



Annuaire 2019

Produits locaux • Hébergements
Restauration • Activités • Séjours

une marque inspirée par la nature

www.espritparcnational.com

Esprit parc national

Une marque inspirée
par la nature

Esprit parc national est une marque déposée et déclinée dans les 10 parcs nationaux. Ces espaces, riches en paysages exceptionnels, abritent une flore et une faune remarquables qu'il faut protéger. Créer cette marque, c'est FEDERER les acteurs du parc afin de SENSIBILISER les consommateurs et AGIR en faveur des valeurs du territoire et de ses acteurs.

Esprit parc national valorise les hommes et les femmes qui partagent avec vous leur passion pour la nature et l'authenticité.



Fabrice Jestin, directeur du centre Séolane



Retrouvez dans cet annuaire les hébergements, restaurants, produits d'épicerie, randonnées accompagnées, visites de sites et séjours marqués **Esprit parc national** dans le Mercantour.



En 2019, ce sont plus de 100 produits et services marqués dans le Parc national du Mercantour.



Ils vous sont présentés dans cet annuaire vallée par vallée.

Avec eux, adoptez l'Esprit parc national et contribuez à un tourisme durable respectueux de nos patrimoines.

Cet annuaire a été réalisé avec le soutien financier de



Vallées de la Roya et de la Bévéra

Hébergements	▶	P 8 à 9
Sorties découverte	▶	P 10 à 16
Produits	▶	P 16

Vallée de la Vésubie

Hébergements	▶	P 20 à 23
Sorties découverte	▶	P 23
Produits	▶	P 23
Restauration	▶	P 24

Vallée de la Tinée

Hébergements	▶	P 28
Restauration	▶	P 29

Vallées du haut-Var et du Cians

Hébergements	▶	P 32 à 33
Sorties découverte	▶	P 34
Produits	▶	P 35

Vallée du haut-Verdon

Hébergements	▶	P 38
Sorties découverte	▶	P 39 à 41

Vallée de l'Ubaye

Hébergements	▶	P 44
Sorties découverte	▶	P 45 à 46
Produits	▶	P 46

SÉJOURS DE DÉCOUVERTE

Été	▶	P 50 à 55
Hiver	▶	P 55 à 57



Venez fêter les 40 ans du Parc !

Une raison de plus pour venir visiter le Parc national du Mercantour et profiter des produits et services marqués Esprit parc national ?

À l'occasion de ce quarantième anniversaire, de nombreux événements auront lieu tout au long de l'année mais plus particulièrement :

- Les 6 et 7 juillet 2019 : lancement des festivités à Valberg avec de nombreuses animations et notamment la diffusion d'un court-métrage tourné par le réalisateur Luc Jacquet sur le lien homme-nature dans le Mercantour,
- du 19 au 21 juillet 2019 : festival d'images de montagne à Saint-Martin-Vésubie au cours duquel sera exposé le travail d'Emmanuel Juppeaux sur la Grande Traversée du Mercantour,
- les 3 et 4 août 2019 : journées portes ouvertes dans chacune des vallées du Parc avec de nombreuses animations et randonnées gratuites proposées.

Et toute l'année des surprises à découvrir sur le site du Parc :

www.mercantour-parcnational.fr

Alors rendez-vous toute l'année pour célébrer les 40 ans du Parc !

Séjours 40 ans

► Mini-séjour Allibert Trekking

MERCANTOUR – ALPES DE LA MÉDITERRANÉE – VALLÉE DES MERVEILLES

3 jours / 2 nuits du vendredi 27 au dimanche 19 septembre



A l'occasion des 40 ans du Parc national du Mercantour, Allibert Trekking Côte d'Azur propose un séjour spécial dans la sauvage et magnifique vallée de la Gordolasque (Vésubie), aux portes de la Vallée des Merveilles.

- Rendez-vous à Nice
- Transfert privatif en autocar
- Gîte confortable privatisé marqué « Esprit parc national » pour l'hébergement et la restauration
- Animations culturelles et festives pour les soirées
- Différents niveaux de marche pour les randonnées
- Visite de la Vallée des Merveilles
- Animation « mon Roadbook », découverte de l'assistant de voyage Allibert Trekking

TARIFS SPÉCIAL : 295 € par personne
RÉSERVATIONS : Allibert Côte d'Azur - 04 93 22 62 48

► Week-End Argos

**RANDO-BIVOUC TRANSFRONTALIÈRE DANS LA HAUTE-TINÉE
DÉCONNEXION ET IMMERSION NATURE**

2 jours / 1 nuit

(Plusieurs week-end proposés : 29 et 30 juin, 13 et 14 juillet, 17 et 18 août, 7 et 8 septembre)



A l'occasion des 40 ans du Parc national du Mercantour, Argos Rando propose une série de week-end en immersion nature pour une déconnexion sauvage au cœur du Parc national du Mercantour.

