



# Découvrir les Pouilles



Ouvertes sur la mer, les Pouilles conservent les traces des **nombreuses dominations étrangères**, tout en préservant leur personnalité. Laissez filer votre imagination au milieu des **trulli**, ces maisons coniques qui émaillent la **vallée d'Itria**, ou devant le **Castel del Monte**, le **château octogona**l conçu par l'empereur Frédéric II ; perdez-vous dans le dédale de ruelles de **Bari Vecchia** ou de **Monopoli** ; plongez dans l'exubérance baroque à **Lecce** ; admirez les **cathédrales romanes de Bari, Tarni** ou **Otrante** ; arpentez le **Salento** et la province de **Tarente** pour leurs églises rupestres ornées de fresques ; appréciez les effets de l'aube et du crépuscule sur les **façades blanches d'Ostuni** ; découvrez les typiques **villages perchés** et leurs **oliveraies**.

## SOMMAIRE

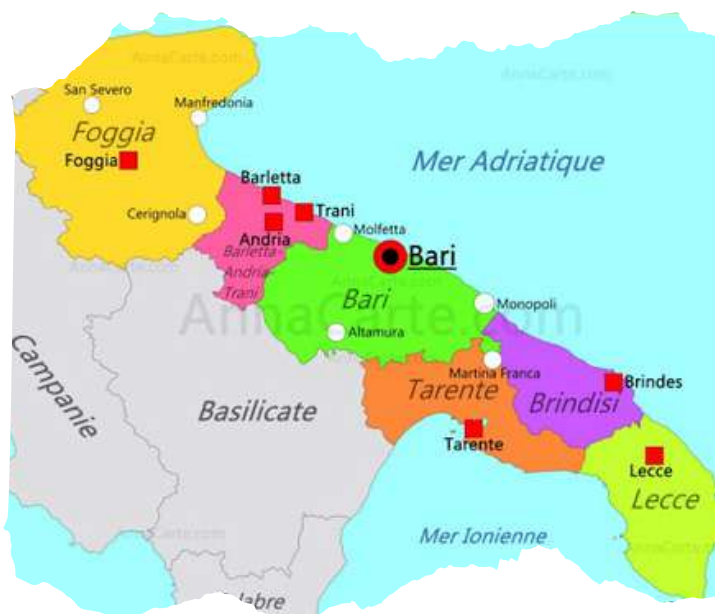
	Carte d'identité politique et économique du pays .....	<b>02</b>
	Culture, langue, histoire et traditions .....	<b>03</b>
	Géographie, paysage, faune et flore .....	<b>04</b>
	Gastronomie .....	<b>05</b>
	Vie pratique sur place .....	<b>06</b>
	Artisanat et produits locaux .....	<b>07</b>
	Formalités, visa et douanes .....	<b>08</b>
	Argent et coût de vie .....	<b>08</b>
	Santé et sécurité .....	<b>08</b>
	Climat, météo et décalage horaire .....	<b>09</b>
	Électricité, téléphone et internet .....	<b>10</b>
	Sources documentaires .....	<b>10</b>



# Carte d'identité politique et économique de la région



- **Capitale** : Bari
- **Superficie** : 19541 km<sup>2</sup>
- **Population** : 4 millions d'habitants
- **Densité** : 207 hab./km<sup>2</sup>
- **Âge moyen** : 45 ans
- **Espérance de vie** : 83 ans
- **Langues** : italien, dialecte salentin
- **Monnaie** : Euro
- **Divisions administratives** : 6 provinces : Foggia, Barletta-Adria-Trani, Bari, Taranto, Brindisi, Lecce
- **Sites inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco** : Castel del Monte, Le Trulli d'Alberobello, Le Sanctuaire de San Michele Arcangelo, La Réserve naturelle de Foresta Umbra, Castel Fiorentino à Torremaggiore
- **Revenu annuel par habitant** : 11 000€
- **Point le plus élevé** : Monte Cornacchia (1 161m d'altitude), dans la chaîne des Apennins



