



MÉDOC  
ATLANTIQUE  
TOURISME

# Dossier de presse

Automne - Hiver 2025/26





# Bienvenue

à Médoc Atlantique



## Lacanau

1 ville, 3 ambiances



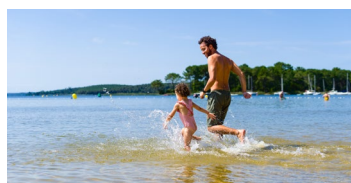
## Soulac-sur-Mer

Avec ses villas 1900



## Carcans-Maubuisson

Entre océan, lac et forêt



## Hourtin

Simplicité océane,  
entre lac et forêt



## Naujac-sur-Mer

Avec sa plage mythique  
du Pin Sec



## Grayan-et-l'Hôpital

Entre patrimoine historique  
et grands espaces naturels



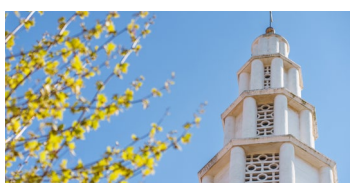
## Le Verdon-sur-Mer

Terre entre océan et estuaire



## Vensac

De la nature aux traditions



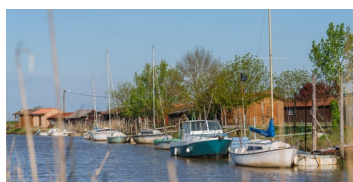
## Saint-Vivien-de-Médoc

Du marché traditionnel  
aux fermes aquacoles



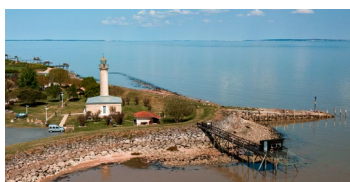
## Queyrac

Le pays des vins et des marais



## Valeyrac

Avec son petit port et ses  
anciennes cabanes ostréicoles



## Jau-Dignac-et-Loirac

Entre phare, carrelets  
et vue sur l'estuaire



## Talais

Avec son charmant petit  
port aux huîtres

# Sommaire

## 05 Chiffres-clés

## 06 Des expériences à vivre

- 06 Observez les « Dames grises » à l'Étang de Cousseau
- 07 Explorez le vignoble médocain
- 08 Surfez les vagues en toute sérénité
- 09 Prenez le large sur le lac d'Hourtin-Carcans

## 10 10 hébergements cosy

## 12 5 restaurants gourmands

## 13 5 souvenirs à offrir

## 14 6 activités à tester

## 16 Comment venir ?

## 17 Contacts privilégiés

# Chiffres-clés

13

**communes**  
authentiques

2

**Réserves  
Naturelles &**  
5 espaces protégés

124 KM

**de plages**  
dont 22 plages surveillées

15

**des meilleurs  
spots de surf**  
de Gironde

400 KM  
**de pistes cyclables**

LE PLUS  
GRAND  
**lac d'eau douce**  
de France

À 1H

**de Bordeaux**

351 KM  
**d'itinéraires  
de randonnée**

2 SITES  
inscrits à  
**l'UNESCO**

46 KM  
**du chemin d'Amadour**  
vers Rocamadour

Le phare de  
**CORDOUAN**

4  
**golfs**  
8  
**ports**

63  
**campings**

LE PLUS  
ANCIEN  
**phare d'Europe**  
en pleine mer  
et 2<sup>e</sup> **monument préféré**  
des Français en 2025

189 000  
**lits touristiques**

1  
**des plus anciens  
centres naturistes**  
de France

LE PLUS  
GRAND  
**estuaire**  
d'Europe

# Des expériences à vivre

## Observez les « Dames grises » à l'Étang de Cousseau

Entre Lacanau et Carcans, la **Réserve Naturelle de l'Étang de Cousseau** devient en hiver le théâtre d'un véritable ballet aérien. Chaque matin, les **grues cendrées** quittent leur dortoir du marais pour rejoindre les champs alentours, en longues formations. Le soir venu, ces élégants échassiers gris de plus d'un mètre, reviennent par centaines, leurs cris rauques annonçant l'approche du repos nocturne.

