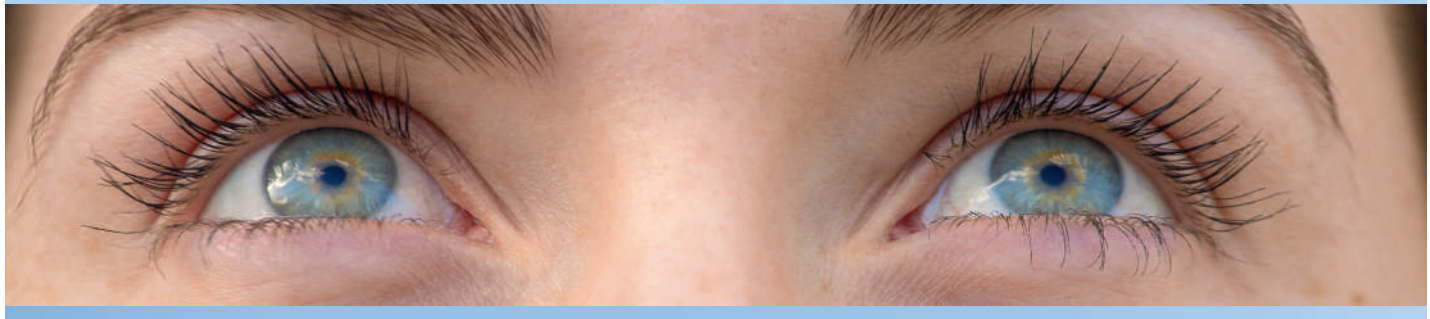
Intensément libre

AUDE PAYS CATHARE



CULTURE ET PATRIMOINE
MILLE ET UNE FAÇONS
DE DÉCOUVRIR CES RICHESSES AUDOISES

Saissac, à la rencontre de l'histoire cathare

Caunes-Minervois, un village aux airs d'Italie

L'Abbaye de Saint-Hilaire, berceau du plus vieux brut du monde

Castelnaudary au fil des rues...

