



Carnet découverte

Parc naturel régional du

Verdon

PAYSAGES NATURE CULTURE TERROIR



Une autre vie s'invente ici



Les richesses insoupçonnées d'un territoire remarquable

Hors des sentiers battus
et en toutes saisons

SOMMAIRE

6 Le Verdon : 1 parc... 7 paysages

10 Un autre tourisme s'invente ici

- 12 Sorties accompagnées
- 18 Les fiches de randonnées
- 21 Tourisme et handicap
- 22 Hébergements nature

26 Patrimoine et lieux de visites

- 27 Les musées et maisons thématiques
- 30 Autres visites, expositions et monuments
- 31 Les visites de villages
- 32 Circuits et sentiers thématiques

34 Produits du terroir et savoir-faire

- 35 Les produits du Parc
- 36 Les marchés
- 37 Les dégustations
- 38 Artisans d'art et artistes

41 En savoir plus sur le Parc

42 Informations pratiques

Ce document n'est pas contractuel et ne saurait engager
la responsabilité du Parc naturel régional du Verdon.



Imprimé sur du papier issu de forêts
durablement gérées et par une entreprise
soucieuse de réduire son impact sur
l'environnement.

Illustrations et mise en page : Sylvain Rollandin
Mise à jour : Mimoza Graphic Lab

© David Allémand



Bienvenue dans Le Parc naturel régional du Verdon

Créé en 1997, le **Parc naturel régional du Verdon réunit 46 communes**, les départements du Var et des Alpes-de-Haute-Provence ainsi que la région Provence-Alpes-Côte d'Azur autour d'un projet de territoire qui a 5 objectifs :

- la protection et la gestion du patrimoine naturel et culturel ;
- l'aménagement du territoire ;
- le développement économique et social ;
- l'accueil, l'éducation et l'information ;
- l'expérimentation.

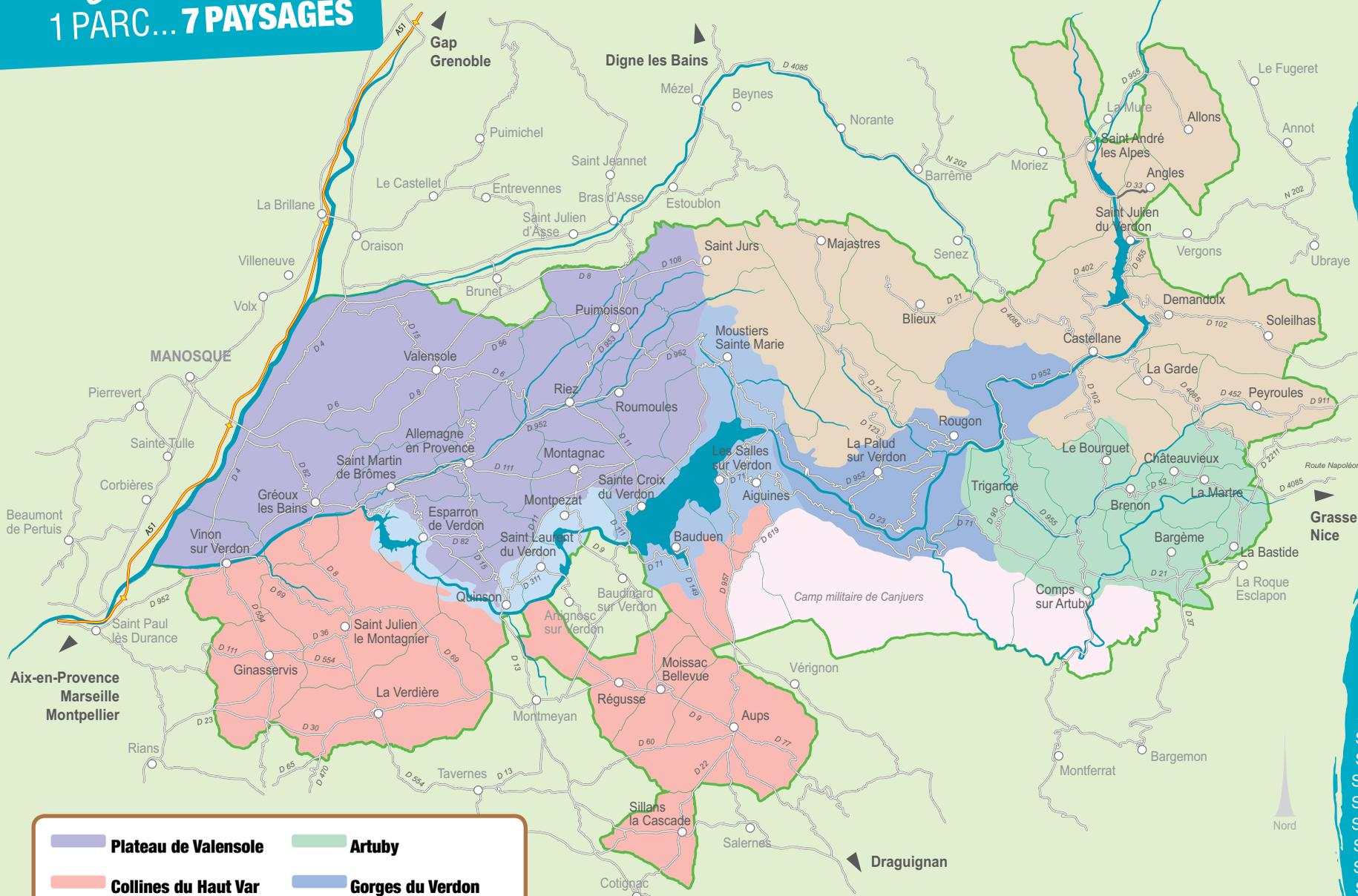
Le Parc naturel régional du Verdon emprunte son nom - et sans doute son énergie - à une rivière courageuse qui s'est taillé un passage spectaculaire au travers des masses rocheuses des Préalpes. Prenant exemple sur la rivière, l'homme a, depuis la préhistoire, façonné les paysages d'une terre difficile qui n'a jamais été un pays de cocagne. Cet immense travail, inventif et constamment renouvelé, de la nature et des hommes, ainsi que le mariage des influences alpines et méditerranéennes, extrêmement prolifique pour la flore et la faune, font aujourd'hui la richesse remarquable et reconnue d'un territoire qui n'est pas une terre sauvage et encore moins un parc d'attraction.

Le projet collectif et de développement durable que constitue le Parc naturel régional du Verdon dessine l'empreinte que l'homme d'aujourd'hui veut laisser. En effet, un Parc naturel régional est un territoire dont les habitants se donnent un projet. Face aux grands enjeux que sont la préservation du patrimoine naturel, la gestion de l'eau, la fréquentation touristique, le maintien des activités agricoles et de l'emploi, la pression foncière, l'accueil des nouveaux habitants, l'organisation du territoire et de l'habitat, **la charte du Parc naturel régional du Verdon sert de règle du jeu**. Elle définit de quelle façon les habitants et les visiteurs peuvent vivre en bonne intelligence avec un territoire dont les richesses exceptionnelles leur sont confiées.



Le Verdon

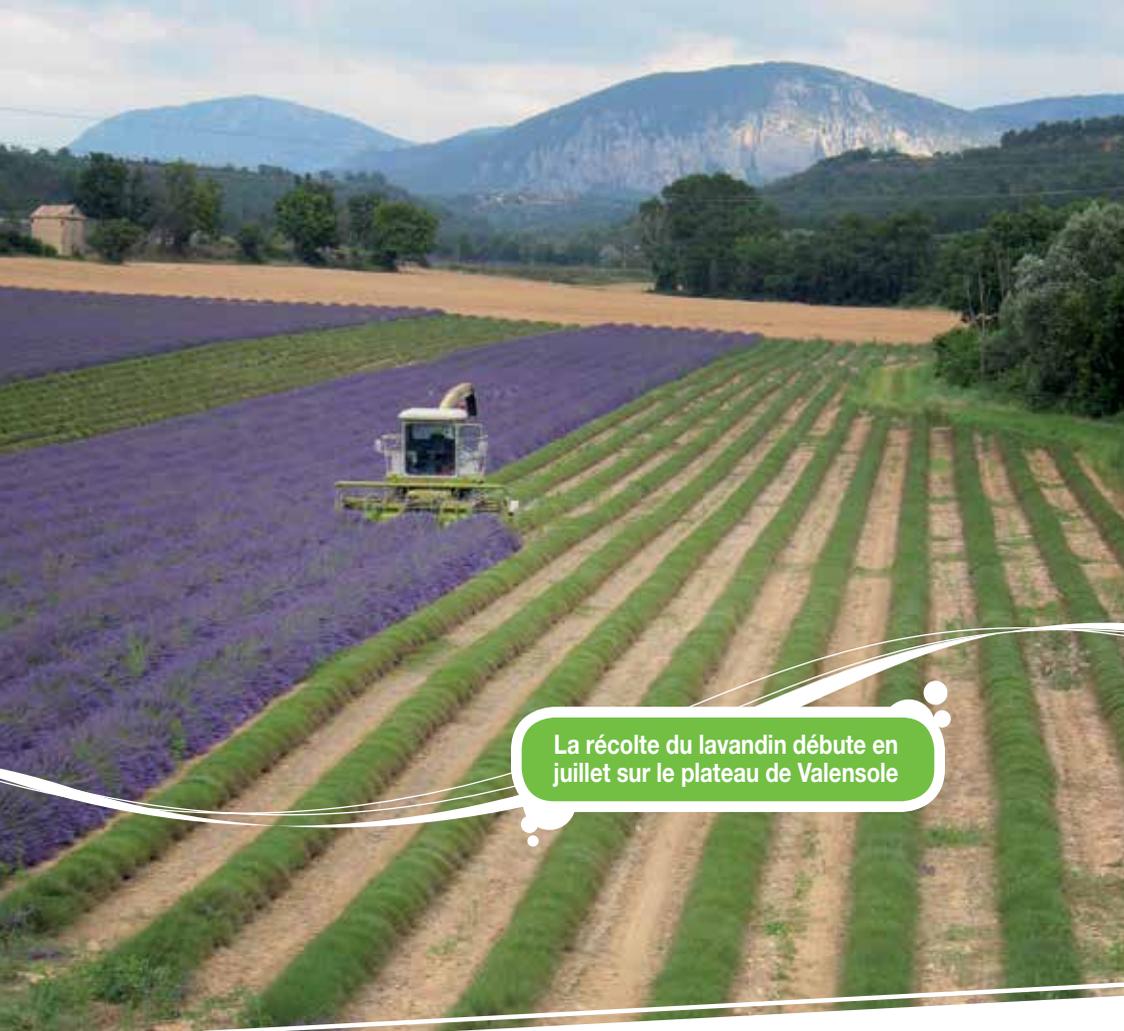
1 PARC... 7 PAYSAGES



LES 46 COMMUNES ADHÉRENTES DU PARC

- Aiguines
- Allemagne-en-Provence
- Allons
- Angles
- Aups
- Bargème
- La Bastide
- Bauduen
- Bleux
- Le Bourguet
- Brenon
- Castellane
- Châteauvieux
- Comps-sur-Artuby
- Demandolx
- Esparron-de-Verdon
- La Garde
- Ginasservis
- Gréoux-les-Bains
- Majastres
- La Martre
- Moissac-Bellevue
- Montagnac-Montpezat
- Moustiers-Sainte-Marie
- La Palud-sur-Verdon
- Peyroules
- Puimoisson
- Quinson
- Régusse
- Riez
- Rougou
- Roumoules
- Les Salles-sur-Verdon
- Saint-André-les-Alpes
- Sainte-Croix-du-Verdon
- Saint-Julien-du-Verdon
- Saint-Julien-le-Montagnier
- Saint-Jurs
- Saint-Laurent-du-Verdon
- Saint-Martin-de-Brômes
- Sillans-la-Cascade
- Soleilhas
- Trigance
- Valensole
- La Verdrière
- Vinon-sur-Verdon

	Plateau de Valensole		Artuby
	Collines du Haut Var		Gorges du Verdon
	Basses gorges		Lac de Sainte-Croix
	Lacs et montagnes		



La récolte du lavandin débute en juillet sur le plateau de Valensole

Un parc... sept paysages

Livre ouvert sur la géologie, la faune, la flore et l'histoire de l'homme, le territoire du Parc offre une grande variété de paysages et de milieux. Avec un tiers de la flore française, la richesse floristique est unique. L'Outarde Canepetière, le Vautour fauve, le Lézard ocellé (le plus gros d'Europe) et 22 espèces de chauve-souris sur 32 répertoriées en France sont un exemple de la diversité animale présente. La rivière du Verdon, avec ses 165 km et une capacité de stockage de 434 millions de m³, constitue avec la Durance, le château d'eau de la Provence. Elle alimente en eau potable de qualité les grandes villes de la région.

Le plateau de Valensole

Mer de lavande et de blé

IMMENSE MER DE GALETS ACCUMULÉS SUR plusieurs centaines de mètres d'épaisseur, le plateau de Valensole est le royaume du blé dur et du lavandin (hybride de deux types de lavandes). Bleu lavande et or au début de l'été, roux et gris au cœur de l'hiver, ses couleurs suivent les saisons. L'alignement géométrique des plantations, la limite des champs soulignée d'amandiers, les cubes formés par de petits bois, les villages abrités du mistral

dans les vallons, dessinent une sorte de jardin à la française qui s'étend à perte de regard. Ce paysage, un des plus saisissants de Provence, doit sa beauté au travail de l'homme.

La civilisation gallo-romaine a laissé des traces partout : temple, basilique, baptistère à Riez, thermes à Gréoux-les-Bains. L'agriculture, l'artisanat, notamment d'art, présents dès l'Antiquité, représentent toujours l'essentiel des activités du plateau.

