



JUILLET-AOÛT 2026

SACHEZ QUE ...

Mais en doutiez-vous ? Vivre en bord de mer toute l'année ou devoir attendre les vacances pour profiter des bienfaits qu'elle procure est une chance ou une attente dont on compte à rebours, avec délice, les jours qui nous rapprochent d'elles. On sait déjà qu'on va retrouver ce temps béni où on a la sensation de mieux respirer, en avalant des bouffées d'oxygène. Cette formule familière peut pourtant s'expliquer de manière scientifique. On la rattache au fait que les molécules de l'air que nous respirons sont constituées d'ions négatifs et positifs à charge égale. Mais, celui du bord de mer, en raison de la présence de sel - on en compte 35 grammes par litre d'eau de mer - favorise une production plus importante d'ions négatifs. Cela résulte du mouvement, généré à proximité, par le vent et les vagues quand elles s'écrasent sur les rochers ou les perrés. Ces ions négatifs sont aussi produits par des effets électriques (comme la foudre) ou par des rayons ultraviolets ou cosmiques qui agissent sur l'oxygène de l'air. Les études faites par les physiciens montrent que les ions négatifs absorbés lors de la respiration favorisent le passage de l'oxygène, ainsi mieux assimilé par le sang. Ce qui facilite l'évacuation de l'oxyde de carbone et contribue à la purification de l'environnement. Ces ions négatifs neutralisent les ions positifs produits par les appareils électriques, la micropollution et l'absence de rayonnement solaire, tous qualifiés de toxiques. Les effets des premiers expliqueraient la sensation de bien-être que l'on rencontre au bord de la mer. On le vérifie à plein autour du Bassin et le long de la Côte d'Argent où l'air iodé de la mer riche en oligo-éléments, combiné aux effluves des pins, procure des vertus thérapeutiques qui ne sont plus à démontrer. C'est ainsi que l'air pur stimule la

capacité respiratoire grâce aux ions négatifs à même, semble-t-il, d'améliorer aussi les performances sportives. Phénomène avéré, au point qu'on a développé des appareils appelés ioniseurs afin d'ioniser artificiellement l'air des salles de sport ou des piscines ! Ils sont sensés augmenter l'endurance sans être considérés comme une potentielle source de dopage...En tout cas, l'air marin agit réellement sur notre corps et notre esprit par l'énergie qu'il porte en lui. Il permet aussi de libérer les tensions de notre respiration et de nous détendre en douceur, en augmentant la production de sérotonine qui booste notre bonne humeur. Ces précieux ions négatifs nous permettent de mieux dormir, de récupérer plus vite en chassant le stress. Après seulement quelques jours, ils sont sources de contentement, bien au-delà du fait que les contraintes liées au travail sont pour un temps oubliées. Respirer l'air salé, ce n'est pas seulement lâcher la pression, c'est la possibilité de (re)trouver un autre rythme, celui d'apporter un équilibre qui apaise. Oui, notre corps et notre esprit adorent cette sensation ! Elle est à vivre au cœur de cet été, à un degré qui sera le vôtre, en fonction de vous, ne serait-ce que quelques jours... À vous de pleinement bénéficier de ce rendez-vous nommé vacances, de cette trêve dans un monde empli d'excès en tous domaines qu'il faudra bien affronter à la rentrée, après avoir fait le plein de bonnes ondes salées.

Bel été, ionisé à votre goût, à toutes et à tous !

Jean Marie Blondy



DEVINEZ ...

Où pourriez-vous situer cet établissement qui n'est pas resté à la postérité, au contraire d'un illustre voisin ? Félicitations à Éric Demongeot d'Arcachon qui a

reconnu l'église de Notre-Dame de Lanton, assurément une des plus belles de Gironde qui, elle, ne doit rien au cardinal Donnet !

