

MiDi

MA RÉGION, MES ENVIES

DOSSIER

Nuits magiques

Accrobranche à la
frontale, barbecue marin,
bivouac aux étoiles,
MiDi passe en mode nuit

L'invitée, Julie Gayet

p. 16

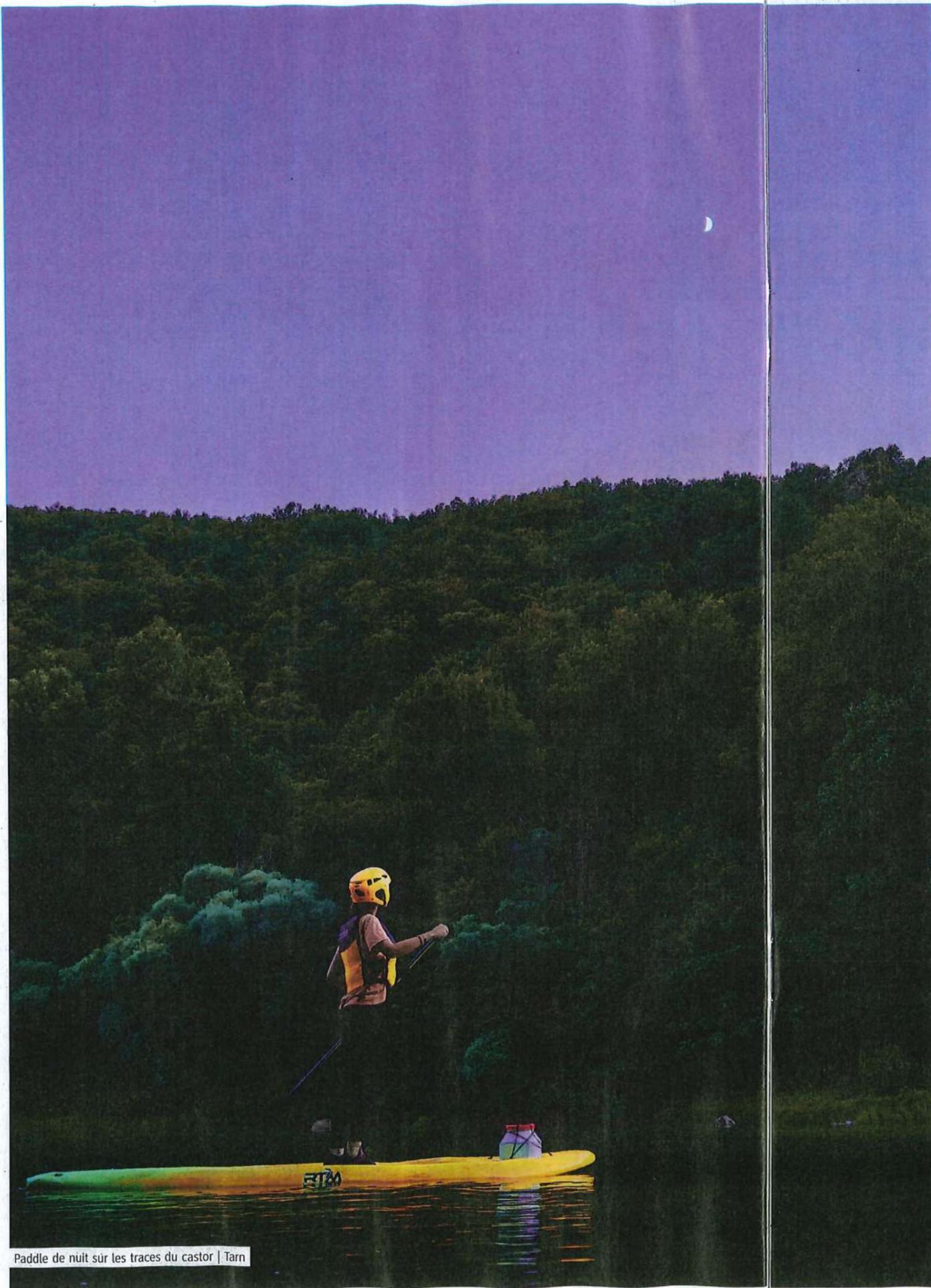
Reportage Couleurs
et saveurs du Sud
en Quercy Blanc, p. 12