## Economie :

Aujourd'hui, l'Italie est la **8e puissance économique mondiale** et la **3e de la zone euro**. D'une économie fortement dominée, après-guerre, par l'agriculture et le secteur industriel, l'Italie est cependant passée à une économie soutenue par le secteur tertiaire qui emploie 61 % des actifs (l'agriculture seulement 7 %). La vie rurale est caractérisée par le maintien fréquent de la grande propriété dans le Sud (latifondo), et ce, en dépit des nombreuses réformes agraires. Le **blé** est la première production du pays et représente 19 % des surfaces cultivées, ce qui permet à l'Italie d'occuper le 16e rang mondial d'exportation de blé et reste le second producteur d'**huile d'olive** au monde. Quant à la **production vinicole**, il est deuxième après la France.





## Culture, langue, histoire et traditions



**L'art grec** : On trouve dans les Pouilles des **vestiges d'architecture civile et sacrée**. Les premiers sont constitués de forts et de villes d'importance différente. Bâties dans des lieux stratégiques, ils assuraient la défense des villes et des routes principales. L'architecture sacrée se compose essentiellement de **temples** de style dorique, notamment celui de Tarente, et de **théâtres**. Construits en dehors des villes, ils sont souvent situés sur des sites exceptionnels.



**L'époque romaine** : Peu de monuments romains datant de cette époque sont donc visibles. Restent **l'amphithéâtre de Lecce**, dans lequel se déroulaient des combats de gladiateurs, ainsi que les ruines anciennes de Scavi di Egnazia.



**L'époque paléochrétienne** : Outre quelques **ruines de catacombes** découvertes à proximité des villes, c'est à partir de 725 que les Pouilles entrent vraiment dans l'ère paléochrétienne. À cette époque, de nombreux groupes d'artistes et de moines débarquent sur ses côtes, fuyant Byzance et l'interdiction formulée par l'empereur de reproduire des images sacrées. De cette époque ne subsistent que quelques **habitations troglodytiques**, ainsi que des cubes, c'est-à-dire de petites **églises cubiques**.



**L'époque arabo-normande** : Peu de monuments subsistent des 2 siècles d'occupation arabe des IXe et Xe mais leur style est encore bien présent, souvent repris ou accumulé. Il est présent dans la multiplicité des **dômes**, des **arabesques**, **l'harmonie du parcours de l'eau**, des **jardins** et dans la manière d'assembler les différents matériaux, de leur donner à la fois légèreté, couleur et symétrie. Sans compter leur savoir-faire en matière de **cuisine sucrée**...



**Le baroque** : Le baroque, omniprésent dans les Pouilles. De l'architecture à la peinture en passant par la musique et la sculpture, tout a dû être revu et réinventé pour attirer à nouveau les fidèles et les déserteurs de l'Église. Ce mouvement artistique se caractérise par une rupture avec le beau statique, l'équilibre des formes, il faut désormais plaire, étonner et non reposer l'esprit. Tout devient **jeux de perspective, présentation théâtrale** ; le **foisonnement du décor** va jusqu'à l'extrême.



**La musique des Pouilles** : La musique ici est une affaire de cœur, peu ou pas d'école : la tradition populaire domine.

- **La tarantella**, danse folklorique populaire, trouve ses origines en Italie du Sud ; un temps considérée comme une danse diabolique, elle fut bannie avant d'incarner la danse de la résistance contre les dogmes du pape.



**La langue** : Les apuliens, entre eux, parlent un **dialecte, le salentin, qui se rapproche du sicilien ou du calabrais**. Ils seraient encore **70% à l'utiliser en famille**. Situation surprenante : le salentin n'est cependant pas enseigné et ne fait pas l'objet de la moindre revendication... **Le dialecte apulien risque d'être incompréhensible pour ceux qui parlent l'italien**. Toutefois, certains hôteliers et restaurateurs dans les lieux les plus touristiques parlent un français impeccable



Les Pouilles sont situées à l'**extrême sud oriental de la péninsule italienne** et sont baignées par la **mer Adriatique** et la **mer Ionienne**. Elle possède 1261 km de frontière et une superficie de 19.347 km<sup>2</sup> qui la place en 7<sup>ème</sup> position parmi les plus vastes régions d'Italie.

Les Pouilles comptent **six provinces** : Foggia, Taranto, Brindisi, Lecce, Barletta-Andria-Trani et Bari dont la ville du même nom est sa capitale.

Le territoire est **plat à 53%, vallonné à 43,3%** et **montagneux à seulement 1,5 %**, ce qui en fait la région la moins montagneuse d'Italie. La montagne la plus élevée de la région se trouve sur le **massif sub-appenins Dauno** et se nomme **Monte Cornacchia** avec une hauteur de 1 152 m.

La plaine des Pouilles est constituée par les **Tavoliere delle Puglie**, qui occupe quasiment la moitié de la **Capitanata** (région géographico-culturelle située autour de Foggia soit la partie septentrionale des Pouilles), soit des franges côtières de Bari à la plaine salentine.

Les collines des Pouilles sont subdivisées entre les **Murge** et les **Serre salentine**. Les lacs les plus importants sont ceux de **Lesina** et de **Varano** sur la côte septentrionale du **Gargano**. Le long de la côte, près d'**Otrante**, se trouvent les lacs **Alimini**, à quelques centaines de mètres de la mer Adriatique. Le lac d'**Ochito** fut construit près de la digue du même nom sur le fleuve **Fortore** aux confins du Molise ; il s'agit en fait d'un bassin artificiel réalisé pour restreindre les fréquentes crises hydrologiques de la région.



**Surprenante et variée**, la gastronomie des pouilles s'inspire de son terroir pour proposer des **plats authentiques et traditionnels**. On retrouve parmi ses spécialités :

- **Les taralli** : Ces délicieux **biscuits salés** sont souvent servis à l'apéritif, accompagnés de vin local. Conçus comme une pâte à pain et aromatisés à l'huile d'olive, ils ont une **texture craquante**. Il existe différentes déclinaisons des taralli, notamment celles au fenouil ou au sésame.



- **Les orecciette** : Ces **pâtes** emblématiques des Pouilles prennent la **forme de petites coupelles**, la plus répandue étant celle des **orecciette alla cime di rapa**. Ce sont des brocolis-rave que l'on fait cuire avec les pâtes avant de les servir avec un filet d'huile d'olive et de l'ail. Une recette simple et délicieuse.



- **La burrata** : Un filet d'huile d'olive, du pain, quelques tomates et la burrata est prête à être dégustée ! **Mélange de crème et de mozzarella**, c'est un fromage **frais et onctueux**. La burrata se consomme très rapidement après sa fabrication et réglera les papilles.



- **La focaccia** : Ce **pain plat très** gourmand se mange seul ou **garni de nombreux ingrédients**. Sa pâte qui comprend de la farine mais aussi de la pomme de terre lui permet d'être croustillant sur le dessus et très moelleux à l'intérieur. Agrémentée de romarin ou garnie de tomates, de fromage ou de viande, la focaccia est un délice !



- **La puccia** : Envie de manger sur le pouce ? Poussez la porte d'une pucceria et découvrez la puccia. Ce **sandwich fait d'une galette croustillante et bien épaisse** peut être **garni de nombreux ingrédients**. Charcuteries, fromages, légumes et sauces peuvent être combinés de façon infinie dans votre puccia pour en faire un encas savoureux.



- **La purè di fave e cicoria** : La **purée de fèves et de chicorée** est un plat très apprécié de la gastronomie des pouilles. Les fèves forment une purée douce qui se marie parfaitement avec l'amertume de la chicorée. Un filet d'huile d'olive, une tranche de pain grillé et c'est prêt à être dégusté.



- **Les braciolo** : Les braciolo sont réalisées à partir de **viande de cheval** sur laquelle on met du **parmesan ou du pecorino**, de l'**ail** et de la **pancetta** avant de la rouler et de la **cuire dans la sauce tomate**. Servies avec des orecciette, les braciolo font partie des plats servis le dimanche en famille.



- **Le ciceri e tria** : Originaire du Salento, le ciceri e tria est un plat de **pâtes et de pois chiches**. On le sert avec de l'huile d'olive et quelques **pâtes frites** pour apporter du croustillant.





## Artisanat et produits locaux



- **La terre cuite** : La terre cuite est la spécialité de la région des Pouilles. Avec une technique qui leur est propre, les artisans façonnent tout type d'objets, notamment les célèbres **fischettis**, des objets très colorés.
- **Les instruments traditionnels** : Les collectionneurs d'instruments de musique seront ravis et les mélomanes aussi en optant pour le **tambourello** ou le **pizzica**, souvent utilisé dans les musiques salentaises.
- **La céramique** : Les Pouilles sont reconnues pour leur céramique, et plus particulièrement la ville de **Grottaglie**. Ces pièces artisanales étaient principalement utilisées à des fins fonctionnelles, comme la fabrication de vases pour conserver l'huile, le vin et les olives. Aujourd'hui, ces objets sont principalement décoratifs, et sont devenus très populaires, même au niveau international. Vous pourrez visiter le célèbre **musée de la céramique à Grottaglie**.
- **Le papier-mâché** : «La **cartapesta**» tient son origine ancestrale de la ville de **Lecce**. Il s'agit d'une technique de papier mâché utilisant de la farine et de l'eau, du fil de fer, de la paille et du papier, permettant la réalisation d'œuvres entièrement faites à la main. Des artistes et sculpteurs authentiques façonnent des **personnages très détaillés et souvent mis en scène**.





## Vie pratique sur place



- **Il pisolino (La sieste)** : La sieste fait partie des **traditions depuis l'Antiquité**. En été surtout, **la ville s'endort après le déjeuner**. Les boutiques ferment, la circulation ralentit, et les travailleurs de la sixième heure (**sieste vient de sexta hora**) sont l'exception. Une pause nécessaire vu la chaleur accablante...



- **Les magasins** : En règle générale, les commerces apuliens ouvrent **de 09h00 à 13h00, puis de 16h30 à 20h00**. La plupart des magasins sont fermés le dimanche et le lundi matin.



- **Au restaurant** : **Toujours demander s'il y a un menu** et/ou en plus de la carte. Attention, un restaurant qui affiche un menu à 15-20 € le midi **peut doubler son prix le soir**. C'est pourquoi il est conseillé de demander la carte si le serveur ne la propose pas directement.

Attention, **l'eau est toujours payante** dans les restaurants, de même que **le pain et les couverts** pour la plupart des restaurants. **Toujours préciser "aqua minerale non frizzante"** pour avoir de l'eau plate car les italiens privilégient l'eau gazeuse.



- **La passeggiata (La promenade)** : Dans le sud de l'Italie, c'est une véritable institution ! **Entre 18h00 et 20h00**, après le pisolino donc, les rues enflent, se gonflent d'une **fole extraordinaire qui monte et descend le long du pavé en un rite immuable**. Comme dans de nombreux pays méditerranéens, **la rue est un lieu social avant tout**. On sort et on s'installe devant le pas de sa porte pour parler de tout et n'importe quoi.

- **Conduire en Italie** : En général, les règles sont les mêmes qu'en France. Il faut tout de même savoir que **les italiens ont une conduite nerveuse** avec une tendance à rouler vite, à klaxonner pour trois fois rien,...

Il est **obligatoire de rouler feux de croisement allumés sur les autoroutes et le réseau national** (hors des villes), jour et nuit, sous peine d'amende.

En général, d'ailleurs, sur les voitures récentes, les feux s'allument automatiquement quand on démarre.



## Formalités, visa et douanes

Pour les ressortissants français, un **passport** ou une **carte d'identité** en cours de validité est obligatoire pour un séjour inférieur à 3 mois.

