



Les Zones Humides...

Zones de transition entre terre et eau, les Zones Humides périphériques à l'étang de Salses-Leucate sont nombreuses et jouent un rôle fondamental pour la conservation de la biodiversité et contribuent à la qualité de la ressource hydrique.

**Le Pla de Fitou ou la dépression de Ventenac...**

La "dépression de Ventenac" est une des Zones Humides périphériques au complexe lagunaire de Salses-Leucate. Cette zone est principalement constituée de parcelles agricoles exploitées en vigne, le tout formant une cuvette qui se gorge d'eau en cas de fortes intempéries. En marge de cette dépression, un chapelier de mares temporaires ou permanentes abrite une faune et une flore méritant une attention toute particulière: Il s'agit d'une ancienne carrière de gypse (platrière) nommée ici "es Gourgues". Cette carrière s'est inondée et, petit à petit, a été colonisée par une faune et une flore appréciant l'humidité du site.



**Les Triops**

Les Triops constituent un genre de crustacé d'eau douce tout à fait particulier. Ce sont des petits prédateurs très actifs des milieux aquatiques stagnants; ils sont caractéristiques des mares temporaires. Ces animaux peuvent jouer un rôle important dans l'équilibre écologique de ces milieux.

Véritables fossiles vivants, leur morphologie externe a subi peu de modifications depuis plus de 220 millions d'années.

Canaux menant à l'aqueduc sous-terrain



Les Gourgues de Ventenac



**Écrin de biodiversité**

Renouée de France



Anagyre foetide



Grand paon adulte



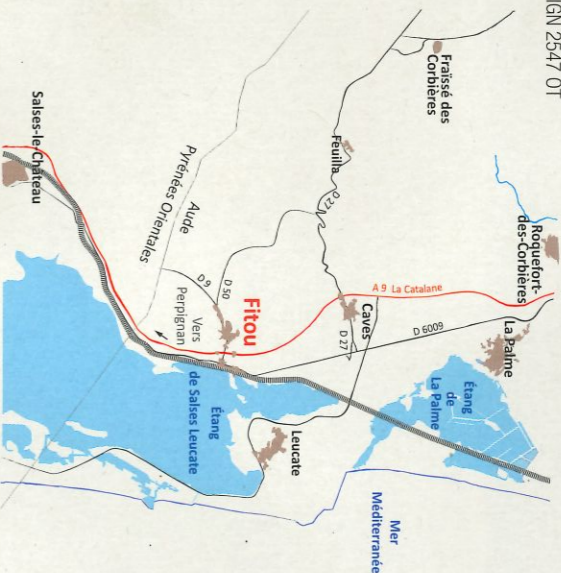
**Laissez vous guider sur les sentiers de Fitou.**

Découvrez les richesses de la commune de Fitou en vous promenant entre mer et garrigue.

Fitou, village vigneron, vous réserve de nombreuses surprises au détour d'un chemin ou d'une vigne, vous rencontrerez une multitude de capitelles, de paysages et de panoramas.

Le sentier du Pla et de Ventenac a été conçu par le Syndicat Rivage qui a aussi fourni des éléments scientifiques contenus dans ce dépliant.

Carte IGN 2547 01



**INFOS PRATIQUES**

Mairie 04 68 45 71 65 - [www.fitou.fr](http://www.fitou.fr) Office de Tourisme 04 68 70 28 43  
 SNOM Corbières Méditerranée 04 68 48 71 30  
 Syndicat Rivage 04 68 40 49 72 — [www.rivage-salses-leucate.org](http://www.rivage-salses-leucate.org)  
 Parc naturel régional de la Narbonnaise en Méditerranée  
 04 68 42 23 70 — [www.parc-naturel-narbonnaise.fr](http://www.parc-naturel-narbonnaise.fr)

**À voir**

- Les caves coopératives et particulières
- Des vestiges : capitelles, anciennes bergeries, enclos de pierres sèches...  
- anciens moulins et éoliennes modernes

**Les autres circuits du patrimoine**

- Armissan, Bages, Boutenac/Ferrals, Bizanet, Fleury d'Aude, Narbonne (Le Grand Castelou), Leucate, Moussan, Peyriac-de-Mer, Sigean, Vinassan



**CIRCUIT DU PATRIMOINE DU PARC NATUREL RÉGIONAL**

3 boucles : sentier du pla et de ventenac / de la garrigue au vignoble / Sentier à la découverte d'un pays

**Aude**  
Balades & Randonnées  
Fitou



**Recommandations**

- Restez sur les chemins balisés pour votre sécurité
- Protégez-vous du soleil et emportez de l'eau.
- Évitez la cueillette des fleurs et des plantes
- Ne laissez pas de débris derrière vous.
- Ne fumez pas, les incendies sont nombreux et catastrophiques dans notre région, en aucun cas, n'allumez de feu.
- Efforcez-vous de ne pas être source de bruits inutiles qui pourraient troubler et déranger les animaux.

