

DOSSIER DE PRESSE

PROVENCE ALPES DIGNE-LES-BAINS TOURISME



HAUTE-PROVENCE

SAINTE-CROIX-DU-VERDON

BLANCHE-SERRE-PONÇON



provence
alpes **TOURISME**
DIGNE-LES-BAINS

DIGNE LES BAINS
VAL DE DURANCE
**haute
provence**
TERRE D'ÉMOTIONS PURES

MOUTIERS
SAINTE-CROIX
verdon
TERRE D'ÉMOTIONS PURES

BLANCHE
SERRE-PONÇON
purealpes
TERRE D'ÉMOTIONS PURES


**QUALITÉ
TOURISME**
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE


**UNESCO
GÉOPARC
HAUTE
PROVENCE**

SOM — — MAIRE

- 01 NOUVEAUTÉS** p.4
- Digne-les-Bains capitale mondiale du rugby amateur !
 - Trail de Digne-les-Bains 1ère édition
 - Le Fête du Vélo 2ème édition
 - Le lac de Sainte Croix fête ses 50 ans
 - Evo Festival
 - Bienvenue au Fanget, site Nordique de Pleine Nature
 - Une passerelle himalayenne pour relier les deux rives de la Durance
 - L'E-trott'athlon s'installe à Montclar
 - Tonic Hôtel devient Le Refuge des Sources à Digne-les-Bains !
 - 2ème phase de travaux à la Maison Alexandra David Neel
 - Une nouvelle salle et une exposition exclusive au Musée Gassendi
 - SUR LA ROUTO® avec Tis'ânes
 - Idées séjours «tout inclus» en itinérance
- 02 C'EST DANS MA NATURE** p.9
- L'UNESCO Géoparc de Haute-Provence
 - Des sites géologiques d'exception
 - La collection d'art en montagne
 - Expériences nature
 - Figures locales
 - Sur les chemins de la transhumance, le GR®69 LA ROUTO®
- 03 DIGNE-LES-BAINS & LA HAUTE-PROVENCE** p.14
- Paradis des activités outdoor
 - Explorations culturelles
 - Thermalisme et Bien-être
 - Ambassadeur dignois
 - Bonnes adresses
- 04 LA VALLÉE DE LA DURANCE** p.18
- Nature et culture : des richesses fabuleuses
 - L'or vert de Provence
 - Figures locales
 - Bonnes adresses
- 05 CÔTÉ LAC : SAINTE-CROIX DU VERDON** p.23
- Rencontre avec le lac
 - Activités nautiques
 - Coup de Cœur Moustiers Sainte-Marie
 - Bonnes adresses
- 06 PASSION LAVANDE** p.25
- La lavande à l'honneur
 - Figure locale
 - Bonnes adresses
- 07 CÔTÉ MONTAGNE : BLANCHE SERRE-PONÇON** p.27
- Culture en altitude
 - L'eau, source de découverte
 - Terre d'aventures
 - Identité pastorale
 - Figures locales
 - Bonnes adresses

Provence Alpes Digne-les-Bains
et les Alpes de Haute-Provence.....p.33
Comment venir.....p.34
Contact presse.....p.34

ÉDITO

UNE TERRE D'ÉMOTIONS PURES AU COEUR DES ALPES DE HAUTE-PROVENCE

Des Alpes du Sud au Verdon en passant par la Haute-Provence, l'Office de Tourisme Provence Alpes Digne-les-Bains vous invite à un voyage extraordinaire à travers des paysages exceptionnels. Terre de saveurs, de senteurs et de savoir-faire, paradis des activités outdoor et d'exploration culturelle, Provence-Alpes Digne-les-Bains offre des expériences à vivre tout au long de l'année.

Le Président de l'Office de Tourisme
Benoît Cazerès



ÉVÈNEMENTS

Digne-les-Bains capitale mondiale du rugby amateur !

Soutenu par la ville de Digne-les-Bains, le département des Alpes de Haute Provence et la région Sud, le Festival Mondial de Rugby Amateur est un événement inédit rassemblant 20 nations, 20 clubs amateurs et 600 joueurs pour une compétition internationale : **le premier festival mondial des clubs Amateurs.**

Du 22 au 30 Septembre 2023, Digne-les-Bains sera la capitale mondiale du rugby amateur alors que la France accueillera la Coupe du monde de rugby. **600 joueurs se rencontreront durant 10 jours de compétitions et plus de 60 matchs.**

20 000 spectateurs sont attendus à Digne-les-Bains et dans les villes partenaires en région Sud.

À l'image de la coupe du monde professionnelle, les clubs disputeront des matchs de poules répartis sur 2 journées. Les 2 meilleurs de chaque poule pourront accéder aux phases finales pendant que les équipes non qualifiées pourront participer à un grand tournoi de classement inédit !

<https://festivalmondialrugbyamateur.com>



Trail de Digne-les-Bains 1ère édition

Dimanche 15 octobre 2023, cette première édition du Trail de Digne-les-Bains s'annonce exceptionnelle ! Au programme, **l'ascension du Cousson**, sommet emblématique de la ville offrant des panoramas à couper le souffle sur la Provence, les Alpes, le Mercantour et le Ventoux.

Le parcours (17 km et 1013 m D+), au cœur de **l'UNESCO Géoparc de Haute Provence**, permettra aux coureurs de découvrir quelques uns des plus beaux sites

géologiques du territoire.

Et bonne nouvelle pour les traileurs confirmés : le trail de Digne-les-Bains est référencé sur l'UTMB World Series et permettra donc de booster son UTMB Index et sa cote ITRA !

Tarif : 20€

Inscriptions en ligne :

<https://trailsbytpe.fr/le-trail-de-digne-les-bains/>



Le Fête du Vélo 2ème édition à Château-Arnoux l'événement de valorisation et de promotion du vélo au quotidien

Compétente dans le domaine de la mobilité, **Provence Alpes Agglomération** a pour mission le développement et la promotion des mobilités douces au quotidien. Performante sur le plan environnemental, socialement utile, économiquement viable, la pratique cyclable est indissociable des enjeux de santé publique et de transition écologique et s'intègre pleinement dans la stratégie «Pleine Santé» et dans le «PCAET» de l'Agglomération. Par ailleurs, Provence Alpes Agglomération est un **territoire emblématique pour la pratique du VTT**, qui possède une culture vélo importante et qu'il convient de décliner sur la pratique du quotidien.

C'est dans ce cadre que la première fête du vélo à été organisée en 2022. L'objectif principal de cet événement est de promouvoir la pratique du vélo et de valoriser les acteurs locaux qui œuvrent en ce sens, ainsi qu'en proposant des

animations ludiques. Il s'agit également d'un temps de sensibilisation auprès de la population.

Au travers de cet événement, il convient donc d'introduire le public au monde du vélo en lui proposant de découvrir de **nouvelles mobilités (VAE)**, de l'initier à **l'entretien et à la réparation de son vélo**, de le sensibiliser à la **sécurité à vélo**, de valoriser les externalités positives du vélo sur **la santé et l'environnement** et de renforcer l'autonomie et la maniabilité à vélo.

Cette année, la fête du vélo 2023 aura lieu sur la commune de Château-Arnoux-Saint-Auban, afin de mettre en valeur le val de Durance, territoire réputé pour la pratique du vélo.

L'événement aura donc lieu **le samedi 3 juin 2023** sur le site des « Salettes ». Seront conviés, les associations du territoire de la moyenne Durance, les magasins spécialisés dans le vélo ainsi que les acteurs

institutionnels et associatifs concernés par le vélo du quotidien. Différentes animations ludiques seront également proposées sur des thématiques variées en lien avec le vélo, ainsi que cinq parcours de balades à vélo pour tous niveaux (VTT, Gravel, All Mountain, Tour du lac, etc..).



Le lac de Sainte Croix fête ses 50 ANS

Le 14 août 2023, grande journée d'animations, activités nautiques, baptêmes en voilier, expositions, concours de pêche, orchestre et feu d'artifice en clôture pour célébrer la mise en eau du lac, se souvenir aussi.

Le rendez-vous de l'été à ne pas manquer !

LE SOUVENIR D'UNE VALLÉE FERTILE

L'idée de l'aménagement du Verdon remonte au début du XXème siècle mais il faudra attendre véritablement les années 60 pour qu'un plan de barrage soit présenté aux habitants. Les principales raisons sont exposées. La future construction devra subvenir aux différents besoins en eau potable et en électricité d'une population toujours plus importante. Elle doit également assurer une irrigation permanente aux agriculteurs.

Au tournant des années 70, si la réalisation d'un barrage ne comporte pas de difficulté technique, ce sont les populations locales qui y font le plus obstacle. En effet, le projet va entraîner de profondes modifications : non seulement le paysage mais surtout toute l'organisation globale des populations de la vallée va être modifiée. Tant que le projet de construction initial prévoit l'inondation de la totalité des villages présents (Salles-sur-Verdon, Bauduen et Sainte Croix), les populations s'opposent fortement à celui-ci.



Après un temps d'âpres discussions, un projet qui épargne les villages de Bauduen et Sainte-Croix est accepté. Le village des Salles-sur-Verdon sera englouti et un nouveau village sera reconstruit à l'abri des eaux.

Avec le barrage, la vallée change progressivement de visage. Alors que les champs s'estompent sous la couleur turquoise des eaux montantes, de nouveaux reliefs se dessinent. L'eau calme épouse les innombrables ravinements des collines, des criques et des plages émergent alors de cette transformation. La région se découvre ainsi un nouveau visage ; ouvert à tous, le lac devient **une nouvelle destination touristique populaire.**

www.stecroixduverdon-tourisme.fr

EVO FESTIVAL par EVO BIKE PARK du 2 au 4 juin 2023 à Digne-les-Bains

L'EVO JAM laisse la place à L'EVO FESTIVAL

Un événement VTT unique en France faisant se rencontrer parmi les meilleurs pro-riders internationaux et des amateurs venus de toute l'Europe sur plusieurs disciplines et activités. Des compétitions qui s'intègrent à un festival selon un format inédit autour du VTT FREESTYLE et GRAVITY en plein cœur de l'EVO BIKE PARK.

+ de **5000 visiteurs** attendus autour d'un programme pour tout public : courses de draisienne pour les enfants, course de VTT électriques, tests produits sur les pistes du Bike Park, village exposants... Le tout se clôturant par deux soirées de concert mélangeant rap, rock... ambiance festival assurée !

www.evobikepark.com



BIENVENUE au FANGET, site Nordique de Pleine Nature & Auberge Montagnarde

Trois copains, 1 mission : **faire vivre le site nordique du Fanget toute l'année !**

Le site de pleine nature du Fanget est relié à l'Est à la station du Grand-Puy par une superbe piste à travers la forêt de Fissac, en balcons de Seyne et de la vallée de la Blanche, et à l'Ouest à la station de Chabanon par une remontée en alpages. Entre les villages de Seyne et d'Auzet, le col du Fanget est tourné vers la nature, les espaces sont vastes, protégés, ensoleillés. L'empreinte humaine y est limitée.

Louis, Martin & Kevin, trois amis passionnés de montagne, de nature et de bonne franquette se sont lancés un défi : accueillir touristes et habitants toute l'année sur le site nature du Fanget en adaptant leurs activités aux 4 saisons !

«Nous nous sommes tous les 3 rencontrés lors de nos études en Savoie appelées «Valorisation des Espaces et Produits Montagnards» lors desquelles nous sommes devenus très proches et ne nous sommes plus quittés depuis ! En effet ce contexte a permis de mettre en évidence

nos modes de vie et valeurs communes autour de l'univers de la montagne et de la gestion durable de ces territoires.

Valeurs que nous souhaitons alors concrétiser à travers ce projet qui réunit à la fois la valorisation de l'agriculture et du terroir en milieu montagnard, la découverte et la mise en avant de l'environnement tout en prônant le respect des bonnes pratiques en montagne et d'un tourisme durable !

Et bien évidemment en plus de tout ça nous comptons vous faire profiter de notre joie de vivre, notre bonne humeur et nous vous attendons là-haut avec impatience !»

Au programme : randonnées thématiques (en raquettes l'hiver), ski de fond (parfois nocturne), biathlon, animations nature, course d'orientation, chien de traîneau été comme hiver, itinéraires VTT, ski de randonnée...

Un petit creux ? passage obligatoire par l'auberge montagnarde ! En terrasse au soleil ou bien au chaud en salle, venez déguster une cuisine locale et généreusement montagnarde. La carte du restaurant est à l'image des valeurs de ces 3 copains : une carte simple présentant des produits montagnards et généreux, prônant la consommation locale avec des produits de la vallée et des Alpes du Sud. www.lefanget.com



Une passerelle himalayenne pour relier les deux rives de la Durance

Inauguré en juillet 2022, ce passage suspendu permet désormais d'emprunter, à pied ou à vélo, un nouvel itinéraire pour rallier les communes de Volonne et Château-Arnoux-Saint-Auban.