Lacs et montagnes du Verdon

Alpes en Provence

TROIS PUISSANTS MASSIFS MARQUENT LE territoire du Parc naturel régional du Verdon de la présence des Alpes. Ce sont le Montdenier (1750 m), le Chiran (1905 m), et le Mourre de Chanier (1930 m). De longues barres rocheuses cloisonnent des petits terroirs perchés. Les vallées, couronnées de vastes montagnes pastorales, sont plantées de petits villages dans lesquels la vie s'accroche avec ingéniosité et où la force du soleil rappelle que la Méditerranée est à deux pas. C'est le royaume des étoiles, un des derniers endroits où, loin de la pollution lumineuse, le ciel laisse encore voir les astres.

Sur la route des Alpes, le Verdon a creusé une vallée où se concentrent les activités agricoles, artisanales et les bourgs ainsi que deux lacs de retenue : Castillon et Chaudanne. La cité de Castellane, chargée de siècles d'histoire est bâtie au pied de son célèbre rocher. Elle abritait de nombreuses tanneries et aujourd'hui un autre trésor, les fossiles de la Réserve géologique de Haute-Provence. Plus au nord, Saint-André les Alpes, haut lieu d'une activité drapière jadis importante, est une des étapes du train des Pignes qui rapproche Nice de Digne.

Les basses gorges

Jardins de vie dès la préhistoire

MOINS IMPRESSIONNANTES ET HOSTILES QUE celles du grand canyon, les basses gorges ont été un lieu de vie très tôt. Les hommes de la préhistoire s'y sont installés dans une multitude de grottes et de jardins secrets. L'eau désormais domestiquée et calme y incise le plateau d'une étroite tranchée lumineuse ponctuée d'un chaquet de petits lacs aux anses accueillantes et tranquilles.

Chênes verts et chênes kermès occupent le maquis. Ils ont été longtemps la matière première d'une industrie de qualité, celle du charbon de bois. Dominant ou bordant la rivière qui abrite la quasi-totalité des espèces de poissons qui peuplent les eaux douces du sud de la France, les villages offrent leurs châteaux, leurs fontaines jaillissantes, leurs allées ombragées. Le musée de préhistoire de Quinson, le plus grand d'Europe, fait le lien entre les premiers hommes et ceux de demain.

Dans l'intimité des basses gorges, en dessous du barrage de Sainte-Croix, lieu de prédilection des hommes préhistoriques



Depuis *Plein Voir*, loin de la route et des foules, vue majestueuse sur les gorges, le lac de Sainte-Croix et les montagnes



Le lac de Sainte-Croix

Miroir du ciel et du passé

LE VERDON POSSÈDE SON GRAND LAC : UNE nappe turquoise de 2200 hectares, aux eaux calmes posée là comme un large miroir du ciel, d'un côté, et d'une vallée agricole engloutie, de l'autre. Le barrage de Sainte-Croix fut aménagé en 1974. Il a entraîné la disparition du village des Salles-sur-Verdon reconstruit au dessus des eaux et séparant les villages riverains, autrefois reliés par quatre ponts. Parmi eux, dorment sous les eaux le pont romain érigé au sud de Sainte-Croix sur l'axe de la voie romaine

Fréjus-Riez, et au nord le pont médiéval d'Aiguines. Protégé par la Loi littoral, le lac de Sainte-Croix est avant tout un château d'eau qui autorise l'alimentation d'une grande partie des habitants de la Provence. Au centre d'un paysage préservé et de toute beauté, les activités nautiques s'y pratiquent douze mois sur douze et viennent compléter des activités plus anciennes comme la faïence de Moustiers dont la notoriété n'a pas fléchi depuis le XVII^e siècle.

L'Artuby

La forêt nourricière

LE BASSIN DE L'ARTUBY S'ÉTEND DE CASTELLANE au camp militaire de Canjuers, du Verdon à son affluent l'Artuby, en passant par un autre affluent, le Jabron. Constitué de vallées cloisonnées par des reliefs rocheux souvent élevés, il fait une place prépondérante à la forêt qui nourrit l'essentiel des activités. La forêt offre une énergie renouvelable, le bois, et des sous-produits comme les plantes à parfum. L'élevage, ovin surtout, y trouve des parcours et des ressources. Ce qui fait que le pastoralisme, porté par une profession vivante, marque le territoire de son empreinte. De l'estive

au fond des vallées, la transhumance rythme les saisons de son balancier. La chasse et la cueillette des champignons complètent la présence humaine dans un espace forestier qui couvre 60 % du territoire.

Les villages, souvent perchés, regroupent la population. Le patrimoine architectural, lié à la vie quotidienne, propose un grand nombre de chapelles, de fontaines, de ponts, de moulins, etc. Ces témoins d'une vie sociale riche donnent une dimension culturelle aux nombreux sentiers de randonnée.

Les gorges du Verdon

De la lumière aux ténèbres

MONTAGNE À L'ENVERS, LE GRAND CANYON du Verdon a longtemps fait peur. Seuls d'intrépides cueilleurs de buis s'encordaient pour s'aventurer dans les ténèbres vertes que l'on découvre, entre les deux hautes parois rocheuses, depuis les belvédères juchés pour certains à plus de 700 m au dessus de la rivière. Aujourd'hui, les grimpeurs ont suivi les cueilleurs et les marcheurs empruntent les voies, ouvertes en 1905, par Isidore Blanc et Edouard-Alfred Martel, pour s'approcher de la rivière domestiquée par

les barrages. Là-haut, dans la lumière, sous le glissement majestueux des vautours réintroduits, les 7 villages des gorges sont les gardiens de ce grand monument minéral classé. C'est depuis leurs postes d'observation, avec le recul nécessaire, que les images sont les plus belles. C'est entre leurs murs que les secrets se partagent, d'un musée à l'autre. C'est avec les guides-accompagnateurs que les plus étonnantes rencontres se font avec le minéral ou le végétal, avec l'histoire ou le patrimoine.

Les collines du Haut-Var

Or noir et horizons multiples

ALTERNANT FORÊTS ET ESPACES CULTIVÉS OÙ se campent des villages tranquilles, le Haut-Var étend à perte de vue son immense moutonnement de collines. Son économie, longtemps agricole, tire encore son or noir de la truffe et l'or vert de son huile de l'olive.

Ici la République a une histoire glorieuse. Ici, on a pris les armes pour la défendre, en 1851 contre le coup d'état de Louis-Napoléon Bonaparte et en 1940 contre l'occupant. Les mots « Liberté, Égalité, Fraternité » sont repeints chaque année en grosses

lettres sur le mur des églises, mur contre lequel, dans l'ombre calme des platanes, on sait encore faire claquer la balle du jeu de paume. Aujourd'hui, la résistance y prend la forme d'un défi pour l'avenir. La qualité de la vie attire les gens du nord et des villes. Il faut leur faire une place tout en gardant aux villages leur aspect de bouquets serrés, aux plaines leurs terres agricoles et aux paysages leur beauté. C'est sur cette beauté que repose l'économie de demain, celle qui peut fleurir durablement : un tourisme de qualité.

La gestion sans pesticide de ce champ de céréales sur la commune de *La Verdrière* offre une diversité en fleurs messicoles (des moissons).





Un autre tourisme s'invente ici

La renommée du grand canyon du Verdon et la création des lacs artificiels dans les années 1970 a fait évoluer une activité essentiellement agricole vers un tourisme saisonnier (plus d'1,5 million de visiteurs par an). Bousculés, les espaces naturels et agricoles sont plus que jamais à préserver car ils fondent l'identité des paysages et leur permettent de rester vivants et attrayants, en conservant au pays sa qualité de vie. Le territoire du Parc est donc beau parce qu'il est entretenu par les hommes. Il restera attirant pour ses habitants, d'un jour ou d'une vie, s'ils participent à maintenir ces équilibres.

Aux côtés du Parc, des communes, des associations, des entreprises et des citoyens s'engagent pour un développement plus durable. Ces partenaires préservent et valorisent les richesses patrimoniales de ce territoire remarquable dont ils sont à la fois des acteurs et des ambassadeurs. La transformation de l'économie locale vers une activité touristique dominante, oriente l'action du Parc pour recomposer les équilibres du territoire. Dans ce mouvement, le tourisme doit être un levier permettant de valoriser les ressources et savoir-faire locaux en favorisant

La marque « Parc naturel régional du Verdon »



La présence de ce logo signifie que la marque « Parc naturel régional du Verdon » a été attribuée au service ou produit proposé. Cette marque vous garantit des produits respectueux de l'environnement, porteurs de l'authenticité de notre territoire et en parfaite harmonie avec les hommes qui l'habitent. Ces produits touristiques et agricoles répondent à une charte de valeurs et sont régulièrement contrôlés. Le Parc s'engage donc à vous offrir les clés de la découverte du territoire par un accueil personnalisé et convivial.

la mise en réseau des professionnels et en construisant une offre respectueuse de l'environnement et des cadres de vie.



Pour mener à bien ces objectifs, le Parc du Verdon, comme les autres parcs de la région Provence-

Alpes-Côte d'Azur, a rejoint le réseau européen des espaces protégés en adhérant à la **Charte européenne du tourisme durable**. Dans la continuité de cette adhésion, les 5 parcs de la région ont lancé en 2012, une démarche d'accompagnement des professionnels volontaires permettant leur progression vers les valeurs du tourisme durable.

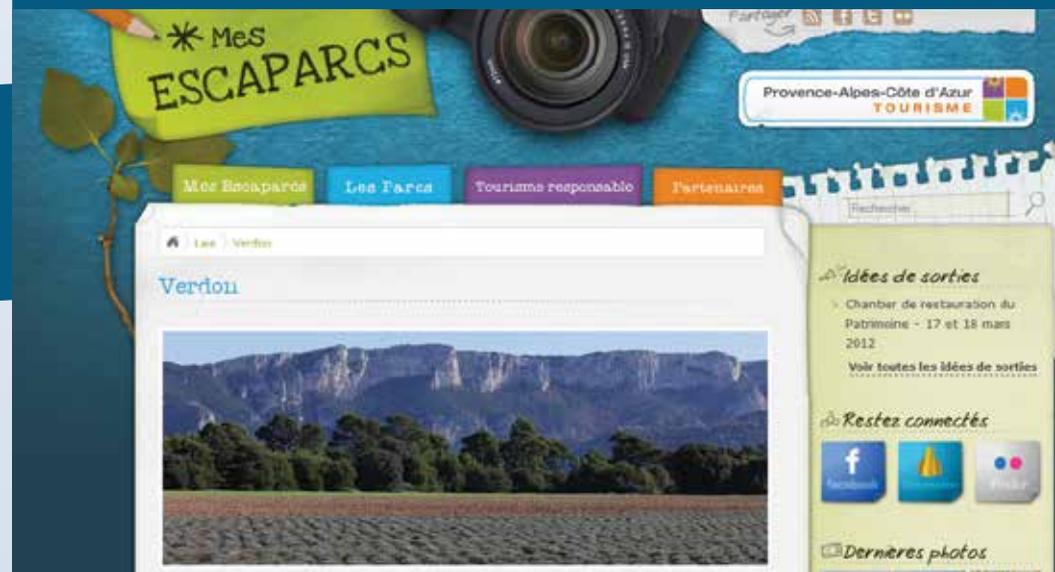
Ce réseau d'entreprises touristiques engagées renforcera les produits ou les prestations qui bénéficient de la marque « Accueil du Parc naturel régional du Verdon ». En les choisissant, vous découvrirez qu'un autre tourisme s'invente ici, dans le Verdon comme dans les parcs naturels régionaux de Provence-Alpes-Côte d'Azur et de France.

Entreprises engagées dans la démarche →

ENTREPRISES	COMMUNES
Bastide de l'Estre	Aups
L'Oustaou	Castellane
Château Laval - village vacances	Gréoux-les-Bains
Altitude 823	Aiguines
Refuge du Chiran	Blieux
Château de Trigance	Trigance
Camping les Restanques	Bauduen
Le Monastère de Ségris	Moustiers-Sainte-Marie
Moulin de Saint-André	Vinon-sur-Verdon
Le mur d'Abeille	Rougou
Chalet de la Maline	La Palud-sur-Verdon
Grand hôtel Bain	Comps-sur-Artuby
Aquatitude	Montpezat
Aérogloss	Saint-André-les-Alpes
Errances	La Verdrière
Roc'n'Vol	La Palud-sur-Verdon
Association voile et nautisme 04	Sainte-Croix-du-Verdon
Geneviève Vallart	Roumoules
Canoë Verdon	Regusse
Canoë kayak découverte	Saint Laurent-du-Verdon
Club nautique Esparron	Esparron-de-Verdon
Andréa Bacher	La Palud-sur-Verdon
Club nautique	Les Salles-sur-Verdon

Pour découvrir ces activités visitez le site www.mesescaparc.fr

Entre le carnet de voyages, le blog et une galerie de mini reportages vidéos, il vous invite à une véritable escapade dans les Parcs !





Sorties accompagnées



Ces sorties bénéficient de la marque «Accueil du Parc naturel régional du Verdon» et sont encadrées par des professionnels de l'accompagnement. Habitants du Verdon, ils vous transmettront leurs connaissances du territoire et leur passion pour la découverte des patrimoines.

Toutes ces sorties sont accessibles aux familles.

La sortie est garantie sous réserve d'un nombre minimum de participants.

La réservation est obligatoire.

Légende



Marque parc



Handicap



À pied



Sur l'eau



Qualité tourisme



En VTT



En parapente



Christophe Trémeau

Coucou, c'est Christophe ! Vous êtes en ce moment dans la région du Verdon ? Ça tombe bien, moi aussi. Je vous propose de partager un joli moment dans les gorges que je chéris tant ! Pas de discrimination : petit (à partir de 4 ans), grand (jusqu'à 99 ans), en situation de handicap, peureux, enthousiaste ou frileux, c'est parti ! Suivez-moi en toute sécurité pour une aventure humaine dans un cadre naturel et grandiose !

