

L'Aude appartient à ceux qui en ***prennent soin***

Dans l'Aude, tout est une histoire d'éléments. La **TERRE** qui donne naissance au vin et aux bons produits frais. L'**AIR** qui fait vibrer les oyats et danser la Méditerranée. L'**EAU** qui se la coule douce entre les gorges et le canal du Midi. Et le **FEU**, qui mijote dans la cassole et illumine les villages au flambeau, mais avec qui on ne plaisante pas. Et la **TABLE**, qui rassemble tout ça autour d'un verre.

On ne va pas y aller par quatre chemins (plutôt par cinq éléments). Pour profiter du territoire audois, il suffit de quelques bons gestes. Et après, en avant vers l'aventure et l'Aude là.

ON PREND l'air

8h. Ce matin à Gruissan, l'air est doux. Dehors, les volets claquent et les arbres s'agitent. La Tramontane se fait entendre. Elle souffle depuis le nord-ouest, franche, puissante et déterminée. C'est vrai qu'elle aime se faire remarquer. Et ici tout le monde le sait : c'est toujours elle qui décide où le vent vous mène.

- La Tramontane ne manque pas d'air, et elle a du souffle. On s'adapte à elle (et pas l'inverse).
- Règle d'or, partir en vadrouille avant 10h, ou en fin d'après-midi, pour éviter le cagnard brûlant. Mais on ne peut rien faire pour les mollets qui chauffent...
- Avec la chaleur, on pense à boire de l'eau régulièrement, pour ne pas devenir aussi sec que la garrigue.
- Quand on visite les châteaux et forteresses, on profite des points de vue. Mais pas trop près du bord, surtout les jours de Tramontane, elle pousse fort.

Pour les Audois

- Intérieurs équipés de ventilateurs (plafonniers) dans les pièces principales = brise tout l'été. Tout simplement royal.
- Transformer sa maison en congélateur géant ? Pas la bonne idée. Avec la clim, température raisonnable oblige, et entretien du matériel pour éviter les surconsommations.
- La nuit, on ouvre tout grand. Le jour, on ferme tout. Les moustiquaires deviennent les meilleures alliées de l'été.



RESTER TERRE À Terre

Pas question de rater les premiers rayons de soleil. La lumière dorée inonde les champs de thym, et la garrigue dégage des odeurs sèches et poivrées. L'odeur des embruns monte de la côte. Et surtout, le silence. Avouez que ça fait du bien quand ça s'arrête. Seul le son du cers, des cigales, des oiseaux et des vagues méditerranéennes est apprécié. Parce que l'Aude on l'aime comme elle est. Fragile mais protégée.

FAUNE & FLORE EVER

- Pierres, plantes, fleurs et sable font la beauté du paysage... mais pas dans votre maison. On touche uniquement avec les yeux. Comme au musée.
- Pour nos amis à poils ou à écailles, c'est la même chose. On peut les admirer, sans les toucher, les déplacer ni les nourrir (sur terre ou dans la mer).
- Les toutous sont les bienvenus dans l'Aude, mais ils restent en laisse toute la balade. Pour ne pas déranger la faune et flore sauvages.
- Même si les insectes sont parfois agaçants, ils sont les gardiens de la biodiversité audoise. Alors on les protège. Les petites bêtes ne mangent pas les grandes de toute façon.



JETER, TRIER, RESPECTER, QUE ÇA SOIT TOUJOURS PIMPANT

- L'emballage du fromage de chèvre ? Dans la poubelle jaune. Le pot de tapenade en verre vide ? Dans le bac à verre. Le noyau d'olive ? Dans le bac à compost. Les points de tri sont présents sur le territoire. À vous de jouer trier.
- Et les déchets compostables* ? Dans les composteurs (individuels ou collectifs).
- On rêve tous de laisser une trace de notre passage sur Terre... mais dans l'Aude, le meilleur impact c'est de ne pas en laisser du tout.

UN CHEMIN SANS PÉPIN

Règle d'or, partir en vadrouille avant 10h, ou en fin d'après-midi, pour éviter le cagnard brûlant. Mais on ne peut rien faire pour les mollets qui chauffent...

Pendant les virées, on reste sur les chemins balisés.

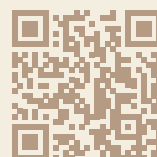
Respecter les consignes de sécurité sur les plages et sentiers, c'est comme mettre du SPF 50+ au mois d'août : indispensable.

Les chenilles processionnaires sont fascinantes de loin, urticantes de près mais pas méchantes, promis. Pour éviter d'avoir les démangeaisons, on fait attention en gardant les distances. Toutou compris !

Personne ne les a invités, pourtant les tiques adorent les balades. De quoi nous faire tiquer. Au retour (surtout au printemps), on cherche la petite bête, enfants adultes et amis à quatre pattes.

Pour les Audois

Je participe aux opérations de nettoyages collectifs organisés dans l'Aude



* qui se décomposent naturellement dans la terre comme les épluchures de fruits et légumes, les coquilles d'oeufs, le marc de café du matin mais aussi le papier et le carton brun non imprimé, en petite quantité.