Le chantier de construction de la passerelle himalayenne qui enjambe la Durance fut **le projet phare** de l'aménagement écotouristique de la retenue de l'Escale porté par Provence Alpes Agglomération.

La retenue de l'Escale constitue une entité paysagère remarquable sur la Durance et fut mise en eau en 1960.

Aujourd'hui, remplie à 80% par le limon de la Durance, elle est devenue un site ornithologique remarquable avec plus de 160 espèces différentes d'oiseaux sédentaires et migrateurs.



SENTIER DU TOUR DU LAC

Deux boucles de découverte, praticables à pied ou à VTT, permettent d'explorer le Durance et son lac.

En chemin six aires de découverte, des terrasses d'observation sur la Durance et une vingtaine de pupitres d'interprétation révèlent l'histoire de ce site naturel et présentent la biodiversité de cette zone humide exceptionnelle : oiseaux, poissons, castors, roselière...

La passerelle suspendue de Haute-Provence longue de 100m, vous permet de relier les deux rives de la Durance.



L'E-trott'athlon s'installe à Montclar



Osez l'expérience biathlon en trottinette électrique ! Découvrez le biathlon de manière ludique en été ! Les skis ont été remplacés par la trottinette électrique, et la technologie optique de la carabine de biathlon (sans plombs) permet de garder les sensations réelles avec les risques en moins.

Plusieurs formules possibles :

- **Individuelle** : Idéale pour aller à la recherche de sensations, tant avec la trottinette électrique en osant le circuit technique, qu'à la compréhension du tir de biathlon couché ou debout. Avec les conseils des encadrants, et à travers différents challenges (temps au tour, course 1 contre 1...) alliez plaisirs et progrès !

Chaque personne a, à sa disposition, une trottinette et une carabine pour toute la durée de l'activité.

- **En groupe** : Profitez pleinement avec vos amis ou en famille de l'expérience biathlon en trottinette électrique. A la recherche de plaisirs et défis, à travers différents ateliers cette formule vous permet de partager un moment intense en sensations.

- **Tir seul** : Vous désirez découvrir les sensations du tir de biathlon à 10 m sans faire de trottinette électrique ? cette formule est faite pour vous.

Après un briefing et un tir d'essai avec un encadrant, vous pourrez vous perfectionner en tir couché (et debout si vous le désirez). **le petit +** : à vos côtés, un boîtier vous permet de visualiser l'impact de votre tir et de comptabiliser vos points par série.

www.e-trottathlon.fr

CULTURE

2ème phase de travaux à la Maison Alexandra David Neel

Alexandra David Neel a fait de Digne-les-Bains l'héritière principale de ses biens.

En 2016 la ville s'est engagée à lui rendre hommage et faire rayonner son patrimoine en trois étapes :

- restaurer sa maison telle qu'elle était de son vivant en y intégrant ses objets du quotidien, son mobilier hétéroclite;
- restituer le jardin auquel elle était particulièrement attachée;
- lui dédier un musée conçu comme une traversée de sa vie de voyageuse féministe et libertaire.

Ce projet scientifique et culturel, confié à Nadine Gomez, conservateur en chef du patrimoine, replace Alexandra David-Neel au cœur d'une œuvre multiple qui conjugue l'écriture, le voyage et la dimension spirituelle de celle qui fut la première femme initiée au bouddhisme tantrique in situ et à la voie du vide.

C'est sa maison et son jardin retrouvés ainsi qu'un musée inventé qui ont alors été rouverts au public le 25 juin 2019.

Travaux phase 2

Cette seconde phase de travaux sera réalisée durant le premier semestre 2023 et va inclure tout ce qui n'avait pu être fait en 2019, à savoir :

- la restauration de deux pièces (chambres de Philippe Neel et d'Aphur Yongden) qui ont été stabilisées ainsi que celle de la chambre de la médiation ;
- la restauration des extérieurs (façades, terrasses, toitures) ;
- terminer l'aménagement du jardin en retirant les parties encore couvertes d'enrobés et en créant des espaces dédiés à l'accueil et à la déambulation des visiteurs avec la création d'un accès PMR vers la salle d'exposition temporaire.



Ces travaux ont pour objectif de redonner à la villa son aspect extérieur original choisi par Alexandra et de permettre aux publics d'en apprendre davantage sur deux personnes qui lui ont été chères : son mari et son fils adoptif.

www.alexandra-david-neel.fr

Une nouvelle salle et une exposition exclusive au Musée Gassendi

MARS 2023 : Inauguration d'une nouvelle salle dédiée à la donation Vincent Bœuf d'œuvres de PICASSO

Jacques Chanon, légataire de Vincent Bœuf, a choisi le musée de la ville dont la famille Boeuf était originaire, pour conserver ces œuvres offertes par Christine Picasso, donatrice des collections du musée de Málaga.

JUIN 2023 : Ouverture de l'exposition d'œuvres éphémères et projets dessinés d'Andy GOLDSWORTHY réalisées à Digne-les-Bains depuis 20 ans.

Cette **exposition exclusive** d'Andy Goldsworthy sera visible jusque fin 2023 au Musée Gassendi.

www.musee-gassendi.org



TONIC HÔTEL devient LE REFUGE DES SOURCES*** à Digne-les-Bains !

DÉPAYSEMENT TOTAL DANS UN CADRE CHALEUREUX ET RÉCONFORTANT

Bien plus qu'un « hôtel », c'est une adresse que l'on se recommande, un lieu intimiste pour ceux qui veulent vivre une région plutôt que de la parcourir, se retrouver plus fort et encore mieux ensemble.

Le Refuge des Sources c'est un lieu de partage, de convivialité, autour du Bar et ses cocktails, au coin du feu avec un chocolat chaud, une adresse où on crée du lien autour de la Table du Refuge pour savourer authenticité et produits locaux.

A deux-pas du Spa Thermal de Haute Provence et de l'établissement Thermal, c'est l'endroit où il fait bon se ressourcer, savourer et prendre soin de soi, une parenthèse de déconnexion et de bien être au cœur des Alpes de Haute Provence. Des paysages à couper le souffle comme le Plateau de Valensole, les Pénitents de Mées, les Gorges du Verdon, les différents lacs ; les randonnées pédestres et VTT en font le lieu idéal pour une pause le temps d'un week-end ou pour des vacances entre amis ou en famille... c'est enfin un concept inédit au cœur de la nature entre eau et montagnes où il fait bon aussi se retrouver pour un meeting, pour des «tracances», télétravail en vacances ou pour une mise au vert avec les nombreuses activités incentives proposées pour vos séminaires...

<https://www.lerefugedessources.com>



ITINÉRANCE

SUR LA ROUTO® avec Tis'ânes

L'itinéraire de grande randonnée **GR®69 La Routo®**, propose un voyage à travers le temps sur les anciennes drailles et carraires, autrefois empruntées par les troupeaux transhumants. Les randonneurs sont amenés à découvrir en chemin l'ensemble des signes anciens ou actuels liés à l'activité pastorale, qu'il s'agisse des nombreux aménagements réalisés pour les troupeaux (pierres relevées, ponts, fontaines...) ou des paysages pastoraux emblématiques façonnés par la dent des brebis. En formule découverte ou aventure, Tis'ânes propose des séjours randonnée au rythme des ânes sur la trace des transhumances le long des anciennes drailles.

<http://tis-anes.fr>



Séjour tout compris en bivouac avec les ânes sur La Routo® de La Javie au Laverq

(4 jours/3 nuits) à partir de 1080 €. Tarif famille : 2 adultes, 2 enfants, 2 ânes incluant la pension complète, la location d'une tente 4 places et le transfert retour.

D'autres formules de séjours La Routo® sont proposées par l'Office de Tourisme de Digne-les-Bains

Idées séjours «tout inclus» en ITINÉRANCE

L'Office de Tourisme propose des séjours **tout inclus** en itinérance à cheval, en VTT, vélo de route, Gravel, à pied, et même avec des ânes !

Retrouvez également des séjours thématique comme **La Route Napoléon à cheval** ou **Le GR®69 La Routo®**

Toutes nos idées séjours : <https://www.dignelesbains-tourisme.com/organiser/nos-idees-sejours/>



Bienvenue au cœur de L'UNESCO GÉOPARC DE HAUTE-PROVENCE !

L'UNESCO Géoparc de Haute-Provence fut le 1^{er} Géoparc au monde reconnu par l'UNESCO en 2000.

L'UNESCO Géoparc de Haute-Provence est un territoire unique et authentique situé au cœur des Alpes de Haute-Provence. Il rassemble 67 communes du département des Alpes de Haute Provence et couvre un espace de 1989 km². Autour de son patrimoine géologique exceptionnel de plus de 300 millions d'années s'articulent de nombreux sites valorisant le patrimoine naturel, culturel, matériel et immatériel... Tous ces patrimoines, rassemblés sur un même territoire, ont permis

à l'UNESCO, en 2000, d'établir des « normes » et de définir un label « UNESCO Géoparc ». C'est donc l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence qui a servi de modèle aux 169 autres Géoparc répartis dans le monde.

www.geoparchauteprovence.com

Qu'est-ce qu'un Géoparc ?

Il s'agit d'un territoire dont la valeur du patrimoine géologique est reconnue par des experts internationaux indépendants. Le Géoparc ne doit pas seulement avoir un intérêt géologique mais aussi écologique,

archéologique, historique ou culturel. Un Géoparc mondial UNESCO met ces patrimoines en relation les uns avec les autres pour éveiller les consciences et permettre un développement durable.

La plus grande Réserve Naturelle Géologique d'Europe !

La Réserve Naturelle Géologique de Haute Provence est le partenaire majeur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence. Depuis 1984, elle assure la protection de 18 sites classés et de 200 000 ha en zone de protection.



DES SITES GÉOLOGIQUES D'EXCEPTION

LA DALLE AUX AMMONITES

La Dalle aux Ammonites est LE site emblématique de l'UNESCO Géoparc de Haute Provence. Avec plus de 1.500 fossiles d'ammonites, nautilus ou pentacrines répartis sur 320m², c'est un site unique au monde. Envie des japonais, un moulage est aujourd'hui exposé dans la ville de Kamaishi !

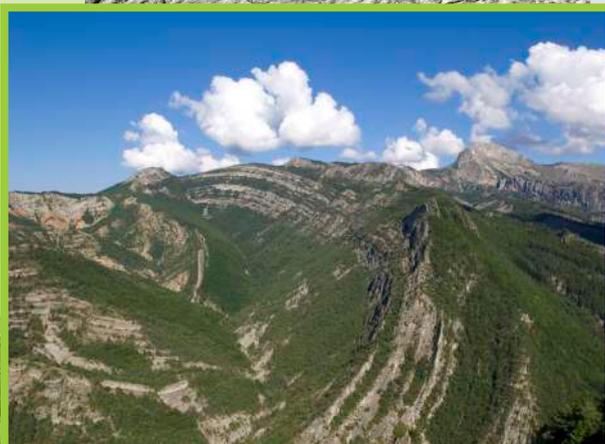
Ce site a fait l'objet de réaménagements en 2020 par le conseil départemental des Alpes-de-Haute-Provence, afin de sécuriser et protéger la dalle mais également de faciliter l'accès aux visiteurs.

LE PANORAMA DU VÉLODROME D'ESCLANGON

Paysage surprenant structuré par la rencontre des dépôts marins et de la surrection des Alpes il y a une vingtaine de millions d'années.

En ce temps-là, s'y étendait une plage bordée de reliefs vigoureux.

Le Vélodrome fascine les géologues depuis des décennies et nombreux sont ceux qui ont usé leurs chaussures de randonnée sur les sentiers qui le parcourent. Et au milieu, jaillit la Lame de Facibelle, miracle d'équilibre mis en relief par l'érosion.





COUP DE CŒUR

LE MUSÉE PROMENADE

Le Musée Promenade propose une véritable plongée dans le temps qui mettra en éveil tous vos sens ! Des artistes de renommée internationale y ont puisé leur inspiration tels Andy Goldsworthy, Joan Fontcuberta, Sylvie Bussières, Agathe Larpent.