En décembre 2024, jusqu'à **12 481 grues** ont été dénombrées lors de leur halte migratoire entre l'Europe du Nord et l'Afrique du Nord. Elles s'observent depuis l'un des observatoires aménagés à la Réserve Naturelle qui permet de les voir regagner le marais au coucher du soleil, tandis que leurs cris marquent le début de la nuit.



### Découverte avec un naturaliste

Un(e) garde de la Réserve est présent(e) certains jours pour répondre aux questions des visiteurs et met à disposition des longues-vues.

**Les samedis**  
**15, 22 et 29 novembre**  
**6, 13, 20 et 27 décembre**

Sans inscription



# Explorez le vignoble médocain



Quand l'automne et l'hiver s'installent, les **vignobles du Médoc** se parent d'un calme particulier. Après les vendanges, les ceps de vigne se reposent et les feuilles changent de couleur, offrant un décor automnal unique. Les vignerons se concentrent sur la taille des vignes et l'entretien des sols pour préparer la saison suivante, tandis que certaines pratiques comme le paillage permettent de préserver la vigne durant l'hiver.

Dans les chais, la vie continue : les vins issus des vendanges récentes fermentent encore avant de commencer leur élevage en cuve ou barrique. C'est le moment où l'on surveille attentivement l'évolution des arômes, où l'on procède à des assemblages préliminaires et où l'on clarifie les vins pour qu'ils se stabilisent avant leur mise en bouteille. Les visites offrent ainsi l'occasion de découvrir ce cycle discret mais essentiel, de comprendre les choix techniques des vignerons et d'apprécier l'influence des terroirs sur la qualité et l'identité des vins du Médoc.

## Nos recommandations

### Château Carmenère

Une propriété familiale qui propose un rouge avec un cépage rare : la Carménère.

📍 20 chemin de l'Ourtet - Queyrac  
06 52 70 63 28 / Ouvert toute l'année

### Château Noillac

Depuis trois générations, cette propriété offre des vins qualifiés Cru Bougeois Supérieur.

📍 16 rue du 19 Mars 1962 - Jau-Dignac-et-Loirac  
05 56 09 52 20 / Ouvert toute l'année

### Château Rousseau de Sipian

Une belle propriété datant du XIX<sup>e</sup> siècle, entourée d'un parc arboré bordé par les vignes.

📍 26 route du Port de Goulée - Valeyrac  
05 56 41 54 92 / Ouvert toute l'année (sur rdv)

# Surfez les vagues en toute sérénité



Loin de l'agitation estivale, l'hiver offre aux surfeurs des conditions idéales pour profiter des vagues de l'Atlantique. À Lacanau, Naujac-sur-Mer ou encore Soulac-sur-Mer, les spots restent accessibles, avec une fréquentation réduite qui permet de profiter pleinement de chaque session. Les 124 km de littoral de Médoc Atlantique comptent certaines des plus belles plages de France. En effet, selon le classement 2025 de l'association Eau & Rivières de Bretagne, la **Plage Sud** (plage Les Écureuils) et la **plage Super Sud**, toutes deux situées à Lacanau, obtiennent un score parfait de 100 sur 100, les plaçant en tête des 1 858 plages étudiées dans l'Hexagone et en Corse.



## Écoles de surf

### Lacanau Surf Club

📍 20 boulevard de la Plage - Lacanau  
05 56 26 38 84 / Ouvert toute l'année

Sous réserve des conditions météorologiques

### He'ernalu Surf School

📍 1 rue des Sapins Verts - Carcans  
06 28 21 44 12 / Ouvert toute l'année

### Next Wave Surfing

📍 Route du Lion - Lacanau  
07 81 87 23 59 / Ouvert toute l'année



# Prenez le large sur le lac d'Hourtin-Carcans

En hiver, le **lac d'Hourtin-Carcans** révèle une atmosphère singulière, plus calme mais tout aussi propice à la navigation. Avec ses près de **6 000 hectares**, il est le plus grand lac naturel d'eau douce de France et offre un vaste espace pour s'initier ou perfectionner sa pratique de la **voile** et du **catamaran**. Les vents hivernaux, plus réguliers, créent des conditions idéales pour glisser sur l'eau et profiter de longues traversées.

