

## Sur l'île Oléron,

Une cure d'iode pour la rando santé, c'est tout indiqué.

Le remède se trouve à l'Île d'Oléron le 9 et 10 octobre 2018.

Depuis Marennes et Bourcefranc, à marée basse on découvre l'estuaire de la Seudre et le pont viaduc qui mène sur l'île, on peut presque traverser à pied sur les marais.

Du grand parking de la Cotinière devant la coopérative maritime, balade le long du port et jusqu'au bout de la jetée en passant derrière la criée, si elle n'est plus ouverte au public, le témoignage de l'activité de la pêche y est partout présent.

Une randonnée autour de la Citadelle du Château d'Oléron nous rappelle le passé historique de cette île . Ancienne place forte, la citadelle fut remaniée et renforcée au XVIIème siècle par Vauban. Sous Louis XIV, une véritable ceinture de défense existe autour de l'embouchure de la Charente avec Rochefort, l'Île d'Aix, Fourras et la citadelle en face.

De nos jours, son socle est régulièrement renforcé contre les assauts des déferlantes.

La « petite route des huîtres » permet la desserte de nombreux chenaux et cabanes ostréicoles face aux parcs situés au large . Cette voie nous conduit au moulin d'Oléron où nous sommes hébergés.

En traversant la route, petite visite à pied sur le pont Napoléon qui enjambe un chenal rapidement vidé de son eau par la marée descendante.

Une surprise nous attend au théâtre d'ardoise. A l'origine, taillée en forme de pieux l'ardoise servait de support aux huîtres. Remplacés par des matériaux moins onéreux, les pieux sont plutôt utilisés pour la décoration. Véritable théâtre de plein air , de curiosité et d'insolite, aménagé sur d'anciens marais, le lieu se prête tout à fait à la démonstration de taichi qui nous est faite. Avec des mouvements lents, doux et fluides, cet art martial nous procure la sérénité au claquement de l'éventail qui s'ouvre pour accompagner les gestes tout en souplesse.

Par le chenal de la Baudissière, rendez vous chez l' ostréiculteur qui nous parle de son métier avec passion mais aussi des difficultés.

De nombreuses cabanes ostréicoles ont été abandonnées. Les communes leur ont redonné vie et couleur en les aménageant pour les artistes locaux.

Près des bassins d'affinage, nous avons droit à une dégustation d'huîtres. On y ajoute le vin blanc, le pain, le beurre, le citron et du pâté et avalons notre potion, assurés que c'est bon pour notre santé.

Le lendemain, nous admirons le large vers l'anse de l'Ecuissière, face à l'océan. Nous cheminons à travers la forêt de Vert Bois. Plantée de chênes verts et de pins, cette

forêt domaniale fixe la dune toujours prête à se déplacer.

En nous avançant vers la plage nous découvrons une écluse à poissons. Les écluses sont d'anciennes pêcheries aménagées sur l'estran depuis des milliers d'années. Construites en pierre sèches, disposées debout pour former une voûte arrondie assurant ainsi une meilleure résistance aux vagues, assemblées sans ciment, les huîtres et coquillages les fixent entre elles. Elles se remplissent à marée haute, les poissons étant piégés lorsque la marée descend.

Sur 253 en 1853, il ne reste que 17 pêcheries de nos jours.

A St Trojan les Bains, station balnéaire recommandée pour traiter le ... surmenage !, nous longeons la digue récemment construite pour protéger la ville. Cette digue sert de déversoir lors de la montée des eaux.

La tempête Xynthia en février 2010 et ses vagues submersives ont laissé des traces douloureuses.

Nous attendons longtemps le petit train de St Trojan qui s'est mis en grève touristique. Qu'à cela ne tienne, nous longeons la voie à travers la forêt de pins jusqu'à la pointe de Gatseau et ses magnifiques plages de sable fin. Isolé du trafic cet endroit illustre bien la côte sauvage.

Une vue sur le continent en face, Ronce les Bains, le pont sur la Seudre, le clocher de Marennes pour nous rappeler que nous devons repartir avec, c'est sûr l'envie de revenir pour une nouvelle cure.

*Pour le groupe de rando santé RVE  
Ginette, le 18/10/2018*