Cet espace de déambulation et de création qui domine Digne-les-Bains du haut de son piton de tuf est unique en son genre ! Le visiteur se balade sur des sentiers ponctués de ruisseaux, cascades et œuvres d'art qui conduisent à des salles d'exposition où les temps géologiques sont mis en scène : collections de fossiles, aquariums tropicaux... Plus de **300 millions d'années d'histoire de la Terre** défilent sous vos yeux... Avec ses sentiers thématiques (sentier de l'eau, sentier des Cairns, sentier des remparts...) aux ambiances différentes et complémentaires, le Musée Promenade invite à un moment de quiétude et d'observation, mais aussi de rencontres, de regards, d'horizons, d'intérêts différents et de savoirs.

www.geoparchauteprovence.com/le-musee-promenade/

L'EXPÉRIENCE À VIVRE

DORMIR AVEC UNE ŒUVRE D'ART AU VIEIL ESCLANGON

« Lorsque l'on monte en direction de la maison, sur un chemin sinueux, on a la couleur rouge dans le regard et la couleur rouge sur les pieds. On arrive alors dans la maison et on regarde ce mur avec cette ligne rouge et sinueuse. Je pense que ce sera un formidable écho à la randonnée. »

Andy Goldsworthy

Est-ce un serpent ou un chemin ? C'est un peu mystérieux...

Et ça le devient d'avantage lorsque le feu de cheminée en éclaire le relief à la nuit tombée...

La lueur du serpent tranquille berce le randonneur alors que la nuit tombe doucement.

Quelle expérience que de dormir au sein d'une véritable œuvre d'art !

www.refugedart.fr



UNE COLLECTION D'ART EN MONTAGNE

Découvrir, en marchant, la création contemporaine c'est l'invitation faite par le musée Gassendi dont la **Collection d'art en montagne** se déploie sur le territoire de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence.

Marcher à la rencontre des œuvres d'herman de vries, Joan Fontcuberta, Paul-Armand Gette, Richard Nonas, Mark Dion, Trevor Gould, Delphine Gigoux-Martin, Till Roeskens, Lara Almarcegui et dormir dans les Refuges d'Art d'Andy Goldsworthy, est une expérience unique à vivre au sein d'une nature sauvage préservée. Depuis vingt ans des artistes ont créé des œuvres révélant les spécificités naturelles, historiques, culturelles, sociales du territoire. Produites par le centre d'art Cairn, ces œuvres ont ensuite rejoint la collection du Musée Gassendi qui en assure la pérennité. Le visiteur du musée devenu randonneur

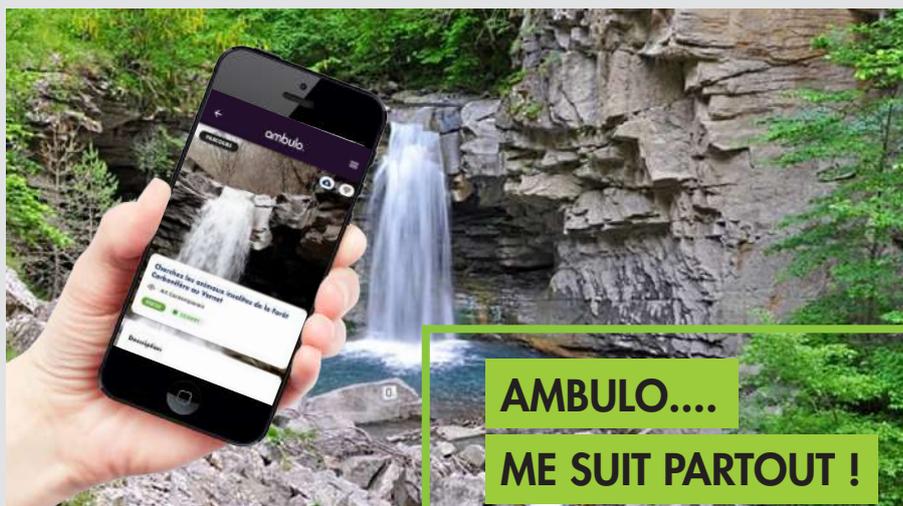


réemprunte des chemins de montagne oubliés pour relier des « œuvres-lieux » où faire une halte ou même passer la nuit.

Guides : L'art en chemin : guides-accompagnateurs et hébergeurs spécialisés.

www.artenchemin.fr, **L'art des parcours**, topoguide proposant 20 randonnées d'art contemporain, **carte IGN Refuge d'Art**.

www.musee-gassendi.org



AMBULO....

ME SUIT PARTOUT !

REFUGE D'ART

Refuge d'Art est une œuvre d'art conçue par l'artiste britannique Andy Goldsworthy. Ce parcours unique en Europe traverse sur 150 km les paysages exceptionnels de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence et allie de façon singulière l'art contemporain, la randonnée et la valorisation du patrimoine naturel et culturel.

L'application numérique gratuite pour tablettes et smartphones facilite la rencontre avec la **collection d'art en Montagne** du musée Gassendi disséminées sur le territoire. Favorisant l'itinérance en milieu rural, elle propose des parcours de randonnée d'art contemporain à pied, en voiture ou en vélo. L'art, la nature et le sport réunis pour des explorations surprenantes également adaptées au jeune public !

TESTÉ ET APPROUVÉ

PAR JÉRÉMY

DE L'OFFICE DE

TOURISME

« J'AI TESTÉ POUR VOUS OBSERVER LES OISEAUX AVEC UN ORNITHOLOGUE DE LA LPO »

Les roseaux se courbent sous le vent mais ne rompent point, le clapotis sur les rochers, le sifflement des oiseaux et le ciel orangé sublime sur le lac sauvage de la retenue de l'Escale. Robin, le pro des oiseaux et passionné, ouvre son cœur pour un partage 100% nature.

Postés au milieu des roseaux, jumelles sur le nez, longues vues sous la main. L'aigrette enchaîne les pirouettes, le héron fait des bons et le cormoran plane dans le vent. La danse est sauvage et majestueuse, le ballet envoûtant.

Chacun retient son souffle, le silence est de mise.

C'est l'heure de pointe ici !

Des centaines d'oiseaux majestueux, surgissent, nous frôlent, virevoltent avant d'atterrir sur le lac avec élégance. Emportés par les histoires passionnantes et plumées de Robin, nous sommes témoin d'un spectacle rare : un rapace en pleine chasse file à quelques mètres de nos têtes. Il capture sa proie et s'éclipse aussi vite qu'il est arrivé, nous clouant le bec.

Le dernier point de vue nous conduit en hauteur pour une vue panoramique sur la réserve ornithologique de Haute-Provence. Puissant et émouvant, le tableau est magnifique, le moment inoubliable. Au pied des montagnes, l'eau bleutée au milieu des roseaux dorés par le soleil du soir, nous laissent sans voix. On a du mal à décrocher les yeux de ce ballet aérien...



SUNSET PADDLE SUR LA DURANCE

À Volonne, la base Durance Nautique aux abords de la Durance offre un large éventail d'activités nautiques et ludiques adaptées à toutes les générations.

Le Sunset Paddle est une initiation au paddle avec l'objectif de parcourir 4 km dans la réserve ornithologique de Haute-Provence, en remontant la Durance, jusqu'à la partie de rivière axée sur le couché de soleil. Une manière de se connecter à la nature et avoir la chance de naviguer en côtoyant les castors. Les oiseaux exécutent leur dernier vol, dans une observation réciproque, l'impression de faire partie de cette nature est forte en contact avec l'eau, la brise et les derniers rayons du soleil.

www.durancenautique.com



FIGURES LOCALES

ROGER ISOARD, ANCIEN MAIRE D'AUZET, ENGAGÉ EN FAVEUR DU DÉVELOPPEMENT DURABLE ET DE L'ÉCOTOURISME

Né à Auzet, Roger Isoard a, pour ses études supérieures, dû quitter ce petit village en espérant y revenir un jour... Après avoir traversé la France du Nord au sud, Roger réussit à obtenir un poste à Gap. C'est en 1989 qu'il est élu **maire d'Auzet**, le début d'une nouvelle aventure passionnante qui dura 31 ans.

Roger a pu initier, avec l'aide des divers conseils municipaux, une **politique de développement durable** qui a contribué à la revitalisation de ce village : ils ont rénové l'ensemble des bâtiments communaux, mairie, logements sociaux, église et petit patrimoine. Mais ils ont aussi pu mettre aux normes les différents réseaux, routes, ponts, eau potable, assainissement, rénovation et enterrement des réseaux électriques et téléphoniques. Dans cette dynamique, la création de logements sociaux à haute performance énergétique et environnementale certifiés "Passivhaus" était indispensable.

Auzet étant loin des villes susceptibles de donner un emploi aux habitants, Roger s'investit pour créer des emplois localement au village. Début des années 2000 trois jeunes agriculteurs qui n'habitaient plus Auzet sont revenus. Pour leur permettre de pérenniser leur exploitation à l'initiative de la mairie une Association Pastorale Autorisée a été créée sur Auzet. Il réussit à faire d'Auzet, qui était complètement en déprise agricole en 1989, **une commune à l'élevage très dynamique !**

Roger est aussi à l'initiative de la création de nouveaux établissements tels que le centre musique et environnement de « **La Fontaine de l'Ours** », une menuiserie, un atelier de boulangerie vendant « Le pain d'Auzet » sur les marchés de Digne-les-Bains...

Attaché au patrimoine naturel d'Auzet, Roger créa des partenariats avec les associations naturalistes de la commune afin de réaliser **l'inventaire de sa biodiversité**. Cela engendra la création de sentiers de découverte, d'une cabane d'observation de l'avifaune, ainsi que la création de structures d'accueil pour développer **l'écotourisme** : un gîte d'étape au village « la Gelinotte », un gîte de groupe labellisé « écogîte » au Cubertin, un gîte de groupe dans le cadre du projet « Retrouvance » du Massif des Monges, ont été créés. Pour valoriser cet écotourisme, des structures privées se sont développées à Auzet telles que le gîte de l'Ours à la Fontaine de l'Ours, les chambres d'hôte le Diapason, réouverture du bar d'Auzet et du centre de ski de fond de pleine nature du col du Fanget.



Pour en savoir plus sur le parcours de Roger, découvrez son témoignage touchant, humble et rempli de sagesse dans le podcast «les voix qui dévoilent» produit par l'office de tourisme en partenariat avec Madrigal Prod : <https://cutt.ly/v8HvDLr>

Sur les chemins de la transhumance, le GR®69 LA ROUTO®

La Routo, de l'occitan far la routo, transhumer, est un projet franco-italien ayant pour objectif le **développement des territoires autour de la pratique de la transhumance et de l'itinérance touristique**. Il est issu de plus de dix ans d'échanges entre la Maison de la transhumance (Salon-de-Provence) et l'Unione Montana Valle Stura (Piémont italien) et vise à la mise en œuvre et l'animation d'un itinéraire et d'un réseau transfrontaliers reliant la plaine de la Crau à la vallée de la Stura.

L'itinéraire de randonnée La Routo a été défini à partir du cadastre napoléonien à la recherche des anciennes drailles de transhumance entre la Provence et les Alpes. Il retrace ainsi l'itinéraire des troupeaux en partance de la Crau qui suivaient l'ancienne voie Aurélienne jusqu'à Eguilles, empruntaient une draille qui contournait

Aix-en-Provence par le nord puis passait au nord de Saint-Marc et de Vauvenargues. Les troupeaux gagnaient ensuite Rians, Quinson, Riez, Puimoisson, Mézel, Digne, La Javie et Seyne, franchissait la crête entre la Blanche de Seyne et l'Ubaye, puis, remontant la vallée à partir de Méolans, conduisait à la Haute Ubaye, ainsi qu'au Piémont par le col de Larche.

Ces anciennes voies ont pour la plupart disparu suite à la culture des sols, au reboisement ou à la création de routes goudronnées. **Le GR®69 La Routo®** emprunte les portions d'anciennes drailles retrouvées en de nombreux endroits, notamment vers Arles, Eguilles, Vauvenargues, Valensole, Seyne-les-Alpes... Et permet de donner une seconde vie à ces chemins piétons.

Agréé **sentier de Grande Randonnée en**

juin 2020 par la Fédération française de randonnée pédestre, le GR69® La Routo® relie ainsi les plaines de Camargue et de Crau à la vallée de la Stura, permettant de découvrir les différentes dimensions de l'élevage transhumant.

Les randonneurs seront amenés à découvrir en chemin l'ensemble des signes anciens ou actuels liés à l'élevage pastoral. Qu'il s'agisse des nombreux aménagements réalisés pour les troupeaux transhumants (pierres relevées, murets, aires de repos, ponts et fontaines) ou des paysages pastoraux emblématiques façonnés par la dent des brebis.



UN ITINÉRAIRE DE GRANDE RANDONNÉE QUI TRAVERSE LA HAUTE-PROVENCE ET LA VALLÉE DE BLANCHE SERRE-PONÇON

Le GR®69 La Routo® s'étend sur 540 km soit 33 étapes successives reliant la plaine de la Crau à la vallée de la Stura en Italie.