Entouré de dunes, de forêts de pins et de zones humides, le plan d'eau déploie des paysages changeants au fil des heures de la journée. Depuis le large, la vue embrasse la diversité du territoire et donne une autre perspective sur ce site emblématique de Médoc Atlantique. Ici, la navigation se vit dans une ambiance plus intime, loin de l'effervescence estivale, avec le sentiment de redécouvrir un espace familier sous un nouveau jour.



## Écoles de voile

### Club de Voile Hourtin Médoc

📍 Avenue de la Voile - Hourtin  
06 86 43 90 89/ Ouvert toute l'année

### Cercle de Voile de Bordeaux Carcans- Maubuisson

📍 Domaine de Bombannes - Carcans  
06 60 36 73 82/ Ouvert toute l'année

# 10 hébergements cosy

## LACANAU

### Hôtel Côte d'argent

Cet hôtel est idéalement situé, à deux pas de la plage et des commerces de Lacanau Océan.

3 boulevard de la Plage - 05 56 03 21 58

Ouvert toute l'année



### Aux Petits Baganais

Nichés au cœur de la pinède, les deux chalets en bois vous offrent un confort idéal.

17 lotissement les Hauts du Baganais - 06 80 32 49 75

Ouvert toute l'année



### Chambre d'hôtes Ô Lac

Au bord du lac, Alexandra propose cinq chambres d'hôtes tout en bois.

20 allée Pierre Jean Rozié - 06 10 20 36 31

Ouvert à l'année sauf du 17 au 26/10 et du 19 au 26/12/25



### Chambre d'hôtes Madiha

Anne propose deux chambres familiales modernes avec tout le confort nécessaire.

11 rue Paul Callède - 06 67 34 61 56

Ouvert toute l'année



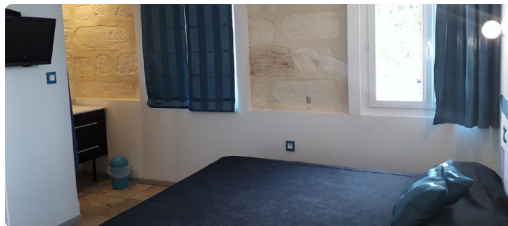
## HOURTIN

### Le HBR d'Hourtin \*

Cet hôtel familial offre des chambres refaites à neuf et un restaurant de cuisine traditionnelle.

17 place de l'Église - 05 56 09 11 15

Ouvert toute l'année

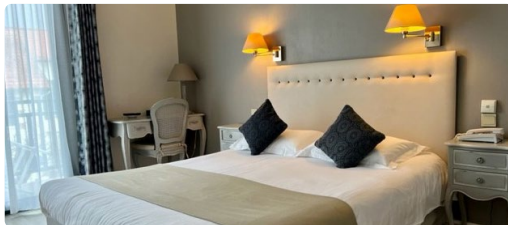


### Hôtel Les Pins \*\*

Situé à la sortie du village d'Hourtin, l'hôtel vous propose dix-huit chambres de plain-pied.

22 rue de Mauricet - 05 56 09 18 07

Ouvert toute l'année



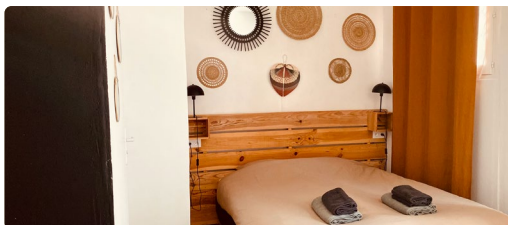
## SOULAC-SUR-MER

### Chambre d'hôtes L'Océanaise

Cette chambre d'hôtes bénéficie d'une situation géographique idéale à 120m de l'océan.

5 boulevard d'Ospedaletti - 06 01 15 68 04

Ouvert toute l'année



## JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC

### Chambre d'hôtes La Mancine Laulan

Ces chambres d'hôtes possèdent trois logements disponibles jusqu'à dix personnes.