PRENDRE SOIN DE l'eau-de

L'eau est au cœur de l'Aude. C'est elle qui sculpte les gorges de Galamus et s'endort dans les étangs couleur lavande. Celle qui rafraîchit les drôles quand le soleil tape sur la plage de La Franqui, qui désaltère les assoiffés et fait pousser tout ce qu'on aime, des vignes aux olives. Faire attention à l'Aude, c'est donc prendre soin de l'eau. Promis, ce n'est pas la mer à boire. D'ailleurs ici, l'eau, on la respecte trop pour la gaspiller.

Pour se rafraîchir sans risque quand le soleil tape, on fait trempette dans les plans d'eau surveillés. Tous les coins ne s'y prêtent pas, Galamus ou Sougraigne, c'est pour les yeux, pas pour la baignade.



Les jours de grand vent, on suit les consignes de baignade à la lettre. Une mer agitée peut vite vous pousser vers le large.



Bien sûr, on respecte les restrictions d'eau surtout en période de sécheresse. Ça coule (presque) de source.



L'eau, comme les chats, a plusieurs vies. Dès que c'est possible, on la réutilise. Pour arroser les plantes ou rincer la salade par exemple, c'est plus écol-eau.



Dans la rivière, jeter des cailloux peut paraître rigolo. Mais ça ne fait pas rire les truites, ni les autres petits organismes qui vivent pépères en dessous.



L'eau de la rivière, elle, n'a pas besoin de crème pour se protéger des rayons du soleil. On troque la protection solaire contre un tee-shirt. Fashion et qualité de l'eau garantie.

Pour les Audois

- Ici on aime la pluie. Comme pour le vin avec modération. Les récupérateurs d'eau de pluie reliés à des gouttières sont donc les meilleurs copains. La commune ou l'intercommunalité peut vous renseigner sur les dispositifs existants.
- On installe des équipements pas trop gourmands en eau, comme des robinets mousseurs.
- Les plantes n'aiment pas les soirées trop arrosées, elles préfèrent le goutte à goutte, sans aucun doute.

SANS feu SANS flamme

21h. Dans les ruelles de Carcassonne, on allume les flambeaux pour la visite du soir. Les flammes dansent contre la pierre, les ombres s'allongent, le guide commence son histoire. Plus tard, la cassole sortira du four pour la table, autre forme de feu, autre forme de fête. Ici, le feu n'est jamais loin : il éclaire, il cuit, il rassemble. C'est un patrimoine vivant. Mais soyons clairs : ici, on ne joue pas avec le feu. Alors on le prend au sérieux, vraiment.

On profite de la forêt pour respirer une grande bouffée d'air pur. À plein poumons évidemment. Pendant que la cigarette, elle, prend son mal en patience, bien rangée dans son paquet.



On ne s'enflamme pas avec les barbecues. Les feux, c'est jamais en dehors des zones autorisées pour éviter le drame.



On checke le risque incendie du jour, tous les jours. Prudence est mère de sûreté, comme on dit, encore plus dans la garrigue.

Pour les Audois

Disqueuse, meuleuse, épareuse ou autre outils usant de flammes (soudure), ne sont pas copains copains avec les espaces naturels combustibles. On ne veut surtout pas provoquer des étincelles avec la nature audoise.



On débroussaille pour limiter la propagation du feu surtout aux abords des maisons, et aux abords des accès pour faciliter l'action des secours.

1⁹ ET DANS l'assiette

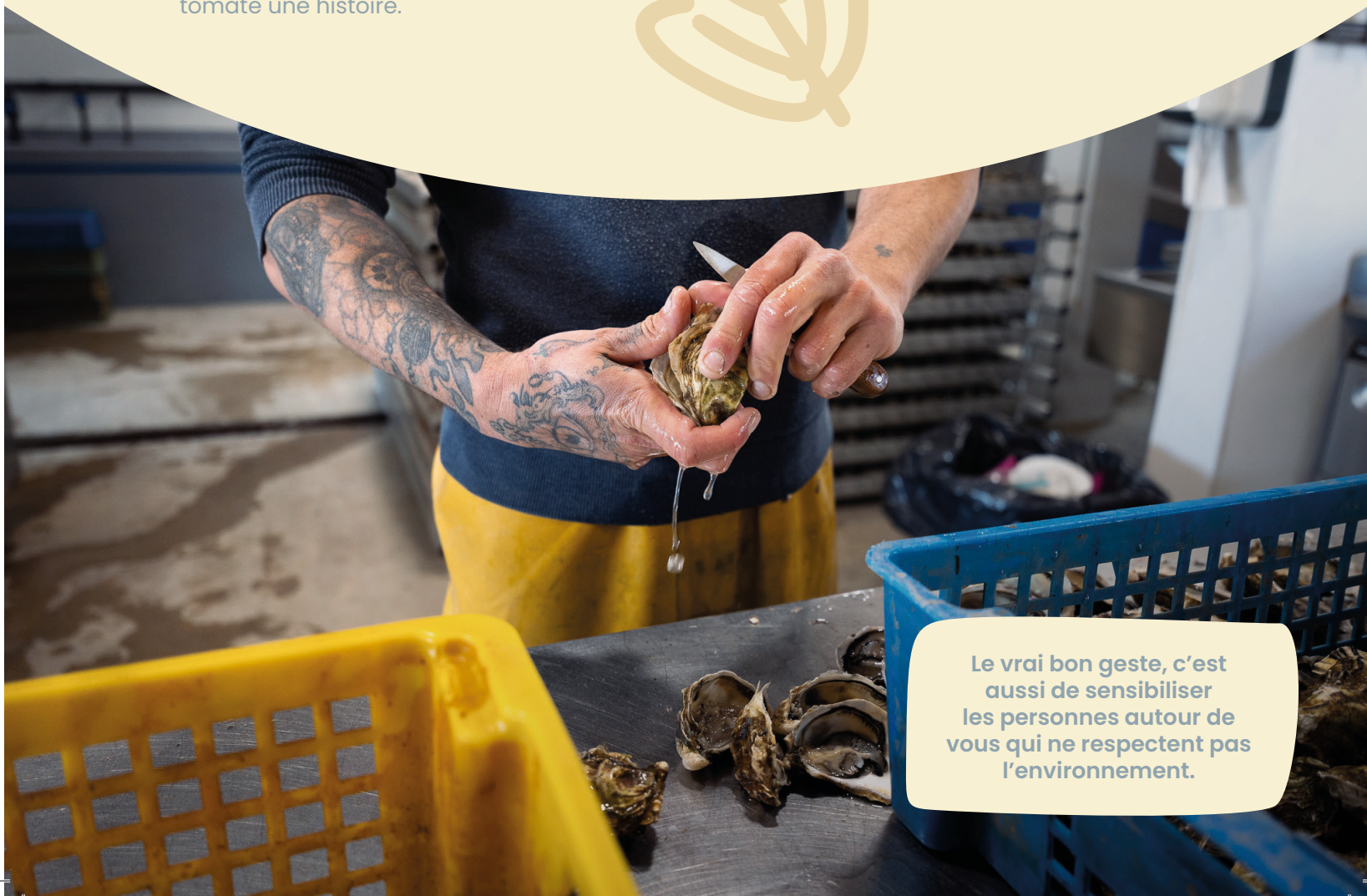
La fierté du territoire ? C'est aussi, et surtout, le goût du terroir. Des fruits et légumes gorgés de soleil, du miel onctueux et réconfortant, des tapenades pleines de caractère ou encore des vins parfumés. Ça nous donne l'Aude à la bouche. Et manger local, c'est bien meilleur. Un peu comme déguster des huîtres les pieds dans le sable à Leucate.

- Pour dénicher les producteurs les plus proches de chez vous, on jette un coup d'œil à la marque *Pays Cathare* et au réseau *Bienvenue à la ferme*. Simple comme bonjour.
- Pour remplir le placard, on choisit des produits du terroir. Et de saison, c'est la meilleure combinaison.
- Bonjour les circuits courts, hello les labels locaux
- On remplit le panier au marché local. Là où le producteur a un visage, et la tomate une histoire.

Pour les Audois

Adopter des poules, c'est cool : elles réduisent les déchets alimentaires tout en fournissant des œufs frais. Mais pas obligé de se coucher en même temps qu'elles...

Le vrai bon geste, c'est aussi de sensibiliser les personnes autour de vous qui ne respectent pas l'environnement.



LIENS UTILES

Préfecture de l'Aude

facebook.com/Prefet11

Risque Incendies

risque-prevention-incendie.fr

Vigilance Météo

vigilance.meteofrance.fr/fr/aude

État des routes

inforoutell.fr

Suivi Hydrologique de la Vallée de l'Aude et Affluents :

shyvaa.smmar.fr

Vigilance Crues

vigicrues.gouv.fr/territoire/21

Valorisation des déchets

covaldem11.fr

Circuits courts

www.aude.fr/les-circuits-de-proximite-pratiquer-sans-moderation

LES PARTENAIRES DE L'ÉDITION

Parc Naturel Régional du Corbières Fenouillèdes

parc.corbieres-fenouilledes.fr/decouvrir/les-bonnes-pratiques/

Parc Naturel Régional de la Narbonnaise en Méditerranée

www.parc-naturel-narbonnaise.fr

Syndicat Mixte des Milieux Aquatiques et des Rivières (SMMAR)

smmar.fr

Service Départemental d'Incendie et de Secours

sdis11.fr

Collecte et Valorisation des Déchets Ménagers de l'Aude

covaldem11.fr

Chambre d'Agriculture de l'Aude

aude.chambres-agriculture.fr

Pour préserver l'environnement, éviter d'imprimer