**Merci de continuer à envoyer vos réponses à notre adresse
societe-historique@shaapb.fr**

AGENDA de juillet-août

Arcachon

- Les permanences seront assurées au MA.AT, 22 boulevard du Général Leclerc à notre siège situé au 2e étage, **les mercredis 1er, 8, 15, 22 et 29 juillet et les 5, 12, 19 et 26 août de 14h30 à 17h**

Lège-Cap Ferret

- **Le 8 août** - *Signature d'Histoire Maritime du Bassin d'Arcachon* par Jean Marie Blondy à la Maison de la Presse, à partir de 9h30.

Arcachon

- **Le 26 août** – Réunion du Conseil d'administration au siège à 9h30.

ANNIVERSAIRE

Ce 21 juin correspondait très exactement, jour pour jour, au 50e anniversaire du rattachement du sud de la presqu'île du Cap Ferret à Lège, acté en 1976. Auparavant, cet espace appartenait à La Teste de Buch, de l'autre côté de l'eau, ce qui ne facilitait pas son nécessaire développement alors qu'on voyait depuis les années 60 que ce territoire était promis à un bel avenir. Mais cela impliquait d'y consacrer des investissements et d'assurer un suivi que les Testerins n'avaient guère envie de faire, alors que sur place, les Légeots réclamaient avec de plus en plus d'insistance la réunification de la presqu'île coupée en deux et son rattachement à la commune de Lège.

La célébration de ce cinquantenaire, s'est déroulée à Petit Piquey de manière très cordiale en présence des maires des deux communes, celui de La Teste (sans regrets) rappelant qu'elles conservaient des liens indestructibles au travers des baillettes de la Forêt usagère autorisant l'utilisation de son bois par les ayants droit du sud de la presqu'île. Malgré le début de la canicule, les historiens locaux, en particulier Jean Mazodier, Patrick Ducasse et Damien Plaza, s'appuyant sur le Service des archives municipales, rappelaient sur d'élégants panneaux des aspects

méconnus ou oubliés de l'histoire de la presqu'île, avec un bel ensemble de photos et de documents authentiques, sous l'ombre protectrice des pins maritimes.



Les maires Philippe de Gonneville et Thierry Gouaichault ainsi que la députée Sophie Panonacle portent le bandana vert forêt du cinquantenaire

MUSÉE-AQUARIUM D'ARCACHON

L'Assemblée Générale de notre aînée (créée en 1863) et amie, la Société Scientifique d'Arcachon, s'est tenue le 18 juin sous la présidence de Bruno Roulin qui a apporté des nouvelles encourageantes pour tous ceux qui attendent que la situation actuelle se débloque. Ce que la Presse a qualifié de "victoire juridique", semble ouvrir un processus qui, s'il se concrétisait, pourrait conduire à terme à une renaissance de l'historique bâtiment patrimonial d'Arcachon que constitue le Musée-Aquarium. En tout cas, le président s'est dit prêt à "travailler sur la réouverture du musée".

CLIN D'OEIL

Images de vacances d'autrefois à la plage



Un beau dimanche à regarder la mer (1900-1910) Coll. privée



Tout est permis après la Seconde Guerre (1950)

Coll. privée

ACTUALITÉS du SITE INTERNET par Nelly Sablayrolles

Après la chronique de mai 2026 sur « les Archives », très utiles aux les adhérents de la SHAAPB pour connaître le passé, celle de juillet 2026 portera sur « **La Famille ALAUX, trois siècles au service des arts** ». Dans la poursuite des biographies des personnages liés au Pays de Buch, la vie et l'œuvre de **Guillaume Alaux** seront présentées. Au cours du mois de juin 2026, 189 000 personnes ont visité notre site suite à des recherches sur Google, en particulier sur Pierre Frondraie, Gramasa, Jacques Ragot, pin bouteille....

Bonne visite sur notre site : [shaapb.fr](https://www.shaapb.fr)

SHAAPB

MA.AT, 22 boulevard du Général Leclerc,
33120, Arcachon
societe-historique@shaapb.fr
<https://www.shaapb.fr>

Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre Lettre.

[Se désinscrire](#)