-Trojan, **en service depuis près de 60 ans**, est **l'unique chemin de fer touristique de l'île** (sa locomotive à vapeur date de 1916).

Véritable attraction en lui-même, ce **train sur rail** fait de surcroît découvrir le sud de l'île d'Oléron, **le long d'un itinéraire de 12km aller-retour, par delà dunes et forêt en direction des plages de sable fin.**

Il est en service d'avril à octobre. **En saison, Le p'tit Train de Saint Trojan propose une promenade nocturne**, d'une durée de 2h30 maximum **avec animation musicale au Pertuis de Maumusson**. Autour du wagon bar, éclairée par les derniers rayons du soleil, des musiciens jouent les classiques du répertoire des années 60 à 80, les chants de marins, en passant par du Blues ou des musiques de films... www.le-ptit-train.com

Le Pt'it Train du Château d'Oléron

Découverte en petit train de la citadelle, du village, du port ostréicole.

De Pâques à Septembre – durée 35 mn :

www.petit-train-oleron.com

FAMILLE PLUS

De nombreux prestataires bénéficient de ce label qui permet aux familles de profiter de toujours plus de prestations et services de qualité pour rendre leur séjour inoubliable.



www.ile-oleron-marennes.com/en-famille

Les cabanes d'artistes d'Oléron

Couleurs Cabanes !



Association d'une trentaine de créateurs aux influences diverses, artistes et artisans d'art se partagent depuis plus de 20 ans un site superbe dont les ateliers sont installés dans d'anciennes cabanes ostréicoles sur le port du Château d'Oléron.

Un excellent moyen de ne pas laisser flétrir le patrimoine ostréicole, insufflant à ces cabanes maritimes une vie nouvelle, tout en respectant l'authenticité des lieux.

www.couleurs-cabanes.fr



Comme un effet de boule de neige, **les ports de La Baudissière et de St Trojan les Bains accueillent** depuis quelques années **des ateliers d'artistes selon le même principe.**

Les artistes des cabanes de **La Baudissière** :

<https://ville-dolus-oleron.fr/histoire-culture-et-loisirs/cabanes-dartistes-la-baudissiere>

Les artistes de **St Trojan les Bains** :
www.levillagedinspirationdespeintres.com

► Contact

Office de Tourisme Île d'Oléron Marennes



Cécile Chartier - Attachée de presse
05 79 86 01 71 / 07 61 98 35 25

c.chartier@marennes-oleron.com
www.ile-oleron-marennes.com

Comment **venir ?**

En voiture :

► Depuis Bordeaux :

Suivre l'autoroute A10 - Sortie 35 à Saintes, direction Île d'Oléron.

► Depuis Nantes :

Suivre l'autoroute A83 - Sortie La Rochelle puis suivre Marans / La Rochelle / Rochefort / Île d'Oléron

► Depuis Paris :

Suivre l'autoroute A10 - Sortie 35 à Saintes, direction Île d'Oléron.

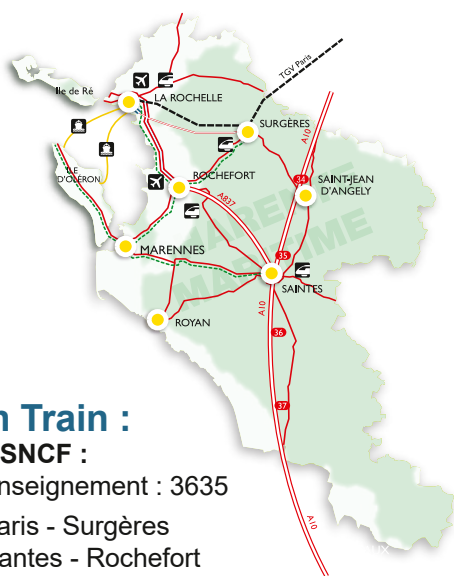
En Avion :

► Aéroport de La Rochelle / Mérignac

Tél : 05 46 42 18 27 / 05 46 42 30 26

www.larochelle.aeroport.fr

Les ponts de la Charente, à Rochefort, et de l'île d'Oléron sont gratuits.



En Train :

► SNCF :

Renseignement : 3635

- Paris - Surgères
- Nantes - Rochefort
- Bordeaux - Saintes

www.sncf.fr

(correspondance par bus)

En Bus :

Transport région Nouvelle Aquitaine

Renseignements : 0 811 36 17 17

Ligne 6 : Rochefort-St Pierre d'Oléron

Ligne 6 E : Surgères-St Pierre d'Oléron

Ligne 7 : La Rochelle-St Pierre d'Oléron

Ligne 8 : Saintes-Marennes

www.transports.nouvelle-aquitaine.fr

En Bateau :

Liaison maritime La Rochelle / Boyardville

05 46 47 05 10

Croisières Inter-Iles

La Rochelle (vieux port) / St Denis d'Oléron

0 825 135 500

St Denis Croisières

Liaisons La Rochelle (côté médiathèque, ponton du passeur) / St Denis d'Oléron

06 62 70 50 53 / 05 46 85 00 42

www.oleron-croisiere.fr