06 79 21 03 77 | www.aquattitude.com

Remonter le temps au fil de l'eau

Naviguer tout en remontant le temps ! C'est ce que Christophe vous propose au cœur des basses gorges du Verdon pour découvrir l'histoire de ce site et de la rivière tout en apprenant les techniques de navigation (canoë ou kayak).



Lieux : **Quinson**

Durée : **5H**

Tarif : **37 €**



Grottes et barrages : les secrets de la rivière

Seule la navigation (en canoë ou kayak) permet d'accéder à cette partie très intime du Verdon : un cadre exceptionnel pour manier la pagaie et découvrir l'histoire naturelle et hydraulique du petit canyon du Verdon.



Lieux : **Montpezat**

Durée : **5H** Tarif : **37 €**

Durée : **2H** Tarif : **23 €**



Sur les chemins des basses gorges

Depuis la retenue de Saint-Laurent-du-Verdon, partez pour une balade découverte en VTT entre les champs et la rivière du Verdon à la rencontre des paysages agricoles des basses gorges du Verdon. Période : printemps, automne et hiver pour groupes constitués de préférence (mais pas uniquement).



Lieux : **Saint-Laurent-du-Verdon**

Durée : **2 H 30**

Tarif : **25 €** - enfants à partir de 12 ans.





Yannick Bernier

Je suis guide dans le Verdon depuis 1988. Je travaille en collaboration avec le musée de préhistoire de Quinson depuis 6 ans, d'où mes sorties axées sur la préhistoire et la géologie. J'accepte tous les publics, personnes valides et handicapées, étant moi-même handicapé.

06 08 54 50 02 | www.canoeverdon.free.fr

La préhistoire en canoë

Yannick vous emmène en canoë découvrir un site préhistorique majeur du Verdon, où tant d'hommes préhistoriques ont habité.

Un intervenant du musée de la préhistoire vous fera pénétrer les secrets d'un monde passé...



Lieux : **Quinson**
Durée : **6 H**
Tarif : **30 €**

La face cachée du Verdon

Une remontée dans le temps pour comprendre toute l'histoire de ce site préservé. Les falaises, la pierre, l'eau et la végétation vous attendent et sauront vous surprendre. Yannick vous fera découvrir tous les mystères de cette rivière.



Lieux : **Montpezat**
Durée : **3 H**
Tarif : **25 €**
06 08 54 50 02 | www.canoeverdon.free.fr



Gaëtan Hemery

Si pour vous le Verdon est synonyme de beauté, tranquillité et respect... Alors là on va vraiment passer un bon moment à naviguer, blaguer, se poser et découvrir ce cadre que nous offre le Verdon. Parents, enfants, couples, personnes à mobilité réduite, j'ai tout essayé. Navigation possible en journée et en soirée.

06 77 08 68 42 | www.canoe-verdon.com

Canoë au clair de lune

Un cheminement magique sur l'eau au rythme de la lumière : le canoë glisse sur l'eau, le soleil se couche sur les falaises, et Gaëtan vous invite à vous imprégner de la nature qui se prépare à la nuit. À mi-chemin, Gaëtan vous proposera de partager un apéro provençal. À vous de profiter de ce bon moment !



Lieux : **Dans les basses gorges**
Durée : **5 H**
Tarif : **25 €** moins de 12 ans : **20 €**



Andréa Bacher

Accompagnatrice en montagne depuis plus de 20 ans dans le Verdon, je suis passionnée par la géologie, l'histoire locale et la nature. D'origine autrichienne, je parle couramment l'allemand et l'anglais. Je propose aussi des sorties pour un public scolaire et peux organiser des sorties pour des personnes qui présentent un handicap.

06 88 63 26 38 | abacher1212@yahoo.fr

Voir naître la roche

Création des gorges, création de la terre, formation du tuf et de ses cascades : une balade pour mieux découvrir et comprendre les phénomènes géologiques de notre région... dans le cadre enchanteur de la Réserve naturelle et protégée de Saint-Maurin. L'eau et la roche se marieront sous vos yeux.



Lieux : **La Palud-sur-Verdon** (possibilité de visite de l'écomusée des gorges du Verdon, 2 € par personne) RDV à 10h sur place (ou à 9 h au musée de LA PALUD)
Durée : **4 H**; Temps de marche : **2 H**
Tarif : **15 €** Enfant : **10 €**

Sortie pleine lune

Cette balade au clair de lune vous projetera dans l'ambiance mystérieuse propice à la découverte du village abandonné de Châteauneuf-les-Moustiers. Dans un paysage magique au milieu des étoiles, Andréa vous racontera la vie passée des habitants.



Lieux : **Châteauneuf-les-Moustiers**
RDV à 21h à La Palud-sur-Verdon
Durée : **3 H**; Temps de marche : **1 H 30**
Tarif : **13 €** Enfant : **8 €**



Geneviève Vallart

Guide de pays depuis une dizaine d'années, je vous invite à découvrir les trésors cachés et la vie du territoire de la région du bas Verdon au cours de courtes balades familiales, au travers de sentiers ou de villages. Pour des groupes voyageant en autocar, cette découverte peut se faire aussi par le biais des commentaires de route et de visites guidées.

06 74 49 48 09 | www.genevieve-guide-provence-verdon.fr

Des communautés villageoises au fil de l'histoire

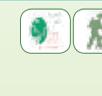
Une journée pour aller à la rencontre de l'histoire d'un territoire rural, au travers de l'héritage patrimonial que nous ont laissé les habitants. Moulins, église et vieilles pierres de Saint-Julien, chapelles et ruelles de Ginasservis, tous nous racontent la vie de ce coin de Provence.



Lieux : **St-Julien-le-Montagnier / Ginasservis**
Durée : **la journée** (fin vers 17h)
RDV : 10h au pied du village de St-Julien
Tarif : **20 €** | 15 € pour les moins de 16 ans
Inclus un pique-nique composé de produit régionaux

Le sentier des contes

Sur le sentier botanique du domaine de Valx à Moustiers-Sainte-Marie. Un chemin, de beaux arbres, un ruisseau... et surtout l'envie de se laisser entraîner entre monde réel et imaginaire. Juillet-août, le mercredi sous réserve d'un nombre minimum de personnes, et à la demande toute l'année pour tout groupe de 6 personnes et plus.



Lieux : **Moustiers-Sainte-Marie**
Durée : **2 h**
RDV : Domaine de Valx
Tarif : **6 €** / adulte
4 € moins de 16 ans.





Roc'n'vol

École de parapente et de multiactivités (escalade, via corda et randonnées) ouverte toute l'année, nous vous proposons un cocktail d'activités vous permettant de découvrir le territoire du Parc naturel régional du Verdon vu du ciel, depuis les falaises ou par les chemins !

06 89 30 75 74 - 04 92 72 54 08 | www.rocnvol.com

Vol découverte voie romaine

Après une petite marche (un accès au site de décollage à pied), par la magie du vol en ascendance, sentez-vous aussi libre que l'oiseau et découvrez les contours paysagers de Moustiers : ses falaises, plateaux, canyons et vallées où se nichent les traces des civilisations passées (ligures, romaines, médiévales)... avec une vue imprenable sur le lac de Sainte-Croix et les gorges du Verdon.



Lieux: **Moustiers-Sainte-Marie, Les Magnans**
Durée: **4 h - (demi-journée)**, vol d'une durée de **20 à 30 min.**

Tarif: **80 €**

Réservation indispensable

Poids max personne 85 kg, poids mini : 30 kg



Cathy Dauthier

Originaire de Castellane et accompagnatrice depuis 15 ans, c'est avec plaisir que je vous ferai découvrir le site exceptionnel des sirènes fossiles. Cette balade accessible à tous se veut un voyage dans le temps et l'histoire de la région. N'hésitez pas à venir pour un moment d'échange et de partage sur les hauteurs de Castellane.

04 92 83 19 23 | www.maison-nature-patrimoines.com

Le sentier des siréniens

Cette balade invite à découvrir le paysage des Préalpes façonné par les phénomènes naturels et l'action de l'homme. Au départ du col des Lèques, en passant par les pâturages et la forêt de type méditerranéen, les visiteurs découvriront des fossiles de lamantins vieux de plus de 40 millions d'années dans un site unique au monde.



Lieux: **Castellane (Col des Lèques)**

Durée: **3 H**; Temps de marche: **2 H**

Tarif: **12 €, Enfant : 8 €**

Inclus, l'entrée à la Maison Nature & Patrimoines pour visiter les musées

RANDONNER EN TOUTES SAISONS

Le territoire du Parc propose une multitude de paysages plus intéressants et plus riches les uns que les autres. Pour quelques heures en automne ou plusieurs jours au printemps, vous avez tout le loisir de découvrir ces splendides décors à travers les 1200 km de sentiers balisés qui sillonnent ce territoire. Il y en a pour tous les goûts : à pied, à vélo, à cheval et pour tous les niveaux.

Quelques suggestions :

Les Grands itinéraires de randonnée

GR.4 - GR.99 - GR.49 - La Route Napoléon à pied et à cheval GR.406

Le Verdon à vélo



Vélo Loisir Provence : un réseau de professionnels passionnés, regroupé au sein du label Accueil Vélo. Hébergeurs, restaurateurs, offices de tourisme, loueurs, accompagnateurs, sites culturels et de loisirs, transporteurs et agences de voyage sont à votre service pour vous garantir un accueil de qualité et vous permettre de pratiquer le vélo en toute sérénité. 04 92 82 20 13 www.veloloisirprovence.com

Les Grands Itinéraires VTT

Les Chemins du Soleil ou Grande traversée des Préalpes à VTT
www.grande-traversee-alpes.com

La TransVerdon (Grandes traversées des Alpes de Haute Provence) www.vtt.alpes-haute-provence.fr

Les sites VTT FFC

Verdon 3 terroirs www.verdon3t.com

Verdon des Collines www.greoux-les-bains.com

Espace VTT du Verdon et des hautes vallées de l'Asse :
www.cc-moyenverdon.fr

Sur routes

Les boucles cyclotouristiques Cycloguide 04 :
www.alpes-haute-provence.com/cycloguide-04

Éditions pour vous guider

Qu'il s'agisse de randonnée, de VTT, d'escalade ou de cheval, chaque activité a ses éditions.

En vente dans les librairies ou dans les offices de tourisme, elles vous aident à préparer vos randonnées.

Dans tous les cas, on ne s'aventure pas en pleine nature, dans un territoire aussi complexe, sans savoir où l'on est.

Une carte précise (échelle 1: 25 000) est indispensable pour garantir sa sécurité.

TROUPEAUX ET CHIENS DE PROTECTION : GARDEZ VOS DISTANCES !

En montagne, les bergers sont accompagnés de plusieurs chiens pour les aider dans leur travail. À l'approche d'un randonneur, le patou (chien de protection) remplit son rôle et cherche à protéger son troupeau. Le comportement à tenir est :

- ✓ de contourner largement l'aire de pâturage ou de repos des brebis et de ne pas la traverser,
- ✓ d'avoir des réactions calmes et passives face au chien pour le rassurer,
- ✓ de tenir son chien en laisse,
- ✓ de descendre du vélo avant d'en être à proximité.

POUR PARTIR EN RANDONNÉE, PENSEZ À EMPORTER :

- ✓ Des chaussures de randonnée (les sentiers peuvent être abrupts et glissants)
- ✓ 2 litres d'eau par personne au minimum (climat chaud et sec)
- ✓ Des protections contre le soleil (chapeau, crème solaire, etc.)
- ✓ Une carte ou un itinéraire pour vous guider
- ✓ Un sac pour emporter vos déchets
- ✓ Une lampe de poche (indispensable pour le sentier Blanc-Martel)
- ✓ De la nourriture en quantité suffisante



LES FICHES RANDONNÉE DU PARC



Le Parc vous propose une collection de fiches où vous trouverez des cartes, des illustrations et des informations sur les milieux et patrimoines que ces sentiers dévoilent. **Ces fiches sont en vente dans les Offices de Tourisme et aux accueils du Parc.** Un ou plusieurs sentiers sont décrits par fiche. Tarif : 0.90€ l'unité

LÉGENDE

Niveau :
■ Facile
■ Moyen
■ Difficile
■ Sportif

Type :
 VTT
 à pied

Fiche disponible en version :
 Anglais/English
 Français

AR : Aller et retour **Durée** : Temps de marche privilégié

Communes	Type	Sentiers	Niv.	Durée	Distance	Dénivelé	Version		
Artuby	La Bastide	Sentier de Ste Madeleine + Sommet du Lachens	M	2h AR	3 km	260 m			
			D	5h AR	8 km	810 m			
	Le Bourguet	Sentier de Bagarry	F	1 h 30	5 km	180 m			
	Chateaufieux La Martre	Sentier de l'Avelanié	M	2h30	8.5 km	250 m			
	Comps-sur-Artuby		Circuit des Chapelles + Le pont de la Souche + Le Mauvais Pont	F	45min	1 km	50 m		
				F	1 h 45	5.5 km	150 m		
				F	1 h AR	3 km	100 m		
	La Martre		Le Fayet + Le sommet du Siounet	M	3 h 30	12 km	200 m		
				F	1 h	3 km	90 m		
	Trigance		Sentier de la Combe et du Brouis	M	3 h 30	10 km	400 m		
Les granges, le belvédère des Vautours			M	3 h	8.5 km	260 km			
Lac de Sainte-Croix	Bauduen	Le tour de Breis	M	3 h	10 km	360 m			
			M	3 h	10 km	360 m			
	Moustiers Ste Marie		Sentier de Veris	M	2h30	7 km	200 m		
			3 itinéraires VTT [F-M-D]	M					
				Tour du village + Tréguier	F	1 h	2.5 km	100 m	
					F	2h AR	4 km	100 m	
				Vincel + Castillon par les Baumes	M	4 h	8.5 km	430 m	
					M	5 h	12 km	550 m	
				Le plateau d'Ourbes	D	5 h	12 km	500 m	
				Montdenier + sommet du Pavillon	D	5 h	12 km	670 m	
				Le lac + Les Lavandes + Mont Denier	F	1 h AR	10 km	100 m	
					M	1 h 30	15 km	150 m	
			Sentier découverte du Domaine de Valx	D	2 h 30	15 km	500 m		
			F	1 h	2 km	10 m			
Ste Croix du Verdon		Le circuit des Muletiers	M	2h15	5 km	220 m			

FICHES DE RANDONNÉE

Communes	Type	Sentiers	Niv.	Durée	Distance	Dénivelé	Version		
Basses gorges	Esparron de Verdon	De la Séouve à Ste-Magdeleine + Autour de la Colle	F	2h	6 km	160 m			
			F	2h	6 km	130 m			
	Quinson		Grotte de la Baume Bonne	F	2h30	5 km	200 m		
			Le Vieux Quinson	F	1 h 30	3.5 km	150 m		
La chapelle Ste Maxime			M	3h45	9.5 km	350 m			
St Laurent du Verdon		La source de Poiraque	M	3h30	9.5 km	250 m			
		Coteau Chiron + ND du Verdon	F	2h	6 km	150 m			
Lacs et montagnes du Verdon	Allons	Tour des Champons + Crête des serres	F	1 h 30	3.5 km	100 m			
			D	6h30	16 km	730 m			
	Angles		Le tour des serres + Le tour des sources + La Basse d'Angles	F	1 h 30	4 km	100 m		
				F	2h	4 km	250 m		
	Blieux		Le sommet du Chiran	D	4h30	10 km	620 m		
				D	6h30	16 km	950 m		
	Castellane		Le tour du Roc + le tour du Serre	F	1 h 30	4 km	190 m		
				F	1 h 30	4 km	190 m		
				Les Cadières de Brandis (d2) + les Cadières de Brandis (d1) + Brandis	D	4 h 30	10 km	750 m	
					D	3 h 30	7.5 km	400 m	
				Le sommet de Robion + le tour de Robion	D	2h30	6 km	250 m	
					D	5h30	12 km	960 m	
			Le sommet de Destourbes	D	6h	16 km	600 m		
				D	5h	14 km	820 m		
	Demandolx		Sentier des Siréniens	F	1 h 30	2 km	150 m		
			La Ferme brûlée + Saint-Barnabé-Vauplane	M	2h30	6.5 km	300 m		
	Garde (la)		Le tour des Champons + Crête des serres	D	6h	18 km	550 m		
			La chapelle St Martin + le sommet du Teillon	F	1 h AR	2.5 km	100 m		
	Peyroules		La chapelle St Martin + le sommet du Teillon	D	6h	10 km	980 m		
			La circulaire de Peyroules	M	2h	4.5 km	200 m		
Soleilhas		Le tour du défens des Colettes + la chapelle Saint-Pierre par la Sagne	M	3h30	8.5 km	300 m			
			D	5h30	13 km	500 m			
Saint André les Alpes		La Route Impériale + La Dindière + le sommet de Chalvet	F	1 h 30	4.5 km	150 m			
			M	2h30	6 km	350 m			
			D	5h	14 km	750 m			
			Promenade des Subis (d1) + promenade des Subis (d2) + le hameau de Courchons	F	1 h 30	4.5 km	250 m		
				F	3 h	8 km	320 m		
			Le Coulet + Le Seuil	M	5 h	12 km	140 m		
				M	2h	5 km	320 m		
St Julien du Verdon		Le Coulet + Le Seuil	M	3h	7 km	375 m			
		La crête des Serres	D		21 km	900 m			
St Julien du Verdon		Le Crémon	D		14 km	860 m			
		Le Pidanou	M	3h	9 km	325 m			

	Communes	Type	Sentiers	Niv.	Durée	Distance	Dénivelé	Version	
Plateau de Valensole	Allemagne-en-Provence		La chapelle St Marc + le château d'Allemagne	F	1 h 15 30 mn	3.5km 600m	150m 10m		
	Gréoux-les-Bains		Promenade autour du Verdon + la chapelle ND des Œufs	F	1 h 30 2 h AR	3.5km 4km	25m 120m		
			Buffe Arnaud + Les Maurras	M	3 h 30 4 h 30	10 km 11 km	220 m 380 m		
			Vallongue + Draye des Troupeaux	M	4 h 4 h 30	13 km 14 km	230 m 210 m		
	Puimoisson		La chapelle ND de Bellevue + la plaine de Rème	F	1 h 15 3 h 30	3.5 km 13 km	150 m 300 m		
	Riez		La chapelle St Maxime + les colonnes romaines + le long du Colostre	F	2 h 30 mn 1 h	3 km 1 km 3 km	130 m 0 m 0 m		
			Plateau de Millarettes + Revesca par Valvachères + Revesca par Peyronnet	F	3 h 2 h 2 h	10 km 7 km 6 km	250 m 130 m 130 m		
			Revesca (3 itinéraires VTT) [F-M-D]	F					
			Le sommet de l'Agra	M	3 h	5.5 km	350 m		
	Saint Jurs		Château d'Allès (1) + Château d'Allès (2)	M	2 h 3 h	11 km 17.5 km	200 m 380 m		
			La Trinité + Chante-Bri	F	3 h 3 h	10 km 8 km	110 m 90 m		
	Valensole		Tour de Tarabuc + la croix des Maïsses + Adrech de Notre Dame	M	3 h 30 3 h 30 2 h	9 km 9 km 5 km	150 m 50 m 100 m		
			Le coulet de Bourre + la plaine St Jean	F	1 h 30 2 h 30	4.5 km 8 km	60 m 150 m		
		Aups		Sentier des Grottes + la Croix des Pins	F	1 h 30 4 h	2 km 11.5 km	100 m 450 m	
				Chapelles ND de Liesse et de St priest	D	6 h 30 5 h	22 km 16 km	700 m 600 m	
	Moissac-Bellevue		La plaine + les Eyssariades	F	2 h 3 h	7.5 km 11 km	80 m 280 m		
		Le Pelenc depuis Moissac + le Pelence depuis Régusse	M	4 h 3 h 30	12 km 11 km	200 m 100 m			
		La Colle	M	4 h 30	14 km	430 m			
Gorges du Verdon	Aiguines		Le sommet du Grand Margès	S	5 h	9 km	800 m		
			L'imbut	S	5 h	9.5 km	400 m		
	Palud (la)		Sentier des pêcheurs	M	3 h	6.5 km	300 m		
			Tour de Barbin	M	4 h	11 km	580 m		
			Sentier du Bastidon	D	6 h 30	16 km	750 m		
	Rougou		Plateau de Suech	M	3 h 30	9 km	400 m		
Palud (la) / Rougou		Le sentier Blanc-Martel	S	6 h 30	15 km	600 m			



Balade en « Joëlette » sur les berges du lac. Ce fauteuil à une seule roue permet d'emmener une personne à mobilité réduite sur la plupart des sentiers.

TOURISME ET HANDICAP

Démarche visant avant tout à améliorer la qualité de l'accueil et l'accessibilité de tous types de structures au plus grand nombre, des professionnels du tourisme du Verdon bénéficient de ce label.



HÉBERGEMENTS

Castellane | Camping La ferme de Castellane

04 92 83 67 77

Gréoux-les-Bains | Gîte rural Le petit étang

04 92 74 35 52

Gréoux-les-Bains | Meublé Campagne La Palud

04 92 78 05 33

Moustiers-Ste-Marie | Hôtel Les restanques de Moustiers

04 92 74 93 93

Moustiers-Ste-Marie | Gîte de groupe Monastère de Ségrèns

04 92 74 64 12

Quinson | Gîte d'étape L'Escargot

04 92 74 09 73

Saint-André les Alpes | Camping Les Iscles

04 92 89 02 29

Valensole | Gîte rural Lou coquelicot

04 92 74 91 43

Valensole | Les Grandes Aires

04 92 74 92 88

ACTIVITÉS

Castellane | Système de mise à l'eau

04 92 83 60 07

Esparron-de-Verdon | Club nautique

04 92 77 15 25

Gréoux-les-Bains | panneaux d'interprétation et Module Tout Chemin

04 92 78 01 08

Les Salles sur Verdon | Tyralo et Hypocampe disponibles sur la plage pour mise à l'eau

04 94 70 21 84

Montagnac | Aquattitude sorties canoë/kayak

06 79 21 03 77

Quinson | Musée de la Préhistoire des Gorges du Verdon

04 92 74 09 59

Saint-André les Alpes | Système de mise à l'eau à la plage

04 92 89 13 60

Vol biplace parapente

04 92 89 11 30

Saint-André les Alpes | espace VTT/FFC du Verdon et des vallées de l'Asse | Fauteuil tout terrain électrique, joëlette

Vénasclé | Verdon paramoteur

06 77 42 52 80

Vinon-sur-Verdon | Air Var incendie

Baptême de l'air ULM

04 94 14 96 77

Pour trouver des informations spécifiques prenant en compte les déficiences visuelle, auditive, mentale et motrice et pour faciliter la préparation de votre séjour, retrouvez l'ensemble des activités dans les Alpes de Haute Provence, le Var et même en région Provence-Alpes-Côte d'Azur.

www.alpes-haute-provence.com | 04 92 31 57 29

www.visitvar.fr | 04 94 18 59 60

www.handitourismepaca.fr | 04 91 56 47 18



Hôtel des gorges du Verdon

Hébergements nature

Plusieurs types d'hébergement accueillent les amateurs de nature et proposent, dans un cadre privilégié, la découverte des patrimoines du Verdon. Ils se sont aussi engagés dans des démarches de gestion environnementale.

Hôtels au naturel

Les hôteliers agissent durablement pour faire de la protection de l'environnement une compétence supplémentaire au service de l'hôtellerie. L'hôtelier au naturel connaît bien et aime son Parc, il est là pour vous faire découvrir sa région sous une nouvelle image.

Le Moulin du Château

À Saint-Laurent-du-Verdon  

Ancien moulin à l'huile, cet hôtel charmant vous accueille et vous guide dans la découverte du Parc, du Verdon et des basses gorges toutes proches. 10 chambres, cuisine méditerranéenne fraîche du marché à base de produits bio et locaux réservée aux hôtes. Membre de Clef Verte.

Edith et Nicolas Staempfli
04 92 74 02 47 | www.moulin-du-chateau.com

Les gorges du Verdon Hôtel & Spa

À la Palud-sur-Verdon  

Perché sur sa colline dominant toute la vallée, cet hôtel 3* de 30 chambres sera un point de départ idéal pour toutes vos randonnées au plus profond des gorges du Verdon. Cuisine de Maître-restaurateur. Château & hôtel Collection. Ecolabel européen. Nouveauté 2015 : Spa avec 3 salles de massages et soins, hammam, sauna, balnéothérapie et jacuzzi.

Hélène et Jean-Michel Bogliorio
04 92 77 38 26 | www.hotel-des-gorges-du-verdon.fr

Les hébergements Accueil du Parc



Les hébergements qui bénéficient de la marque « Accueil du Parc », sont reconnus par le Parc naturel régional du Verdon, pour leurs engagements intégrant la protection de l'environnement, et la découverte des patrimoines locaux. Ces hébergeurs sont fortement attachés à leur territoire. En véritables « ambassadeurs », ils transmettent avec plaisir leurs connaissances et font découvrir autrement le Parc naturel régional du Verdon.

La ferme Saint-Pierre

À Bargème  

Dans un cadre enchanteur, située sous le village classé de Bargème et son château médiéval, la ferme d'accueil familial propose de vous faire partager d'innombrables randonnées à pied, en VTT, poneys ou âne, mais aussi des activités à la ferme (soins et nourrissage des animaux, potager bio...). Pour des vacances originales au milieu de la nature, en famille ou en groupes, différents modes d'hébergements vous seront proposés : gîtes, yourtes, tipis, roulottes et chambres d'hôtes...

Mr et Mme Marcelin-Gabriel
04 94 84 21 55 | www.fermesaintpierre.net

Vauvenières

À Saint-Jurs  

Grande propriété agricole, située sur le plateau de Valensole, la ferme de Vauvenières vous accueille au cœur de son exploitation biologique où sont cultivés la lavande et le lavandin, l'orge et le blé tendre, les amandes, fruits et légumes de saison, sans oublier la safranère ou la truffière.

Hélène et Christian Sauvaire
04 92 74 44 18 | www.ferme-de-vauvenieres.fr

La Commanderie

À Trigance  

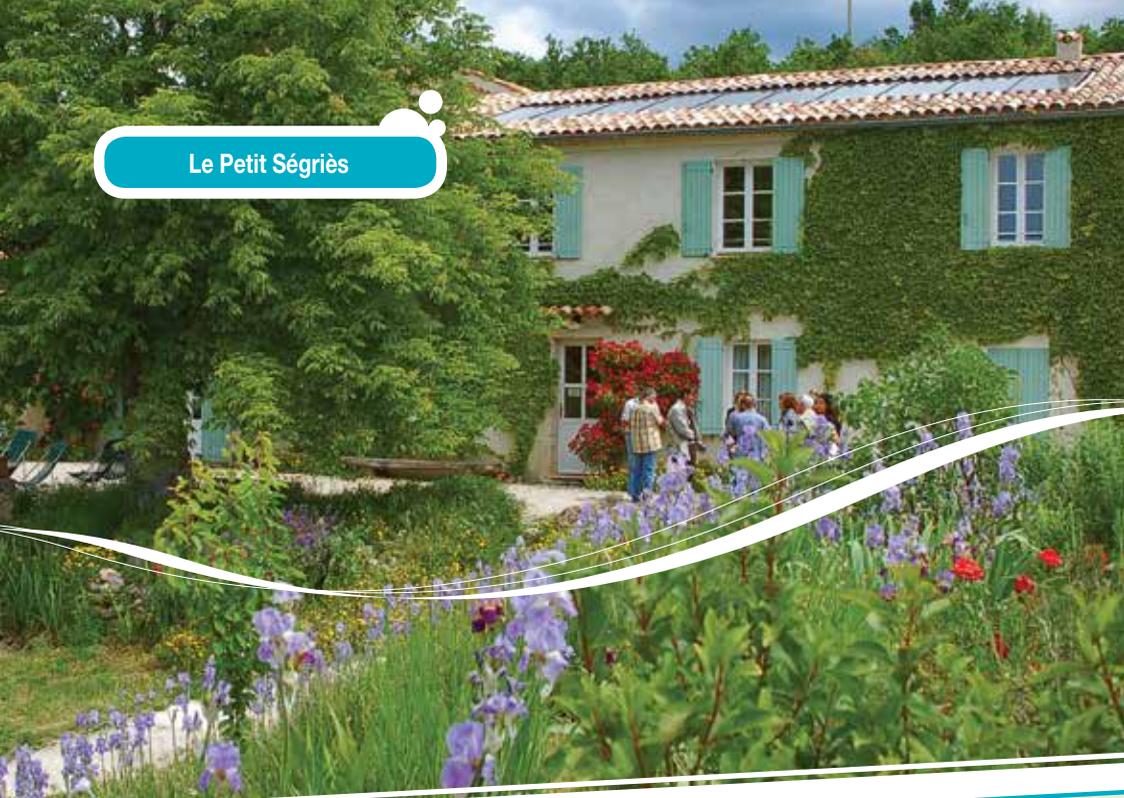
À l'entrée du Grand Canyon du Verdon, le gîte se situe dans une ancienne commanderie templière à l'architecture typique au cœur d'un domaine de 80 hectares. Ninon, l'ânesse et quelques chèvres élevées ici seront là pour vous accueillir et vous pourrez déguster quelques fromages de chèvre. Vous pourrez apprécier le silence, faire des promenades sur la propriété et partager des moments agréables avec les propriétaires.

Maguy Audier
04 94 76 91 23 | <http://saintmaymes.free.fr>



La ferme Saint-Pierre

Le Petit Ségriès



La Garonne

À Ginasservis



Dans une ancienne bâtisse du XVIII^e siècle, un gîte rural et deux grandes et confortables chambres d'hôtes en pleine nature vous attendent. Sibylle et Joël vous parleront du pays, des balades à faire pour découvrir une Provence encore préservée au cœur d'une forêt de chênes blancs typique du haut Var.

Sibylle de Maisonseul et Joël Nicolas
04 94 80 14 00 | 06 75 07 14 84 | www.gite-la-garonne.fr

Campagne Les Chaberts

À Saint-Martin-de-Brômes



Dans un site calme et préservé, le gîte est installé dans une ancienne bergerie rénovée avec des matériaux naturels et chaleureux. Hors des sentiers battus, vous pourrez découvrir aux alentours des paysages variés, des vestiges historiques, pratiquer de nombreux sports, des promenades, ou simplement vous reposer aux pieds du verger d'amandiers, dans une nature colorée et odorante.

Joëlle et André Le Meter
04 92 78 16 41 | www.les-chaberts.com

Le Petit Ségriès

À Moustiers-Sainte-Marie



Pour les amoureux des grands espaces, au pied du Serre du Montdenier, le Petit Ségriès se situe dans 18 hectares de landes et de bois avec une vue magnifique sur le Grand Margès. Vous pourrez découvrir, au rythme des saisons, l'élevage de la ferme ou pratiquer des balades à pied ou en VTT.

Noël et Sylvie Voyer
04 92 74 68 83 | www.chambre-hote-verdon.com

La Vincence

À La Verdière



Ce calme gîte de charme est installé en bordure de terres agricoles certifiées agriculture biologique et d'un immense massif forestier. Un sentier-découverte de 4 km permet d'y découvrir l'interaction entre l'homme et la nature. Baignade, sports nautiques et randonnées dans le Verdon à 20 mn.

Jean-Paul Dauphin et Franck Pourriere
04 94 80 04 80 | www.gite-panda-la-vincence.fr

La Bastide de l'Estré

Aups



À deux pas du village d'Aups, la Bastide de l'Estré vous attend au creux d'un vallon préservé et ensoleillé. Dans cette maison paysanne riche de son histoire, se découvre la vie rurale au milieu des oliviers, des ânes et du safran. Françoise et Jean-Claude vous ouvrent les portes de leurs deux gîtes tout au long de l'année.

Jean-Claude Marie
04 94 84 00 45 | <http://estre.net>

Le Monastère de Ségriès

Moustiers-Ste-Marie



Cet ancien monastère cistercien, situé à 6 km du village, allie convivialité et quiétude. Les 16 chambres et 5 suites, la chapelle avec piano et le cloître proposent de l'accueil pour groupes : séminaires, stages artistiques, mariages, séjours à thème. Vous y apprécierez une cuisine qui évolue au fil des saisons, avec produits du potager.

Annemarie et Dhruv Bhandari-Desmet
04 92 74 64 12 | www.monastere-de-segriès.com

Château Laval - Vacances Bleues

Gréoux-les-Bains



L'échappée verte au domaine de Château Laval, village club*** en Haute-Provence. Les 91 chambres et 40 appartements s'ouvrent sur un parc de 30 hectares avec une piscine extérieure et une piscine couverte et chauffée. Le village club propose un parcours de tir à l'arc en forêt, une ferme pédagogique... L'art de concilier respect de l'environnement et bonheur des vacanciers.

04 92 70 23 00 | chateaulaval@vacancesbleues.fr

AUTRES DÉMARCHES

Écogite : www.ecogite.frLa clef Verte : www.laclefverte.orgBienvenue à la ferme : www.bienvenue-a-la-ferme.comAccueil Paysan : www.accueil-paysan.comRando Accueil : www.rando-accueil.comRando Camp : www.rando-camp.com

Le Château hôtel

Trigance



Bâti sur la crête d'un piton rocheux, ce château fort du XI^e siècle, chargé d'histoire, a été transformé en hôtel-restaurant par la famille Thomas. Les chambres, toutes différentes, avec lit à baldaquin et meubles anciens, s'ouvrent sur une large terrasse panoramique qui domine le village et la vallée. Une cuisine gastronomique aux produits du terroir est servie dans l'ancienne salle d'armes voûtée en pierre sèche...

Famille Thomas
04 94 76 91 18 | www.chateau-de-trigance.fr

L'Oustaou

Castellane



Gîte d'étape et chambres d'hôtes, L'Oustaou se situe sur les sentiers et itinéraires de randonnées pédestres, cyclotouristiques et équestres : GR.4, les chemins du Soleil et Transverdon (Espace VTT), voie Impériale route Napoléon. Proche des activités de pleine nature et d'eau vive, Catherine et Christian vous accueillent dans une ambiance chaleureuse et familiale.

Catherine et Christian
04 92 83 77 27 | www.oustaoucastellane04.fr

Le Château hôtel de Trigance



Vue sur le village
d'Aups



© Bruno Vacherand

Patrimoine et lieux de visites

La nature du Verdon vous ravit par sa diversité et sa richesse ! La culture du Verdon vous amènera dans un voyage aux thématiques variées et inépuisables : géologie, préhistoire, Antiquité, faïence, arts et traditions populaires... En suivant les guides de pays ou en poussant les portes des musées et des maisons thématiques, vous irez au delà de la carte postale, à la découverte de la culture et de l'identité locale. À vous de faire votre chemin culturel !

LES MUSÉES ET MAISONS THÉMATIQUES

Maison Nature & Patrimoines / Relais du Parc

Les musées de Castellane

Installés dans la **Maison Nature & Patrimoines** située au cœur de Castellane, le musée Sirènes et Fossiles et le musée du Moyen Verdon donnent à voir et à comprendre l'histoire de la vallée du Moyen Verdon.

Remontez le temps de 40 millions d'années avec le **musée Sirènes et Fossiles**, lorsque la mer recouvrait la région de Castellane. Dans les lagunes évoluaient de paisibles mammifères marins : les siréniens (famille des lamantins). Peut-être à l'origine du mythe des sirènes, leur histoire vous est racontée à l'aide de maquettes animalières grandeur nature, de films vidéos et de reconstitution de paysages.

Découvrez le patrimoine et les traditions locales avec le **musée du Moyen Verdon**, Arts et traditions populaires. À l'écoute du pays et des hommes, ce musée propose des expositions temporaires renouvelées tous les deux ans. Des objets du quotidien, des photographies, les paroles des gens d'ici illustrent les thèmes choisis.

TARIF : 4 € | OFFRE PASS : 3 €

Informations, Relais du Parc, animations, expositions temporaires, boutique,...

Ouverture Maison Nature & Patrimoines

11 avril-1^{er} novembre, de 10h à 13h et de 15h à 18h30
Vacances de Pâques et de la Toussaint et du 15 juin au 15 septembre : tous les jours.

Mai, juin, septembre : weekend et jours fériés

EXPOSITIONS TEMPORAIRES 2015-2016

Musée du Moyen Verdon :

Vivre au pays pendant la Grande Guerre

À travers des lettres, des photographies et des objets de l'époque, vous découvrirez le quotidien des habitants du « pays de Castellane » pendant la Première Guerre mondiale, des hommes mobilisés aux familles restées à l'arrière.

Expositions gratuites en 2015

AVRIL : *Raconte moi ton Verdon*, en partenariat avec le Parc du Verdon.

MAI : Exposition de Christel Schlierkamp, Peter Bendelow et Michel Giuliano, sculpteurs du pays du Verdon.

JUIN : « Transhumance, de la Provence à l'Alpe » en partenariat avec la Maison de la Transhumance

JUILLET : Napoléon et le 1^{er} Empire, dans le cadre du bicentenaire de Napoléon en partenariat avec les archives Départementales 04.

AOÛT-SEPTEMBRE : Les vautours du Verdon, en partenariat avec la Ligue de protection des oiseaux

VACANCES DE LA TOUSSAINT : Les vergers, en partenariat avec la Thomassine et le Parc du Verdon.

Renseignements : maisonnaturepatrimoines@gmail.com
www.maison-nature-patrimoines.com

Maison Nature & Patrimoines.
Porte d'entrée pour explorer
le territoire du Verdon



Peinture sur faïence de l'atelier
Lallier à Moustiers-Sainte-Marie



Maison des gorges du Verdon

À La Palud-sur-Verdon

Au 1^{er} étage du château XVIII^e, dans un éco-musée surprenant, suivez la rivière émeraude et découvrez les différents aspects du Verdon et de son Grand Canyon ; au départ des sommets jusqu'au cœur des gorges vous apprendrez tout de la faune, la flore, la géologie, l'hydrologie, l'histoire humaine, les arts et métiers, les explorations, les débuts du tourisme... Voyage ludique pour toute la famille, vous accédez aux différents panneaux de présentation, mur d'images, film historique, vitrines et mise en scènes originales ; très utile en point de départ pour vraiment bien connaître ce territoire unique au monde...

Informations, animations, sorties nature accompagnées, expositions temporaires, conférences, librairie spécialisée.

TARIF: 4 € | OFFRE PASS ET RÉDUCTIONS : 2 €

Du 1^{er} avril au 30 juin et du 1^{er} septembre au 1^{er} novembre : de 10 h à 12 h et de 16 h à 18 h, sauf le mardi.
Du 1^{er} juillet au 31 août : de 10 h à 13 h et de 16 h à 19 h, sauf le mardi (possibilité de réservation pour les groupes).
04 92 77 32 02 | www.lapaludsurverdon.com

Musée de la faïence

À Moustiers-Sainte-Marie

Présentation des matières et techniques de la faïence, allant des céramiques du XVI^e siècle à la production des faïences de Moustiers du XVII^e au XXI^e siècle, c'est à dire des productions artisanales d'aujourd'hui. La collection permanente est complétée par une exposition temporaire de création contemporaine.

TARIF: 3 € | OFFRE PASS: 2 €

Gratuité pour les enfants jusqu'à 16 ans.
Ouverture : Mars à juin et octobre : 10 h - 12 h 30 et 14 h - 18 h
Novembre et décembre : weekend et vacances scolaires zone B, 10 h - 12 h 30 et 14 h - 17 h
Juillet et août : 10 h - 12 h 30 et 14 h - 19 h
Fermeture hebdomadaire le mardi
Fermeture annuelle du 1^{er} janvier au 28 février
À noter : musée accessible aux personnes à mobilité réduite, boutique-librairie, et visite guidée sur réservation.
04 92 74 61 64 | musee@moustiers.eu

Ecomusée « la vie d'Antan »

À Esparron-de-Verdon

Pour que notre patrimoine ne tombe pas dans l'oubli, deux passionnés ont réuni des costumes authentiques, des couvertures piquées, des boutis, des objets de la vie courante et des outils du XVIII^e au début XX^e. Depuis 2005, une nouvelle vitrine avec une apothicairerie a été installée ainsi qu'une salle supplémentaire en sous-sol.

TARIF: 2,50 € | OFFRE PASS: 2 €

Ouverture
Du 15 avril au 30 juin : de 14 h 30 à 18 h 30.
Du 1^{er} juillet au 31 août : 10 h à 12 h et de 15 h à 19 h.
Du 1^{er} septembre au 1 octobre : de 14 h 30 à 18 h 30.
04 92 77 13 70

Musée de préhistoire des gorges du Verdon

À Quinson



Le circuit muséographique d'un des plus grands musées de préhistoire d'Europe, retrace un million d'années d'aventure humaine en Haute-Provence. Son parcours est rythmé par l'exposition permanente d'objets archéologiques originaux, par les panneaux explicatifs, les vidéos, les consoles interactives et les dioramas : reconstitutions spectaculaires en trois dimensions.

Point d'orgue de la visite : le troupeau d'animaux préhistoriques grandeur nature.

Le musée de préhistoire des gorges du Verdon, c'est aussi : un village préhistorique reconstitué, des animations, la grotte de la Baume Bonne, site archéologique majeur, accessible par un sentier pédestre, des journées de la préhistoire, les 19 et 20 juillet.

EXPOSITIONS TEMPORAIRES 2015

"La Pointe de Quinson, un outil préhistorique d'ici et d'ailleurs" du 2 février au 3 mai 2015

"Néo ! Marins-bergers de Provence il y a 8000 ans - Fouilles Jean Courtin" du 13 mai au 30 novembre 2015.

TARIF: 7 € | ENFANT DE 6 À 17 ANS: 5 € | OFFRE PASS: 5 €

Ouverture

Fév. - mar. - oct. - nov. - déc. : 10 h - 18 h fermé le mardi

Avril à juin - septembre : 10 h - 19 h, fermé le mardi.

Juillet - août : 10 h - 20 h, tous les jours.

Ouvert les mardis pendant les vacances de la zone B

04 92 74 09 59 | www.museeprehistoire.com

Musée des tourneurs sur bois

Aiguines

Installé dans un bâtiment moderne au centre du village, le musée des tourneurs sur bois permet de faire un voyage dans le temps. On y découvre l'art du tournage sur bois, d'hier à aujourd'hui, avec entre autres, la reconstitution d'un atelier de tourneur du début du XX^e siècle et les différents outils utilisés, les objets fabriqués, les fameuses boules de buis cloutées, patrimoine incontournable de la culture provençale. Ce musée présente également la qualité du travail effectué par les artisans d'aujourd'hui.

TARIF: 2,50 € | OFFRE PASS: 2 €

Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans

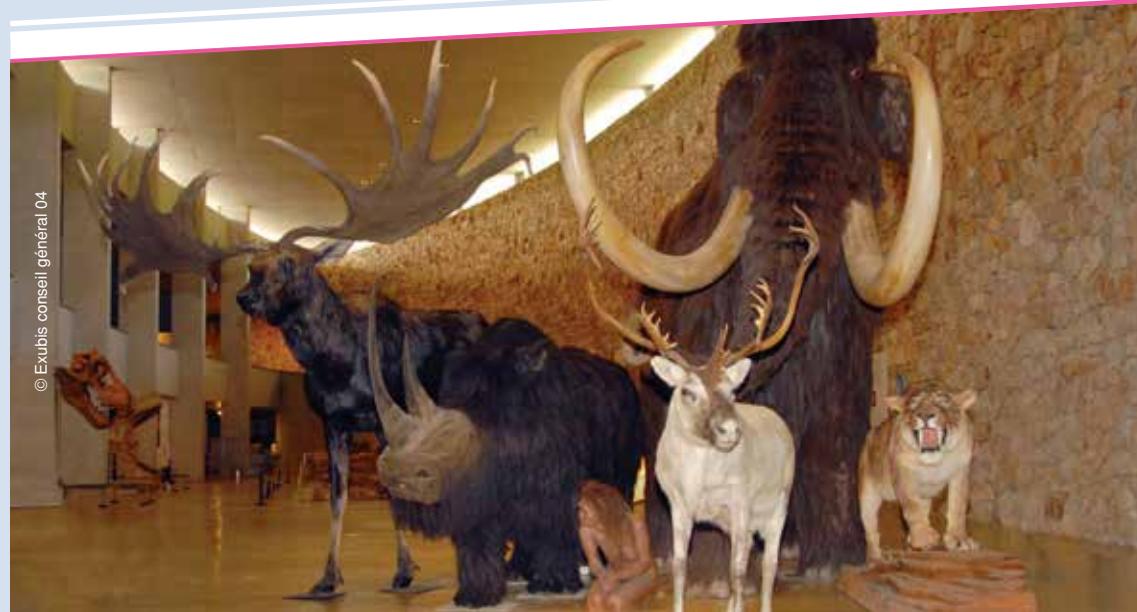
Tarif groupes et scolaires : 1,50 € (12 personnes minimum)

Ouverture : Avril, mai, juin et septembre, octobre : de 9 h 30 à 17 h 30 sauf le mercredi après-midi et le samedi toute la journée.

Juillet et août : ouvert tous les jours de 10 h 30 à 18 h 30.

Renseignements

04 94 70 99 17 | museedestourneurs@orange.fr





Moulins à vent de Régusse

AUTRES VISITES, EXPOSITIONS ET MONUMENTS

Moulins à vent

à Régusse

Visite guidée de deux moulins à vent et à blé d'origine templière, restaurés en 1995. L'un d'eux abrite une collection d'outils agraires et l'autre, dont le mécanisme a été entièrement reconstitué, est un des derniers de la région à pouvoir produire de la farine.

L'association les Amis des moulins de Régusse propose des visites guidées, sur l'histoire, la restauration et le fonctionnement.

TARIFS : visites individuelles ou collectives gratuites dans le cadre des horaires d'ouverture, ou sur rendez-vous.

Ouverture

Mai, juin et septembre : Dimanches et jours fériés, visites de 10 h 30 à 12 h 30.

Juillet et août : du lundi au samedi de 18 h 00 à 20 h 00. Les mercredis de 9 h à 19 h.

Les dimanches de 10 h 30 à 12 h 30.

Visites de groupes sur rendez-vous.

04 94 70 19 01 | lesmoulinsderegusse.fr

Château d'Allemagne-en-Provence

Allemagne-en-Provence

Du 1^{er} avril au 1^{er} novembre : Le samedi, dimanche et jours fériés.

Du 1^{er} juillet au 16 septembre : Tous les jours sauf le lundi. Visites à 16 h et 17 h | 04 92 77 46 78

Château de La Verdrière

Ouverture au public du 3 juin au 31 août
www.chateau-delaverdriere.fr

L'association "Culture, Loisirs et Patrimoine"

À Sainte-Croix-du-Verdon

Vous propose une exposition "Mémoire de la Vallée" avec de nombreux documents sur la vallée noyée par le lac de Sainte-Croix, et possibilité de projection de films d'époque.

04 92 77 81 51

Ancienne chapelle des Ursulines

À Aups

Dans cette ancienne chapelle, vous trouverez le musée d'art contemporain Simon Segal regroupant 3 écoles de peinture de Bourges, Paris et Toulon ; une exposition sur la Résistance en France et dans la région du Haut Var ; et des expositions temporaires d'art de sculptures et peintures.

Du 15 juin au 15 septembre : 10 h - 12 h et 16 h - 19 h, tous les jours (sauf le mardi).

04 94 70 00 07.

La maison des lacs

Aux Salles-sur-Verdon

Vous propose une dia-projection animée sur l'histoire de la construction du barrage de Sainte-Croix et sa mise en eau, découverte des parcours historique et naturaliste des Salles-sur-Verdon.

Pour groupes uniquement, payant | 04 94 84 22 83

La maison de la truffe

Aups

Un espace didactique, un diaporama et un espace boutique vous attendent pour vous initier à la trufficulture, toute l'année pendant les heures d'ouverture de l'office de tourisme.

04 94 84 00 69

À l'office de tourisme

Des Salles-sur-Verdon

Une vidéo, des maquettes de l'ancien village et de la vallée et une exposition photo vous racontent le village.

Du 15 janv. au 15 nov., jours d'ouverture de l'office de tourisme et le reste de l'année sur réservation 04 94 70 21 84

Musée de Faykod

À Aups

Le visiteur est invité à parcourir ce parc de sculptures à ciel ouvert de l'artiste Maria de Faykod, un lieu où règne l'harmonie entre l'art et la nature.

04 94 70 03 94

LES VISITES DE VILLAGE

Aiguines : du 18 juin au 10 septembre 2015, le jeudi à 10 h à partir de 5 personnes et sur réservation (la veille au plus tard) ; toute l'année pour les groupes sur réservation. 04 94 70 21 64 ou ot@aiguines.com

Allemagne-en-Provence : le mardi à 16 h, toute l'année à partir de 5 personnes. 04 92 77 46 92 | 06 81 65 54 56

Aups : avec le livret *Balade à travers l'histoire* édité par l'office de tourisme - disponible en français, anglais, allemand, hollandais et italien toute l'année. 04 94 84 00 69

Bargème : du 1^{er} juillet au 31 août, tous les jours 04 94 50 21 94

Castellane : du 15 juin au 15 septembre le mercredi à 16 h (français) et le jeudi à 10 h (anglais) et toute l'année pour les groupes sur réservation. 04 92 83 61 14

Gréoux-les-Bains et son château : un jeudi sur deux, à 14h30 sauf de juin à septembre, à 16 h. Toute l'année pour les groupes sur réservation. 04 92 78 01 08

Moissac Bellevue : Toute l'année, sur demande. 04 94 60 15 97

Moustiers Ste Marie : en juillet, août, le mardi 10 h et jeudi 17 h 30. Toute l'année pour les groupes sur réservation. 04 92 74 67 84

Quinson : pendant les vacances scolaires et sur rendez-vous pour les groupes toute l'année. 04 92 74 01 12

Régusse : avec livret-guide édité par l'office de tourisme, toute l'année. 04 94 70 19 01

Riez : avec dépliant-guide édité par le bureau de tourisme. Toute l'année. 04 92 77 99 09

Saint André les Alpes : en juillet et août le mardi à 9 h 30, sur réservation. Toute l'année pour les groupes sur réservation. 04 92 89 02 39

Valensole : du 15 juin au 15 septembre le jeudi à 10 h sur réservation. Toute l'année pour les groupes sur réservation. 04 92 74 90 02

Vinon-sur-Verdon : tous les 3^{es} mercredi du mois. À 17 h du 1^{er} avril au 30 septembre et à 15 h du 1^{er} octobre au 31 mars.(devant la mairie). Réservation pour les groupes sur demande. 04 92 74 04 39

LES GUIDES DE PAYS

Les guides de pays en Haute-Provence vous font découvrir toutes les richesses de territoires qu'ils connaissent bien puisqu'ils y vivent. Chaque guide vous raconte à sa manière, l'histoire, le patrimoine, les habitants et les traditions des territoires qu'ils vous font visiter.

Pour vivre des moments de partage unique avec l'un de ces guides, rendez-vous sur guidedepays.com

Village d'Allemagne-en-Provence et journées à thème : l'olivier, l'amandier, la lavande
Ariette Arnoux | 06 81 65 54 56

Circuit du gypse de Riez à St-Jurs
Sabrina Da Conceçao | 04 92 76 66 23

Villages et paysages du plateau de Valensole, du Haut Var, des basses gorges et des grandes gorges du Verdon
Geneviève Vallart | 04 92 77 72 40 | 06 74 49 48 09

Visite guidée dans le village de Saint-Julien-le-Montagnier



CIRCUITS ET SENTIERS THÉMATIQUES

LES LIVRETS DÉCOUVERTES

Sélectionnés selon des critères pour leur qualité, ces circuits bénéficient de la reconnaissance du Parc, qui vous garantit de pouvoir admirer, sillonner, comprendre et goûter ce territoire en toute complicité avec la nature grâce aux livrets découvertes.

Sentier botanique à Esparron-de-Verdon

Découvrez la variété et les usages des plantes méditerranéennes avec le livret découverte coédité par la commune d'Esparron et le Parc.
Office de tourisme : 04 92 77 15 97

Circuit du gypse entre Riez et St-Jurs

Découverte du gypse, de sa fabrication à ses diverses utilisations avec le livret découverte coédité par l'association des Amis du vieux Riez et le Parc.
Bureau du tourisme de Riez: 04 92 77 99 09

Sentier de Toine un site, une histoire aux Salles-sur-Verdon

Un sentier découverte pour observer les plantes et leurs usages et un parcours historique en mémoire de l'ancien village englouti. À parcourir avec le livret coédité par le Parc et la Maison des Lacs.
Informations : 04 94 84 22 83

AUTOUR DU TEMPS QUI PASSE, LA ROUTE DES CADRANS SOLAIRES

La communauté de communes du Moyen Verdon vous invite à parcourir son territoire au travers des cadrans solaires. Ces « témoins du temps qui passe » évoquent les richesses des communes et traduisent une réflexion menée par les habitants sur leur patrimoine et leur identité.
Plaquette d'information disponible dans les offices de tourisme ou contact avec la communauté de communes du Moyen Verdon.
04 92 83 68 99

Sentier découverte de Châteauneuf-les-Moustiers

Châteauneuf-les-Moustiers, village en ruines, vide de ses habitants, vous apportera les témoignages de son passé. Le livret découverte pourra aussi compléter votre visite.
Informations : 04 92 77 32 02

Sur les chemins du patrimoine

Fontaines, lavoirs, campaniles, chapelles, oratoires, ponts, restanques... plus de 600 édifices constituent le patrimoine collectif du Verdon et vous dévoilent la vie et l'histoire des gens du pays. Nombre de ces petits monuments sont balisés de panneaux explicatifs. Pour compléter votre visite, munissez-vous du livret *Sur les chemins du patrimoine* édité par le Parc.
Informations : 04 92 74 68 00

PATRIMOINE ET DRAPERIE DE SAINT-ANDRÉ LES ALPES

Une promenade découverte grâce à 9 panneaux qui vous racontent l'histoire du village et de son importante industrie drapière.
Plaquette d'information disponible à l'office de tourisme
04 92 89 02 39
Et aussi des applications pour tablettes et Smartphones
www.secrets-de-fabriques.fr

LE SENTIER D'INTERPRÉTATION DE TRIGANCE

Ce parcours imaginaire est l'aboutissement du travail des enfants de l'école de Trigance. Jalonné de modules, il permet de donner un autre regard sur le village et ses habitants par un mélange subtil entre découverte, approche sensible et poétique.