Histoire Un petit
frère pour le Pont
du Gard, p. 22



LA DÉPÊCHE
DU MIDI

Retrouvez votre
HOROSCOPE
en page 34



Paddle de nuit sur les traces du castor | Tarn

Insolite

Dans la fraîcheur de la nuit

Trop belles pour aller se coucher, les nuits d'été ne sont pas seulement propices à la contemplation des étoiles filantes. À l'assaut des rivières et des forêts, comme dans les rues éclairées au flambeau ou sous les toiles des marchés nocturnes, voici quelques idées à tester et à partager.

[Textes : Conny Schaller. Photos : DR]

Avec les longues soirées estivales, revient le plaisir des repas sous la voûte céleste, et des vœux qu'on formule à la vue d'une étoile filante ! Mais la nuit, avec ses températures clémentes, est aussi un temps d'activités depuis que les animateurs et professionnels du tourisme multiplient les propositions. Ainsi retrouve-t-on en version nocturnes certaines des sorties nature présentées dans notre dossier "Adrenaline" de la semaine dernière. Faire de l'accrobranche à la frontale, écouter les bruits nocturnes des animaux sauvages, descendre une rivière en raft ou glisser sur un paddle sous la lune... Irrésistible !

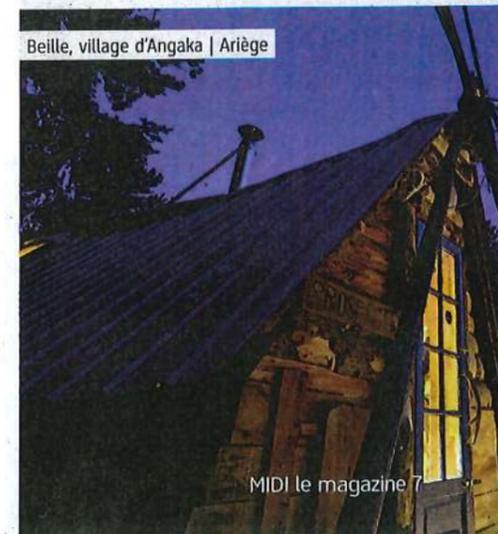
ARIÈGE

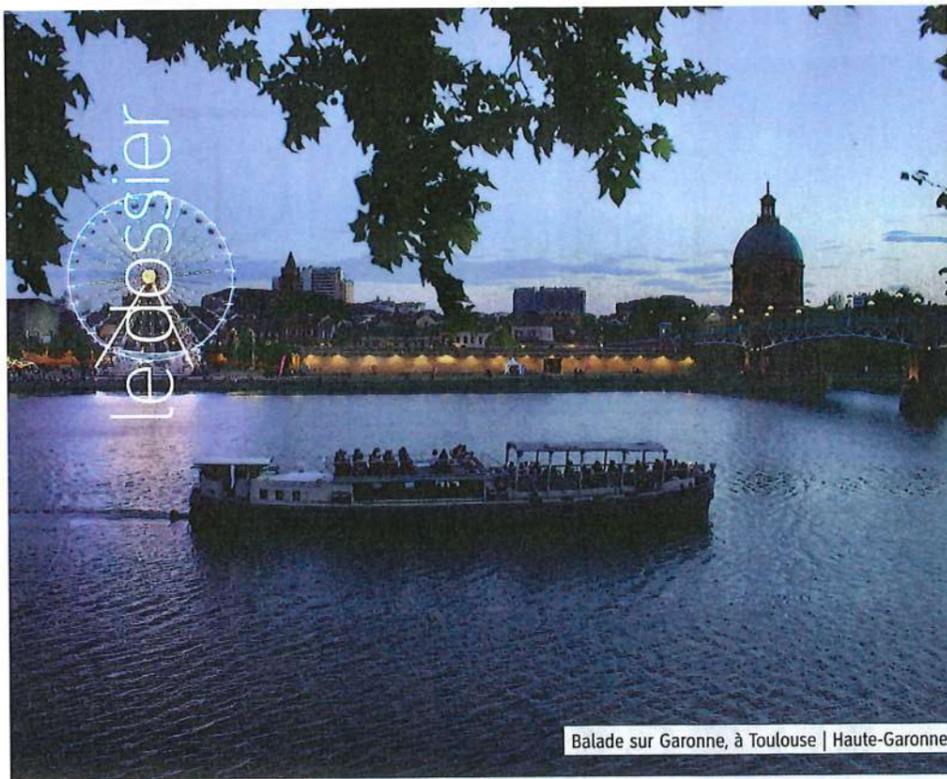
Bivouac nature sur le plateau de Beille

À 1 800 mètres d'altitude, les nuits sont plus fraîches mais aussi plus belles,

à Beille. Ambiance scandinave au village nordique d'Angaka avec bivouac au coin du feu. Un moment pour aller dire "bonne nuit" à la meute de chiens de traîneau accompagné par les soigneurs, une randonnée au crépuscule pour écouter les bruits de la nuit (le hullement de la chouette, les cloches des vaches en estive) ●●●

Beille, village d'Angaka | Ariège





Balade sur Garonne, à Toulouse | Haute-Garonne

ou voir déguerpier un renard ou une biche puis s'endormir en mode trappeur dans un tipi indien, une yourte ou une tente inuite.

À moins que ce soit directement à la belle étoile. Cette animation est proposée par les astronomes amateurs d'Angaka. Après une marche sur les prairies du plateau de Beille, vous vous allongez sur la pelouse, sur un matelas mousse, emmitouffés sous une couverture. Et le voyage pour plonger au plus profond du ciel étoilé peut commencer.

L'INFO EN Jusqu'à fin août | Tél. 06 51 52 01 40 | Tarif : à partir de 12 € (en tente) | www.angaka.com

AUDE

Barbecue sur l'eau À Port-Leucate

Les apéros grillades, tout en naviguant dans un port, ont le vent en "poulpe". À Port-Leucate et au Cap d'Agde, Jeff Brochet et Mathieu Serrano proposent à la location de drôles de petits bateaux, pensés pour partager un bon repas. Un moyen de faire un barbecue, tout en étant bercés par les eaux. L'idée est originale, le concept innovant : être le même jour capitaine d'une embarcation et chef cuisinier pour ses amis.

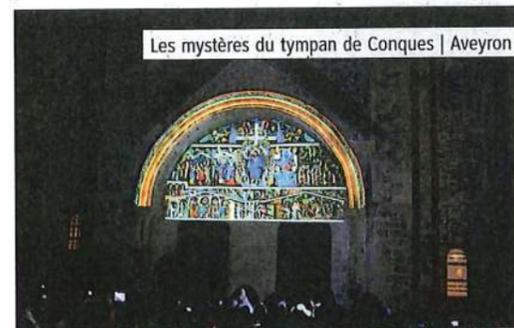
Le principe est simple, une bouée ronde pouvant accueillir jusqu'à dix passagers assis autour d'une table, et au centre un vrai barbecue. Sous un parasol géant avec LED intégré, d'une enceinte connectée pour écouter vos musiques préférées, faites griller saucisses fraîches et brochettes marinées au beau milieu de l'eau. « Nous n'avons quasiment pas de contraintes météo, le port est toujours calme, pas de vague ni de houle, indique Mathieu. L'apprentissage de la conduite est rapide, pas besoin de permis. Les marins d'un soir peuvent partir naviguer et même piquer une tête au passage ! »

L'INFO EN Port-Leucate et Cap d'Agde | Tél. 04 67 09 30 21 | Tarif : 115 € pour 3 à 6 personnes | www.barbecueboat.com

AVEYRON

Moment d'émotion aux Nocturnes de Conques

Une fois la nuit tombée sur les trésors romans et les ruelles pavées de Conques, rendez-vous sur le parvis de l'abbatiale pour assister à la présentation du tympan.



Les mystères du tympan de Conques | Aveyron



Barbecue boat | Aude



En attendant la nuit | Lot



Accrobranche à la frontale | Lozère

La musique du grand orgue accompagne les visiteurs jusqu'aux tribunes de l'église dont les jeux de lumière éclairent l'architecture, jouant avec les vitraux dessinés par Pierre Soulages. Ce moment de méditation s'achève par l'illumination polychrome du tympan. Figée depuis près de 900 ans, s'imposant à 3,50 mètres du sol, cette œuvre de 124 personnages sculptés reste étonnamment lisible. Composant la scène du Jugement dernier, représentants de la Cour céleste, anges, élus et autres démons reprennent progressivement vie par un jeu de couleurs remarquable.

L'INFO EN Office de tourisme de Conques | Tél. 05 65 72 85 00 | Tarif : 5 € | www.tourisme-conques.fr

HAUTE-GARONNE

Embarquement sur la Garonne au soleil couchant

Quand la nuit tombe sur Toulouse, les lumières changeantes se reflètent sur la Garonne et les monuments de la Ville rose dévoilent leurs secrets dans les jeux de clair-obscur. Une ambiance intimiste propice aux croisières sur le fleuve, que l'on peut vivre à bord des Bateaux Toulousains.

La balade de 40 minutes, qui démarre tous les soirs d'été à 20 h 30 au Quai de la Daurade, est un grand spectacle avec la vue sur la brique toulousaine s'embrasant au soleil couchant et sur les monuments étincelant dans l'écrin de la nuit. Tout au long du parcours, vous découvrirez d'un autre œil le cœur historique (Pont Neuf, pont Saint-Pierre, Dôme de la Grave, la basilique de la Daurade, le Bazacle...) et apprenez des anecdotes historiques.

L'INFO EN Tarif : 12 € | www.bateaux-toulousains.com

LOZÈRE

Accrobranche nocturne Comme des lucioles

« Pour vous faire vivre des sensations complètement différentes », les frères Damien et Gaëtan Defay, proposent tous les mercredis soirs d'été, à 21 h, de se lancer sur les 7 parcours d'accrobranche au Rondin Parc, près du lac de Naussac, à Rocles. « Sensations garanties car dans les arbres et de nuit, tous vos sens s'aiguisent, explique Damien. Cependant vous ne serez pas seul face à l'obscurité, nous, les moniteurs, sommes là pour vous guider ! Cette activité (à partir de 12 ans) est une expérience unique. Dans

une ambiance mystérieuse, on ressent et entend tous les mouvements des arbres qui nous entourent. C'est fabuleux, et le spectacle visuel l'est tout autant ! On est comme dans un rêve quand ces petites « guirlandes de fées » commencent à se dessiner sous la lune.

L'INFO EN Base de Rondin Parc | Tarif : 23 € | Tél. 04 66 69 50 46 | www.rondinparc.com

TARN

Paddle de nuit sur les traces du castor

Laissez-vous envoûter par la tombée de la nuit sur le Tarn. Votre périple crépusculaire commence à la base de loisirs de Trébas, à 35 km d'Albi. Campé sur votre paddle, voguant sur les eaux calmes, vous admirez les falaises aux lueurs du soleil couchant. Vous voilà attentif au moindre mouvement, à la plus petite éblouissement... Car vous n'êtes pas seul. La pâle clarté de la lune dévoile souvent les frémissements moustaches d'un castor.

Queue plate et écaillée, allure pataude et pattes palmées : le castor a fait son retour sur les berges du Tarn. Discret, le plus grand rongeur d'Europe laisse néanmoins deviner son passage en abattant quelques peupliers de-ci de-là, permettant d'admirer ses talents de bûcheron aux solides incisives. Et comme le castor ne se déplace que la nuit, il faut bien les 7 kilomètres de cette descente paisible des eaux du Tarn pour avoir la chance de l'apercevoir au clair de lune et à la lumière des explications du guide naturaliste.

L'INFO EN Durée 3 h, en août : départ les jeudis à 19 h 30 | Canoë Trébas | Tarif : 30 € | www.tourisme-tarn.com

LOT

Suivre le courant de la Dordogne en canoë

S'évader en canoë sur la Dordogne, et en profiter pour bivouaquer sous l'un des cieux les plus étoilés de France, tel pourrait être votre programme pour quelques heures d'aventure, en toute liberté, proposé par trois organismes lotois.

La Dordogne a creusé des falaises et dessiné des plages tout au long de son parcours. Partir en canoë au fil de ces eaux calmes permet de se ressourcer en pleine nature. On prend le temps de s'imprégner de la beauté de la rivière, des villages sur les berges, des falaises, des châteaux...

Sur les berges, le bivouac est toléré. On peut alors monter sa tente le soir venu, gonfler son matelas et préparer son lit douillet. Il fait encore chaud, la lumière du soleil baisse, mais les galets sont encore chauds. Le moment idéal pour l'apéro ! Le meilleur spot ? Celui où on est seul avec la nature pour entendre le clapotis de la rivière.

L'INFO EN Carennac Aventure : 06 30 87 66 65 | Safaraid Dordogne : 05 65 37 44 87 | Compagnie Sports Nature : 05 65 32 27 59 | Tarif : à partir de 22 € | www.vallee-dordogne.com

GERS

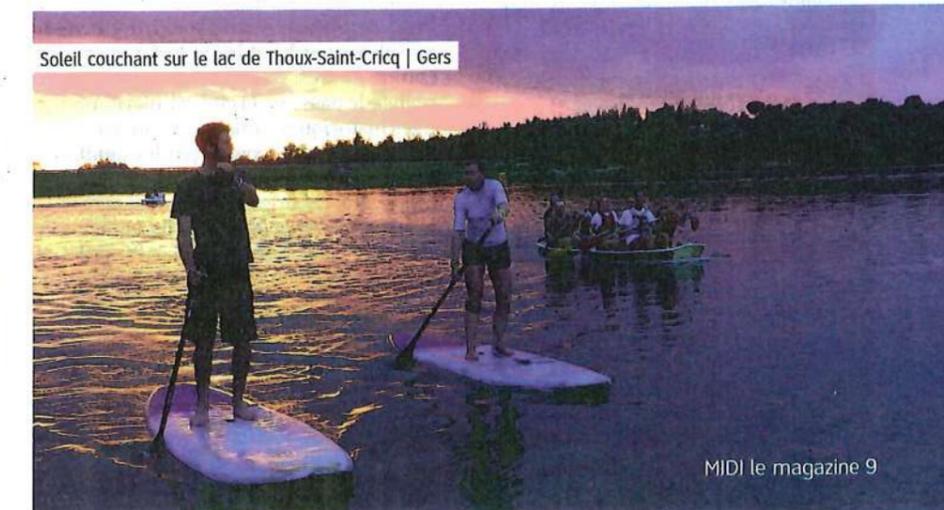
Rames aux flambeaux et apéro gascon

Quoi de mieux que de passer ses soirées d'été sur l'eau, à regarder le coucher de soleil ? Embarquez pour les « Rames aux Flambeaux » au crépuscule et voguez jusqu'à la nuit sur le lac de Thoux-Saint-Cricq. « Nous vous proposons cette sortie tous les jeudis soir, jusqu'à fin août. Un super moment de convivialité pour profiter des dernières lueurs du soleil », indique Hugues Denis, chef de base de ce centre multi-activités.

Le départ est donné vers 21 h devant le club de voile. Le groupe de rameurs marque de nombreux arrêts pour admirer le ciel du couchant et une faune omniprésente. « Mais pas d'inquiétude, la sortie est encadrée et les embarcations sont illuminées par des bougies et bracelets lumineux. Au retour, les participants partagent un moment chaleureux autour d'un apéro gascon ! »

Le centre propose la formule « Paddle Gascon », accompagné d'un repas gersois sur l'eau.

L'INFO EN Réservation obligatoire | Tarif : 12 € | Tél. 06 69 32 60 90 | www.cvthouxstcricq.fr



Soleil couchant sur le lac de Thoux-Saint-Cricq | Gers



Les salines de Frontignan à la fin du jour | Hérault

LOT-ET-GARONNE

Dîner festif au marché nocturne du bon roi Henry

Pour profiter de la fièvre des soirées estivales, il faut courir les marchés nocturnes. Chaque mardi soir, il y a comme un air de fête sur les quais de la Baïse à Nérac. À partir de 19 h, et après une journée de visite sur les traces d'Henri IV, les artisans du bon goût et producteurs passionnés étalent fièrement leurs délicieuses spécialités et vous emportent dans un tourbillon de couleurs, de parfums et de saveurs. Foie gras, magrets, tourtières, fraises et melons... se dégustent en toute simplicité. On goûte, on choisit et on compose son repas pour s'en régaler sur place. Ces marchés "Mardis So Gascogne" sont devenus un incontournable rendez-vous, les habitants, jeunes et anciens, partagent de longues tablées avec les vacanciers de passage. On trinque, on dîne, on passe des moments festifs et conviviaux, le tout avec une bonne dose de musique.

L'INFO EN Concerts à partir de 20 h 30 | www.albret-tourisme.com

HAUTES-PYRÉNÉES

Du Moonlight Rafting à la pleine lune

À Villelongue, dans la vallée d'Argelès-Gazost, Thomas Legeay et sa compagne Marie Majkowiez, gérants de la base nautique Tom Rafting proposent des soirées inédites où l'on descend paisiblement le Gave de Pau éclairé uniquement par la pleine lune. Deux options s'offrent à vous. Vous pouvez rejoindre les moniteurs à 20 h pour profiter d'un apéritif dînatoire

composé de produits du terroir pyrénéen pour débiter la soirée par une note gourmande ou venir directement à 21 h pour la descente. Au coucher du soleil, embarquement dans les rafts et départ pour une descente calme et silencieuse de plus de trois heures, dans une ambiance magique. Au cours d'une pause sur le lac des Gaves, bercés par les sons de la nuit tombante, une conteuse vous fera plonger au cœur des légendes locales. Un moment assurément inoubliable !

L'INFO EN Base nautique Tom Rafting, Villelongue | Tél. 06 37 51 19 92 | Prochaine date : 1^{er} août | Tarif : 55 € | www.tomrafting.com

HÉRAULT

Dans les secrets des anciens salins de Frontignan

Arpentez les anciens salins de Frontignan de nuit ! Touchez, sentez, goûtez cet air salé qui règne et contemplez ces vastes étendues d'eau où les oiseaux s'adonnent à une danse envoûtante.

Peu avant le coucher du soleil, découvrez les salins en suivant le guide. Grâce à ses commentaires, vous aurez l'impression de revivre le passé de la cité salinière. Vestiges historiques, vous apercevrez d'anciens bâtiments occupés par les familles des sauniers et le réseau hydraulique avec les canaux encore équipés de leurs martelières. Admirez hérons et flamants roses s'envoler au-dessus de l'étang d'Ingril baignés des derniers rayons du soleil.

Plus de 150 espèces d'oiseaux ont été recensées sur le site : sternes naines, avocettes élégantes et échasses blanches viennent ici pour se reproduire et repartent à la fin de l'été. Le soleil se

couche... Le ciel se colore alors que les oiseaux deviennent des ombres.

L'INFO EN Bureau de tourisme de Frontignan | Tél. 04 67 18 31 60 | Tarif : 7 € | www.frontignan-tourisme.com

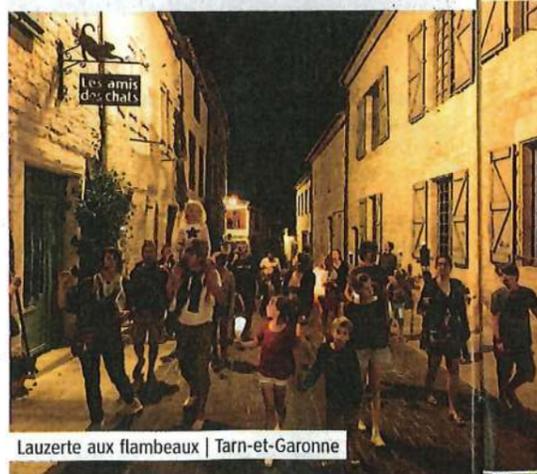
TARN-ET-GARONNE

Découverte de Lauzerte à la lueur des flambeaux

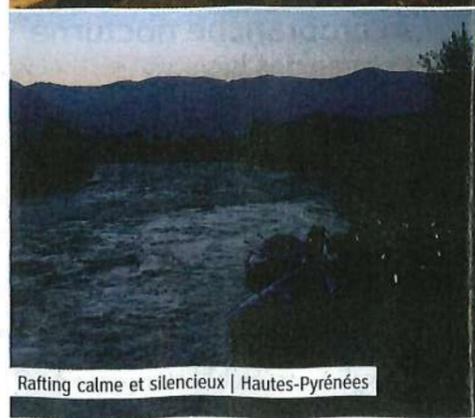
Tous les vendredis soir d'été, dans une ambiance mystérieuse et flambeau à la main, Sandy Communal, guide conférencière, vous fait découvrir d'une manière originale, l'histoire et l'architecture de Lauzerte, magnifique bastide fortifiée au cœur du Quercy Blanc classée parmi les plus beaux villages de France.

Le rendez-vous est donné sur la place des Cornières à 21 h 30 pour une "Ronde de nuit aux flambeaux". « Cette balade dure environ 1 h 30. Elle comporte une visite à pied de l'extérieur du centre historique pour admirer quelques monuments, explique Sandy. Des détails architecturaux qui ont du sens et permettent de retracer l'histoire des nombreux artisans d'art, feronniers, céramistes... qui ont décoré le village. Le reste de la visite est davantage accentuée sur les légendes et contes de la cité », précise la guide qui offrira ainsi un souvenir d'été médiéval et poétique.

L'INFO EN Tél. 06 50 75 18 25 | Tarif : 5 € | www.tourisme-tarnetgaronne.fr



Lauzerte aux flambeaux | Tarn-et-Garonne



Rafting calme et silencieux | Hautes-Pyrénées

PYRÉNÉES-ORIENTALES

À EcoZonia dormez aux sons des prédateurs

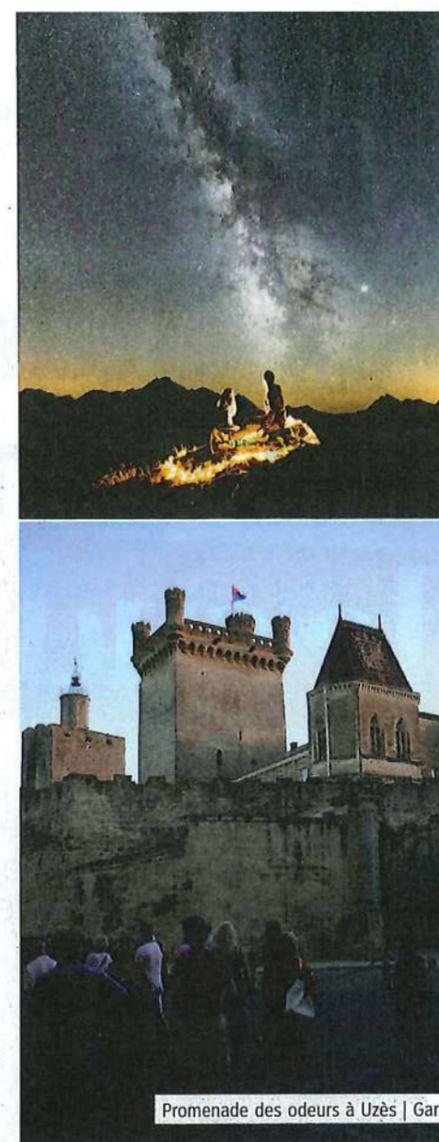
Préparez-vous à vivre une expérience unique en Europe et passez une nuit inoubliable, aux sons ou à la vue de prédateurs au parc animalier Ecozonia, à Cases-de-Pène, près de Perpignan. Ce parc, qui s'étend sur 26 hectares, abrite des espèces rarissimes de l'extrême Orient russe.

Grâce aux hébergements insolites que propose le parc, vous pouvez admirer de près et sans le moindre risque quelques magnifiques spécimens comme le tigre de Sibérie, l'ours brun, ou encore la panthère de l'Amour. Tandis que les pièces des écolodges donnent directement, à travers une baie vitrée, sur les enclos des animaux, les bivouacs, ces grandes tentes suspendues, sont dans un espace proche des enclos. « La formule Bivouac tout compris garantit un dépaysement total avec visite guidée, entre 17 h et 19 h, un repas, puis vers 20h une excursion nocturne avec jumelles à vision nocturne pour observer lynx, chouette Laponne, dholes, loups... mais surtout une nuit en tente suspendue à la belle étoile ! », s'enthousiasme Claudine Perrottey, de la direction du parc.