10 route de Vertamont - 06 60 07 73 41

Ouvert toute l'année



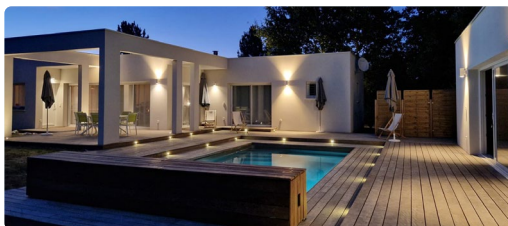
## GRAYAN-ET-L'HÔPITAL

### Chambre d'hôtes Le Matin Calme

Cette maison d'architecte est composée de quatre chambres contemporaines avec leurs terrasses privées.

12 route de Saint-Vivien - 06 23 29 78 17

Ouvert toute l'année



### Gîtes communaux Le village des oiseaux

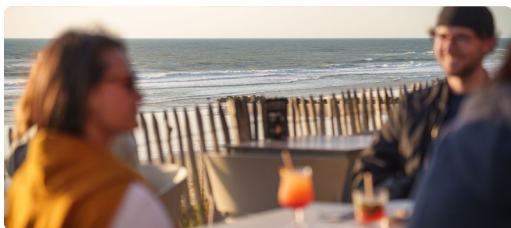
Le Village des Oiseaux est constitué de vingt gîtes, situés à cinq minutes de l'océan.

18 route de l'Océan - 05 56 09 44 53

Ouvert toute l'année



# 5 restaurants gourmands



## Le Kayoc

Face à l'océan, ce restaurant propose un large choix de fruits de mer et une cuisine du Sud-Ouest.

📍 2 allée Pierre Ortal - Lacanau Océan  
05 56 03 20 75  
Ouvert toute l'année



## Le LB

Au cœur de Soulac-sur-Mer, Jérôme offre des recettes de saison revisitées dans une atmosphère conviviale.

📍 6 rue Fernand Lafargue - Soulac-sur-Mer  
05 56 09 92 60  
Ouvert à l'année sauf du 11 au 20/12/25 et du 31/12/25 au 20/01/26



## Le Piqueyrot

Au bord du lac d'Hourtin, ce restaurant propose des spécialités de poisson et de viandes.

📍 9 avenue de la Voile - Hourtin  
05 57 75 28 22  
Ouvert toute l'année



## Le Castera

Nelly et Nicolas proposent une cuisine de partage, avec un menu qui évolue chaque semaine.

📍 4 route du Bourg - Talais  
05 56 73 49 06  
Ouvert à l'année sauf du 23/11/25 au 10/02/26



## Le Café Maritime

Institution canalaïse, ce restaurant avec vue sur l'océan fait varier sa carte en fonction des saisons.

📍 11 boulevard de la Plage - Lacanau Océan  
05 56 03 70 98  
Ouvert à l'année sauf du 21/12/25 au 30/01/26

# 5 souvenirs à offrir



## Les huîtres

Affinées dans les claires de l'estuaire de la Gironde, les **huîtres** de Médoc Atlantique développent une personnalité singulière. Leur chair se distingue par un équilibre subtil entre salinité océanique et notes plus douces liées aux eaux mêlées de l'estuaire. Cette double influence leur confère une saveur unique, recherchée par les amateurs comme par les curieux.



## La spiruline

Riche en protéines, en fer et en vitamines, la **spiruline** est une micro-algue reconnue pour ses bienfaits nutritionnels. Sa saveur douce et végétale s'intègre facilement dans les recettes du quotidien : mélangée à un smoothie, saupoudrée sur une salade ou incorporée dans un guacamole.



## Les jus de fruits de la Bernarderie

Les jus de **La Bernarderie** sont élaborés à partir des récoltes de fruits produits sur place, cueillis au rythme des saisons selon des pratiques respectueuses. Pressés frais, sans additifs, ils reflètent la saveur authentique des vergers du Médoc.



## Les Noisettines du Médoc

Depuis 1979, les **Noisettines du Médoc** perpétuent une tradition familiale autour de la noisette. Ces gourmandises naturelles et sans colorants se déclinent à croquer, à tartiner, ou sous forme de confiseries moelleuses comme les "Mécoquines".



## Les bières médocaines

Brassées localement, les **bières** médocaines reflètent le caractère d'un territoire entre océan, estuaire et forêts de pins. Blondes légères, ambrées plus corsées ou créations aromatisées aux saveurs originales, elles séduisent par leur diversité et leur ancrage artisanal.