Occitanie
Sud de France

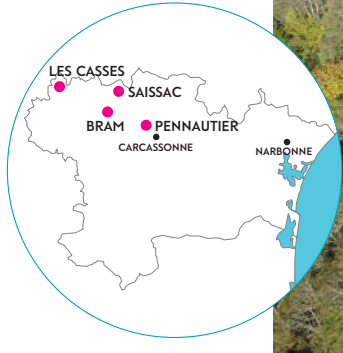
AUDE
PAYS CATHARE
audetourisme.com

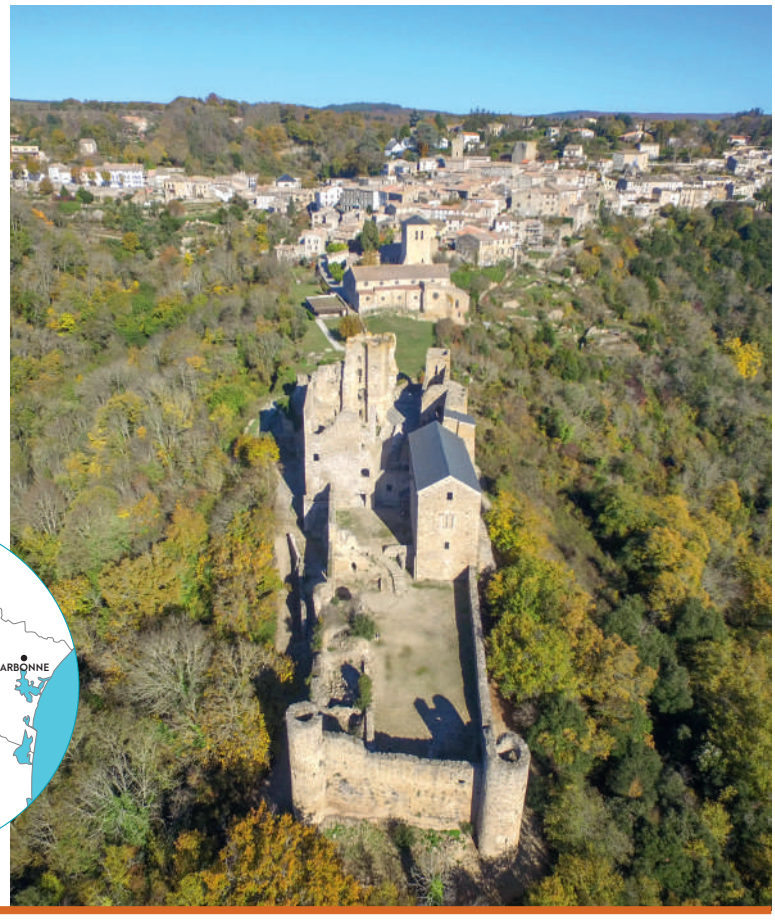
AGENCE DE DÉVELOPPEMENT TOURISTIQUE

Intensément SAISSAC

A LA RENCONTRE D'UN DES PLUS VIEUX CHÂTEAUX DE L'HISTOIRE CATHARE

Au cœur de la Montagne Noire, le Château de Saissac est dressé à flanc de montagne. Il offre une vue panoramique sur la chaîne des Pyrénées. Flânez dans les ruelles de ce village médiéval : elles vous mèneront au château, l'un des plus vastes du Languedoc !
Dans le corps de logis, joliment restauré, découvrez une exposition passionnante sur le Trésor monétaire de Saissac et la circulation de la monnaie au Moyen-Âge.
Le petit + : Tous les soirs, après le coucher du soleil, le château s'illumine...
www.saissac.fr





LES CASSES

MÉMORIAL CATHARE, LIEU DE MÉMOIRE

Dans l'*Épopée Cathare*, Michel Roquebert parle de la région du Lauragais comme l'épicentre du catharisme, tant elle a été imprégnée par l'hérésie à partir de la fin du XIIème siècle. Cela se concrétise notamment par une forte solidarité au-delà des clivages sociaux ; nobles et moins nobles se liguent. Le village des Cassès était en ces temps-là une place forte fidèle au comte de Toulouse. En 1211, les croisés assiègent le château et brûlent près de 80 hérétiques. En 2011, un mémorial élevé sur les hauteurs du village rend hommage aux victimes de cette tragédie. Il expose les différentes dates et lieux de bûchers liés au catharisme dans la région. Le site offre une vue somptueuse sur le Lauragais. Au cœur du village, les abords de l'église ont conservé quelques croix de pierre en forme de disque : ces belles stèles discoïdales typiques de la région sont antérieures à l'époque cathare.
www.castelnaudary-tourisme.fr

PENNAUTIER

SPLENDEURS AU CHÂTEAU

Vivez un moment d'exception et de délectation aux portes de Carcassonne. Bienvenue au Versailles du Languedoc, l'un des plus remarquables et grandioses édifices classiques de la région. Visite du château et flânerie romantique dans les jardins remarquables au programme ! Un mélange de styles « à la française » et « à l'anglaise », arbres rares, allées de buis, pins et cèdres bicentenaires ponctuent la flânerie... L'heure de la dégustation a sonné : rendez-vous au chai du château avec le sommelier pour un atelier « vin et fromage » suivi d'un dîner en amoureux à La Table du Château : du fait-maison aux saveurs méditerranéennes accompagné des « Grands » vins de la maison.
www.grand-carcassonne-tourisme.fr/vin-et-plendeur-chateau-de-pennautier/

BRAM

SUR LES TRACES DES ROMAINS

Située dans le Lauragais, à seulement 1h de Toulouse et 20 minutes de Carcassonne, cette circulade vous séduira par sa beauté et son dynamisme. Plongez dans le passé antique des lieux en visitant le **musée archéologique Eburomagus** et vivez un moment d'exception en parcourant les « chemins de photos ». Ne repartez pas de Bram sans être rentré dans le somptueux **parc des Essars** et avoir poussé les portes de la grande maison qui s'y trouve... Celle-ci organise périodiquement des expositions très qualitatives !
www.collinescathares.com

