



4 La Réserve naturelle de l'étang de **Cousseau**

Le domaine de Cousseau, 830 hectares, est un véritable patchwork des milieux naturels présents dans les landes de Gascogne. Deux siècles d'activités humaines l'ayant appauvri, il fait l'objet, depuis près de trente ans, d'un délicat travail de réhabilitation.

Dunes anciennes boisées, dépressions humides interdunaires (barins), marécages, landes humides et plans d'eau alternent sur le site.

Un paysage contrasté

Les étangs littoraux se succèdent entre l'estuaire de la Gironde et les falaises de Biarritz. Il y a près de 3 000 ans, des dunes se sont formées sous l'action du vent. Empêchant les rivières de rejeter leurs eaux en mer, elles sont à l'origine de ce chapelet de plans d'eau, séparé de l'océan par un cordon dunaire. La rive ouest de l'étang de Cousseau offre un paysage fermé avec un relief dunaire boisé, tandis qu'à l'est, la rive s'ouvre sur le marais.



Ecosystème à géographie variable

Pin maritime et feuillus (chêne vert, chêne pédonculé...) dominent les dunes qu'ils partagent avec les arbousier, poirier sauvage, ajonc d'Europe, bruyère cendrée,

brande, et fougère aigle. Sur les 500 ha de marais poussent les phragmite, marisque, osmonde royale, saule roux et bouleau pubescent caractéristiques d'un assèchement progressif. Sur la surface et au bord de l'étang (50 ha), nénuphar blanc et jaune, potamot, massette et iris des marais s'épanouissent. Trois espèces sont protégées : la carnivore droséra intermédiaire, le faux cresson de Thore, ombellifère typique des milieux inondés en hiver, et la pilulaire, petite fougère formant de véritables gazons.

Sur la route des migrations...

Parmi les 75 espèces nicheuses, 35 résident ici à l'année. Roitelet triple-bandeau, mésange bleue, pic épeichette et sittelle dans les feuillus ; mésange huppée, pinson des arbres et buse variable dans les pins. Le busard des roseaux préfère le marais. Le canard colvert et le râle d'eau fréquentent l'étang et les barins. La fauvette pitchou et le tarier pâtre parcourent les landes humides.

Chaque année, plus de 100 espèces d'oiseaux migrateurs les rejoignent. L'oie cendrée s'établit en automne et au printemps ; le pigeon ramier, les grives mauvis et musicienne, friandes d'arboises, entre octobre et février. Le grand cormoran, la sarcelle d'hiver, la bécasse des bois et la grue cendrée s'observent en hiver. Nombre de passereaux apparaissent avec le printemps : rousserolle effarvate, fauvette à tête noire, pouillot véloce... En été, plusieurs rapaces nichent : bondrée apivore, faucon hobereau et circaète Jean-le-blanc. Le milan noir, charognard des étangs, et le martinet noir quittent le site fin juillet, croisant les premiers migrateurs automnaux tel le balbuzard pêcheur. Martre, renard, blaireau, sanglier, chevreuil, triton marbré, cistude d'Europe et six couleuvres, dont les deux coronelles, composent la faune terrestre, avec la genette et la fouine, toutes deux protégées.



Oie cendrée

La forêt de pins des landes de Gascogne, exploitée pour le bois et la résine, a été créée au XIX^e siècle par l'Etat.

Pour lutter contre l'assèchement du marais et conserver les habitats naturels d'origine, il est nécessaire d'entretenir les espaces ouverts, sinon saule et marisque occupent les lieux. L'action des troupeaux de vaches marines, invités à pâturer sur les zones sensibles, est complétée par une intervention mécanique et des brûlis. Le site est géré par la SEPANSO.

185 ha sur les 830 du domaine de Cousseau ont été acquis par le Conservatoire du littoral entre 1996 et 1998. 610 ha sont classés Réserve naturelle depuis 1976.



Le sentier d'interprétation

Le sentier, en accès libre, forme une boucle. Il est balisé de plots en pin à la signalétique plus pédagogique que technique. Un code de couleur rappelle le type de milieu naturel dans lequel vous vous trouvez (rouge : pinède, jaune : dunes anciennes, bleu : plans d'eau, vert : zones humides).

➤ Depuis le parking de Marmande, empruntez le sentier longeant la piste cyclable.

❶ Traversez les 3 km de la forêt domaniale implantée sur les dunes récentes pour atteindre la Réserve. Les coupes d'exploitation forestière façonnent un paysage plus ou moins ouvert : aux pins prédominants sur les premiers mètres viennent progressivement se mêler chênes, ajoncs et arbousiers.

➤ Au carrefour du Cousseau, empruntez le chemin qui file tout droit vers l'étang.

❷ La densité accrue des arbres annonce l'entrée dans la Réserve naturelle, séparée de la partie domaniale par le "garde-feu de ceinture", frontière dégagée entre dunes récentes et anciennes. Le sol est plus riche que dans la précédente forêt. N'ayant plus de vocation commerciale, la pinède a été éclaircie pour favoriser la repousse d'une forêt plus naturelle, à base de feuillus.

➤ Suivez le sentier balisé jusqu'à une plateforme observatoire.