L'itinéraire rejoint la Haute Provence par St Jurs puis traverse Digne-les-Bains pour rallier la vallée de la Blanche par Le Vernet et Seyne-les-Alpes. Au total, pas moins de 7 étapes de l'itinéraire traversent le territoire de Provence Alpes Digne-les-Bains, de Saint Jurs à Seyne-les-Alpes.

NOS ÉTAPES

13. Saint-Jurs – Bras d'Asse - 11.6 km
14. Bras d'Asse – Le Chaffaut - 20 km
15. Le Chaffaut – Digne-les-Bains - 11.4 km
16. Digne-les-Bains – La Javie - 20.6 km
17. La Javie – Le Vernet - 19.1 km
18. Le Vernet – Seyne-les-Alpes - 14.4 km
19. Seyne-les-Alpes – Vallon du Laverq - 21.6 km

LA ROUTO
larouto.eu



DIGNE-LES-BAINS ET LA HAUTE-PROVENCE



PARADIS DES ACTIVITÉS OUTDOOR

Parcourir la Haute-Provence à pied, à vélo, et même confortablement installé dans une sellette de parapente, autant de moyens pour satisfaire à l'envie de se dépenser et de s'émerveiller sur des paysages uniques ! En solo, avec des amis, accompagné d'un guide professionnel, la Haute-Provence dispose d'un vaste choix d'activités de plein air pour se ressourcer.

Depuis le sommet de l'Estrop à 2961m d'altitude en Haute Bléone jusqu'aux reliefs plus doux du Verdon, ou du Val de Durance, la Haute-Provence est sillonnée par une infinité de chemins balisés traversant des espaces splendides et préservés. La randonnée est ici un mode de vie, pratiquée par tous et toute l'année.



Installée au creux d'un paysage d'inspiration, Digne-les-Bains est indéniablement habitée de multiples curiosités. Préfecture du département, Digne-les-Bains est aussi connue pour être la Capitale historique de la lavande. Entre les Alpes et la Provence, la ville s'étire dans un paysage de moyennes montagnes. Cela lui assure une qualité exceptionnelle d'air très peu humide. Ainsi, loin des pollutions des grands centres urbains, Digne-les-Bains possède le charme et la douceur d'une ville moyenne qui prend soin d'elle.

www.dignelesbains-tourisme.com

PLUS VASTE TERRITOIRE VTT DE FRANCE AVEC 2300 KM DE PARCOURS RÉPARTIS SUR 1500 KM².

A vélo, la randonnée se décline avec ou sans assistance électrique, en famille, prétexte à la découverte de sites naturels remarquables comme les Clues de Barles ou les champs de lavande. Ici, le VTT a un parfum d'aventure dans les « terres noires » : spot mondialement connu des initiés. L'EVO Bike Park de Digne-les-Bains est le spot idéal pour des passionnés de DH (descente) ! L'itinérance est reine sur les grandes traversées balisées que sont l'Alpes-Provence, la Transverdon et les Chemins du soleil.

ENTRE CIEL ET TERRE SUR LA VIA FERRATA DE DIGNE-LES-BAINS

La Via Ferrata du Rocher de Neuf Heures propose 3 parcours de difficulté AD+ à D. Près de 15 agrès (passerelle himalayenne, ponts de singe, pont népalais, échelle, poutres...) sont répartis tout au long de l'itinéraire.

Après d'importants travaux et une extension en 2021, le parcours s'est doté d'une toute nouvelle tyrolienne et sept points de découverte ont été ajoutés sur la thématique des oiseaux et des chauves-souris en falaise, ainsi qu'une terrasse d'interprétation et de repos sur le thème des vautours.

- Accès libre et gratuit
- Location de matériel à l'Office de Tourisme de Digne-les-Bains.

Et pour prolonger l'expérience via ferrata, rendez-vous à Prads Haute Bléone sur la via ferrata de la Falaise de Meichira !

- Accès libre et gratuit
- Location de matériel au camping Mandala

TESTÉ ET APPROUVÉ

PAR MARION DE

L'OFFICE DE TOURISME

A FLANC DE FALAISE AVEC LES OISEAUX

Après les premiers barreaux, la sensation de vide est immédiate et grisante ! Prenant confiance, je progresse pour faire des croisées de pieds, mes doigts deviennent plus habiles à manipuler les mousquetons et je respire plus librement. Sous mes pieds, les toits de Digne-les-Bains et la vallée de la Bléone. Face à moi, la falaise calcaire vieille de 185 millions d'années sur laquelle hirondelles, corbeaux et même vautours fauve évoluent librement.

Le parcours est ponctué par des senteurs de thym sauvage flottant dans l'air.

Enfin à l'aise, la tyrolienne des vautours me tend les bras ! Envahie par une émotion teintée d'excitation et d'adrénaline, je m'élanche dans le vide total.

Deux câbles reliant deux pitons rocheux et mon harnais. Tout ce qu'il y a entre moi et la nature. Je ferme les yeux pour m'imprégner de cette liberté... voilà nous sommes déjà au sommet !



EXPLORATIONS

CULTURELLES

Si Digne-les-Bains est le point de départ de nombreuses explorations, c'est sans doute parce qu'elle est la ville de l'exploratrice Alexandra David-Neel ! Figure de proue de l'orientalisme au XX^e siècle et intellectuelle engagée, elle fut notamment la première et unique femme européenne à être jamais entrée dans la cité interdite de Lhassa. Fin des années 20, elle s'installe à Digne-les-Bains. Ici, elle poursuivra son œuvre remarquable, tant par son exigence que par son engagement. Alexandra David-Neel gardera ici tous les objets, notes, photos et autres documents ethnographiques issus de ses voyages. Elle baptisera sa maison du nom évocateur « Samten Dzong » (Résidence de la réflexion).

A sa disparition, l'exploratrice désignera la ville comme légataire universel de la maison, des droits d'auteurs et du fond d'archives. Un patrimoine inestimable ! Ainsi, la Maison Alexandra David-Neel poursuivra une activité de musée et de centre d'interprétation dédié à l'auteure, la culture himalayenne et bouddhiste.

www.alexandra-david-neel.fr



THERMALISME ET BIEN-ÊTRE

LE SPA THERMAL DE HAUTE-PROVENCE

Ouvert depuis mars 2022, le Spa Thermal de Haute-Provence vient enrichir l'offre de soin prodiguée aux Thermes de Digne-les-Bains.

Ce nouvel espace s'étend sur 1400m² et comprend plusieurs étages aux vocations spécifiques :

Le rez-de-chaussée est consacré à l'accueil et à l'espace « santé et remise en forme ». Il se compose d'un espace dédié aux ateliers santé, aux cours de gymnastique adaptés, à des intervenants extérieurs en lien avec la prévention santé.

Au 1er étage, l'espace Spa est dédié aux soins du corps. Ce nouvel espace est composé d'un accueil, de vestiaires, d'une boutique de produits de soins, d'un espace Cocoon (repos et tisanderie), de 4 cabines de soins secs et d'une cabine duo, d'une cabine de massage sous affusion et de deux bains avec luminothérapie.

Au 2ème étage, l'espace thermo-ludique conjugue bien-être et activité sportive. Avec son bassin d'eau thermale intérieur et extérieur, le visiteur bénéficie d'un grand espace pour pouvoir s'adonner à de nombreuses activités aquatiques (nage à contre-courant, col de cygne...). Jacuzzi, hammam, sauna et solarium viendront compléter l'expérience bien-être.

www.spadehauteprovence.com



ZOOM SUR LES CURES THERMALES

Une eau hyperthermale : l'eau thermale exploitée aux Thermes de Digne-les-Bains jaillit à 50°C du forage Ophélie, profond de 870 mètres. Sa composition particulière immuable est le fruit du contact avec les différentes roches traversées lors de son long parcours souterrain.

Une eau très riche en soufre : très riche en soufre (présent sous forme d'éléments et sous forme d'ions sulfates), en calcium, en sodium et en ions chlorures, l'eau thermale de Digne-les-Bains est classée dans la catégorie des eaux sulfatées, chlorurées, sodiques et calciques.

Pathologies traitées : ses propriétés thérapeutiques reconnues permettent à la station d'être agréée pour le traitement des affections rhumatismales, ORL et voies respiratoires.

Rhumatologie : exploitée dans le cadre de soins de balnéothérapie, l'eau thermale de Digne-les-Bains est antalgique, anti-inflammatoire, cicatrisante et chondro-stimulante.

ORL/voies respiratoires : exploitée dans le cadre de soins d'aérosolthérapie, de détersion ou encore de balnéothérapie, l'eau thermale de Digne-les-Bains dispose d'une action anti-infectieuse, décongestionnante, régulatrice sur le mucus et stimulante pour les défenses immunitaires.

www.thermesdignelesbains.com

AMBASSADEUR DIGNOIS

GRÉGORY MONTEL : acteur de cinéma

Natif de Digne-les-Bains, Grégory Montel, acteur qui s'est fait connaître pour son rôle de Gabriel Sarda dans la série « Dix pour Cent », décrit y avoir passé une enfance heureuse. Amoureux de sa ville natale et persuadé que les villes moyennes peuvent retrouver leur attractivité par leur centre et par une offre culturelle originale, Grégory décide de porter un projet inédit de lieu culturel dans le centre-ville, en lieu et place de l'ancien cinéma "Le Top" qui était à l'abandon depuis une vingtaine d'années.

C'est pourquoi, avec son association **Potes of the Top**, il décida de racheter le cinéma Top et de créer le "**Festival au Top**".

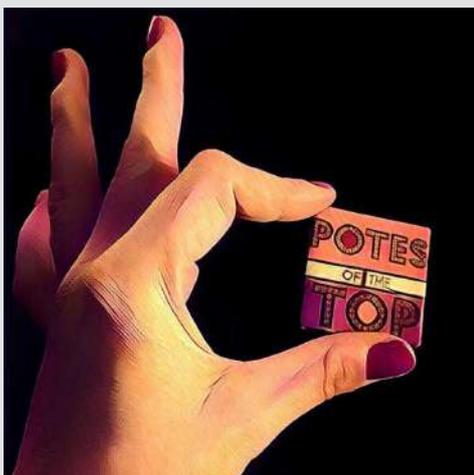


LE COLLECTIF POTES OF THE TOP

A l'initiative de Grégory Montel, le collectif Potes of the Top s'est tout d'abord réuni à quelques-uns, avec l'objectif de donner une nouvelle impulsion à la scène culturelle dignoise. Le collectif porte, grâce à l'acquisition de l'ancien cinéma « le Top » en juin 2016, un projet structurant, transversal et inédit qui vise à faire entrer sur le territoire dignois de nouvelles propositions artistiques fédératrices et ambitieuses.

L'association est née le 20 juin 2015. Deux mois plus tard, près de deux cents adhérents dont une troupe de trente bénévoles ultra-motivés, mettaient en place le **Festival au Top**, en plein air, au parc Louis Jouvét.

Aujourd'hui, ce projet est une oeuvre collective, celle de toute une population qui avait soif de se rassembler autour d'événements culturels et festifs. Depuis sa création et pour toutes les actions entreprises jusqu'alors, l'association avance grâce à l'aide et la participation bénévole de centaines d'habitants : des petites mains, des dons, des compétences techniques mais aussi – et surtout – une belle énergie tournée vers l'avenir. C'est là le coeur de ce projet. **Une initiative citoyenne et populaire.**



**RENDEZ-VOUS LE DERNIER
WEEK-END D'AOÛT POUR
UNE NOUVELLE ÉDITION
DU FESTIVAL !**

BONNES ADRESSES



Good food good mood
CHEZ NUSA, CAFÉ ET BIEN-ÊTRE à Digne-les-Bains

Juste en face de la maison Alexandra David-Neel, c'est un véritable cocon cosy et chaleureux qui attend les amoureux de cuisine gourmande, 100 % locale et végétale. Dans l'assiette, une cuisine à la fois saine, généreuse, colorée et savoureuse qui fait du bien au corps mais aussi aux papilles ! La carte évolue avec les saisons. «Bow!» généreux, tartine savoureuse ou burger végétal laissez vous tenter par cette adresse 'healthy' !

www.facebook.com/nusacafeetbienetre/



LA Slow Food déclinée au fil des saisons, des marchés et des cueillettes
RESTAURANT LE PRESSEUR GOURMAND à Mézel

Agneau de Pays, Porc Fermier de Montagne, Bœuf de Seyne Les Alpes, Champignons et cueillettes sauvages, Charcuteries de Malijai, Fromages locaux, lait entier de ferme, Pois Chiches, Lentilles, Petit Epeautre Bio de Thoard. Riz de Camargue. Ici tout est LOCAL ou BIO. Les Fruits et légumes de saison illuminent les assiettes de leurs couleurs. Olivier, Chef et Caviste passionné, parfois Pagnolesque, est intarissable sur ses produits et producteurs. Il vous propose les meilleurs vins de la région en accord avec sa cuisine, ou à emporter au tarif Caviste. Ici vous dégusterez une cuisine «Authentique», originale et savoureuse à l'ombre des platanes ou dans l'ancienne forge d'Arthur.

www.facebook.com/LePressoirGourmand/

Calme et douceur sur les hauteurs de Digne-les-Bains
GÎTE ET CHAMBRES D'HÔTES
« CE NID D'AIGLE »

Bienvenue dans le hameau des Hautes-Sièyes situé sur une colline surplombant Digne-les-Bains. Chantal et Jean-Hugues vous accueillent dans leur demeure au panorama imprenable sur les montagnes de la Haute-Provence. Ce Nid d'Aigle est une bâtisse ancienne et restaurée, où vivaient autrefois trois petits seigneurs. Le caractère originel de la demeure a été respecté grâce à une restauration patiente et minutieuse qui a su préserver son charme d'antan, notamment la fenêtre à meneaux.

<https://cenidaigle.com/>

Le charme et l'atmosphère d'une maison de famille du XIXème siècle
LA VILLA GAÏA HÔTEL & PENSION *** à Digne-les-Bains

Depuis 1993, Anne-Françoise et Georges-Eric vous accueillent dans leur maison au cœur d'un grand jardin.

Les chambres sont claires et spacieuses, les repas sont préparés à base de produits frais et locaux, souvent bio et parfois même cultivés dans le potager de la maison. La cuisinière est à votre écoute pour respecter vos éventuelles contraintes alimentaires et proposer des plats végétariens, sans gluten ou sans lactose, etc...

La Villa Gaia est un lieu de séjour privilégié où les propriétaires veillent eux mêmes à la qualité des services.

www.hotel-villagaia-digne.com/





Le village des Mées est sans aucun doute surprenant ! Caché derrière les colosses de pierre que sont les Pénitents, Les Mées et plus largement le Val de Durance sont le berceau de la culture de l'olivier en Haute-Provence. C'est de la commune des Mées que le territoire tient son savoir-faire oléicole depuis plus de 600 ans, qui perdure encore aujourd'hui pour produire une huile d'olive aux saveurs inégalables. Une fois encore, les oliviers ne s'affichent pas. Et pourtant !



NATURE ET CULTURE :
DES RICHESSES
FABULEUSES

LE PRIEURÉ DE GANAGOBIE

Havre de paix et de retraite, le prieuré de Ganagobie domine la vallée de la Durance. Un sentier de randonnée parsemé de trésors historiques relie le village au plateau : allée aux moines, remparts, carrières de meules. Une petite promenade au bout du plateau permet aussi de découvrir les ruines du village de Villevieille, datant probablement du VII^e siècle. L'église du Xe siècle laisse entrevoir le cloître et abrite des mosaïques médiévales uniques datant du XIII^e siècle. Par ailleurs, les vitraux contemporains ont été réalisés par le Père Kim En Joong et le porche est surmonté d'un somptueux tympan.

www.abbaye-ganagobie.com



LES PÉNITENTS DES MÉES

D'où que vous soyez dans le Val de Durance, vous apercevrez les Pénitents des Mées. Spectaculaire et étonnante formation géologique, elle s'étire sur plus de 100 m de haut et 1 km de long. Falaises escarpées aux cimes acérées, c'est une légende qui donne son nom à cette monumentale masse de galets. Le sentier qui en fait le tour, chemine par les crêtes qui livrent une vue vertigineuse sur le village en contrebas.



MAJESTUEUSE DURANCE

Autrefois redoutée pour ses crues, la Durance est une rivière à la fois alpine et méditerranéenne à la morphologie bien particulière. Pour réguler ces crues, plusieurs barrages ont été construits. Leur but principal, dévier la plus grande partie du débit de la rivière dans le canal EDF qui alimente des usines hydroélectriques.

Une passerelle himalayenne longue de 100m permet désormais de relier les deux rives.

L'OR VERT DE PROVENCE

Chargé de symbole et réputé éternel, l'olivier est une figure bienfaisante qui marque de sa silhouette neuve l'identité de la Haute-Provence. Arbre d'exception, il opère une véritable fascination. Ses fruits, une fois gorgés de soleil, seront récoltés à partir du mois d'octobre puis pressés pour en extraire l'huile prestigieuse, AOP de Haute-Provence. Avec plus de 80 000 oliviers sur 4 domaines, Les Mées est la plus grande commune oléicole des Alpes de Haute-Provence.



LE CHEMIN DES OLIVIERS

Au départ de la Chapelle en ruine Saint-Pierre édifiée au XVI^e siècle et en direction d'Oraison, un parcours de 4 km intitulé « Le Chemin des Oliviers » permet de découvrir des oliviers multi-centenaires.

Ici chacun possède son « olivette », un très joli terme pour désigner quelques oliviers dans un jardin, mais certains professionnels cultivent plusieurs milliers d'arbres, parmi lesquels certains sont pluri-centenaires.



TESTÉ ET APPROUVÉ PAR LAËTITIA DE L'OFFICE DE TOURISME

« CRINIÈRE AU VENT DANS LES CHAMPS D'OLIVIERS »

« Vous êtes prêtes ? » L'excitation monte ! L'appréhension aussi. Bombe à la main nous partons chercher nos montures impatientes. En selle, nous serpentons lentement sur le flanc de la colline dans une forêt d'oliviers, ces arbres sacrés et légendaires, chargés d'histoire. Bercé par le rythme des chevaux, la contemplation n'est que plus belle. La vue plongeante sur le val de Durance verdoyant est étincelante.

Une vaste prairie s'illumine, une flore nuancée de couleurs s'imprime sous nos yeux comme un tableau de Cézanne. Le claquement des

sabots s'intensifie, cheveux au vent, ça décoiffe ! Mes acolytes, secoués dans tous les sens, pieds en l'air, jambes tendues, quelle rigolade ! Une vraie bouffée d'oxygène et de bonne humeur. Tous ses champs d'oliviers nous donnent des idées : « on s'arrête au moulin des pénitents ? »

www.feniere.com

Pour s'approvisionner en huile d'olive et produits dérivés, ou tout simplement découvrir le savoir-faire d'artisan moulinier, rendez-vous dans l'un des nombreux moulins de la vallée de la Durance.

LE DOMAINE SALVATOR, propriétaires récoltants et moulins depuis 4 générations.

Depuis 1902 le Domaine Salvator se consacre à la culture de l'Olivier. Aujourd'hui, Sophie et Frédéric ont pris la suite de 4 générations d'agriculteurs et prennent soin d'oliviers vieux de plus de 400 ans. « Plus qu'une passion, c'est une responsabilité : continuer à planter des vergers d'oliviers, mais surtout s'assurer de transmettre ce patrimoine à la génération suivante. »

Le point d'accueil au moulin permet de découvrir les différents types d'huiles selon les variétés d'olives et les procédés de fabrication représentés par 4 cuvées d'huile d'olive. La spécialité à découvrir ? Les huiles aromatiques préparées dans le moulin, à partir d'ingrédients locaux et d'olives !

Le point d'accueil au moulin permet de découvrir les différents types d'huiles selon les variétés d'olives et les procédés

de fabrication représentés par 4 cuvées d'huile d'olive. La spécialité à découvrir ? Les huiles aromatiques préparées dans le moulin, à partir d'ingrédients locaux et d'olives !

<https://domainesalvator.fr/>

UN MUSÉE DÉDIÉ À LA CULTURE DE L'OLIVIER

Le musée de l'Olivier, situé dans **LE MOULIN DES PÉNITENTS**, est entièrement dédié au patrimoine oléicole des Mées. Sur place, une exposition d'outillage ancien, des explications sur la fabrication de l'huile d'olive et un moulin en pierre du 19^{ème} siècle.

www.moulin-des-penitents.fr



Dans la confiance d'une production d'huile d'olive prestigieuse AU MOULIN FORTUNÉ ARIZZI

Au cœur de la vallée de la Durance, Le Moulin Fortuné Arizzi produit l'Huile d'Olive Vierge Extra Pur Terroir issue exclusivement de son Domaine. Elle est un pur jus de fruit issu de l'assemblage de trois variétés: Aglandau, Picholine et Frantoio. C'est en 1964 que Fortuné et Jeanne Arizzi s'installent au Mas des Pins. En 1969-70, Fortuné Arizzi agrandit le parcellaire oléicole en rachetant des terrains plantés avec une variété locale: l'Aglandau. En 1973, il plante 2 nouvelles variétés sur ses terres: une native de Provence – la Picholine, et une importée de Toscane par Fortuné Arizzi – la Frantoio.

Elle sera la troisième et dernière variété de l'assemblage de l'Huile d'Olive du Moulin Fortuné Arizzi, et lui donnera sa singularité par rapport aux huiles d'olive locales.

En 2013, l'Huile d'Olive Vierge Extra du Moulin Fortuné Arizzi obtient la médaille d'or au concours international de New York.

Aujourd'hui, l'équipe du Moulin Fortuné Arizzi invite ses visiteurs à découvrir l'histoire et la culture de l'olivier, la production de l'huile d'olive et ses bienfaits pour la santé avec une visite guidée. Au programme: découverte du moulin, projection d'un film pédagogique, visite de l'écomusée du pigeonnier et dégustation d'huile d'olive et de produits régionaux.

www.moulinarizzi.com



DES EXPÉRIENCES

À VIVRE

À LA RECHERCHE DU CASTOR SUR LA DURANCE

Tous les vendredis à 19h l'équipe de la base Durance Nautique propose une balade accompagnée en bateau électrique pour découvrir les indices de présence du castor d'Europe ainsi que la faune et flore le long de la Durance. Plusieurs castors sont visibles toute l'année et il est rare de les manquer si on sait s'approcher en silence près de leurs habitats.

www.durancenautique.com



TESTÉ ET APPROUVÉ PAR

EVA DE L'OFFICE DE TOURISME

« ÇA PLANE POUR MOI »

Décollage immédiat attachez vos ceintures ! Me voilà installée à bord du planeur, je quitte le sol, il me vient tout de suite une sensation indescriptible, quelle liberté ! Je glisse dans l'air. Un silence et une délicatesse rares. Je plonge littéralement dans les Pénitents des Mées, quel face à face vertigineux et fascinant ! Pyramides dorées sculptées par l'érosion, l'enfilade de falaises gigantesques s'enchaîne sur 1 km. Les moines encagoulés font pénitence, stoïques, pétrifiés depuis trois millions d'années, quel spectacle !!!

Il est déjà temps de redescendre sur terre avec des souvenirs plein la tête et une perpétuelle envie de revenir nager au milieu des nuages.

Vol en planeur au départ du Centre national de Vol à Voile de Château Arnoux Saint Auban.

<https://cnvv.net/>

FIGURES LOCALES



JANE GLEIZE

Sur les pas de son papa... restaurant étoilé « la Bonne Étape » à Château Arnoux

La cuisine en héritage !

Chef étoilé de la Bonne Étape depuis 1964, Jany cuisine avec le cœur sur la main et la passion des produits de "sa" Provence chevillée au corps, qu'il aime faire découvrir à ses hôtes.

Ce goût des autres et des bons produits, Jany l'a donné en héritage, comme un père offre son bien le plus précieux, à sa fille Jane, qui l'a rejoint à la cuisine de La Bonne Étape en 2020. Après un passage à la Maison Loiseau et au Waterside Inn en Angleterre, Jane a décidé de venir travailler aux côtés de son père au sein de cette adresse des Alpes du Sud, qui est un incontournable depuis 57 ans.

C'est sous les bons conseils et petits secrets de son père que la jeune femme s'apprête à reprendre le flambeau de ce restaurant étoilé au guide Michelin.

Une nouvelle histoire de famille, qui s'inscrit depuis maintenant plus de 2 ans, où la région et le terroir trouvent une nouvelle fois leur place au cœur d'une assiette renouvelée.

www.bonneetape.com



PATRICK RICHARD

Producteurs d'huile d'olive et moulinier de père en fils

Né au sein d'une famille de producteurs d'huile d'olive, Patrick Richard décide en 1997 de reprendre l'Huilerie Richard, producteur d'huile d'olive et moulinier de père en fils depuis 5 générations.

Fort de ses expériences professionnelles passées et grâce à son implication, Patrick signe le retour de la fabrication d'huiles d'olive de France, notamment en octobre 2017, avec la reprise du Moulin des Pénitents, qui se situe aux Mées, au cœur des Alpes de Haute-Provence.

Sur ce territoire protégé et ensoleillé sont produites, depuis plus de 30 ans, des huiles d'olive d'exception de Provence AOP et de Haute-Provence AOP.

Ce moulin à huile de Provence possède un verger exceptionnel, qui peut se vanter de compter le plus grand nombre d'oliviers centenaires de France.

Ici, Patrick et son équipe cultivent la variété Aglandau, une olive étonnante caractérisée par un nez d'herbe fraîchement coupée, d'artichaut cru ou de feuille de tomates. Cette olive lui permet de créer son huile d'olive AOP de Provence, puisqu'il en faut au minimum 80% pour pouvoir revendiquer l'AOP.

Attaché à son histoire, Le Moulin des Pénitents met le plus grand soin dans la confection de ses produits par respect du fruit, de l'olivier et du travail du producteur.

La famille Richard a à cœur de faire perdurer et découvrir le savoir-faire de la confection de l'huile d'olive au sein de ce moulin de la vallée de la Durance. C'est pourquoi, lors de votre visite au Moulin de Pénitents, vous pourrez aussi découvrir le musée de l'Olivier, qui est entièrement dédié au patrimoine oléicole des Mées. Sur place, plongez au cœur d'une exposition d'outillage ancien, venez écouter les explications sur la fabrication de l'huile d'olive et découvrez un moulin en pierre du 19ème siècle.

www.moulin-des-penitents.fr



BONNES ADRESSES



Vacances en famille

CAMPING SUNÉLIA L'HIPPOCAMPE À VOLONNE

Idéalement situé dans un cadre idyllique le long de la Durance, le camping Sunélia l'Hippocampe est réputé pour ses animations de qualité. Ici, tout est prévu pour des vacances en famille réussies : deux piscines, dont une avec un grand bain bouillonnant, toboggans aquatiques, pataugeoire, snacks, restaurants, activités et sports organisés, marché nocturne et... une discothèque !

NOUVEAU ! Le Nature Spa vous accueille pour un moment de détente au sein du camping. Sauna bulle, jacuzzi, espace cocooning avec transats et lits à baldaquin, salle de massage... L'occasion de se faire chouchouter face à une vue imprenable sur la Durance !

www.l-hippocampe.com



Séjour Nature

ECO-CABANES EN TERRES DU VANSON À VOLONNE

Proche de la réserve ornithologique de Haute-Provence, les éco-cabanes offrent un cadre idéal pour des séjours en pleine nature. Cultures biologiques, accès direct à la rivière et table d'hôtes gourmande. Ressourcement garanti !

<https://terres-du-vanson.wixsite.com/volonne>



Séjour gastronomique

LA BONNE ÉTAPE À CHÂTEAU-ARNOUX

Hôtel Relais et Châteaux et restaurant étoilé Michelin depuis 1964, cette maison tenue par la famille Gleize depuis 4 générations vous propose 18 chambres climatisées récemment rénovées avec vue sur les montagnes, le jardin ou la piscine, décorées avec des styles différents et des meubles d'époque pour une expérience unique, riche en tradition et convivialité.

Le jardin bio, dont les trésors agrémentent la cuisine, se visite et la piscine extérieure est à votre disposition du printemps à l'automne pour un séjour en toute quiétude.

Le restaurant gastronomique allie les richesses locales et le savoir-faire du chef pour célébrer la Provence si chère à Jany Gleize. Une explosion de saveurs se retrouve dans l'assiette, pour le plus grand plaisir des papilles, le tout dans le décor feutré de la salle à manger.

Séjour Gastronomique à partir de 207,50€ par personne incluant l'hébergement, le petit-déjeuner sous forme de buffet et un dîner au restaurant gastronomique de Jany Gleize, avec l'accord Mets et Vins

<https://www.bonneetape.com/fr/offres-speciales/i/offres-speciales/sejour-gastronomique.html>

05

SAINTE-CROIX-DU-VERDON

CÔTÉ LAC



Derrière les champs de lavandin du plateau de Valensole se niche le village de Sainte-Croix-du-Verdon. Situé à 513m d'altitude, le village surplombe le lac depuis son éperon rocheux. Charmante localité où il fait bon flâner, Sainte-Croix est composé de jolies maisons typiques de Provence, d'une église du XVIe siècle et des vestiges d'un château médiéval. Ce village vit maintenant principalement du tourisme et est devenu un véritable petit village provençal familial et convivial, qui jouit d'une vue imprenable sur le véritable joyau du Verdon et de la région : le lac de Sainte-Croix !

www.stecroixduverdon-tourisme.fr

RENCONTRE AVEC LE LAC

Les eaux vertes du Verdon et la proximité des célèbres Gorges du Verdon font de ce lac un spot incontournable du sud de la France. Impossible de ne pas venir naviguer, sauter, nager, ou encore pagayer dans ce lac pendant votre séjour en Provence-Alpes. Le lac se situe au carrefour de la route des Alpes, de la Côte d'Azur et de la Provence. Cette position centrale, entre plaine et montagne, confère au lac son énergie toute singulière.

Le lac de Sainte-Croix combine à la fois les loisirs de l'eau et du plein air et le terroir avec pour trait d'union la lavande, le thym et le miel dont les saveurs se mêlent agréablement aux senteurs des pins et des chênes truffiers. Quelle que soit la façon dont vous l'approchez, le lac de Sainte-Croix est une vraie rencontre !



ACTIVITÉS NAUTIQUES

S'ÉVADER SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX EN PADDLE, PEDALO OU ENCORE EN BATEAU ÉLECTRIQUE...



**TESTÉ ET APPROUVÉ
PAR FLORIAN DE
L'OFFICE DE TOURISME...
ANCIEN SKIPPER
RECONVERTI !**

**« DU VENT DANS LES VOILES...
EN ROUTE POUR LE MARCHÉ »**

Soudain, un souffle me pousse sur les eaux turquoise du Verdon. C'est parti ! Ce dimanche matin, le ciel tracé de coton se reflète dans l'eau cristalline. Prenant de la vitesse, nous nous éloignons peu à peu du village perché de Sainte-Croix-du-Verdon. Les voiles gonflées de vent et mon cœur battent à l'unisson. Penché du côté tribord du navire, les fines gouttelettes de l'eau me caressent légèrement le visage et me font sourire. Je commence à rêver aux senteurs et saveurs qui m'attendent au marché sur l'autre rive : olives savoureuses, fromages crémeux, miel de lavande doré et sirupeux... J'en ai l'eau à la bouche !

www.voileverdon.fr

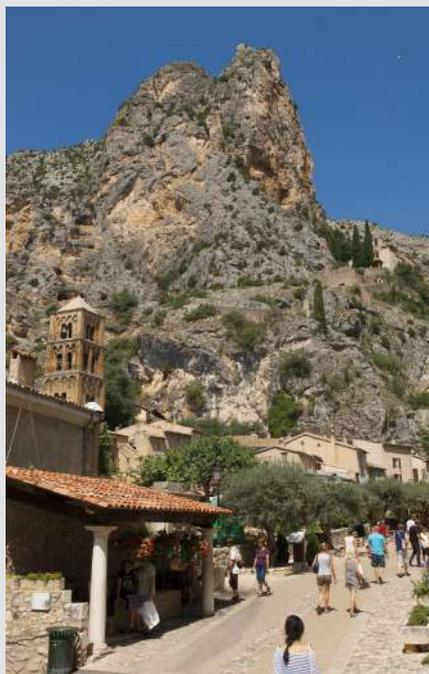
COUP DE CŒUR

ESCAPADE DANS L'UN DES PLUS BEAUX VILLAGES DE FRANCE

Placé sous la bienveillance de son étoile, le village de Moustiers-Sainte-Marie, séduit tant par son décor que par l'effervescence et le dynamisme portés par les artisans. Ses ruelles pittoresques gravissent les flancs des falaises qui protègent les maisons des vents froids descendus des montagnes. A ses pieds les champs d'oliviers dessinent un tapis qui conduit le regard vers l'eau du lac de Sainte-Croix. Le village s'illustre depuis le XVIIe siècle par l'art de la terre qui se décline sur faïence. Elle tire sa notoriété mondiale d'une commande de Louis XIV qui aurait ordonné que la vaisselle d'or et d'argent soit fondue pour renflouer le trésor royal et donc remplacée par un nouveau service... en faïence. Dix ateliers en activité, qu'il est possible pour certains de visiter, animent le village.

www.moustiers.fr

Service Presse : webcom@moustiers.fr



BONNES ADRESSES



Chambres d'hôtes avec vue

LA FERME PARA LOU À SAINTE CROIX DU VERDON

À la sortie des Gorges du Verdon, à 700 mètres du magnifique lac de Saint-Croix, entre champs de lavandes et chênes truffiers, Laëtitia, Richard et Robin, apiculteurs et hôteliers, accueillent les vacanciers pour passer un agréable séjour. Les chambres d'hôtes proposent une aire de jeux pour enfants, un terrain de pétanque, un terrain de volley / badminton et une piscine avec aire de repos. Le tout avec vue sur le Lac de Sainte-Croix...

www.fermeparalou.com



Gîtes au coeur des champs de lavande

LE DOMAINE DE LA BLACHE À ST JURs

Le Domaine de la Blache est un ancien hameau agricole, reconverti aujourd'hui comme lieu d'accueil. Situé sur le plateau de Valensole sur la commune de Saint-Jurs, il surplombe la vallée de l'Asse et est bordé au nord-est par les premières montagnes du Verdon. Tout autour la culture du lavandin domine, ainsi que d'autres essences telles que la sauge sclarée, l'hélichryse, le thym ou le romarin. La nature y est omniprésente et Christine et Denis, les hôtes, font tout leur possible pour qu'elle s'y sente bien.

<https://lablache.com>



L'EXPÉRIENCE À VIVRE

APÉRO RANDO À CHEVAL AU MILIEU DES LAVANDES

Après un apéritif servi sur la terrasse du charmant Domaine de la Blache, avec mon nouvel ami, cheveux et crinière au vent, la douce aventure m'attend. Au pas, puis au trot, je balance mon regard sur cette mer violette que le coucher de soleil transforme un temps en rose, un temps en bleu et je me m'enivre du parfum mythique !

50€/pers. De 19h à 22h (apéritif suivi de 2h de randonnée à cheval).

www.leschevaucheesdesarah.com



Avec plus de 10 000 hectares de champs de lavande, soit plus de 30% des surfaces nationales, le département des Alpes de Haute-Provence éblouit les vacanciers qui pourront profiter de balades, à pied, en VTAE ou à bord d'une 2 CV pour admirer ces somptueux champs de lavande...

De Digne-les-Bains, capitale historique du négoce de la lavande, au Verdon où la production de lavande perdure, en passant par les petits villages de Mézel, Estoublon, Bras d'Asse et jusqu'au plateau de Valensole, c'est le bol d'air « made in Provence » garanti !

Comme le disait Giono : « la lavande est l'âme de la Provence », ici, c'est une véritable culture. Pour découvrir tous les secrets du brin bleu, Provence-Alpes et ses villages sont les lieux idéaux !

AOC DEPUIS 1981

La lavande vraie ou fine (*Lavandula angustifolia*) est la plus noble des lavandes et son huile essentielle bénéficie depuis 1981 d'une AOC : « Huile essentielle de lavande de Haute-Provence ». Elle se caractérise par une longue branche avec un unique épi de fleur, et pousse sous forme de buissons. On la trouve entre 500 et 1500 mètres d'altitude sur les versants ensoleillés des montagnes.

LA LAVANDE À L'HONNEUR

Le Corso de la lavande a lieu chaque année durant le premier week-end du mois d'août. Depuis 1939, la ville revêt alors son habit de lumière et entraîne visiteurs et Dignois aux pays des senteurs et des rêves avec ses défilés de chars décorés, ses groupes musicaux et sa grande fête foraine.

www.cdf-dignelesbains.fr



Ne ratez pas la période de floraison !

Pour voir les champs en fleurs, rendez-vous entre le 15 juin et fin juillet.

La floraison s'étend jusqu'à fin août mais la lavande est récoltée à partir de la deuxième quinzaine de juillet.

Sur les routes de la lavande...

Plus de 1000km de Routes parfumées et colorées !

Ce parcours sensoriel, initiatique, est une ode à la Provence, un cadeau délicat offert aux visiteurs curieux. Car c'est auprès de ses producteurs que se découvre cette petite fleur bleue miraculeuse, élégamment appelée « Or bleu ».

<https://routes-lavande.com>

FIGURE LOCALE



CÉLIA NICOLOSI, **entreprise NICOLOSI Créations et Musée de la Lavande**

Célia, passionnée de voyages et de parfums, évolue au sein de l'entreprise familiale Nicolosi Créations depuis 5 ans. Son papa a créé l'entreprise il y a 15 ans, dans le garage de la maison familiale avant de s'installer dans leur atelier actuel. « Nous fabriquons des parfums et nous engageons, en partenariat avec l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence, à ce qu'ils soient faits à la main, dans notre atelier de fabrication au cœur du Géoparc, avec des matières premières aussi locales que possible. Nos senteurs sont inspirées par les matières premières qu'on peut trouver sur le territoire, nous travaillons avec des agriculteurs du bassin d'origine qui nous fournissent les huiles essentielles qu'ils produisent et avons à cœur de fabriquer tous nos produits de manière traditionnelle pour conserver une qualité de parfums qu'on ne retrouve plus aujourd'hui dans la production industrielle. »

www.nicolosi-creations.fr

BONNES ADRESSES

À la découverte de l'or bleu

LE MUSÉE DE LA LAVANDE À DIGNE-LES-BAINS

Ce musée sons et lumières relate l'histoire du travail de la lavande dans les alentours de Digne-les-Bains - capitale de la lavande - des années 1900 à nos jours.

Mémoires, histoires de vies et légendes entourant la lavande et son essence, produit emblématique du territoire d'origine.

Démonstrations de distillation de lavandin gratuites en juillet et août

<http://www.musee-lavande-digne.fr>

Huile Essentielle de Lavande Fine Haute-Provence AOP

PROVESSENCES À L'ESCALE

Idéalement situé au cœur de la Haute-Provence, Provessences est spécialisée dans la production d'huiles essentielles pures et naturelles, pour la parfumerie, la cosmétique et l'aromathérapie.

« Nos agriculteurs travaillent en harmonie avec leur environnement, en respectant les traditions de culture et de distillation des plantes aromatiques locales.

Tous nos produits sont 100% d'origine Provence, berceau de la Lavande et du Lavandin. Nous vous garantissons des produits de première qualité, une traçabilité complète, une disponibilité tout au long de l'année et des prix directs producteurs.»

Provessences est certifié Ecocert à la fois pour les cultures biologiques (Agriculture Biologique) et pour les huiles essentielles bio (label cosmétique COSMOS).

Visites guidées de la distillerie en été.

www.provessences.fr



L'EXPÉRIENCE À VIVRE

LES ATELIERS LAVANDE À MÉZEL

En juillet et août, Véronique accueille petits et grands sur son exploitation pour des ateliers de découverte autour de la lavande : pouvoir des plantes, principes de distillation, anecdotes...

Un voyage historique, botanique et olfactif !

Un rendez-vous avec le brin bleu à ne pas manquer.

De 6 à 12 €/pers. sur réservation.

<https://bleudargens.fr/>



CÔTÉ MONTAGNE

BLANCHE SERRE PONÇON



L'hiver, ces stations de montagne ouvrent leurs portes et vous invitent à la découverte de leurs diverses animations et activités. Balades en raquettes, ski alpin ou nordique, chiens de traîneau et autres sports de glisse rendront votre séjour inoubliable !



Le soleil brille en toutes saisons dans la vallée de la Blanche ! Ce climat clément comprenant neige en hiver et températures agréables en été, donne aux paysages leurs couleurs verdoyantes.

Les 300 jours de soleil par an ont d'ailleurs inspiré un poète qualifiant la vallée de : « petit coin de Suisse égaré sous le soleil de Provence ». Ils vous inspireront certainement aussi !



Au cœur des Alpes du Sud, Blanche Serre-Ponçon vous propose une immersion vivifiante dans un décor d'alpages, de lacs de montagne naturels et de prairies fleuries. Les trois stations qu'elle abrite, Montclar, Chabanon, Le Grand-Puy, et le site nature du Fanget offrent des terrains de jeux extraordinaires pour les plaisirs et activités nature. De mai à septembre, les remontées mécaniques vous permettent d'accéder aux sommets afin de découvrir le milieu montagnard sans difficulté. Profitez-en pour faire un itinéraire de descente à pied ou en VTT, tout en appréciant la faune et la flore de montagne.

www.blancheserreponcon-tourisme.com



CULTURE EN ALTITUDE

LA CITADELLE VAUBAN DE SEYNE

Construite au XVII^e siècle sous les ordres de Vauban, la citadelle révèle souterrains, authentiques canons, citerne d'époque, stalactites ou encore vieux four à pain ... Entendez-vous ce grognement au loin ? Insolite ! L'œuvre d'art contemporain « Le donjon de l'ours qui dort » de l'américain Mark Dion se révèle, caché dans un recoin de la citadelle.

Un dernier effort pour grimper au sommet de la grande Tour, classée aux Monuments historiques, pour une vue imprenable sur les montagnes et le village.

<http://fortetpatrimoine.free.fr/>



TESTÉ ET APPROUVÉ

PAR LAURA DE

L'OFFICE DE TOURISME

FORT ESCAPE : L'ULTIME PLAN

Au point le plus haut du village, rendez-vous au pied de la Grande Tour, au cœur même de la citadelle. Christophe, le maître du jeu nous accueille pour le briefing et nous conduit dans les salles secrètes de la citadelle de Seyne les Alpes. Dans les méandres de la citadelle Vauban, replongez dans les couloirs du temps au XVII^e siècle. Du vieux pont levis, jusqu'aux Casemates Nord, ce sont plus de 180m² de souterrains aménagés, un des Escape Games les plus vastes d'Europe ! Un coup de canon retentit, la forteresse est assiégée! Le Duc de Savoie donne l'assaut aux portes du fort. A nous de sauvegarder le plan le plus secret, l'Ultime Plan convoité par l'ennemi. « Vite, vite, passé 75 minutes il sera trop tard ! »

www.fort-escape-seyne.com

L'EAU, SOURCE DE DÉCOUVERTE

En été, les bassins naturels d'eau douce des Clues de Barles représentent les spots idéaux de randonnées aquatiques.

Bien plus haut en altitude, il est possible de pêcher dans les lacs de montagne situés au pied du Fort de Dormillouse. Le lac Noir et le lac du Milieu avec leurs rivages bordés de mélèzes s'ouvrent à vous après une merveilleuse randonnée.

Incontournable de la région, faites un petit plongeon dans le lac de Serre-Ponçon, indispensable pour se rafraîchir en été.



LES LACS DU COL BAS : UN SITE PRÉSERVÉ NATURA 2000

LES LACS DU COL BAS : UN SITE PRÉSERVÉ NATURA 2000

C'est dans cet environnement préservé que s'épanouissent le "criquet ensanglanté" et le "triton alpestre", deux espèces animales rares.

> Le territoire s'engage pour la préservation des milieux naturels abritant des espèces fragiles.

- Respectons les sentiers balisés
- Emmenons avec nous nos déchets
- Ne cueillons rien sur le milieu

<http://alpes-de-haute-provence.n2000.fr/>

EAU MINÉRALE NATURELLE

Une source jaillissant au pied du plateau de la Chau à Montclar est identifiée comme la plus haute de France. Avec un captage à une altitude record de 1650 m, cette source est naturellement protégée contre tout risque de pollution, ce qui lui confère son extraordinaire pureté grâce à un faible taux de nitrates et une faible minéralisation.



TERRE D'AVENTURE

Ici, pas de grains de sable mais de l'oxygène et de l'espace. De l'air pur pour une nature parfumée, un soleil méditerranéen qui réchauffe les sommets culminant à 2700m, de Rocheclouse à Dormillouse, jusqu'aux pâturages de Négron et de Chabanon.

Idéal pour randonner en famille ou en mode sportif, avec des balades de 1h à 7h, vous pouvez marcher en alpage, à l'abri des mélèzes ou sur les crêtes et observer le lac de Serre-Ponçon...



PARADIS DES TRAILEURS

Le kilomètre vertical du Blayeuil.

1000 m de dénivelé positif sur moins de 3 km ! Impressionnant ? C'est, en tout cas, ce qui vous attend sur ce Kilomètre Vertical dont la vue au sommet est de toute beauté !

Après un petit kilomètre d'échauffement sur du plat le long de la rivière, vous entreprendrez l'ascension du Blayeuil et son KV, composée à 70% de sentiers en sous-bois et de 30% en alpage.

<https://www.rando-alpes-haute-provence.fr/randonnee-trail/kilometre-vertical-du-blayeuil-parcours-trail/>

FAN DE VTT, l'espace VTT de Blanche Serre-Ponçon offre plus de 300 km d'itinéraires de randonnées balisés de tous niveaux. De juin à septembre profitez de trois Bike-Parks à Montclar, Chabanon et Le Grand Puy pour le VTT de descente et l'enduro.

Vous êtes moins téméraire ? Aucun problème ! Partez à la découverte de nos routes pittoresques en vélo à assistance électrique.



L'EXPERIENCE A VIVRE

DESCENTE DES CLUES DE BARLES EN VÉLO

Lieu magique dominé par la montagne du Blayeuil, les Clues de Barles offrent un paysage minéral unique.

30 km de descente des gorges au fil de l'eau, de Verdaches à Digne-les-Bains, pour s'imprégner d'une nature exceptionnelle. Le Bès a creusé des piscines naturelles où il fait bon plonger en été. À partir d'octobre, les couleurs d'automne subliment la vallée.

<http://gite-flagustelle.com>



Le ciel de la Vallée de la Blanche fournit une aérologie propice à la pratique du parapente. C'est le site où notamment se sont déroulés les championnats du Monde et de France de la discipline. Survolez le Pays de Seyne et admirez la vue depuis les airs, la vallée offre un environnement exceptionnel.

Il déploie sa voile au sol. Le vent secouant mes oreilles, je laisse mes yeux vagabonder vers la pente droit devant. Qu'y a-t-il en dessous ? Que ressentirai-je au moment où mes pieds quitteront la stabilité du sol ?

Mon cœur s'ouvre à la vue du dégradé de couleurs, passant du bleu à l'orange et du rose au violet. Alors que le soleil vit ses derniers instants avant de se perdre dans le lac de Serre-Ponçon, nous nous préparons à courir dans la brise.

Guillaume m'entraîne vers l'avant dans la pente, mon cœur bat de plus en plus vite lorsque nous prenons de la vitesse et puis, avant même que j'en aie conscience, je suis dans les bras du vent, flottant en toute sécurité au-dessus de la forêt de hêtres et de sapins. Après cette poussée d'adrénaline, je suis maintenant confortablement bercée par les montagnes environnantes. En quelques minutes, ce vol crépusculaire nous emmène au-dessus du lac.

TESTÉ ET APPROUVÉ

PAR FANETTE DE

L'OFFICE DE TOURISME

« MON COUCHER DE SOLEIL VU DU CIEL »

En fin de journée, je fais la rencontre de Guillaume, spécialiste des baptêmes de l'air en parapente depuis plus de 10 ans, puis nous montons ensemble en van jusqu'à l'aire de décollage du plateau de la Chau, au-dessus de la station de Montclar.



COUP DE CŒUR

RESSOURCEMENT EN PLEINE NATURE AU GÎTE DU CUBERTIN

A 1500m d'altitude en alpage, le Cubertin d'une capacité de 13 places est situé en zone Natura 2000, au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence et du Massif des Monges. Point de départ de nombreuses randos VTT et pédestres, il est idéalement situé pour se détendre en observant la faune et la flore locale.

<https://www.gite-flagustelle.com/gite-du-cubertin/>

IDENTITÉ PASTORALE

À LA RENCONTRE DU BERGER

Au cœur des pâturages du Col Bas, partez à la rencontre de Jean-Marc, le berger, accompagné de ses chiens de troupeau. A la belle saison, il monte en estive pour offrir à ses moutons l'herbe la plus verte et la plus fraîche possible. Il nous fera partager sa passion pour un métier traditionnel, aux origines du monde. Condition de vie rudes, solitude et richesse du quotidien, découvrez son travail authentique, loin de tous les clichés. Randonnée possible de fin juin à fin septembre, accessible à partir de 10 ans. Dénivelé positif de 500m maximum.



COUP DE CŒUR

LA CABANE DES MULETS

À plus de 1700 m d'altitude, cette ancienne cabane d'alpage datant du XVIIIe siècle est un lieu emblématique pour la population locale. Offrant un des plus beaux points de vue sur la vallée, les randonneurs de passage affectionnent ce lieu sauvage où chamois et bouquetins se laissent apercevoir. C'est aussi le refuge incontournable du berger lors des transhumances.

CONCOURS MULASSIER ET MAISON DU MULET À SEYNE-LES-ALPES

Seyne-les-Alpes perpétue une tradition française ancestrale : l'élevage du mulet. Animal fort et robuste, il est issu d'un croisement entre une jument et un âne.

Son élevage a fortement marqué l'économie locale tout au long du XX^{ème} siècle, plus particulièrement entre les deux guerres où pas moins de 800 mules naissent chaque année ici. L'élevage mulassier s'est adapté avec la modernisation de l'agriculture, trouvant notamment des débouchés dans l'exportation : on vient de toute l'Europe pour acheter les mules de Seyne-les-Alpes !