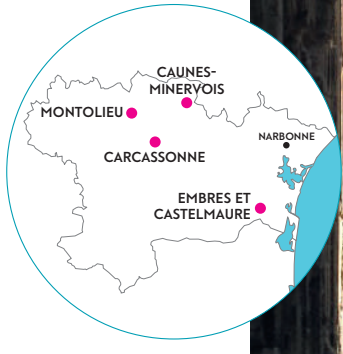
Intensément

CAUNES-MINERVOIS

UN VILLAGE AUX AIRS D'ITALIE

Caunes-Minervois est l'un des plus beaux villages des environs de Carcassonne, connu pour son marbre rouge et construit autour de sa sublime abbaye romane. Lors d'une promenade dans les ruelles pavées de ce village médiéval, on pose son regard sur les signes d'un riche passé Renaissance. Ici, une porte en bois sculptée, là une fenêtre à meneau ou encore les vestiges de l'enceinte qui protégeait le bourg. Les carrières de marbre ont donné une renommée internationale au village, utilisé de Versailles au Louvre. Sur place, l'église en est ornée ainsi que le village où l'on peut suivre le circuit des sculptures monumentales.

www.grand-carcassonne-tourisme.fr/la-destination/les-beaux-villages/caunes-minervois/



MONTOLIEU

LE SEUL VILLAGE DU LIVRE AU SUD DE LA FRANCE

À 20 minutes de Carcassonne, ce petit village du Cabardès se découvre comme on feuillette un livre : patiemment, avec bonheur et curiosité. Une quinzaine de bouquinistes y a élu domicile il y a 30 ans rejoints par des artistes et artisans d'arts, un musée des arts et métiers du livre et récemment le musée d'art brut « Cérès-Franco ». Immanquable : les ateliers de l'ancienne manufacture et leur fresque de Street Art .

Ici, les ruelles sont joliment fleuries, les chats y dorment paisiblement… on ressent vraiment l'âme d'artiste, de douceur de vivre et de tranquillité de ce village : inspirant et ressourçant !

www.grand-carcassonne-tourisme.fr/la-destination/les-beaux-villages/montolieu/

PROGRAMME VARIÉ

GRAND CARCASSONNE EN MODE SLOW

Lundi, je sillonne la garrigue du Cabardès à vélo au départ du joli village d'Aragon.

Mardi, j'hésite entre livres d'occasion ou boutiques de créateurs à Montolieu, village du livre et des arts.

Mercredi, je fais une balade à cheval dans les grands espaces du Val de Dagne.

Jeudi, je pars en rando le long d'un sentier artistique.

Vendredi, je vais acheter mon vin bio directement dans un château viticole.

Samedi, j'achète ce qu'il me faut sur le marché de Carcassonne, pour un pique-nique face à la cité médiévale. Le soir, je dors au plus près de la nature : lodges dans les vignes, cabanes en bois ou camping écoresponsable.

www.grand-carcassonne-tourisme.fr/5-experiences-eco-friendly/

EMBRES-ET-CASTELMAURE

DE VIGNES EN CHAPELLES…

À Embres et Castelmaure, il est bon de s'accorder un petit repos auprès des ruines de la chapelle de Saint-Martin-des-Canelles, un site où la luxuriance végétale et l'eau créent un espace poétique. Un chemin bordé de vignes vous conduira jusqu'à la chapelle romane de Saint-Félix. Au départ de la chapelle, partez à la découverte du sentier Castelmaure, une balade d'une heure entre vignes et garrigue. Arrivé au sommet de colline, c'est un magnifique point de vue sur la chapelle, le cirque rocheux environnant et sur les sommets des Corbières ! Après ce bol d'air revigorant, une visite à la cave de Castelmaure est de rigueur, l'occasion de déguster la cuvée n°3 ou la célèbre Pompadour entre amis ou en famille.

https://www.tourisme-corbieres-minervois.com/castelmaure.html

La Cave Castelmaure :

http://www.castelmaure.com/

https://www.tourisme-corbieres-minervois.com/

Intensément

ABBAYE DE SAINT-HILAIRE

BERCEAU DU PLUS VIEUX BRUT DU MONDE

C'est ici, en 1531, dans les caves de l'abbaye de Saint-Hilaire, que le vin prend mousse naturellement ; ainsi naît la Blanquette de Limoux, le plus vieux vin effervescent du monde. Vous y apprécierez le cloître gothique, le logis abbatial et son plafond peint à la française du XV^{ème}, le réfectoire des moines et sa chaire de lecture, les celliers taillés dans la roche, l'église romane abritant le fameux sarcophage du Maître de Cabestany, dédié à St Sernin, 1er évêque de Toulouse. Animations tout au long de l'année. Temps fort « RDV des Vins Bio de l'Aude » en novembre 2020.

