

TEXTE: DÉBORAH LEVY
PHOTOGRAPHIES: DÉBORAH LEVY, OFFICE
DE TOURISME DE L'ÎLE D'OLÉRON

escapades ÎLIENNES

L'ÎLE D'OLÉRON LA LUMINEUSE

22 000 habitants l'hiver. 220 000 l'été. L'île d'Oléron, dite l'île aux parfums ou la lumineuse, vous invite à l'évasion au grand air et à la gastronomie iodée. Une échappée belle à découvrir de préférence du printemps au début de l'automne.



POUR DORMIR ET DÉJEUNER

■ Une escale aux Jardins d'Aliénor****, au château d'Oléron, est un luxe dont il ne faut pas se priver. Le chef sélectionne tous les jours ses produits auprès de producteurs locaux et le sommelier sera attentif à tous vos souhaits.

■ Autre idée, un déjeuner au Relais des Salines, sur le site du port des Salines. Découvrez de nombreuses spécialités sur l'île d'Oléron.

WWW.ILE-OLERON-MARENNES.COM





Trente kilomètres de long pour treize de large, l'île d'Oléron est un petit bout de terre située en Charente-Maritime, en face de Rochefort. Avec ses 175 m², elle surprend par la diversité de ses paysages d'abord, pour la quiétude qui y règne ensuite. Si vous arrivez par le train, à Surgères par exemple, il vous faudra passer un pont pour rejoindre l'île. Comptez une bonne heure en voiture. Les petits artisans sont légion sur ce territoire, le tourisme étant la première manne pour l'économie locale avec 220 000 personnes qui consomment chaque été. La boutique de création de bijoux, « Retour de plage », au port de Saint-Trojan-lès-Bains vous met tout de suite dans l'ambiance des lieux. « Couleurs Cabanes », union d'une vingtaine de créateurs, et autres ateliers installés dans d'anciennes cabanes ostréicoles colorées, au port du château, vous donneront plein d'idées de cadeaux : bijoux, couteaux, peintures, broderies, sculptures, mais aussi le goût de la découverte de métiers et matières variés – lutherie, tournage sur bois, marqueterie ou enluminure – pour n'en citer que quelques-uns. Depuis près de vingt ans, les artistes et les artisans s'y succèdent et viennent occuper, pour quelques semaines, ou tout au long de l'année, ces jolis ateliers...

Direction ensuite le centre de thalassothérapie sur la plage du Gatseau, dans l'enceinte du Novotel. Une nouvelle machine mystérieuse va alors analyser votre Be Flowing (QPM pour quantic potential measurement, ou dit plus simplement votre état physique, émotionnel et mental) grâce à un courant qui passe à travers votre corps. Vous pourrez poursuivre votre parcours détente par de la lithothérapie ou la pose de pierres semi-précieuses où votre corps le réclame. Et si on vous propose de poser dans la paume de votre main une sonde, n'hésitez pas, vous connaîtrez en quelques secondes vos besoins en minéraux et en oligo-éléments, ainsi que, plus embêtant,

vos intoxications aux métaux lourds et votre niveau de stress oxydatif. Après le déjeuner – pensez à tester leurs smoothies, un délice ! – place à la respirologie au bord de l'eau qui vous aidera à maîtriser votre souffle et faire baisser votre rythme cardiaque : « *Éliminer le CO₂ en expirant permet de dépolluer son corps et d'éviter la fatigue. En revanche, l'oxygénation ravive la flamme qui est en nous* », explique Claude Lalonnier.

À tester, le stand-up paddle | Plus physique, vous continuerez la journée, pourquoi pas, en vous essayant au stand-up paddle à Saint-Pierre-d'Oléron avec les frères Capmas. Ils vous proposent de pagayer debout sur une planche – plutôt stable, c'est plus facile pour une première – dans les marais protégés et classés Natura 2000. Julien, votre accompagnateur, vous fera goûter aux étranges plantes comestibles autour de vous comme la salicorne ou l'obione de mer. Salées à souhait... S'il est une figure célèbre sur l'île, c'est bien Pierre Loti, voyageur, photographe, écrivain, académicien et officier de marine. Originaire de Rochefort, il venait passer ses vacances d'été à Saint-Pierre-d'Oléron chez sa grand-mère et ses tantes. Depuis 1923, il repose dans le jardin de la maison familiale sous le lierre et les lauriers. Prenons ensuite un peu d'altitude. Après avoir monté les 224 marches du phare de Chassiron, à 43 m de haut, vous serez au grand air ! Ce phare est l'un des sites les plus visités de l'île. On y observe, de tout là-haut, quatorze écluses construites par les hommes au XIX^e siècle. De cette technique datant du Moyen Âge, plus de 250 pièges à poissons ont été créés tout autour de l'île. Un musée est installé dans la rotonde du phare. Un film vous fera voyager à travers les époques et vous entendrez notamment la voix off raconter : « *Il faut l'aimer notre île lumineuse, la cajoler, la protéger ; si fragile qu'un geste maladroit peut la détruire à jamais.* »

ICI, LA REINE,
C'EST L'HUÎTRE !

Premier bassin d'Europe de la culture de l'huître, les ports ostréicoles se situent autour de la partie sud de l'île et font vivre 750 entreprises. L'île d'Oléron et l'huître sont donc indissociables ! Qu'il est bon de déguster un plateau au port du château fraîchement débarqué du bateau. Sachez que l'huître Marennes-Oléron est la seule en France à posséder le label Rouge ! Cru ou cuite, il est impossible de passer à côté !