CIRCUIT LA ROUTE DE L'HISTOIRE ET DES LÉGENDES

Reliant les 9 communes de l'Artuby, ce circuit s'appuie sur l'histoire et les légendes locales et associe les artistes du territoire à travers 9 sculptures représentatives.
Un carnet mis à disposition sur le site artuby-verdon.fr, à l'office de tourisme Artuby-Verdon : 04 94 76 92 91

CIRCUIT DÉCOUVERTE "AIGUINES, ENTRE NATURE ET PATRIMOINE"

Laissez-vous guider à travers les ruelles du village et découvrez son histoire, son patrimoine naturel et culturel.
Plaquette d'information disponible à l'office de tourisme
04 94 70 21 64

DÉCOUVRIR LE CIEL ÉTOILÉ DU VERDON

À 1905 m d'altitude observation du ciel avec l'aide d'un astronome compétent depuis l'observatoire astronomique du mont Chiran. Les randonneurs trouveront également un accueil chaleureux au refuge.
www.astro-blieux.fr | 04 92 74 70 85 | 04 92 34 23 93

SORTIES DÉCOUVERTE DES VAUTOURS À ROUGON

Guidées par un ornithologue, ces sorties vous permettent de découvrir ces géants des airs, leur vie et leurs moeurs. (juillet-août).
Info et inscription : 06 26 47 50 00

CROISIÈRE DÉTENTE ET DÉCOUVERTE SUR LE LAC D'ESPARRON

Croisière commentée en bateau promenade électrique avec La Perle du Verdon
www.laperleuverdon.fr | 04 92 77 10 74

CONTES ET LÉGENDES DE MOUSTIERS

Partez en famille à la découverte des petites et grandes histoires du village.
Juillet et août à 10 h tous les vendredis | 04 92 74 67 84

DÉCOUVERTE DU SITE DE CHALVET

À plus de 1600 mètres, à Saint-André-les-Alpes avec les tables d'orientation, le sentier botanique et découverte des sites de vol libre.
En juillet et août tous les mercredis à 9 h sur réservation.
Départ en navette devant l'office de tourisme. Toute l'année pour les groupes sur réservation | 04 92 89 02 39

LES SALLES SUR VERDON, "UN SITE - UNE HISTOIRE"

Replongez sur les traces d'une vallée, mais surtout d'un village dont les coutumes et l'économie se sont vues bouleversées par les travaux du barrage de Sainte-Croix et du lac.
Toute l'année les vendredis matins à 10 h ou sur rendez-vous.
Rés. : office de tourisme des Salles sur Verdon
04 94 70 21 84 | verdon83@club-internet.fr

SENTIER DES SIRÉNIENS AU COL DES LEQUES

À Castellane. Musée-Promenade en plein air et en visite libre, vous découvrirez des ossements conservés sur place, vieux de 35 millions d'années.
Réserve géologique de Haute Provence | 04 92 83 19 23
(ou fiche rando en vente dans les offices de tourisme).

CIRCUIT COMMENTÉ DES GORGES

Pour découvrir les gorges autrement, sans le stress de la conduite et avec des explications, promenade commentée en minibus avec Provisito.
06 82 93 88 72 | www.provisito.fr



© David Allemand

Le Vautour fauve a été réintroduit avec succès dans les gorges du Verdon en 1999. Ce géant des airs joue un rôle important d'éboueur de la nature.

Le safran est le *Crocus sativus*. Sa culture est une activité traditionnelle du pourtour méditerranéen introduite en Provence il y a plus de 2000 ans. Longtemps délaissée dans notre région, elle reprend sa place grâce à des agriculteurs passionnés. Préférez découvrir le safran durant la floraison au mois d'octobre.

Produits du terroir et savoir-faire

SPÉCIALITÉS CULINAIRES

Traditionnellement, l'alimentation des habitants du Verdon était basée sur les productions de l'agriculture locale : lentilles, pois chiches, pommes de terre, ail et oignons venaient ainsi accompagner le cochon, les volailles, les agneaux et les cabris élevés dans chaque ferme. Ces produits étaient mijotés à l'huile d'olive, accompagnés des richesses offertes par nos terroirs secs et ensoleillés : la célèbre truffe noire, les plantes aromatiques et divers fruits sauvages... Ainsi, au fil des saisons, les restaurateurs proposent des spécialités locales, accompagnées, bien sûr, de merveilleux petits fromages de chèvre et de vin typé.



LES PRODUITS DU PARC NATUREL RÉGIONAL DU VERDON

Producteurs bénéficiant de la marque « Produit du Parc » qui traduit les valeurs des Parcs naturels régionaux : un territoire, un environnement préservé et valorisé et une dimension humaine.

Miel de fleurs, garrigues et montagnes



Marie-Hélène Ribière
vente directe sur l'exploitation à la Palud-sur-Verdon.
06 83 52 27 78

Christophe Botta

vente sur les marchés de juin à septembre : jeudi aux Salles-sur-Verdon et dimanche à Moustiers sur les marchés paysans du Verdon et dans les foires locales.
06 01 98 87 35 ou
04 92 77 35 93
christophe.botta@neuf.fr et à la maison des produits de pays d'Allemagne-en-Provence



Georges Huet,
Brenon, vente sur les marchés de Castellane, Comps-sur-Artuby, le Logis du Pin.
06 10 79 10 28.

Manu et Felizia Pozzoni.

Vente sur les marchés de Riez, La Palud ou l'été au point de vente de La Palud :
Le panier du Verdon.
06 81 37 64 15.



Plantes aromatiques



Isabelle Rufo à Montpezat
vente sur les marchés de Riez et Moustiers-Sainte-Marie et à la maison de produits de pays d'Allemagne-en-Provence.
04 92 77 52 48 ou
06 38 58 26 79

Safran

Bruno Carron

à Roumoules :
vente sur le marché de Riez (samedi) Valensole (mercredi) et à la maison des produits de Pays d'Allemagne-en-Provence, Le panier du Verdon à la Palud-sur-Verdon. 06 22 40 65 24



Guy Mombel
à Esparron-de-Verdon, vente sur les marchés de Riez, Gréoux et Esparron. Guy vous accompagne pour une visite de sa safranière sur rendez-vous. (Visite accompagnée accessible aux personnes à mobilité réduite).
06 81 15 22 38

Harmony Guis

Safran et arômes du Verdon :
vente directe sur la safranière, visites et conférences sur rendez-vous.
06.86.71.65.04.
www.safran-provence.eu





OÙ ACHETER DES PRODUITS LOCAUX ?

Maison de produits de pays à Allemagne en Provence

Cette maison est un des lieux privilégiés de vente et de promotion des productions agro-alimentaires et artisanales locales.

Ouverture toute l'année 7 jours sur 7 de 9 h 30 à 12 h et de 14 h à 19 h - De juin à septembre 9 h 30 à 20 h. Fermeture annuelle au mois de janvier.

04 92 77 40 24 | <http://produits-de-pays-du-verdon.fr>

Le panier du Verdon à La Palud-sur-Verdon

Point de vente collectif de producteurs, situé dans la rue principale du village. Vous y trouverez des produits locaux : miel, huiles essentielles, fromages de chèvres, pain...

Ouverture de mai à septembre.

LES MARCHÉS

LES MARCHÉS PRÉSENTS À L'ANNÉE

Lundi Saint-Martin-de-Brômes.

Mardi Gréoux-les-Bains, Aiguines.

Mercredi Riez, Castellane, St-André-les-Alpes, Aups.

Judi Gréoux-les-Bains, Les Salles-sur-Verdon, Montagnac.

Vendredi Esparron-de-Verdon, Moustiers-Sainte-Marie.

Samedi Riez, Castellane, Aups, St-André-les-Alpes, Valensole.

Dimanche Vinon-sur-Verdon, Régusse, La Palud-sur-Verdon.

MARCHÉS EXISTANT UNIQUEMENT L'ÉTÉ

Lundi Les Salles-sur-Verdon en nocturne.

Mardi Sainte-Croix-du-Verdon.

Mercredi Moustiers-Sainte-Marie en nocturne.

Judi Riez en nocturne.

Vendredi Gréoux-les-Bains en nocturne.

Dimanche Quinson, La Palud-sur-Verdon, Régusse, Bauduen

Couleurs paysannes à Valensole et à Manosque

Magasins de producteurs locaux rassemblant une large gamme de produits : fruits et légumes, viandes, charcuterie, poissons, produits laitiers, fromages, pains paysans bio, jus de fruits, vins, miels, huile d'olive, amandes, cosmétiques naturels... en provenance directe des exploitations.

À Valensole : Les Quatre chemins, entre Valensole et Manosque

À Manosque : 5 place du Terreau, en plein centre-ville

Ouvert tous les jours, du lundi au samedi, de 9 h à 19 h.

(19 h 30 l'été)

04 92 72 14 96 | www.couleurs-paysannes.fr

LES MARCHÉS PAYSANS DU VERDON

Regroupant exclusivement des producteurs du Verdon en volailles, miel, fromage de chèvre, viande d'agneau, légumes frais, bière, safran et sirops, huile d'olive...

Ces marchés ont lieu sur des espaces atypiques

(bords de route, plages, etc.). À Moustiers-Sainte-Marie tous les dimanches de juillet à mi-septembre de 16 h à 21 h, à Moissac-Bellevue tous les dimanches matins, aux Blaquets-Bas toute l'année et les vendredis matins d'avril à novembre, sur le Cours.

LES MARCHÉS AUX TRUFFES

Depuis toujours la truffe pousse naturellement dans nos collines et plateaux. Les terroirs de la région du haut Var et de Valensole sont reconnus comme "grands crus" de la truffe noire en France. De novembre à mai, des marchés aux truffes et des manifestations sont organisés dans les villages d'Aups, Montagnac et Riez. Pour connaître les dates, se renseigner auprès des offices de tourisme.

LES DÉGUSTATIONS DE TERROIR

Les bistrots de pays



Assurant un des seuls points d'accueil permanents de certains villages, ces établissements jouent la carte de la convivialité, offrent de nombreux services (épicerie, dépôt de pain, tabac, relais presse, etc.) et renseignent les promeneurs. Ils sont aussi une véritable vitrine des produits du terroir puisqu'ils proposent tous une cuisine locale et familiale. Laissez-vous tenter !

www.bistrotdepays.com

Comps-sur-Artuby : Café de France | 04 94 76 91 59

La Martre : Le Brouis | 04 94 84 07 23

Moissac-Bellevue : Le Bellevue | 04 94 85 87 45

Rougou : La Terrasse | 04 92 31 47 74

Sillans la Cascade : La Cascade | 04 94 04 77 00

Les bonnes tables du pays gourmand



De la table d'hôtes au restaurant gastronomique, les restaurateurs du pays gourmand s'approvisionnent auprès de producteurs et artisans locaux ou dans leur propre jardin, les chefs vous feront découvrir les saveurs d'une cuisine à la frontière des Alpes et de la Provence.

www.paysgourmand.com

Trigance : Le Moulin de Soleils | 04.94.76.92.62

La Martre : Le Brouis | 04.94.84.07.23

La Bastide : L'Hôtel du Lachens | 04 94 76 80 01

Rougou : L'Auberge du Point Sublime | 04 92 83 60 35

Soleilhas : Lou Jas 04 93 60 43 54

Castellane : ô Délices | 04 92 83 58 38

St-Julien-du-Verdon : Le Pidanoix 04 92 89 05 87

La Palud-sur-Verdon : L'Hôtel des Gorges du Verdon |

04 92 77 38 26

LES ROUTES ET VISITES D'EXPLOITATION

Laissez-vous guider sur des circuits de découverte thématiques qui vous conduisent à la rencontre d'artisans ou d'agriculteurs du Verdon et vous permettent de découvrir les savoir-faire locaux.

Les routes de la lavande www.routes-lavande.com

Itinéraires paysans www.itineraires-paysans.fr

Bienvenue à la Ferme www.bienvenue-a-la-ferme-alpes-provence.com

Découverte des terroirs du Var www.visitvar.fr/terroirs

L'agneau élevé dans le Verdon donne une viande de qualité. Savoir-faire très ancien, l'élevage continue à façonner notre paysage et participe au maintien de la diversité des milieux écologiques.





Pièce en bois tournée lors d'une journée de démonstration à l'école Escoulen à Aiguines.

ARTISANS D'ART ET ARTISTES

Comme ailleurs, les habitants du Verdon ont développé des savoir-faire étroitement liés aux ressources présentes sur le territoire. Exercés au sein de la famille, ces pratiques « artisanales » étaient variées : travail du bois ou de la pierre, tannage, tissage, vannerie, transformation des produits issus de la cueillette ou de l'agriculture... Ces savoir-faire se sont parfois enrichis des influences d'autres cultures par les nombreux échanges dont s'est nourri le Verdon au fil du temps. Aux côtés de ces savoir-faire traditionnels, le Verdon a vu se développer ces derniers temps un important mouvement d'artisans d'art et d'artistes qui apportent une touche nouvelle à sa richesse.

