

court séjour : Les chemins bleus - Lavande fine et plantes aromatiques des montagnes

Partez à la découverte des plantes aromatiques, fabriquez un produit de bien-être et visitez une cité de caractère des Alpes du Sud



Jour 1 :

Matin : accueil chez Véronique et André Blanc, sur l'exploitation « Bleu d'Argens » perchée sur un plateau qui domine la vallée du Verdon.

Itinéraire Paysan « Sur les chemins bleus d'Argens ». Ici les champs de lavande et d'autres plantes aromatiques émaillent de couleurs le paysage montagnard. Lors d'une balade avec Véronique, vous découvrirez la tradition de la culture et de l'utilisation des plantes, et les techniques d'extraction pendant la visite de la distillerie.

Midi : buffet froid préparé par Véronique avec des produits du terroir

Après-midi : atelier introduction à l'aromathérapie et fabrication d'une huile de massage par Véronique.

Soirée : à Colmars les Alpes, cité Vauban du Haut-Verdon, repas et nuitée à l'hôtel Le France, bâtie centenaire en face des remparts de la ville.

Jour 2 :

Matin : visite guidée de Colmars, à la découverte des nombreuses fontaines, ruelles et placettes, point de vue sur le Fort de Savoie. Visite libre de la Maison Musée, donnant accès aux remparts, tours de guet et aux expositions sur l'histoire et le patrimoine du Haut-Verdon (dont l'agriculture en montagne, les plantes aromatiques, la distillation, vieux alambics et outils...)

Pique-nique au bord de la Lance organisé par votre Accompagnateur en Montagne avec produits du terroir.

Après-midi : balade vers le site naturel des Cascades de la Lance en remontant dans un vieux mélézin le long de la Lance, encadrée par un Accompagnateur en Montagne BE.

Retour : halte à Beauvezer, Maison des Produits de Pays implantée dans une ancienne draperie avec production agricole et artisanale locale.

Contacts, informations, détails pour votre séjour

Visites et ateliers possibles à partir du mois de mai (plantes sauvages, pivoines, narcisses), mais champs de lavandes pas en fleur. Lavandes en fleur à partir de la mi-juillet, IP possible sur dates des sorties régulières. IP et atelier possible fin juillet, dernière semaine. Puis à partir de mi-septembre.

Prestation	Contact	Prix par personne	Remarques
Itinéraire Paysan chez Véronique Blanc « Sur les chemins bleus d'Argens » La Mure-Argens, Village d'Argens	Véronique Blanc, Bleu d'Argens, 06 87 22 16 45 info@bleudargens.fr www.bleudargens.fr	8 € (8-15 p) (ou 5 € si >15 p)	Pour périodes de floraison voir ci-dessus
Repas buffet froid chez Véronique Blanc	<i>idem</i>	15 €	
Atelier introduction à l'aromathérapie et fabrication d'une huile de massage	<i>idem</i>	25 €	
Nuitée à Colmars-les-Alpes, demi-pension, en chambre double et appartement	Hôtel Le France, 04 92 83 42 93 www.hotel-lefrance-colmars.com	50 €	Forfait par personne pour groupes, supplément pour chambre simple se renseigner
Visite guidée de Colmars-les-Alpes, par l'OT (1h30)	Office de Tourisme de Colmars les Alpes, 04 92 83 41 92 www.colmars-les-alpes.fr	2 €	en période de vacances d'été de mi-juillet à mi-août, disponibilités du guide restreintes, visite libre avec dépliant très détaillé possible
Accès Maison Musée	Maison Musée 04.92.83.02.09 prés. Robert Michel, 06 89 25 24 22 www.haut-verdon-musee.org	4 €	Visite libre. Pour visite guidée pour groupes se renseigner.
Balade vers la cascade de la Lance, y compris pique-nique avec produits du terroir, encadrement par un AEM	Accompagnateur : Ursula Morgenthaler 06 82 37 14 35	16 €	
Maison de Produits de Pays du Haut-Verdon, Beauvezer	www.maisonproduitspays-alpesduverdon.fr		Magasin, accès libre

TOTAL prestations sur place (base chambre double) 120 €. Cette formule ne comprend pas le transport.

Attention : Tous tarifs indicatifs, sur la base des tarifs 2014. Le CPIE n'est pas garant des tarifs et décline toute responsabilité en cas de variation. Vérifiez lors de votre réservation chez les prestataires !

Conception du produit :

CPIE Alpes de Provence
Château de Drouille
04100 MANOSQUE

contact@cpie04.com
www.cpie04.com /
www.itineraires-paysans.fr
tous les CPIE : www.cpie.fr
tél. 04 92 87 58 81 / fax 04 92 72 75 14



ALPES DE PROVENCE