**En cas d'incendie :**

- donnez l'alerte le plus tôt possible en appelant le 112,
- respirez à l'aide d'un linge humide,
- si vous êtes à pied abritez-vous derrière un rocher ou un mur,
- si vous êtes en voiture, ne quittez pas votre véhicule.

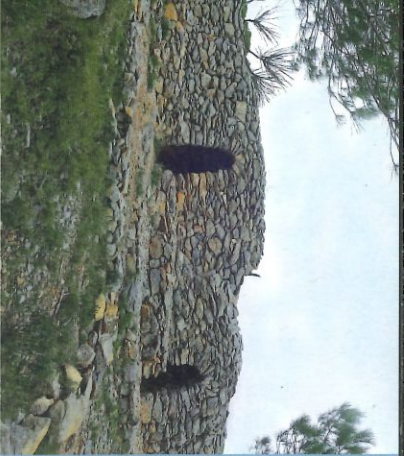
**Les capitelles**

En passant sur le sentier "de la garrigue au vignoble" venez découvrir un site magnifique et restauré ; des capitelles et murets (abris construits jusqu'au XIX<sup>e</sup> siècle uniquement en pierres sèches) qui servaient d'abris pour les paysans et les bergers. Il en a été recensé 284 sur la commune et vous trouverez sur le parcours des "jumelles" uniques sur la région.

**Plus de renseignements auprès de l'association :**

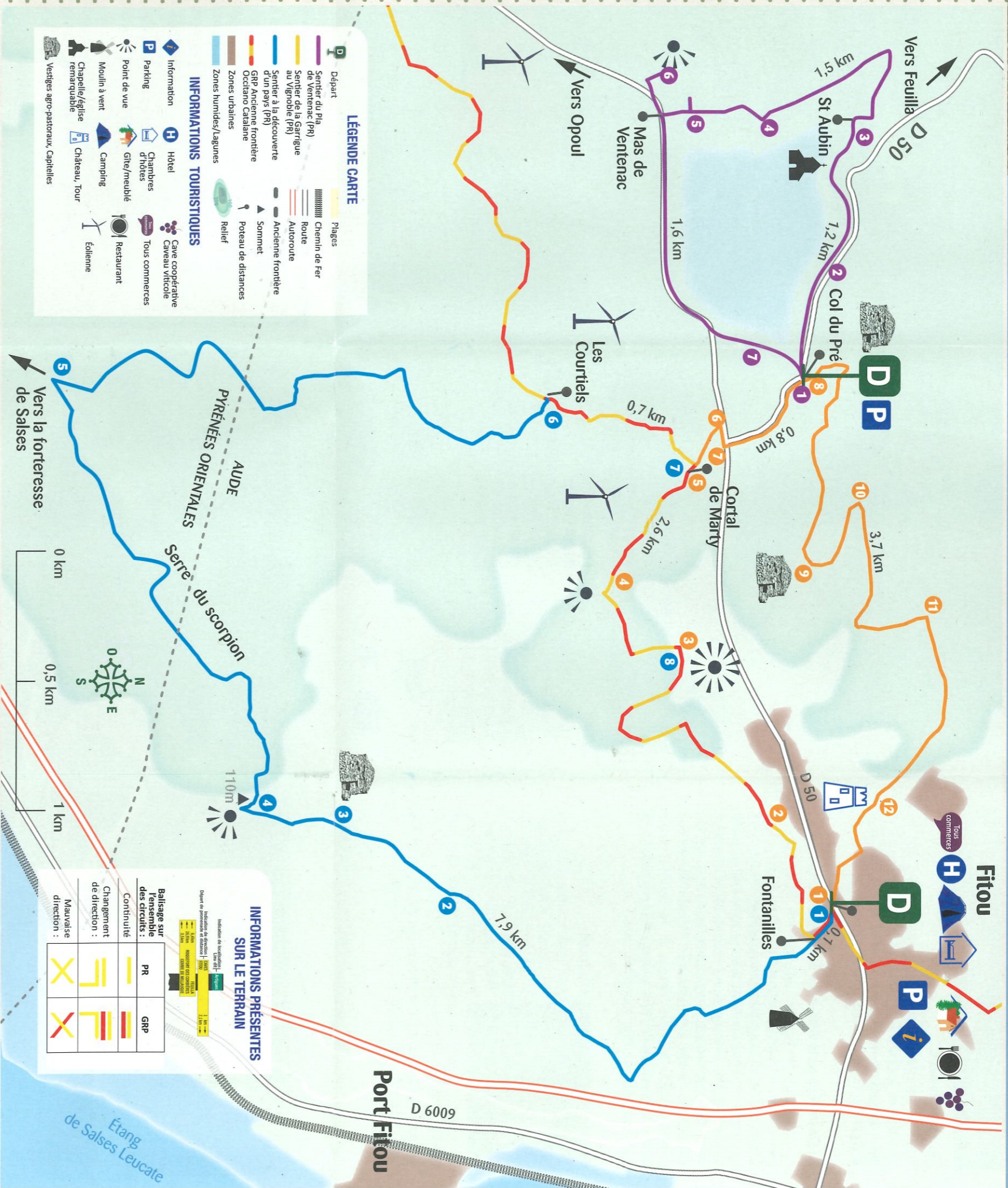
[lescappelles-fitou@orange.fr](mailto:lescappelles-fitou@orange.fr)