**Les mineurs** doivent être munis de leur **propre pièce d'identité**. De plus, les mineurs non accompagnés de leurs parents devront présenter une **autorisation de sortie du territoire**.

**En cas de perte ou de vol de votre pièce d'identité** : déclarez aussitôt la perte ou le vol aux autorités de police locale. Cette déclaration est déterminante pour dégager votre responsabilité en cas d'utilisation frauduleuse de votre pièce d'identité.

## Argent et coût de la vie

Le **poste hébergement** demeure celui qui pèse le plus lourd dans le budget.

 Les Pouilles et le sud de l'Italie sont une destination très prisée des Italiens en été, le tarif des hôtels peut aller jusqu'à **tripler au mois d'août** !

Sinon, **les prix sont sensiblement équivalents à ceux pratiqués en France**, voire inférieurs pour ce qui est de l'alimentation...

## Santé et sécurité



**Aucune vaccination n'est exigée**, même s'il est recommandé d'être à jour de ses vaccins universels (**diphtérie, tétanos, poliomyélite**).

- Les conditions sanitaires sont similaires à celles que l'on connaît en France.
- **Eau** : L'eau du robinet (acqua dal rubinetto) est **potable dans toute la région**.



Les Pouilles restent une région sûre. Attention toutefois, dans toutes les grandes villes touristiques aux pick-pocket.



## ☀ Climat, météo et décalage horaire ☀

	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI	JUIN	JUIL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC
Notre avis	☹	☹	☹	😊	😄	😄	😊	😊	😊	😊	😊	☹
Température Bari	15°	15°	17°	19°	23°	27°	30°	30°	27°	24°	20°	17°
Plage et baignade						☂	☂	☂	☂			
Température mer	15° 🌊	14° 🌊	15° 🌊	16° 🌊	19° 🌊	23° 🌊	26° 🌊	26° 🌊	25° 🌊	22° 🌊	20° 🌊	17° 🌊
Jours de pluie	11j 💧	14j 💧	11j 💧	7j 💧	5j 💧	3j 💧	2j 💧	2j 💧	7j 💧	8j 💧	9j 💧	10j 💧



**Aucun décalage horaire** avec la France en Sicile.

Le climat est **doux en hiver, chaud et ventilé en été**, typique des étés de la zone centrale de la **Méditerranée**.

- **Au printemps**, de mi-avril à fin-mai, **les températures sont relativement douces**.



- **En été**, juillet et août, le paysage est pelé, champs couverts d'une végétation rase, jaunie et desséchée. Il fait alors chaud, **très chaud, 30°C ou plus**, la luminosité est aveuglante, l'air brûlant. Les apuliens eux-mêmes évitent de sortir entre 13h et 17h. De **gros orages** surviennent régulièrement.



- **Les automnes** sont **doux**, les **hivers assez ensoleillés**, avec une moyenne en hiver de 11-13°C à Bari.



- **Saison idéale** : La saison idéale pour parcourir les Pouilles est **mai-juin ou septembre-octobre**. Il fait bon et beau, il y a moins de monde, et les prix sont plus bas.

## Électricité, téléphone et internet



Dans les Pouilles, le voltage est du 230 V et **la plupart des prises électriques sont les mêmes qu'en France**. Cependant, dans certains hôtels, vous trouverez des prises ayant une fiche terre différente, il faut donc **prévoir un adaptateur universel**. (Fourni par Open Voyages)



## Sources documentaires



### Littérature apulienne :

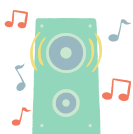


- [Case départ, Nicola Lagioia](#)
- [Celui qui ne dormait pas, Alessio Viola](#)
- [Les raisons du doute, Gianrico Carofiglio](#)



### Cinéma apulien :

- [Pizzicata](#)
- [Sangue vivo](#)



- [Musique apulienne](#)



- [Documentaire sur les Pouilles](#)

### Guides touristiques :



- [Le guide du Routard : Pouilles](#)
- [Lonely Planet : Pouilles](#)
- [Le petit futé : Pouilles](#)