www.saint-hilaire-aude.fr

FABREZAN

L'ÂME VIGNERONNE

Blotti au pied de la montagne Alaric, Fabrezan a su garder son âme vigneronne. Son Donjon du XII^{ème} siècle, inscrit aux Monuments Historiques, veille sur ce joli village attachant. Le village est le point de départ de nombreux sentiers à travers les Corbières. Avec des panoramas offerts sur l'Alaric ou les Pyrénées, ce sont de belles balades aux odeurs de pins et de garrigue qui se profilent ! Amis épicuriens, rendez-vous au cœur du village au restaurant **les Calicots**, aménagé dans l'ancienne mercerie du village. Vous pouvez aussi tester l'esprit lounge 100% Corbières du **restaurant «O Mazette»** avec ses menus ou tapas selon vos envies. Pour une pause dégustation, arrêtez-vous à la **coopérative Terre d'Expression** où les créateurs de vins vous invitent à découvrir leur 6 gammes de vins et signés s'il vous plaît !

www.tourisme-corbieres-minervois.com

Restaurant les Calicots : www.les-calicots.com

Restaurant O Mazette : https://omazette.com/

Terre D'expression : www.terre-dexpression.fr/

MONTAGNE NOIRE

LES GLACIERES DE PRADELLES-CABARDES : RANDO NATURE ET PATRIMOINE !

Envie de fraîcheur et de nature ? Rendez-vous sur les hauteurs de la Montagne Noire, à Pradelles-Cabardès. Déambulez dans les ruelles de ce village montagnard typique et lancez-vous sur le sentier des glacières. Ces silos souterrains étaient autrefois utilisés pour conserver la neige. Laissez-vous porter par votre imagination... Au 19ème siècle, entassée sur des charrettes, cette glace naturelle produite était livrée jusqu'aux plages méditerranéennes ! Terminez votre balade par un instant de détente au bord du lac de Pradelles.

www.tourisme-montagnenoire.com

PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO

UNE BALADE SUR LE CANAL DU MIDI

Un des sites majeurs du Canal du Midi, classé au patrimoine mondial de l'Unesco, se situe à 15 minutes de Narbonne : le port du Somail. Avant d'être un port de plaisance, le Somail fut, du XVII^{e} au XIX^{e} siècle, un port de commerce et de voyageurs. Plongez dans le passé en découvrant les monuments les plus anciens : la chapelle, le pont en dos d'âne, la glacière, l'auberge, la maison du garde ou encore la Noria. Les enfants apprécieront une balade en bateau sur le canal, une glace artisanale pour le goûter et la visite de la Librairie ancienne et son ambiance très « Poudlard » .

www.visit-lanarbonnaise.com/fr/le-somail-canal-du-midi

Intensément CASTELNAUDARY

AU FIL DES RUES...

Castelnaudary c'est la capitale du Cassoulet... ok mais pas que ! Suivez-nous à travers le centre ancien, on vous amène Place de Verdun où le samedi matin un petit marché vous accueille avec plein de senteurs et de couleurs différentes... Levez les yeux et découvrez le visage de Catherine de Médicis sur la façade de l'ancien BHV ! La rue de la Comédie vous conduira au Moulin de Cugarel qui a conservé son mécanisme intérieur d'origine. D'ici on a une vue étonnante sur toute la Montagne Noire. Reprenez les ruelles et vous arriverez à la Collégiale St Michel (et son orgue Cavaillé-Coll de plus de 2500 tuyaux !). En descendant, vous arriverez au Grand Bassin sur le Canal du Midi, puis vous irez voir les bateaux monter et descendre ces drôles d'escaliers que sont les écluses St Roch : il y en a 4 à la suite !
Une petite halte en terrasse sur le Port sera la bienvenue après cette jolie balade pour regarder les bateaux passer en rêvant.
www.castelnaudary-tourisme.fr

CANAL DU MIDI

5 SPOTS SYMPAS

De Toulouse à la Méditerranée, entre Castelnaudary et Narbonne, on note les meilleurs endroits où s'arrêter le long du canal.
1. Trèbes et son port, pour un resto au bord de l'eau. Point de départ idéal pour une balade à vélo vers Carcassonne (13 km) ou Marseillette (10 km).
2. Puichéric et son écluse atypique : Ici, les sculptures en bois et autres petits personnages fruits de l'imagination créative de l'éclusier vous accueillent.
3. Carcassonne, pour partir sur un bateau promenade et admirer la cité médiévale ou même dormir sur une péniche hôtel à Herminis
4. La Redorte et son épanchoir de l'Argent Double, balade d'une heure sur le chemin de halage.
5. Le port de Homps pour sa maison des vins du Minervois et barboter au lac de Jouarres.
www.grand-carcassonne-tourisme.fr/la-destination/canal-du-midi/

GOUFFRE GÉANT DE CABRESPINE

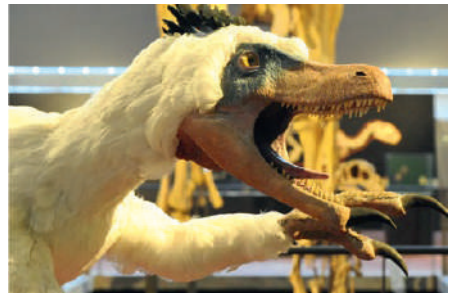
BEAUTÉ FROIDE ET SENSATIONS FORTES

Véritable merveille de la nature, le gouffre est une des plus grandes grottes aménagées au monde et fait partie des dix plus belles cavernes d'Europe, réputé pour la richesse de ses cristallisations : aragonites, draperies, colonnes et cascades... Pont suspendu en verre, passerelle vertigineuse et jeux de lumières donnent au lieu une dimension encore plus spectaculaire. Pour une visite moins conventionnelle et si vous souhaitez jouer les aventuriers, enfilez combinaison de spéléo, casque et frontale ! Vous voilà prêt pour un voyage au centre de la Terre avec l'Accro Grotte de Cabrespine.
www.grand-carcassonne-tourisme.fr/la-destination/incontournables/gouffre-de-cabrespine/

HAUTE VALLÉE DE L'AUDE

TERROIR DES DINOSAURES, LA REMONTÉE DANS LE TEMPS

Réputée pour ses vins, la Haute Vallée de l'Aude et ses sols du Crétacé (Jurassique) constituent le principal gisement de fossiles des derniers dinosaures et de leurs œufs d'Europe. Dans ces sols d'argile rouge, les vignerons produisent les Cuvées Ampelosaurus, Gargantua et Rhabdodon Priscus. Le Musée des Dinosaures à Espéraza vous invite à entrer dans un univers paléontologique ludique. Des premières traces de vie à l'apparition de l'Homme, la galerie de l'évolution démarre par un tunnel comme un voyage dans le temps en remontant aux origines de la vie sur Terre.
www.dinosauria.org/fr
www.annedejoyeuse.fr/



Idées ESCAPADES

LÉZIGNAN-CORBIÈRES

ÉCHAPPÉE À VÉLO

Lézignan-Corbières est le lieu de départ idéal pour découvrir la région à VTT ou en cyclo. Vous pourrez séjourner au **Camping de la Pinède** dans le «Cabanot», un hébergement spécialement élaboré pour les cyclistes qui souhaitent sillonner les routes à vélo à travers vignes et garrigues. Pour préparer votre pique-nique, faites étape au **CDD** pour composer votre panier terroir 100% produits locaux. Les amateurs de vins seront séduits par le **Chai des Vignerons** et caveau aménagé dans le style Belle Époque. Défi pour les plus sportifs : cap sur l'Alaric à VTT avec des boucles techniques et des paysages inoubliables !

www.tourisme-corbieres-minervois.com
Camping de la Pinède : **www.campinglapinede.fr/**
CDD : **https://cddsud.fr/**
Le Chai des Vignerons : **www.chai-vignerons.com/**

CARCASSONNE PLAGE

JOURNEE FUN

Le lieu rêvé à 5 minutes en voiture des remparts de Carcassonne.
Le lac de la Cavayère, dans un cadre verdoyant au milieu de collines, de garrigues et de pinèdes propose aux amateurs de randos un circuit de 5 km. Avis aux amateurs de sensations fortes : ambiance teint hâlé, musique et sports de glisse autour du téléski nautique, de son bar au bord de l'eau, du parc aquatique et ses toboggans sensationnels, et des terrains de beach-volley. L'aventure n'est pas loin sur le magnifique parcours d'accrobranche au milieu des pins et au-dessus du lac sur les tyroliennes à sensations.

www.grand-carcassonne-tourisme.fr

DÉCOUVERTES EN FAMILLE

IDEES RANDOS EN FAMILLE

Les petits bouts seront ravis de marcher aux côtés de maman et papa sur les sentiers faciles et pleins de découvertes ! Suivre les panneaux et installations poétiques du sentier Joseph Delteil à Villar en Val , découvrir les immenses sculptures en pleine nature du sentier sculpturel de Mayronnes.
Partir sur la trace des Wisigoths entre pinède, vignes et sous-bois à Villarzel Cabardès. Aller de capitelle en capitelle à Conques sur Orbiel ou encore se rafraîchir en Montagne Noire aux ruisseaux de Castans.

https://rando.grand-carcassonne-tourisme.fr

MONDE SOUTERRAIN

LE MONDE SOUTERRAIN DE PORTEL-DES-CORBIÈRES

Bienvenue à Portel-des-Corbières, un village authentique comme on les aime dans le Grand Narbonne Méditerranée. Baladez-vous dans les ruelles qui vous mèneront plus bas au bord de la rivière la Berre, et faites une pause à la chapelle gothique Notre Dame des Oubiels, à l'ombre des oliviers... pour le déjeuner, Portel compte 4 restaurants, vous avez donc le choix. L'après-midi, arpentez les chemins de randonnée, vous voilà dans les Corbières avec des panoramas époustouflants sur l'étang de Bages-Sigean et sur la Méditerranée... ou enfoncez-vous dans les entrailles de la terre, au frais à 80 mètres, au cœur du site de **Terra Vinea** : après avoir pris un petit train, vous descendez dans d'ancienne mine de gypse où vous attend une visite très enrichissante, en son et lumière. Vous découvrez l'histoire de la vigne et le savoir-faire millénaire des vignerons en Méditerranée. Profitez également d'une petite dégustation... Ouvert 7/7 de 10h-16h30. Visite complète : 11,60€ par adulte, 9,90€ de 13 à 17 ans, 6,90€ de 5 à 12 ans. Visites à 10h30, 11h15, puis toutes les 45' de 13h30 à 16h30.

www.terra-vinea.com

DE VILLAGE EN VILLAGE

VILLAGES EN ROND

Dans la région limouxine, 23 villages sont en cercle ou demi-cercle autour d'une église ou d'un château fort.

Cette architecture confère une morphologie particulière à ces villages construits autour de leur église ou bien de leur château qui, vus du ciel, sont de forme circulaire. On appelle ces villages des « Circulades ».

Alaigne, la Digne d'Aval et Loupia sont parmi les plus beaux exemples par leur Circulades sur plusieurs rues, chacune révèlant son charme.

Ces villages constituent d'ailleurs le cadre privilégié pour de nombreux artisans locaux ainsi que de nombreux domaines viticoles.

N'hésitez pas à vous y perdre ! Une flânerie dans ces villages très particuliers est l'occasion de découvrir une architecture pittoresque et le petit patrimoine rural souvent méconnu.

Pour la liste complète des Circulades, contacter l'Office de Tourisme du Limouxin.

www.tourisme-limoux-in-aude.fr

RANDONNÉE

UNE JOURNÉE SUR LE CHEMIN DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE « AUDOIS »

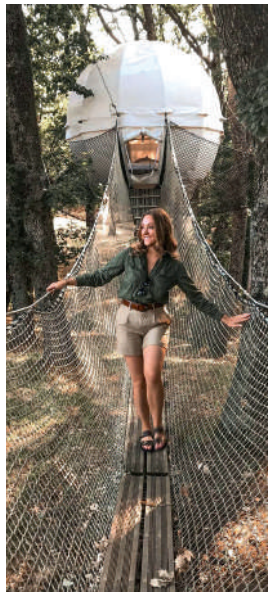
Imprégnez-vous de l'émotion de fouler les pas millénaires des pèlerins à la coquille... en marchant sur le Camin Romieu ! Il s'agit d'une très ancienne voie qui permettait de rejoindre Rome à Saint-Jacques de Compostelle, d'ailleurs le point d'équidistance entre les deux villes saintes se trouvent sur le commune de Sainte-Valière (1116 km). Aujourd'hui, ce chemin est rattaché au GR78, suivez donc le balisage « Blanc - rouge » entre Capestang et Pouzols-Minervois et vous serez surpris, le temps d'une journée (ou plus) de traverser de si jolis villages en Minervois : Bize, Mailhac, Argeliers... profitez des paysages de pinèdes, garrigues, oliviers, vignobles, parsemés de petits murets en pierre sèche. Et si vous vous arrêtiez pour vous sustenter à la table d'un restaurant ? À vous les bons produits locaux qui font aussi le patrimoine du Grand Narbonne et de l'Aude.

www.visit-lanarbonnaise.com/fr/balades-minervois-autour-de-narbonne

Séjours et dégustations EN AUDE PAYS CATHARE

ADRESSE GLAMPING EN PLEINE NATURE A 20 MIN DE CARCASSONNE À MONTOLIEU

Des nuits insolites alliant confort et nature, qualité et innovation écologique !
Dans le majestueux parc de « La Forge » à Montolieu, vous aurez le choix de séjourner au bord du lac dans un Dôme transparent ou une Tiny House, maison miniature sur roues ou au milieu des arbres, dans un Cocoon Tree, tente suspendue à 5m du sol dans les arbres, juste assez haut pour entendre un peu plus les oiseaux que d'habitude...
www.forgedemontolieu.com/fr/



L'ÉCRIN DE LA CITÉ DE CARCASSONNE

Contempler une des plus belles citadelles d'Europe depuis le jacuzzi de votre villa de vacances vous fait rêver ? L'écrin de la Cité , à 300 mètres des remparts de la Cité Médiévale. Vue fantastique sur la cité, les vignes et les Pyrénées, piscine chauffée, 2 jacuzzis, 6 suites, parc arboré ... Pour vos vacances en famille ou entre amis jusqu'à 14 personnes. **http://lecrindelacite.com/**

BREAK DÉTENTE AU CLOS DE LA MASSANE À CASTELNAU D'AUDE

A deux pas du Canal du Midi, à Castelnau d'Aude, le Clos de la Massane vous accueille dans une charmante maison vigneronne. La chambre d'hôte vous propose quatre chambres raffinées dans le thème art déco. Après une bonne nuit dans des chambres tout confort, vous pourrez prendre confortablement votre petit déjeuner sur la terrasse tout en admirant le jardin paysager. Le Clos de la Massane dispose également d'une piscine chauffée pour de belles journées à buller en compagnie des cigales. Cathy, la propriétaire vous propose une table d'hôtes qui saura ravir vos papilles avec des menus de saison concoctés avec des produits locaux.
Chambres d'hôtes Le Clos de la Massane : www.leclosdelamassane.fr/

BOUTIQUE DE TERROIR CHEZ CHRISTOPHE À CASTELNAUDARY

Epicurien, gourmand, ou encore si vous avez Epicurien, gourmand, ou encore si vous avez envie de surprendre vos papilles, « Chez Christophe » est la boutique à découvrir à Castelnaudary ! Spécialisée dans les produits de qualité, cette épicerie fine propose une palette de couleurs et de goûts vraiment diversifiée. Christophe choisit ses produits avec cœur et amour : du fromage au rhum arrangé en passant par de la charcuterie ou encore des vins audois, nul doute qu'il saura trouver le produit que vous aimerez.
www.chezchristophe11.com/ et www.castelnaudary-tourisme.fr

CARNET D'ADRESSES

Office de Tourisme Grand Carcassonne www.grand-carcassonne-tourisme.fr
Pays Touristique Corbières-Minervois www.tourisme.corbieres-minervois.com
Office de Tourisme du Limouxin www.tourisme-limoux-in-aude.fr
Office de Tourisme de Castelnaudary Lauragais Audois www.castelnaudary-tourisme.fr
Office de Tourisme Au Coeur des Collines Cathares www.collinescathares.com
Office de Tourisme de la Montagne Noire www.tourisme-montagnenoire.com
Tourisme Grand Narbonne Méditerranée www.visit-lanarbonnaise.com
Agence de Développement Touristique de l'Aude www.audetourisme.com

Document réalisé par CAMPAGNES & CIE - Edition Juillet 2020

Document non contractuel, établi à partir des informations fournies par les prestataires, sous réserve de modifications.
Photos : C. Baudot - Grand Narbonne Tourisme / L. Belhache / l. Biral / C. Deschamps / G. Deschamps / D. Goxe / Lorgeril / P. Palau / JL Socquet / Vincent photographie / A. Vinton.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION