



10^{ÈME} ÉDITION

FAITES DES RANDONNÉES

LES 14 ET 15 OCTOBRE 2023

HAUTES TERRES DE PROVENCE[®] ENTRE GAP ET SISTERON

RDV À CLAMENSANE

- RANDONNÉES À THÈMES
- EXPOSITIONS ET ANIMATIONS
- FOIRE ET PRESSOIR

INFOS ET INSCRIPTIONS

04 92 68 40 39

WWW.FAITESDESRANDOS.FR



PARTICIPATION POUR LES RANDONNÉES

6 € / personne / par randonnée | gratuit pour les – 10 ans

SAUF Rando n°4,5,6,7 : 20 € / personne - Rando n°8 et 17 : 12 € / personne
Rando n°14 : 16 € / personne - Rando n°16 : 25 € / personne - Rando n°19 : 12 € par famille

LIEU DE RENDEZ-VOUS

Le lieu de rendez-vous pour le départ de votre randonnée est à l'ancienne école de Clamensane (04250, Alpes-de-Haute-Provence)

sauf n°9 rdv au col des Sagnes à Turriers
n°4,5,6,7 rdv au pont de Valavoire
et n°16 rdv au centre équestre à Clamensane

Café / thé / jus de fruits / viennoiseries offerts à l'accueil !

À PRÉVOIR

- Sac à dos avec de l'eau et des vêtements / chaussures adéquates, un pique-nique pour les randonnées à la journée, des bâtons de marche et des barres énergétiques.

- Panier et couteau pour la sortie mycologique.

Attention : Les chiens ne sont pas autorisés.

LÉGENDE



Durée de la randonnée



Tarif de la randonnée



Dénivelé



Niveau de la randonnée

LES ANIMATIONS SUR PLACE

- Expositions mycologique et Chauves Souris
- Foire avec des producteurs et artisans locaux
- Pressoir mobile : pressez vos fruits à pépins en direct
- Animations sportives et natures etc.

LES CHAMPIGNONS SONT DANS LA PLACE

Venez découvrir de nombreuses variétés de champignons récoltés par Patrick Collombon, mycologue. Des plus connus aux plus rares, vous les observerez sous toutes leurs formes et couleurs.

Vous ne savez pas identifier des champignons que vous avez cueillis ?

Samedi et dimanche après-midi, Patrick sera présent pour répondre à vos questions les plus pointues sur les champignons !



01 DÉCOUVERTE DES PLANTES SAUVAGES

La nature offre un large éventail de produits naturels, riches et goûteux. Une pincée de botanique pour l'identification.

Un soupçon de logique pour la cueillette.

Une explosion de saveur pour la transformation et l'utilisation des plantes cueillies.

 6h  *  6 €  50 m

Animée par **Colette Bittozzi**, phytothérapeute

Départ : 10h (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique



03 LES CHAMPIGNONS SONT PARTOUT ! POURQUOI ?

Partez à la découverte des coins et recoins où se cachent les champignons. Apprenez à les reconnaître. Découvrez comment les champignons vivent et les relations entre eux, les plantes et la faune, pourquoi ils sont là et leur importance.

 3h  ***  6 €  NC

Animée par **Patrick Collombon**, mycologue

Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique, couteau et panier.



02 RANDONNÉE CHÂTEAU DE LA MOLE PAS DE PALABIOUSE

Randonnée qui vous conduira au **château de la Mole**, surprenant édifice de pierre, vous traverserez un pierrier qui vous emmènera sur une crête avec un magnifique panorama sur le Dévoluy, les Écrins, l'Embrunais et le massif des Monges. Avec un peu de courage vous arriverez à la croix St Jean. Vous repartirez sur le pas de Palabieuse, avec un très beau paysage.

Randonnée réservée aux très bons marcheurs. Prévoir très bonnes chaussures, bâtons, pharmacie personnelle, vêtements chauds et de pluie.

 8 h  ***  6 €  800 m

Animée par **Jocelyne Aquillon**,

Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique



SAMEDI 14 OCTOBRE



04,05,06,07 BALADES À PONEY

Toute la journée, Marlène et l'écurie les Pies du Sud vous proposent des randonnées équestres pour tous les niveaux.

5 poneys seront sur place.

4 **séances de 1h30**, 2 le matin et 2 l'après midi

RDV au pont de Valavoire

Animée par **1 accompagnatrice diplômée**,

Départs : 9h, 10h30, 13h30 et 15h

(prévoir d'arriver 15 mn avant)

04 Départ 9h

1h30

05 Départ 10h30

NC

06 Départ 13h30

20 €

07 Départ 15h

*

08 ÉVEIL AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES

Plongez dans une aventure unique au cœur des reliefs transformés par le climat, révélant les histoires entrelacées de la faune, de la flore et de l'humanité.

Guidé par un accompagnateur passionné, partez explorer les paysages qui témoignent de l'impact profond des changements climatiques.

5h

*

12 €

300 m

Animée par **Cyril Cayre**, accompagnateur diplômé

Départ : 9h (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique



INFOS ET INSCRIPTIONS

04 92 68 40 39

TOUT LE WEEK END

Et si vous vous envoliez quelques minutes avec les voltigeuses nocturnes du Massif des Monges et du Cheval blanc, pour découvrir tous leurs secrets.?

EXPO CHAUVES SOURIS

Qui sommes-nous ?

Nous sommes des mammifères, nous donnons naissance à un petit par an, que nous allaitons.

Un mammifère qui vole!?

Oui, le seul mammifère volant, en vol actif! Nous sommes vraiment des êtres exceptionnels! Nous volons avec nos mains!

Notre nom scientifique est **Chiroptère**, du grec *cheiros*, « mains » et *pteron*, « aile ».

Nos doigts sont reliés entre eux par une membrane de peau souple, le patagium.

L'uropatagium relie nos pattes arrière à notre queue.

Regardez notre anatomie et retrouvez les différentes parties de notre corps!

1. Oreille
2. Avant-bras
3. Patagium
4. Poignet (avec griffe)
- 5 à 8. Les 4 autres doigts
9. Cuisse
10. Jambe
11. Pied
12. Patagium
13. Uropatagium
14. Queue



Ondard montagnard

SAMEDI 14 OCTOBRE

09 À LA DÉCOUVERTE DES CHIENS DE PROTECTION

Nous vous donnons **rdv au col des Sagnes** à Turriers avec l'association Férus et les éleveurs Ingrid et André Maurel.

Visite de l'exploitation, rencontre avec les chiens de protection.

Discussions, échanges sur les bons comportements à adopter.

 3 h  *  6 €  NC

Animée par l'association **FERUS**,

RDV : 9h au col des Sagnes à Turriers
(prévoir d'arriver 30 mn avant)

DE 14 H À 17 H ANIMATIONS

RDV SUR LA PLACE DU VILLAGE

Initiation au **TIR A L'ARC** avec le club des Archers du Sasse

Animations et **ATELIERS NATURE** avec l'association AIDE

BUVETTE tenue par le comité des fêtes

Venez presser vos fruits à pépins en direct avec le **PRESSOIR MOBILE**

200 kg minimum de fruits à pépins
Réservation obligatoire au 06 45 63 07 50





10 RANDO VTT

 3h

 150 m

 6 €

 *

Avec votre VTT, Cyril vous propose un parcours autour du village de Clamensane.

La difficulté et la durée seront adaptés aux participants.

Animée par **Cyril Lagarde**

Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

11 LE GÉNÉVRIER THURIFÈRE

De l'Atlas marocain aux Alpes de Haute Provence, le Genévrier thurifère, un arbre méditerranéo-montagnard rare !

Nos montagnes et paysages possèdent des richesses méconnues, dont le Genévrier Thurifère, appelé aussi Porte encens, présent uniquement autour de la Méditerranée occidentale.

Venez découvrir cet arbre exceptionnel accroché sur nos rochers.

 5h

 360 m

 6 €

 *

Animée par **Valérie Sourribes**

chargée de mission **Natura 2000**

Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique



12 LE LAC DES MONGES

 4h30

 650 m

 6 €

 **

Cette sortie permet de dominer les gorges du Sasse puis d'admirer les sommets des Monges et son lac reposant dans son écrin de verdure.!

Animée par **David Vogel**

Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique

13 LES CHAMPIGNONS SONT PARTOUT POURQUOI ?

 3h

 NC

 6 €

 **

Partez à la découverte des coins et recoins où se cachent les champignons. Apprenez à les reconnaître. Découvrez comment les champignons vivent et les relations entre eux, les plantes et la faune, pourquoi ils sont là et leur importance.

Animée par **Patrick Collombon**, mycologue

Départ : 9h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique, couteau et panier



14 ENTRE CIEL ET TERRE

Expédition audacieuse : panoramas à couper le souffle sur les crêtes des hautes terres de Provence.

Explorez les paysages, leur faune, leur flore, guidé par un accompagnateur passionné.

Vous partirez du village de Clamensane pour une journée de randonnée.

 7h  **  16 €  900 m

Animée par **Cyril Cayre**, accompagnateur diplômé
Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)
Prévoyez votre pique-nique



15 LA CRÊTE DE JOUÈRE

Découvertes naturalistes : Faune, flore, richesses naturalistes seront au cœur de ce circuit. Vous visiterez le rucher du conservatoire de l'abeille noire à proximité du village de Valavoire.

En fin de circuit, vous découvrirez au bord du Sasse l'écolieu de l'association AIDE, mis gracieusement à disposition par la Mairie de Clamensane.

Randonnée réservée aux très bons marcheurs. Prévoir de très bonnes chaussures, pharmacie personnelle, vêtements chauds et de pluie.

 5h30  ***  6 €  650 m

Animée par **Marc Linares**,
Départ : 8h00 (prévoir d'arriver 30 mn avant)
Prévoyez votre pique-nique

INFOS ET INSCRIPTIONS

04 92 68 40 39

DIMANCHE 15 OCTOBRE



16 BALADE À CHEVAL

Laura et l'écurie de Sandalphon vous propose une balade à cheval d'1 heure. Après la préparation des chevaux, vous partirez sur les sentiers autour du centre équestre. Casque fourni, prévoir des chaussures de sports ou rando. Balade accessible à tout public, cavaliers enfants autonomes sur leur monture.

Poids limite pour la balade : 80 kg maxi.

RDV au centre équestre après le pont de Valavoire à droite.

 1h30  **  25 €  NC

Animée par **Laura Davin, monitrice diplômée**

Départ : 9h30 (prévoir d'arriver 15 mn avant)

17 BALADE À PONEY

Laura vous donne **rdv sur la place du village** de Clamensane avec ses poneys.

Le circuit et la durée seront adaptés au niveau et à l'âge des participants.

Casque fourni, prévoir des chaussures de sports ou rando.

Poids maxi des enfants: 45 kg

 *  12 €  NC

Animée par **Laura Davin, monitrice diplômée**

À partir de 14h00

DE 10H À 17H RDV SUR LA PLACE DU VILLAGE

FOIRE avec les producteurs et artisans locaux

TOMBOLA au profit de la coopérative scolaire

11h **APÉRITIF** offert par la Commune

11h30 **CONCERT**

BUVETTE

Venez presser vos fruits à pépins en direct avec le **PRESSOIR MOBILE**
200 kg minimum de fruits à pépins

Réservation obligatoire au 06 45 63 07 50

DIMANCHE 15 OCTOBRE

18 **SOMMET DE PARUSTRE** PAR LE COL DE LA BASSE

Au départ des Hautes Graves, montée dans le sous bois vers le col de la Basse. Ensuite une courte montée bien raide nous fera parvenir au sommet.

Là le repas sera le bienvenu, puis retour vers le point de départ en passant par la bergerie de Bane. Lecture des paysages et approche de la nature sont au programme.

Animée par **Enzo Ghirardini**.

Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Prévoyez votre pique-nique

 8h30  **  6 €  750 m



19 **RANDONNÉE LUDIQUE EN FAMILLE** EN MODE AVION

Venez partager une rando ludique en famille en mode avion pour passer un moment conviviale et joyeux ensemble.

Au menu balade sensorielle, jeu coopératif et mandala nature.

 1h30  *  12 € par famille

Animée par **Alexandre et Yashi** de l'Association Quiétude

Départ : 10h (prévoir d'arriver 15 mn avant)



TOUT LE WEEK-END

EXPO AUTOUR DES CHAUVES SOURIS



EXPO DE CHAMPIGNONS



ET DÉTERMINATION D'ESPÈCES L'APRÈS-MIDI AVEC UN MYCOLOGUE

INFOS ET INSCRIPTIONS

04 92 68 40 39





POUR VOUS INSCRIRE, 2 SOLUTIONS

- Remplissez le bulletin d'inscription et renvoyez-le, accompagné de votre règlement **avant le 10 octobre 2023** à :

Hautes Terres de Provence® - Maison du Tourisme, 1142 route de Turriers 04250 Le Caire

-- Remplissez et déposez le bulletin accompagné de votre règlement dans l'un des **Offices de Tourisme du Sisteronais-Buëch** :

Hautes Terres de Provence® (Le Caire - 04 92 68 40 39) / Sisteron (04 92 61 36 50) /

Laragne (04 92 65 09 38) / Orpierre (04 92 66 30 45) / Rosans (04 92 66 66 66 /

Serres (04 92 67 00 67)

PARTICIPATION POUR LES RANDONNÉES

6 € / personne / par randonnée | **gratuit pour les – 10 ans**

SAUF Rando n°4,5,6,7 : 20 € / personne - Rando n°8 et 17 : 12 € / personne
Rando n°14 : 16 € / personne - Rando n°16 : 25 € / personne - Rando n°19 : 12 € par famille

LIEU DE RENDEZ-VOUS

Le lieu de rendez-vous pour le départ de votre randonnée est à l'ancienne école de Clamensane (04250, Alpes-de-Haute-Provence)

sauf n°9, rdv au col des Sagnes à Turriers,
n°4,5,6,7 rdv au pont de Valavoire
et n°16 rdv au centre équestre à Clamensane

Café / thé / jus de fruits / viennoiseries offerts à l'accueil !

À PRÉVOIR

- Sac à dos avec de l'eau et des vêtements / chaussures adéquats, un pique-nique pour les randonnées à la journée, des bâtons de marche et des barres énergétiques.

- Panier et couteau pour la sortie mycologie.

Attention : Les chiens ne sont pas autorisés.

LES ANIMATIONS SUR PLACE

- Expositions mycologique et Chauves Souris
- Foire avec des producteurs et artisans locaux
- Presseur mobile : pressez vos fruits à pépins en direct
- Animations sportives et natures etc.



BULLETIN D'INSCRIPTION ET RÈGLEMENT (NOMBRE DE PLACES LIMITÉ)

NOM

Prénom

Code Postal | | | | |

Tél. / / / /

E-mail :

Date de la rando	Numéro de la rando	Nombre d'adultes	Nombre d'enfants (-10ans)

Ci-joint un chèque de € à l'ordre de : OTI Hautes Terres de Provence



10^{ÈME} ÉDITION

FAITES DES RANDONNÉES

LES 14 ET 15 OCTOBRE 2023



LES HAUTES TERRES
DE PROVENCE®

OFFICE DE TOURISME

 Communauté de Communes
du Sisteronais-Buëch

FFRandonnée   UNESCO
GÉOPARC
HAUTE
PROVENCE

Les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr