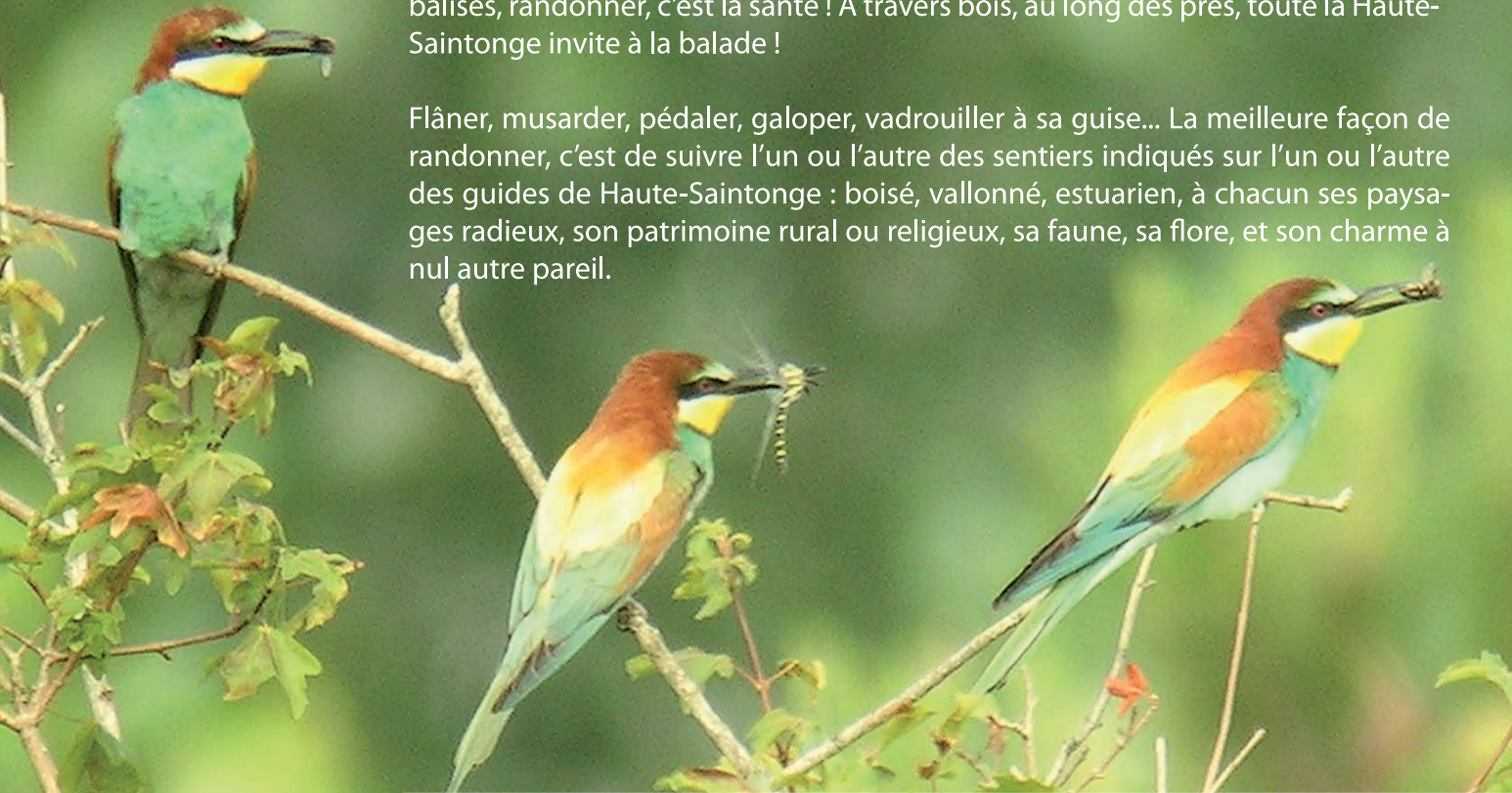




Promenons-nous ...

A pied, à cheval, à vélo tout terrain sur deux mille et un kilomètres de sentiers balisés, randonner, c'est la santé ! A travers bois, au long des prés, toute la Haute-Saintonge invite à la balade !

Flâner, musarder, pédaler, galoper, vadrouiller à sa guise... La meilleure façon de randonner, c'est de suivre l'un ou l'autre des sentiers indiqués sur l'un ou l'autre des guides de Haute-Saintonge : boisé, vallonné, estuarien, à chacun ses paysages radieux, son patrimoine rural ou religieux, sa faune, sa flore, et son charme à nul autre pareil.



La collection des trois topo-guides de randonnée pédestre en Haute Saintonge permet d'orienter ses pas selon ses penchants :

Disponible dans tous les Offices de Tourisme de Haute-Saintonge et Points Presse.

Prix : 7.00 €



• La Saintonge boisée et le canton des Trois Monts, pour ses reliefs accentués au sud de la Charente-Maritime.



• La vallée de la Seugne et la Champagne viticole, pour une odysée rurale à l'intérieur des terres.



• Les marais de l'estuaire et la lande forestière, pour une bouffée d'air iodé en bords d'Estuaire.



A vélo tôt ou tard (VTT)

Du plus jeune au plus âgé, tous les membres de la famille sont conviés à se lancer à vélo sur la piste de leur choix en piochant, par exemple, dans les 25 circuits balisés du rando-guide VTT de Haute-Saintonge : soit 800 km de petits bonheurs à partager.



Le Rando-Guide V.T.T. de Haute-Saintonge propose une sélection de 25 itinéraires, de 30 km en moyenne pour débutants comme pour pratiquants chevronnés, circuits balisés aux normes de la FFCT et entretenus.

Disponible dans tous les Offices de Tourisme de Haute-Saintonge et Points Presse. Prix : 7.00 €



Chaque circuit, présenté sur une fiche, mentionne le tracé et l'itinéraire à suivre sur fond de carte, ainsi qu'un descriptif des sites qui, au passage, méritent une pause. Les planchettes de bois naturel qui balisent les sentiers VTT se conforment à celles des circuits pédestres de petite randonnée. Le numéro qui s'y inscrit correspond à celui du rando-guide, et sa couleur renvoie au niveau de difficulté de l'itinéraire*.

Chemin faisant, il peut être plaisant de poser pied à terre aux parages d'une rivière ou d'un plan d'eau, pour varier les plaisirs en louant une barque ou un canoë.

• Vert, bleu, rouge, noir, du plus facile au plus escarpé.

Féerie des tourbières

Unique, l'espace naturel des Bénissons de Soubran (carte en F5) l'est par l'originalité de ses milieux humides, secrets et sauvages. La tourbière et les étangs abritent des plantes carnivores (ci-contre) et des piments royaux ainsi que des batraciens insolites, des tortues d'eau, un papillon rarissime et des libellules de collection.



• Avis aux herborisateurs : le guide illustré des orchidées de Haute-Saintonge est précieux pour identifier les espèces rares. • Guide gratuit disponible dans tous les offices de tourisme.

..... Parure d'orchidées

A la belle saison sur les hauteurs champêtres de Saint-Maurice-de-Tavernole (carte en D7), le coteau calcaire du Fief de Chau voit éclore les orchis et les ophrys à profusion.

Ces orchidées sauvages sont parfois dotées de noms botaniques empruntés au règne animal, lorsque leurs fleurs imitent à s'y méprendre la couleur, le velouté, l'éclat métallique d'un corps d'abeille, de mouche voire d'araignée.



Re-cyclable voie verte

Roulez, roulez vélos, VTT, VTC, mais aussi rollers, skate-boards, tricycles, poussettes et autres trottinettes... L'ancienne voie ferrée qui relie Chevanceaux à Clérac* a été "recyclée" à l'usage des cycles et engins à roulettes non-motorisés**.



Après avoir transporté voyageurs, puis marchandises, la ligne de chemin de fer fut désaffectée. Puis les communes firent en sorte de la réaffecter à la circulation des moyens de locomotion alternatifs, carburant exclusivement à "l'huile de genou" !

* Le tronçon haut-saintongeais de 14 km se prolonge en Charente sur 21 km supplémentaires jusqu'à Barbezieux.

** La voie verte est également accessible aux marcheurs à pied, aux fauteuils roulants de personnes handicapées, et aux chevaux non attelés.

Reignements Offices de Tourisme de :

Montlieu-la-Garde : Tél. 05 46 04 43 67 – Fax 05 46 04 48 39
Email : otmontlieu@fr.oleane.com)

Montguyon : Tél. 05 46 04 28 70 – Fax : 05 46 04 28 70
Email : tourisme.montguyon@wanadoo.fr





Battre campagne en sabots ...

En selle, en calèche, en roulotte ou à pied au côté d'un âne de bât, la découverte de la Haute-Saintonge prend une dimension inattendue : celle d'une relation intime avec l'animal et la nature. Car le cheval, compagnon de l'homme dans ses déplacements depuis la nuit des temps, est un être vivant !



Plus de 1000 km de circuits balisés pour randonnées montées ou attelées forment un réseau ponctué d'étapes équestres (ci-dessus) et de gîtes aguerris à l'accueil des cavaliers et des montures.

Au hasard de périples ou de simples balades, il n'est pas rare que bipèdes et équidés se lient de complicité.



Brochure gratuite disponible dans tous les Offices de Tourisme.

Présentation des 17 structures adhérentes de l'association et carte générale de présentation des circuits et d'implantation des Haltes Equestres.
www.randonnee-equestre-sud17.com

Renseignements :

Association des Prestataires de
Tourisme Equestre de Haute-Saintonge
Robert PASSERIEUX
Peuchauvet - 17210 CHATENET
Tél. 05 46 04 70 26 - 06 76 01 79 71
e.mail : robert.passerieux@orange.fr



..... Balisage des circuits équestre





Pôles-nature ...



Pôle : s'immerger dans le massif forestier de la Double saintongaise. Face : voguer sur le plus grand estuaire sauvage d'Europe. Et pile poil, explorer les deux pôles. Originaux par la richesse des milieux naturels qu'ils recèlent, les quinze pôles-nature de Charente-Maritime sont des sites protégés, accessibles à tous. Deux d'entre eux se trouvent en Haute-Saintonge : l'un dans l'univers boisé de Montlieu-la-Garde, l'autre sur la rive estuarienne de Vitrezay. Coup d'œil.



Au coin du bois

Un parcours ludique, des sentiers de randonnée, des sorties guidées mènent à la rencontre d'une scierie, d'une menuiserie à l'ancienne mais aussi de la faune, de la flore et des essences forestières. Expositions, ateliers d'initiation au travail du bois et animations complètent le menu de la Maison de la forêt. Les bottes de sept lieues ne sont pas fournies !



Secrets d'arbres

La Maison de la forêt de Montlieu-la-Garde occupe un espace naturel au cœur de la Double saintongaise : le plus vaste massif boisé du département, qui s'étend sur 30 000 hectares. Un prodigieux terrain d'aventure pour Petits Poucets !

Ouf, pas d'ogre en vue ! Du belvédère de la tour de guet, le regard plonge sur une mer de verdure qui moutonne au gré du vent, et l'on rêve d'être oiseau pour surfer à la cime des arbres. En pleine forêt, les fûts dressent les colonnes d'une nef végétale dont le feuillage tapisse la voûte. Et l'on voudrait être écureuil pour se livrer à mille acrobaties parmi les branches...

Brochure gratuite (96pages)
(disponibles dans tous les offices de tourisme)



A la chasse aux papillons...

Saviez-vous qu'en Haute-Saintonge une soixantaine d'espèces de papillons de jour s'égaillent çà et là? Grâce à la réserve à papillons mise en place sur le site de la Maison de la Forêt, vous pourrez facilement les observer et découvrir toute cette diversité.

Conte destiné aux enfants
(Prix public 12€ TTC)



Dans la forêt de Montlieu-la-Garde, Sylvain le jeune arbre est effrayé par la tempête. Il se réfugie dans une des cabanes et s'endort. A son réveil plus rien n'est comme avant ...



. Contact :
MAISON DE LA FORÊT - 17 210 Montlieu-la-Garde
Tél. : 05 46 04 43 67 - Fax : 05 46 04 48 39
e.mail : horizonboisforet@yahoo.fr
ou otmontlieu@fr.oleane.com





Ondes mystérieuses

Observatoire d'oiseaux, pêche, navigation...

Rattaché à Saint-Sorlin-de-Conac, le pôle-nature de Vitrezay s'ouvre sur la "mer de Gironde" : un étrange univers aux contours ondoyants, où l'on se régénère en perdant ses repères.

Lumineuse et limoneuse, la coulée estuarienne prend ses aises entre ses rives. De l'amont à l'aval, les eaux douces du fleuve qui va vers l'océan se mêlent au flux d'onde saline qui remonte au fil des marées.

Mi-fluviale, mi-marine, confondue entre ciel et terre, la nature singulière de l'estuaire ne ressemble à aucune autre.

Ohé, ohé matelots

Embarquement pour traversée de l'estuaire en kayak ou bateau passeur, virée en filadière traditionnelle ou en gabare, initiation sur un voilier destiné aux enfants...

De Vitrezay ou de Port-Maubert, les matelots s'en vont naviguer sur les flots. Hisse et ho !

Pêches fabuleuses

A la ligne, au coup, au leurre, les parties de pêche se jouent en eau douce parmi les roselières où l'on capture, de nuit, l'anguille à la vermée. A la balance, au lancer ou au carrelet perché, les pêcheurs font aussi merveille dans l'eau saumâtre de l'estuaire.



Repas, repos, expos

Aloses, lamproies, agneau des prés : aux petits oignons, les saveurs d'estuaire régaleront les hôtes de la "Guinguette" et du "Vitrezay". Sur place, des hébergements offrent un dodo réparateur. Quant aux expositions et aux animations, elles s'accordent au tempo des saisons.



Contacts :

.PÔLE NATURE DE VITREZAY - Tél. : 05 46 49 89 89 - e.mail : vitrezay@wanadoo.fr - web : www.charente-maritime.org
.Office de Tourisme de Mirambeau : Tél. 05 46 49 62 85 - Fax : 05 46 49 62 85 e.mail : office-tourisme.mirambeau@wanadoo.fr
.Office de Tourisme de St Genis de Saintonge : Tél. / Fax 05 46 49 01 42 - e.mail : otcanstongen@wanadoo.fr



NAVIGUER SUR LE PLUS GRAND ESTUAIRE D'EUROPE
Dépliants gratuits disponibles en offices de tourisme :
Horaires traversées et balades en Bateau-passeur.
Ecole de Voile de Port Maubert.