# 6 activités à tester



## 01 S'initier au golf

À Médoc Atlantique, le **golf** se pratique même pendant l'hiver dans un cadre privilégié, entre pins maritimes et dunes océanes. Les parcours, intégrés à l'environnement, offrent des fairways techniques et des greens variés. Plus qu'un sport, c'est une expérience qui allie concentration, marche en plein air et contemplation des paysages.

📍 Lacanau - 3 golfs : 18 / 9 / 9 trous

📍 Grayan-et-l'Hôpital - 1 golf : 9 trous

## 02 Se balader au grand air

Pendant les jours de beau temps, les **Réserves Naturelles** de Médoc Atlantique se prêtent à de belles échappées à pied. À l'**Étang de Cousseau** ou celle des **Dunes et Marais d'Hourtin**, les sentiers balisés offrent des parcours accessibles pour découvrir une mosaïque de paysages entre roselières, forêts de pins et clairières sablonneuses. Ces randonnées permettent d'observer la faune et la flore locales lors d'une parenthèse apaisante.

📍 Lacanau 📍 Hourtin



## 03 Partir à l'aventure

Avec cinq parcours **Terra Aventura**, Médoc Atlantique devient un vaste terrain de jeu pour petits et grands. Munis de l'application gratuite, les explorateurs en herbe sillonnent villages, forêts et bords de lac à la recherche d'indices et de "Poiz" à collectionner. Chaque itinéraire propose une chasse au trésor originale, entre énigmes et découvertes, qui permet de parcourir le territoire autrement.

📍 Le Verdon-sur-Mer 📍 Souillac-sur-Mer

📍 Hourtin 📍 Carcans 📍 Lacanau



## 04 Pêcher au fil de l'eau

Au bord du lac d'Hourtin-Carcans ou du lac de Lacanau, la **pêche** est une activité paisible qui séduit autant les passionnés que les curieux. Ces vastes étendues d'eau abritent brochets, sandres, perches et carpes, offrant une belle diversité de prises. Du ponton ou en barque, chacun peut s'essayer à cette pratique qui conjugue patience, observation et plaisir simple d'être en pleine nature.

📍 Hourtin 📍 Carcans 📍 Lacanau

## 05 Cueillir les champignons

À l'automne, les forêts de pins de Médoc Atlantique deviennent le terrain privilégié des amateurs de **champignons**. Cèpes, girolles ou chanterelles se cachent sous les feuillages et les tapis de mousse, offrant aux promeneurs l'occasion de combiner balade et découverte gourmande. La cueillette, qui demande patience et observation, se vit comme une chasse au trésor au cœur de la nature.

📍 Médoc Atlantique



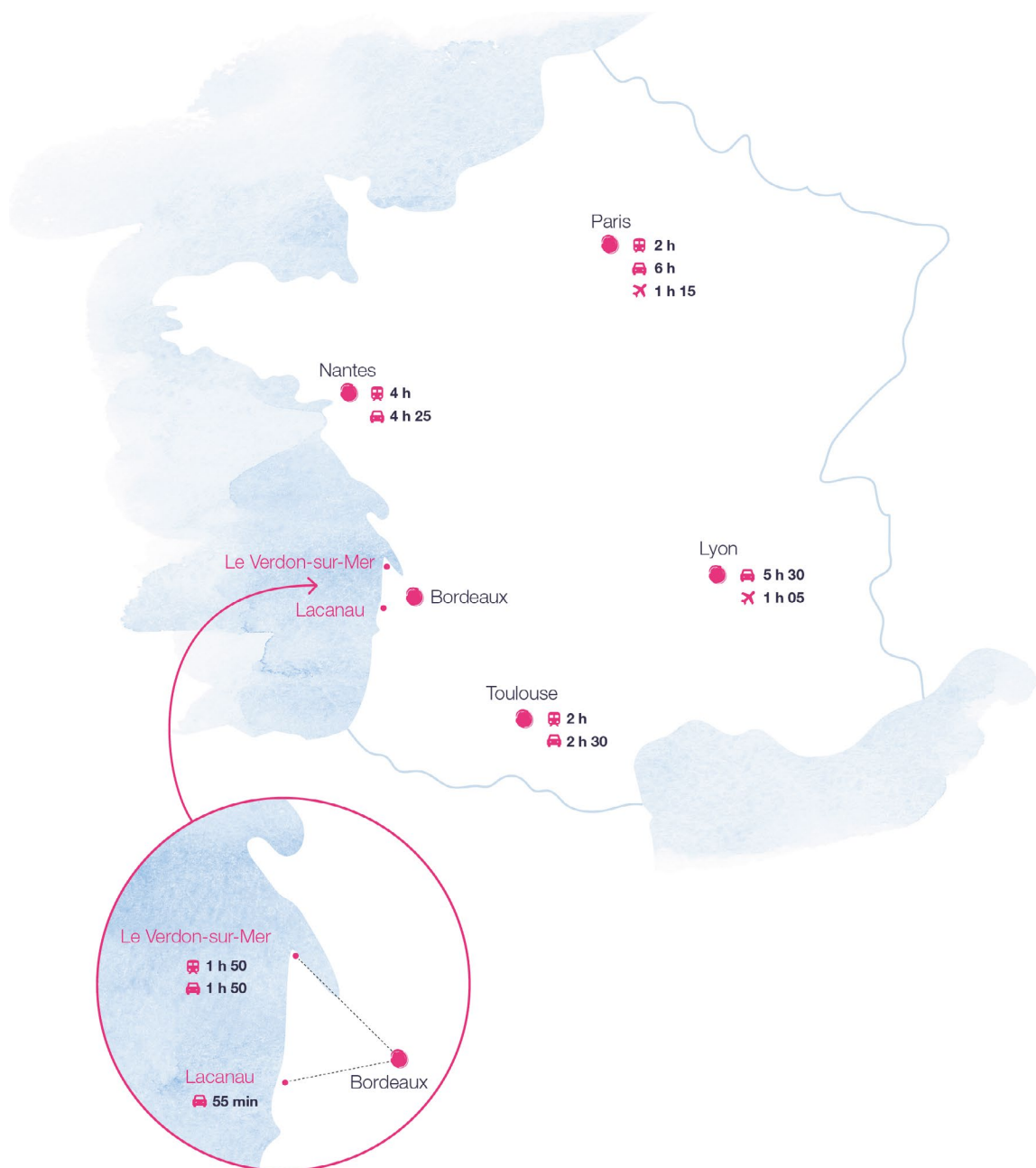
## 06 Créer des œuvres d'art

L'hiver est aussi l'occasion de ralentir et de s'initier à des activités créatives. À Lacanau-Ville, **L'Atelier Bleu** accueille adultes et enfants pour explorer argile, aquarelle, pastel ou peinture sur toile : chaque atelier est accessible, sans prérequis, pour offrir une parenthèse artistique. Non loin, **Sophie Pigeon** propose des séances de céramique "entre terre & mer", où l'on façonne, décore, puis retrouve sa pièce émaillée après cuisson.

📍 Lacanau



# Comment venir ?



# Contacts privilégiés

## Camille Videau

Attachée de Presse  
Agence RevolutionR

+33 6 08 04 01 34  
cvideau@revolutionr.com

## Emmeline Azra

Responsable Pôle Attractivité & Relations Prestataires  
Médoc Atlantique Tourisme

+33 7 85 64 94 58  
emmeline@medoc-atlantique-tourisme.com

## Crédits

Direction de la publication : **Nicolas Jabaudon**, Directeur Général de l'Office de Tourisme Médoc Atlantique

Rédaction et suivi de projet : **Manon Lefort**

Crédits Photos : **Jean-Emmanuel Jay, Gaëtan Leprévost, Nohcab, Noé Bugnot, David Remazeilles, x**

Mise en page et illustrations : **Pierre-Louis Duhot et Marine Lizon**



MÉDOC  
ATLANTIQUE  
TOURISME

LACANAU • SOULAC-SUR-MER  
CARCANS-MAUBUISSON • GRAYAN-ET-L'HÔPITAL  
HOURTIN • NAUJAC-SUR-MER • LE VERDON-SUR-MER  
VENSAC • TALAIS • SAINT-VIVIEN-DE-MÉDOC  
JAU-DIGNAC-ET-LOIRAC • QUEYRAC • VALEYRAC



> [MEDOC-ATLANTIQUE.COM](https://medoc-atlantique.com)