Le concours mulassier de Seyne-les-Alpes est le dernier événement du genre et se tient dans le village le deuxième samedi d'août, depuis près de 100 ans.

<https://lamaisondumulet.fr/>



FIGURES LOCALES



CLAIRE JUBIN, ÉLEVEUSE D'ALPAGAS ET CULTIVATRICE DE SAFRAN LA FERME AU DOUX MÉLÈZE À MONTCLAR

Petite fille d'agriculteurs du Haut Doubs, Claire Jubin est, depuis toute petite, passionnée par le travail de la terre et les animaux.

Elle a toujours eu vocation à partager cette passion avec les autres. D'abord accompagnatrice tourisme équestre dans le Doubs et dans le Jura, Claire reprend ses études pour devenir agricultrice et posséder sa propre exploitation.

Diplôme en poche à 27 ans, Claire décide de s'installer sous des latitudes plus clémentes, au creux de la vallée bucolique de la Blanche et aux abords de la station village de Montclar. Elle eut un réel coup de cœur pour une ferme de pays à rénover, entourée de 6 hectares de terrain vallonné et bordée d'eaux vives alpines et située à 10 minutes de Serre-Ponçon et de la petite ville de Seyne-les-Alpes.

Le site est idéalement situé pour l'élevage et l'accueil du public.

Dans sa ferme, Claire a à cœur de faire découvrir son métier d'éleveuse d'alpagas et de cultivatrice de safran. Attachée à son territoire, Claire propose, toute l'année, des visites pour faire découvrir sa ferme, des balades à poney en main avec chasse au trésor, une découverte des alpagas et de la safranière mais aussi des initiations et ateliers feutrage.

LA FERME AU FIL DES SAISONS :

Mai et juin: tonte des alpagas et tri de la laine

Septembre : naissance des alpagas

Octobre et novembre : récolte du safran, mise en pot, mais aussi entretien des bébés alpagas et confection de tricots

www.audouxmeleze.fr

EMMANUELLE VORS, MULETIÈRE, AGRICULTRICE, ET MONITRICE DE SKI JOËRING

Le moins que l'on puisse dire, c'est qu'Emmanuelle est multi-casquettes ! Tantôt muletière à la maison du Mulet, tantôt monitrice de Ski Joëring, elle cultive également plus de 200 variétés de pommes de terre, un véritable trésor qui prend racine ici, dans la vallée de la Blanche.

Emmanuelle, c'est aussi l'animatrice de la maison du Mulet à Seyne, chaque semaine elle propose une série d'animation pour les grands et les petits !

Embarquez dans la vie à 100 à l'heure d'Emmanuelle dans le podcast «les voix qui dévoilent» produit par l'office de tourisme en partenariat avec Madrigal Prod

<https://cutt.ly/n8Hv7it>



LA FAMILLE ROUGON, LA FERME DES PELISSONES À SEYNE UNE FERME AU NATUREL DE PÈRE EN FILS, EN AGRICULTURE BIOLOGIQUE

« Anciennement éleveurs de vaches charolaises nous nous sommes tournés vers la race Aberdeen Angus en 2009. Originaires d'Écosse, c'est une race robuste, facilement adaptable, peu exigeante, maternelle et très précoce

Sa rusticité est son grand point fort, elle lui permet de « profiter » des pâturages même lorsque ceux-ci sont de faible qualité comme lors d'une sécheresse... Cela nous permet de nourrir nos animaux avec exclusivement de l'herbe et des fourrages pendant l'hiver. Cette alimentation et cette facilité d'élevage nous permettent de proposer une viande de qualité, tendre, au goût persillé et surtout très saine. Nous accordons une grande place au bien-être animal qui devient un sujet de plus en plus important dans notre société. Nous nous efforçons de nous occuper du mieux possible de TOUS nos animaux, nous les nourissons de notre amour et ils nous le rendent bien. Nous effectuons souvent des événements à la ferme pour faire partager notre métier, notre passion. »

www.fermedespelissones.fr

ERIC BRUNO, REMETTRE L'ÂNE EN VALEUR

Après avoir travaillé plus de 15 ans auprès des chiens de traîneaux et des chevaux Boulonnais dans différents pays, Éric décide de rentrer dans son pays natal. C'est lors de son retour en France, en 1995, qu'il commence à s'intéresser à l'âne par rapport à sa rusticité et sa fidélité. Éric cherchait un compagnon de route pouvant allier la rusticité, la force et la fidélité tout en travaillant dans les champs, la forêt, pouvant être attelé à une calèche et pouvant promener les enfants sur son dos au travers d'animation en milieu rural.

C'est en 2020 qu'Eric s'intéressa à la région de Seyne et de Digne. Il y vit l'opportunité de s'épanouir avec ses animaux, tout en profitant des températures moins élevées afin de faire rêver les gens aux contacts des ânes et des paysages fantastiques des Alpes du Sud.

En 2022, Eric rentre en contact avec la Maison du Mulet à Seyne-les-Alpes, et avec les équipes de La Routo, avec qui il commença à collaborer pour la saison estivale de 2022. L'aventure continue puisque, 1 an plus tard, Tis'Ânes devient Géopartenaire de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence.

Avec la reprise du centre équestre du Vernet, Eric propose de faire découvrir aux visiteurs Le Vernet, lieu de pastoralisme et de transhumance, à dos d'ânes. Il a à cœur de faire découvrir cette belle région qu'il aime tant et de donner du plaisir aux gens en pratiquant la randonnée avec des ânes.

<http://tis-anes.fr>





L'EXPÉRIENCE À VIVRE

BIEN ÊTRE AU COEUR DES MÉLÈZES

L'odeur sublime et apaisante du cèdre rouge vous porte jusqu'aux 2 bains privatisés, et aux 2 saunas, au coeur de la forêt, chauffés au poêle à bois.

Vous pourrez ressentir les nombreux bienfaits de variations thermiques pour le corps : relaxation des muscles, élimination des toxines, déconnexion de l'esprit.

Regain d'énergie assuré avec les douches froides sensorielles, et la douche écossaise dont l'eau jaillit naturellement du sol.

Une expérience de bien-être et de détente incomparable !

1 heure d'accès au bain privatisé et accès sauna, espaces détente, à partir de 35€/adulte.

www.lesbainsdesbois.com

BONNES ADRESSES



La Bulle des Cimes BRASSERIE DE L'AUBRÉE

« À la brasserie de l'Aubrée, nous brassons nos bières dans le plus grand respect des traditions brassicoles et élaborons nos recettes dans notre microbrasserie située sur la place du village de Selonnet ». Sur place, dégustation, visite guidée des locaux et ateliers « production de bières artisanales ».

<https://www.facebook.com/biere.de.laubree/>



Terroir et authenticité RESTAURANT LES ALISIERS À MONTCLAR

Dans un décor montagnard chaleureux le chef Christophe propose une cuisine tout autant créative qu'authentique, des spécialités de pays et des recettes élaborées au gré des saisons, favorisant les producteurs et éleveurs locaux. Belle terrasse fleurie l'été, et cheminée réconfortante l'hiver.

www.les-alisiers.fr



Douceur de vivre HÔTEL-CLUB LE DOMAINE DE L'ADOUX *** À MONTCLAR

Plutôt hiver ou été ? L'hiver, skiez face au lac de Serre-Ponçon sur les 50 km de pistes que propose la station. Durant l'été, profitez des plages du lac, des multiples itinéraires de randonnée ou encore des animations et activités proposées à l'hôtel.

Espace détente avec sauna, fitness, hammam, piscine couverte extérieure chauffée.

www.domainedeladoux.fr



Vacances dans un chalet de montagne RÉSIDENTE LES BALCONS DU GRAND PUY

Sur la commune de Seyne les Alpes, à quelques minutes de la station familiale du Grand Puy, offrez-vous une parenthèse dépayssante en chalet tout confort. Des vacances dans un cadre exceptionnel en plein cœur d'une nature luxuriante.

Bouffée d'air frais et déconnexion garanties, été comme hiver !

www.lesbalconsdugrandpuy.fr

ALPES DE HAUTE-PROVENCE

LES ALPES DE HAUTE-PROVENCE EN CHIFFRES :

6 925 km²

Un des plus grands départements de France

160 000 habitants

260 mètres

point le plus bas, dans la vallée de la Durance

3 412 mètres

point culminant (Aiguilles du Chambeyron)

2,5 millions

de touristes

Près de

14 millions

de nuitées dont 13 % de nuitées étrangères

750 millions d'euros

de dépenses touristiques

PROVENCE ALPES AGGLOMÉRATION

PROVENCE ALPES AGGLOMÉRATION C'EST :

- **2.3 millions de nuitées touristiques**
- **4 million d'excursionnistes**
- **80 000 visiteurs pour les 12 principaux sites et équipements culturels**
- **115 millions d'euros de dépenses touristiques.**

RANDONNÉES

- plus de 1700 km de chemins balisés
- 150 itinéraires de randonnées balisés
- La Route Napoléon à pied, le GR° 406
- La GTPA (Grande Traversée des Préalpes)
- La ROUTO à pied, nouvel itinéraire de grande randonnée : le GR° 69

VTT

- 1^{er} territoire VTT de France
- 2300 km de sentiers balisés répartis sur 1500 km²
- 4 Bike Parks
- 3 Grandes Traversées - L'Alpes-Provence, Le Transverdon, Les Chemins du Soleil

THERMALISME ET BIEN-ÊTRE

- 6500 curistes/an et 5000 entrées bien-être

SPORTS D'HIVER

- 3 stations de ski et de montagne : Montclar, Chabanon, le Grand Puy (110 km de ski alpin)
- et 1 site de pleine nature : Le Fanget (30 km de sentiers balisés raquettes à neige)

PATRIMOINE NATUREL ET CULTUREL

D'EXCEPTION

- Plus grand canyon d'Europe : les Gorges du Verdon
- Plus grande Réserve Naturelle Géologique d'Europe
- 1^{er} UNESCO Géoparc au monde : L'UNESCO Géoparc de Haute-Provence
- Maison de la 1^{ère} occidentale à avoir pénétré la cité interdite de Lhassa au Tibet : Alexandra David-Neel, bâtiment classé Monument historique
- 150 km de randonnée culturelle : Refuge d'art, plus vaste collection au monde des œuvres d'Andy Goldsworthy réunies dans un même espace

COMMENT VENIR ?

AUTOROUTE :

A51 de Marseille à Gap (sortie Peyruis) puis RN 85

TRAIN ET BUS :

Gare des Chemins de Fer de Provence : +33 (0)4 92 31 01 58

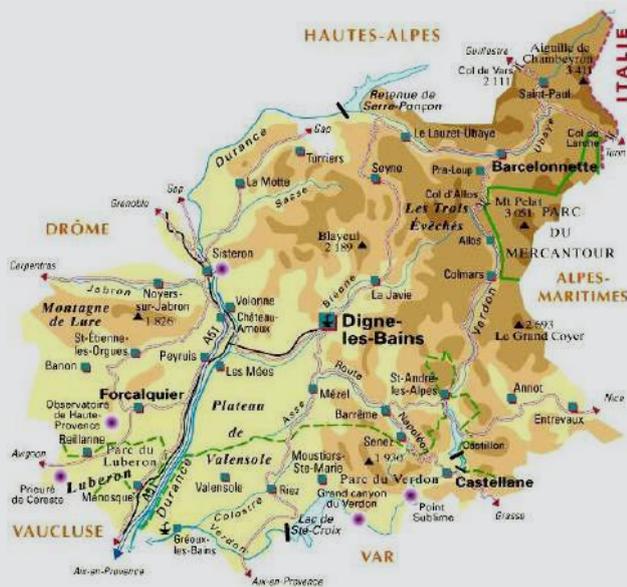
Gare SNCF de Digne-les-Bains : 3635 / +33 (0)8 00 11 40 23

Gare routière : +33 (0) 809 400 013

AÉROPORT :

Nice Côte d'Azur : +33 (0)8 20 42 33 33

Marseille : +33 (0)4 42 14 24 09



CONTACT PRESSE

Anne-Sophie KELAGOPIAN
AGENCE REVOLUTIONR
askelagopian@revolutionr.com
01 47 10 08 40 | 06 47 32 76 85

Margot CHEVALLIER
AGENCE REVOLUTIONR
mchevallier@revolutionr.com
06 33 46 56 65

www.dignelesbains-tourisme.com

www.stecroixduverdon-tourisme.fr

www.blancheserreponcon-tourisme.com

DIGNE LES BAINS
VAL DE DURANCE
**haute
provence**
TERRE D'ÉMOTIONS PURES

MOUSTIERS
SAINTE CROIX
verdon
TERRE D'ÉMOTIONS PURES

BLANCHE
SERRE PONÇON
purealpes
TERRE D'ÉMOTIONS PURES