Le Cesaron

À Rougon - Trigance - Bargème

Cinq sculpteurs qui travaillent la pierre, le bois et le métal vous proposent une balade artistique au cœur de la haute Provence entre Verdon, Jabron et Artuby.

www.lecesaron.fr
07 62 62 19 23

Découverte des métiers d'art du Haut Var Verdon

Haut Var

Réseau constitué de 20 artisans et artistes qui vous invitent à les rencontrer dans leurs ateliers et vous proposent des « rendez-vous spécifiques » (visites découvertes, mini ateliers, stages...) sur dates.

Programme sur www.visitvar.fr
04 94 61 99 31
www.metiersd'art-verdon.com

L'école Escoulen

À Aiguines

Autrefois réputée pour le tournage des boules cloutées, le village accueille désormais cette école de tournage sur bois. Tout au long de l'année, elle propose des stages d'initiation et de perfectionnement, des conférences et des démonstrations. Elle a pour

vocation de faire partager des techniques et des savoir-faire dans ces lieux équipés (ateliers, matériels, hébergement, fond documentaire, etc.).
www.escoulen.com
04 94 76 55 24

Le Verdon un territoire exceptionnel et fragile

AFIN DE LE PRÉSERVER, MAIS AUSSI POUR VOTRE SÉCURITÉ, SUIVEZ CES QUELQUES CONSEILS :

Au bord du Verdon, **prenez garde aux brusques variations du niveau d'eau** liées aux lâchers des barrages hydroélectriques et ne traversez pas la rivière.

Les incendies menacent les forêts du Verdon ! N'allumez pas de feu dans les espaces naturels (cigarette, feux de camps, barbecue, etc. amende encourue : 135€). En cas de départ de feu, alertez les pompiers (112). Pour toute information relative à la fermeture des massifs forestiers 04 98 10 55 41.

Le camping sauvage, sous quelque forme que ce soit (tente, caravanning...) est interdit sur les berges des lacs et dans les gorges. En dehors des zones où le camping est réglementé, il vous faut l'autorisation du propriétaire.

En montagne, comme dans les gorges, la météo change vite. **Attention aux orages et à la montée des eaux !** Renseignez-vous pour les Alpes-de-Haute-Provence au 08 99 71 02 04 et le Var au 08 99 71 02 83.

En milieu naturel, **restez sur les zones aménagées, les chemins et les sentiers !**

Ramenez vos déchets ! Laissez les lieux aussi propres que vous souhaiteriez les trouver en arrivant. Le papier toilette met plus de 3 mois pour se dégrader, un sac en plastique jusqu'à 800 ans !

Soyez prudents au volant. Il est dangereux de filmer en conduisant ou de s'arrêter sur le bas-côté de la route pour admirer le paysage, cela peut entraîner des bouchons, voire des accidents.

 Le panneau B0 à l'entrée des chemins **signale l'interdiction de circulation des véhicules.** Ne vous aventurez pas sur ces pistes.

Évitez de prélever des plantes, même la lavande (c'est une production agricole, demandez l'autorisation). Nombreuses espèces sauvages sont protégées. L'extraction de fossiles est interdite.

Pour découvrir nos paysages renommés et percer les mystères de notre territoire, soyez bien accompagnés, **choisissez la marque « Parc naturel régional du Verdon ».**

POUR UNE DÉCOUVERTE RESPECTUEUSE DES RICHESSES PATRIMONIALES DU TERRITOIRE, NOUS COMPTONS SUR VOTRE CIVISME !



Les écogardes parcourent le territoire pour vous informer, n'hésitez pas à aller à leur rencontre.



Chantier « Paroles d'ici, rencontre des habitants », de restauration de l'accès en pierre sèche à la chapelle Notre-Dame de la Baume à la Palud-sur-Verdon.

En savoir plus sur le Parc

Pour aller plus loin dans la découverte du territoire ou pour mieux comprendre l'action du Parc, nous vous proposons :

Un accueil direct

À la maison du Parc

Domaine de Valx à Moustiers-Sainte-Marie.
Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30.
Tél. : 04 92 74 68 00 | Fax : 04 92 74 68 01 | info@parcduverdon.fr | www.parcduverdon.fr

Au Relais du Parc à Castellane

Place Marcel Sauvaire.

Ouverture

19 avril - 29 septembre : de 10 h à 13 h et de 15 h à 18 h 30.

Avril-mai-juin-septembre : week-ends, mercredis et jours fériés.

Juillet-août : tous les jours.

Renseignements : 04 92 83 19 23 | 04 92 83 60 07

Des évènements

Consultez l'Agenda du Parc sur notre site www.parcduverdon.fr et sur la page **Facebook** du Parc.

Des livres et guides

En vente à la maison du Parc, au relais du Parc ou dans les offices de tourisme.

Journal « Par nature »

Le journal qui parle de la vie du territoire et des actions du Parc, disponible sur papier, par abonnement Internet ou à télécharger sur le site : www.parcduverdon.fr

Sur Internet

• Le site www.parcduverdon.fr donne de nombreux renseignements et toute l'actualité. Le site a fait peau neuve en 2015 ! A découvrir !

• Le système d'information territorial www.pnrpaca.org permet d'accéder aux informations sur le territoire (données administratives, géographiques, réglementaires, naturalistes, culturelles, touristiques, socio-économiques).



• Rejoignez-nous sur Facebook : retrouvez les manifestations

organisées par le Parc et l'actualité des actions menées sur le territoire.

• Un blog pour prolonger les rencontres du Parc : pour découvrir ou revivre des moments privilégiés, participer au débat et poursuivre les discussions, rendez-vous sur www.lesrencontres.parcduverdon.fr



• La Mescla, portail culturel du Verdon, recense

les évènements et les acteurs culturels (portraits et annuaire), et offre des ressources pour les projets de chacun (annuaire, documents, petites annonces).

www.mescla-portailculturel.fr

Sur les ondes



Retrouvez des informations, des annonces et des émissions sur **Radio Verdon** : 96.5 MHz (pour le bas Verdon) et 91 MHz (pour les Préalpes et l'Artuby).

Vrai ou Faux ?

• Le Parc interdit la chasse

FAUX : le Parc n'a aucun pouvoir de création de réglementation.

• Le Parc donne un avis sur les permis de construire

FAUX : le Parc n'instruit pas les PC qui sont du ressort des communes. Il peut les influencer indirectement en donnant un avis sur les documents d'urbanisme (PLU, POS, carte communale) qui définissent les zones constructibles. Il met à disposition des pétitionnaires un conseil architectural gratuit par le biais de permanences dans les communes.

• Le Parc est « clôturé », il a des horaires d'ouverture

FAUX : le Parc n'est pas un espace clos, mis sous cloche, ni une réserve, c'est un territoire vivant, qui évolue et se prépare aux enjeux du futur.

• Le Parc est à durée limitée

VRAI : le label Parc est attribué sur la base des objectifs de la charte pour une durée de 12 ans. Il est renouvelé sur la base d'une évaluation.

• Une des missions du Parc est le développement économique

VRAI : le développement est une des 5 missions des parcs naturels régionaux. Il s'agit d'encourager un développement respectueux de l'environnement et de l'homme.

• Le Parc défend le loup

VRAI et FAUX : c'est un exemple de la difficulté de trouver un équilibre entre respect de la biodiversité et soutien à une économie locale indispensable à notre territoire qu'est le pastoralisme.

• Le Parc ne donne pas de subventions

VRAI ce n'est pas le rôle du Parc. Il peut aider les porteurs de projets allant dans le sens de la charte à en trouver.

VENIR DANS LE VERDON

Le Verdon ne se trouve pas sur un axe de circulation facile d'accès, c'est ce qui en préserve certainement sa beauté. Les moyens de transports ne sont pas variés mais une alternative à la voiture individuelle est possible.

Bus

Département des Alpes-de-Haute-Provence | www.cg04.fr/routes-transport/
Département du Var | www.varlib.fr

Trains

SNCF 3635 - Gares les plus proches | Manosque (04) | Les Arcs-Draguignan (83)
TER Trains express régionaux | 08 91 70 30 00 | www.ter-sncf.com/paca
LER Lignes express régionales | 08 21 20 22 03 | www.info-ler.fr
Chemin de fer de Provence | 04 97 03 80 80 | www.trainprovence.com
Accès le plus proche du Verdon : Saint-André-les-Alpes

Retrouvez l'ensemble de l'offre régionale de réseaux de transports : www.pacamobilite.fr.
Retrouvez également PACA Mobilité sur votre smartphone, téléchargez sur le site les applications Android et Iphone.

Covoiturage

De nombreux sites sur Internet proposent le covoiturage. Économique, écologique, il peut permettre aussi de créer des liens !
Voici quelques adresses | www.covoiturage04.fr | www.covoiturage.fr | www.123envoiture.com | www.wigowiz.com

SE DÉPLACER DANS LE VERDON

Il faut prendre en compte, dans le temps de vos trajets, le fait que les routes du Verdon sont étroites et sinueuses et qu'il peut y avoir une importante circulation, notamment au cœur de l'été.

Dans les gorges

Pour le confort de vos déplacements, pensez à utiliser les navettes dans les gorges ainsi que les taxis présents dans de nombreux villages du Verdon (infos dans les offices de tourisme).

La navette des gorges du Conseil départemental des Alpes-de-Haute-Provence
www.cg04.fr (rubrique Transports/réseau des Transports / Bassin Riez-Castellane)

Office de tourisme de Castellane | 04 92 83 61 14

Office de tourisme de La Palud | 04 92 77 32 02

Circule tous les jours durant les vacances de Pâques (zone B uniquement), tous les jours durant la période d'été (juillet et août). Et tous les week-ends, jours fériés et « ponts » du 1^{er} avril au 30 juin et du 1^{er} septembre au 15 septembre.

Sur la route des crêtes



Ce parcours de 23 km au départ de la Palud sur Verdon, est en sens unique de circulation entre le Jas d'Aire et le chalet de La Maline. Par arrêté départemental, cette route est en partie fermée du 1^{er} novembre au 15 avril.

*Dans le Verdon,
changeons nos habitudes de déplacements !*

INFORMATIONS TOURISTIQUES

Office de Tourisme d'Aiguines

04 94 70 21 64 | ot@aiguines.com
www.aiguines.com

Office de Tourisme d'Artuby-Verdon

04 94 76 92 91 | ccavtourisme@orange.fr
www.artuby-verdon.fr

Office de Tourisme d'Aups

04 94 84 00 69 | aups83@wanadoo.fr
www.aups-tourisme.com

Syndicat d'Initiative d'Allemagne-en-Provence

04 92 75 01 73
tourisme.allemande-en-provence@hotmail.fr

Office de Tourisme de Bauduen

04 94 84 39 02
officedetourisme.bauduen@orange.fr
www.bauduen-lac-verdon.fr

Office de Tourisme de Castellane

04 92 83 61 14
office@castellane.org
www.castellane.org

Office de Tourisme d'Esparron-de-Verdon

04 92 77 15 97
ot.le.lac.esparron@orange.fr
www.esparrondeverdon.com

Office de Tourisme de Gréoux-les-Bains

04 92 78 01 08
contact@tourisme-greouxlesbains.fr
www.greoux-les-bains.com

Point Info de Moissac-Bellevue

04 94 60 15 97
moissac83-infos@orange.fr

Office de Tourisme de Moustiers-Sainte-Marie

04 92 74 67 84
moustiers@wanadoo.fr
www.moustiers.fr

Office de Tourisme de la Palud sur Verdon

04 92 77 32 02
office-tourisme@lapaludsurverdon.com
www.lapaludsurverdon.com

Office de Tourisme de Quinson

04 92 74 01 12
otquinson@gmail.com
www.quinson.fr

Office de Tourisme de Régusse

04 94 70 19 01
verdon.regusse.tourisme@wanadoo.fr
www.regusse-tourisme.fr

Bureau de Tourisme de Riez

04 92 77 99 09
tourisme.riez@wanadoo.fr
www.ville-riez.fr

Mairie de Rougon

04 92 83 66 32
mairie.rougon@wanadoo.fr
www.rougon.fr

Bureau d'Information Touristique de Sainte-Croix du Verdon

04 92 77 85 29
info@stecroixduverdon-tourisme.fr
www.stecroixduverdon-tourisme.fr

Office de Tourisme de Saint-André-les-Alpes

04 92 89 02 39
info@ot-st-andre-les-alpes.fr
www.ot-st-andre-les-alpes.fr

Office de Tourisme des Salles-sur-Verdon

04 94 70 21 84
verdon83@club-internet.fr
www.sallessurverdon.com

Office de Tourisme de Saint-Julien-le-Montagnier

04 94 77 20 95
odt.stjulien@wanadoo.fr
www.saintjulienlemontagnier.com

Mairie de Saint-Martin-de-Brômes

04 92 78 02 02
mairie-smdb@wanadoo.fr
mairie.wanadoo.fr/mairie-smdb

Office de Tourisme de Valensole

04 92 74 90 02
ot.valensole@wanadoo.fr
www.valensole.fr

Office de Tourisme de Vinon-sur-Verdon

04 92 74 04 39
tourisme@vinon-sur-verdon.fr
www.vinon-sur-verdon.fr

Agence de développement touristique des Alpes de Haute Provence

Tél. : 04 92 31 57 29 - Fax : 04 92 32 24 94
info@alpes-haute-provence.com
www.alpes-haute-provence.com

Agence de développement Touristique du Var Tourisme

Tél. : 04 94 18 59 60 - Fax : 04 94 47 08 03
info@vartourisme.org
www.visitvar.fr



Maison du Parc naturel régional du Verdon

Domaine de Valx

04360 Moustiers-Sainte-Marie

www.parcduverdon.fr | info@parcduverdon.fr

Tel. 04 92 74 68 00 | Fax. 04 92 74 68 01



© WeCo Productions



Région
Provence-Alpes-Côte d'Azur
Partenaire principal