## Un peu d'Histoire...

Fitou est situé sur l'axe reliant l'Italie à l'Espagne, ancienne "Via Domitia" créée au premier siècle avant J.-C. par les romains pour des raisons à la fois militaires et commerciales. Les premières implantations de vignobles datent de cette époque, apportées sans doute par les marchands marins de Méditerranée : Phéniciens et Grecs. Jusqu'au Traité des Pyrénées en 1659, la frontière entre les royaumes de France et d'Espagne (Aragon) était défendue, de part et d'autre, par des châteaux forts dont ceux de Leucate et de Fitou. Un certain nombre de ces forteresses, notamment Aguilar, Peyreperouse et Quéribus, dits "Châteaux Cathares" ou "Citadelles du vertige" ont été, au XII<sup>e</sup> siècle, des places fortes du Catharisme. C'est seulement à partir du XIX<sup>e</sup> siècle que la viticulture deviendra le fleuron de l'économie locale et permettra la création de l'AOC Fitou, la plus ancienne appellation du Languedoc en 1948, entraînant ainsi le déclin de l'activité pastorale. Les témoignages de ce passé sont nombreux : paysages en terrasses, enclos pastoraux ou de culture, bornes, capitelles...



**Durée: 1h15 - Distance: 4,3 Km**  
**Dénivelé cumulé: 84 m - Difficulté: facile**

### SENTIER DU PLA ET DE VENTENAC

- 1 Départ : après avoir laissé votre voiture au parking du col du Pré au-dessus du village de Fitou, démarrez la balade en empruntant le pierrier en contre-bas de la route.
- 2 Longez les vignes, vous verrez sur votre gauche une prairie illustrant le caractère humide de ce secteur.
- 3 Longez le mur d'enceinte de l'ermitage Saint Aubin.
- 4 La viticulture à Fitou.
- 5 Fontaines des douaniers.
- 6 De retour sur une petite route goudronnée, allez prendre de la hauteur au-dessus des gourgues de Ventenac, puis revenez sur vos pas afin de poursuivre la boucle.
- 7 Quittez le bitume pour emprunter le chemin du gaz qui traverse la garrigue. Vous arrivez au panneau "Capitelles".

**Durée: 2h00 - Distance: 7,2 Km**  
**Dénivelé cumulé: 211 m - Difficulté: moyenne**

### BOUCLE DE LA GARRIGUE AU VIGNOBLE

- 1 Départ : intersection rue du Vigné (derrière la Mairie) et rue des Garrigues (panneaux de direction).
- 2 Au pierrier, sur votre droite admirez le point de vue sur le village.
- 3 Table d'orientation, lieu-dit Pech-Maurel.
- 4 Au croisement, allez tout droit en laissant une bergerie sur votre droite.
- 5 Au panneau en bois "Le Cortal de Marty" allez tout droit
- 6 Intersection entre le chemin et la route d'Opoul, tournez à droite.
- 7 Au "Y", montez sur la route de Feuilla (D50)
- 8 Au col du Pré, prenez à droite, le chemin goudronné, vous verrez une capitelle.
- 9 Ne manquez pas les capitelles du sentier des Pujades.
- 10 Reprenez le chemin goudronné sur votre droite.
- 11 Vous trouverez sur la gauche la table avec la Rose des Vents.
- 12 Avenue du Levant au N°12, tournez à droite et prendre les escaliers.

**Durée: 3h00 - Distance: 11,4 Km**  
**Dénivelé cumulé: 287 m - Difficulté: moyenne**

### SENTIER A LA DECOUVERTE D'UN PAYS

Boucle de la Serre du scorpion

- 1 Départ au bas de la rue du Vigné et continuez sur 1km.
- 2 Traversez la route et allez tout droit.
- 3 Passez devant la capitelle restaurée.
- 4 Quittez le sentier principal et tournez à droite sur le pierrier, restez vigilant pour ne pas le rater.
- 5 Au poteau directionnel, tournez à droite.
- 6 Arrivés dans le parc éolien, tournez à droite en suivant le panneau "Boucle à la découverte d'un pays". ATTENTION, à partir de cet endroit le balisage change et devient "jaune et rouge".
- 7 Arrivés au "Cortal de Marty", prenez à droite en direction de la table d'orientation.
- 8 Un kilomètre après vous atteignez le Pech Maurel orné d'une table d'orientation.