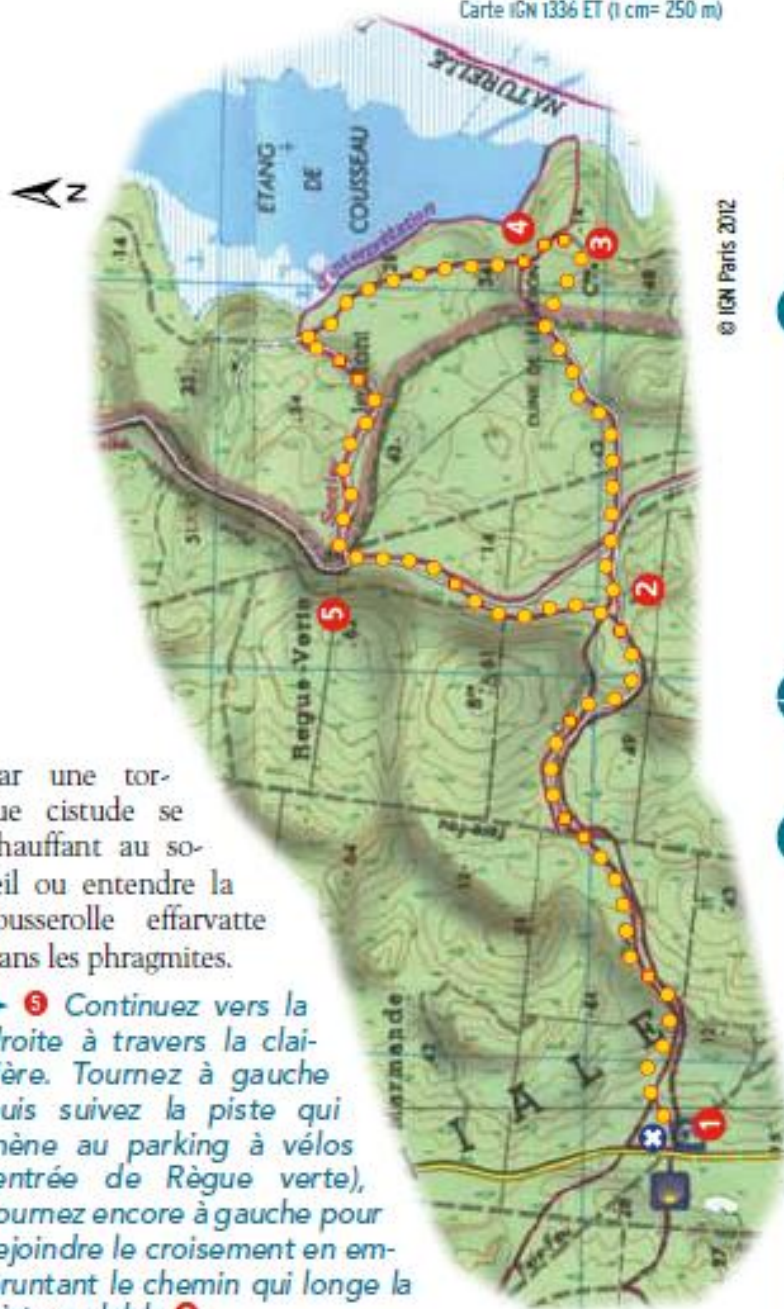
❸ A votre droite se déploie l'étendue du marais et de la lande humide. La plateforme offre une vue exceptionnelle sur l'étang et son marais. Sortez vos jumelles pour observer, dans la plus grande discrétion et selon les saisons, les hérons, canards, busards des roseaux, sarcelles d'hiver et autres martins-pêcheurs.



➤ Continuez le sentier et après une épingle, longez les bords de l'étang jusqu'à une clairière.

❹ Le terrain devient plus humide. De part et d'autre du sentier, osmondes royales, carex, bouleaux et saules vous entourent. Le panorama vu de la clairière est représentatif du milieu originel de la région (aujourd'hui façonnée par la pinède industrielle). En bordure de l'étang, vous pourrez peut-être vous faire surprendre

Carte IGN 1336 ET (1 cm = 250 m)



© IGN Paris 2012

Pratique

De Lacanau (Le Huga), prenez la D 6E1 longeant la plage en direction de Carcans-Maubuisson. A mi-chemin, arrêtez-vous au parking de Marmande. Deux autres accès sont possibles depuis les pistes cyclables. Vous devrez laisser votre vélo à l'extérieur de la Réserve, accrochés à des plots prévus à cet effet.

Depuis le parking, la balade commence au sentier qui longe la piste cyclable.

Comptez 3 h de balade depuis l'entrée principale (9 km). Prévoyez de quoi vous désaltérer et vous protéger des moustiques au printemps et en été : crème protectrice, manches et pantalons longs !

A la fin du printemps et en été, l'intérêt ornithologique se cantonne surtout au marais, qui n'est pas accessible au grand public. En été, privilégiez les balades le matin ou le soir pour éviter la pleine chaleur.

Entre mi-juin et mi-septembre, le public est accueilli par des bénévoles sur la plateforme (action soutenue par le Conseil général de la Gironde). Hors saison, un programme d'accueil et de visites guidées thématiques est proposé. Tél. de la Réserve : 05 56 91 33 65. www.sepanso.org
Office du tourisme Médoc-Océan : www.medoccocean.com
05 56 03 21 01

par une tortue cistude se chauffant au soleil ou entendre la rousserolle effarvate dans les phragmites.

➤ 5 Continuez vers la droite à travers la clairière. Tournez à gauche puis suivez la piste qui mène au parking à vélos (entrée de Règue verte), tournez encore à gauche pour rejoindre le croisement en empruntant le chemin qui longe la piste cyclable 2.



Canard colvert mâle



Canard colvert femelle