L'INFO EN Tél. 04 68 89 73 50 | Tarif : à partir de 149 € | www.ecozonia.fr

Bivouac presque sauvage
Pyrénées-Orientales

Au marché du roi Henry, à Nérac | Lot-et-Garonne



Promenade des odeurs à Uzès | Gard

GARD

Un voyage olfactif surprenant à Uzès

Que pouvaient bien sentir les habitants d'Uzès au fil des siècles ? Les réponses à cette question, c'est Claire Merryl qui les apporte. Certains lundis soir d'été, cette passionnée par le monde des odeurs et des parfums, propose une balade olfactive, mêlée d'histoires, d'anecdotes surprenantes. Avec elle, on remonte le temps en découvrant les effluves d'époques. « En cheminant à la lumière des lanternes, et bien d'autres senteurs au gré de la balade, dévoile Claire Merryl. Ce voyage olfactif contera l'histoire en lui donnant du relief et vous traverserez les siècles avec des touches à parfum confectionnées par mes soins. »

L'INFO EN Tél. 04 66 22 68 88 | Tarif : 15 € | www.uzes-pontdugard.com

NUITS MAGIQUES

SOUS LES ÉTOILES FILANTES

Le mois d'août est la meilleure période pour observer les étoiles. Direction les différents spots, où les astronomes apprennent aux visiteurs de s'orienter grâce aux constellations et à comprendre les astres.

Au Pic du Midi, le plus haut planétarium d'Europe, perché à 2877 m d'altitude, surnommé le « Vaisseau des étoiles » et labellisé par la RICE pour ces nuits plus pures sans pollution visuelle, est assurément le meilleur endroit pour admirer les étoiles.

Séjour «Nuit étoilée» | www.picdumidi.com

Également en haut du Pic, on en profite pour s'initier à l'astrophotographie en compagnie de Bertrand Billerach, astronome amateur.

Tél. 06 20 14 42 79

Le Belvédère de la Nuit à Hautacam, sur les hauteurs d'Argelès-Gazost, est un autre site privilégié pour observer le ciel. Tél. 05 62 97 10 16 | www.lespyrenees.net

Et toujours dans les Hautes-Pyrénées, La réserve du Néouvielle, près de Saint-Lary, offre un cadre exceptionnel pour l'observation. Après une balade au clair de lune au bord des lacs, le guide accompagnera les amateurs sur les sentiers pour une lecture du ciel.

Tél. 05 62 39 50 81 | www.saintlary.com

Dans le Gers, pendant le Festival d'Astronomie (du 4 au 11 août) à la Ferme des étoiles à Fleurance, le guide astronome emmène les visiteurs au plus près des astres. Un accès à la coupole Charvin, équipée d'un télescope 400 mm Schmidt-Cassegrain, leur est réservé.

Tél. 05 62 06 09 76 | www.fermedesetoilles.com

Dans l'Hérault, près de Montpellier, mais loin de la pollution lumineuse, on passe une nuit dans un observatoire (une bulle transparente) sur le site d'Aniane, le plus grand observatoire astronomique amateur de France. Un œil pointé sur un Eascope (télescope amateur), l'autre rivé sur la carte du ciel, et on admire les constellations. Tél. 07 68 73 69 00 | www.astronarium.fr

Dans le cadre des Nuits des étoiles (du 11 au 13 août), l'Observatoire Astronomique de Sabarat en Ariège, ouvre exceptionnellement son site au public. Le 12 août, de 20h30 à minuit. Tél. 06 22 17 04 98 | www.observatoire-sabarat.com

Dans le Gard, Julien Tauran, guide de montagne propose une itinérance de 4 jours de randonnée sur les sentiers des Cévennes et initie les participants à l'astronomie. Prochaines dates : du 24 au 27 août | Tél. 06 63 20 25 25 | www.azimut-voyage.fr

L'INFO EN www.voyage-occitanie.com www.afastronomie.fr/les-nuits-des-etoilles