- Une expérience merveilleuse en immersion dans le cœur du Parc
- Les paysages enchanteurs de la haute-Tinée, à la frontière avec le Piémont
- Un bivouac organisé en pleine nature, dans le silence le plus total
- Une multitude de lacs de montagne, tous plus beaux les uns que les autres
- Une soirée de découverte du ciel étoilé

TARIFS SPÉCIAL : 155 € par personne
RÉSERVATIONS : Philippe DEJOUX - 06 22 52 54 04 - 04 93 58 25 67 - info@argos-rando.com

Vallées de la Roya et de la Bévéra

Traditions et savoir-faire locaux, la marque *Esprit parc national* vous offre des produits et des modes de production authentiques

Axes stratégiques des anciennes routes du sel, fréquentées depuis des siècles, les vallées de la Roya et de la Bévéra vous convient à un voyage exceptionnel.

S'étirant le long de la frontière italienne, cultivant avec fierté leur caractère transfrontalier, ces vallées offrent des contrastes remarquables : restanques plantées d'oliviers, univers montagnard des forêts de pins cembro, lacs glaciaires de haute montagne.

Il règne une remarquable diversité de la faune et de la flore dans cet espace où l'empreinte de l'homme a façonné le paysage depuis des millénaires. Dans des cirques glaciaires émaillés de lacs, près de 40 000 gravures rupestres datant de 3000 ans avant J.-C. s'étalent sur des grès aux tons d'ocre et de rouille : ce sont les vallées des Merveilles et de Fontanalba. Dominées par le Mont Bégo, ces gravures énigmatiques suscitent mystère et admiration.

Cherchez et trouvez vos produits dans le Mercantour

-  Hébergements
-  Sorties découverte et visite de site
-  Epicerie du terroir
Les numéros vous aident à retrouver les prestataires dans l'annuaire.
-  Aire d'adhésion
-  Cœur du parc national
-  ENFANTS
Pour vous guider, vous trouverez ce pictogramme sur les sorties spécialement adaptées et conçues pour les enfants.





Hébergements

1 AZUR ET MERVEILLES

Camping 4 ★
Estelle GIORDANO



Idéalement situé non loin de la rivière à Breil-sur-Roya, le camping Azur et Merveilles s'étend sur près d'un hectare dans un cadre naturel préservé. Une grande diversité d'activités y est proposée : espace barbecue, location de VTT et de vélos électriques, terrains de pétanque et de beach volley. Trois concepts « bien-être » respectant l'environnement y sont également proposés : le BANIA (sauna traditionnel russe), le BAIN NORDIQUE (bain relaxant) et le COIN GOURMAND, où la convivialité est omniprésente autour du feu de bois.

- **Capacité : 40 emplacements camping et 13 locations (10 chalets, 1 mobil-home et 2 tipis)**
- **Emplacements camping ouverts d'avril à fin octobre**
Locations ouvertes toute l'année

650, Promenade Georges Clémenceau
06540 Breil-sur-Roya
RÉSERVATIONS au 04 93 62 47 04
contact@camping-azur-merveilles.com
www.camping-azur-merveilles.com

2 LE DOMAINE DU PARAÏS

Chambres d'hôtes
Marie MAYER



En pleine nature, sur la commune de Sospel, Marie Mayer vous accueille dans l'ambiance artistique d'une maison de maître du XIX^{ème} siècle. L'apaisement et le ressourcement sont favorisés par une vue imprenable sur les montagnes du Parc national du Mercantour. Un lieu idéal pour les amoureux de nature et de culture.

- **Capacité : 7 à 12 couchages répartis dans 3 chambres**
- **Ouvert du 1er mars au 12 novembre**

La Vasta Supérieure - 06380 Sospel
RÉSERVATIONS au 04 93 04 15 78
domaine.du.paraïs.wanadoo.fr
www.domaineduparaïs.monsite-orange.fr

3 FONTANA DE MEDGE

Meublés de tourisme
Eva FAYE



Au cœur de Saorge, village médiéval, le Fontana de medge offre un dépaysement total dans un environnement préservé, entre mer et montagne. Trois appartements alliant confort, authenticité et respect du patrimoine sont à la disposition des visiteurs.

Le Cairois, au 1^{er} étage, avec balcon ouvrant sur la vallée, offre un espace chaleureux et intime.

Le Roya, au 2^{ème} étage, offre un espace de détente et de confort grâce à sa superbe

vue sur les montagnes. Il est conçu pour 4 personnes, avec un couchage d'appoint supplémentaire.

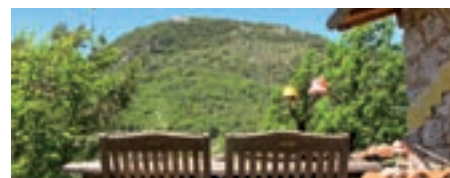
Le Bendola, enfin, offre une vue splendide sur les montagnes et la vallée, et un espace optimal de bien-être et de convivialité. Il peut accueillir 4 personnes, avec un couchage d'appoint supplémentaire.

- **Capacité : 3 appartements de 4 personnes**
- **Ouvert toute l'année**

92, rue Louis Perissol - 06540 Saorge
RÉSERVATIONS au 06 52 70 48 36
contact@fontanademedge.com
www.fontanademedge.com

4 GAÏA LUNA

Chambre d'hôtes
Jenny ALFONSO RELOVA



Cette maison ancienne a été presque totalement rénovée par la propriétaire, tout en lui conservant son charme ancien. Il est possible de s'y reposer, de trouver de l'inspiration ou bien de déguster un bon repas cuisiné avec des produits locaux. Vous pourrez découvrir, durant votre séjour, l'univers artistique de Jenny, également créatrice, qui confectionne dans son atelier tableaux, lampes, bijoux ou encore sculptures avec des matériaux naturels.

- **Capacité : 1 chambre**
- **Ouvert de fin avril à octobre**

Route du col de Castillon (D2566)
06380 Sospel
RÉSERVATIONS au 06 24 60 41 86
jar_art@yahoo.com - gaialuna.fr

5 NEIGE ET MERVEILLES

Gîte d'étape
Solange VIARD



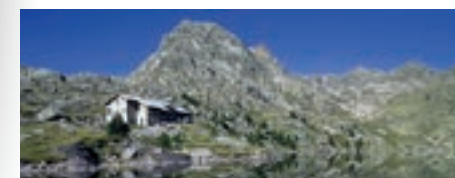
Ce gîte d'étape est géré et entretenu par l'association Neige & Merveilles. Il propose des offres à différents publics : groupes de randonneurs, personnes seules, jeunes engagés dans du volontariat, scolaires, familles ou encore personnes en situation de handicap y trouveront leur bonheur. De nombreuses randonnées diversifiées sont accessibles à proximité car le hameau se situe dans la célèbre vallée des Merveilles.

- **Capacité : 120 lits répartis en 47 chambres**
- **Ouvert d'avril à mi-octobre ou sur réservation en dehors des vacances scolaires de janvier à avril**

Route de Castérino, hameau de la minière
Vallauria - 06430 Tende
RÉSERVATIONS au 04 93 04 62 40
info@neige-merveilles.com
www.neige-merveilles.com

6 REFUGE DES MERVEILLES

Hugo PUTELAT/FFCAM



Perché à 2130 mètres d'altitude, ce refuge du Club Alpin Français est situé dans la très belle vallée des Merveilles. Les gravures rupestres ainsi que les nombreux sommets envirognants tels que le Grand Capelet, le Bégo ou encore la Cime du Diable caractérisent ce lieu. Au bord

du lac Long Supérieur, l'hébergement offre un superbe panorama. Il accueille tous types de randonneurs, que ce soit des groupes, des personnes seules ou des familles.

- **Capacité : 79 couchages répartis en 4 chambres**
- **Ouvert de mi-juin à fin septembre**

Castérino – 06430 Tende
RÉSERVATIONS au 04 93 04 64 64
refugedesmerveilles@ffcam.fr
www.refugedesmerveilles.ffcam.fr



Sorties découverte et visite de sites

ALAIN LANTERI-MINET

Hameau de Morignole - 06430 La Brigue
RÉSERVATIONS / TARIFS au 06 43 76 14 21
alanterim@gmail.com

- 1 ► **Anthologie des gravures de la vallée des Merveilles et de la vallée de Fontanalba**



Au cœur du Parc national du Mercantour, la vallée des Merveilles offre ses dalles, gravées il y a plus de 3 000 ans, aux randonneurs s'intéressant au patrimoine culturel. Hors des sentiers battus, dans ce vaste sanctuaire à ciel ouvert, partez à la découverte des plus belles gravures. Spécialiste des gravures des Merveilles et ancien agent du Parc, Alain

Lanteri-Minet vous livrera une anthologie des diverses interprétations de ce site exceptionnel classé Monument Historique.

1- Anthologie de la vallée des Merveilles :

Le plus de cette sortie : partez à la rencontre de bergers qui partageront avec vous leur passion et leur savoir-faire. Départ du lac des Mesches.

- **De juin à octobre**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 900 m Niveau : moyen**

2- Anthologie de la vallée de Fontanalba

Départ du hameau de Castérino.

- **De juin à juillet**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 800 m Niveau : moyen**

5 SENS RANDO

Frédéric et Chloé CHAPIER

3, place Cotta - 06380 Sospel
RÉSERVATIONS / TARIFS au 06 50 47 47 52
5sensrando@gmail.com
www.5sensrando.com

- 2 ► **Découverte de la vallée de Fontanalba**



Partez à la découverte d'un circuit exceptionnel aux portes du hameau de Castérino. Cette sortie permet de découvrir les forêts de mélèzes et d'épicéas de la partie haute de la vallée de la Roya et des plateaux couverts de rhododendrons et de myrtilliers. La zone étant particulièrement riche en faune sauvage, l'ascension permettra certainement d'apercevoir des marmottes, des chamois et des bouquetins. En atteignant le lac Vert, vous découvrirez alors une zone archéologique exceptionnelle, la Voie Sacrée, abritant des gravures rupestres ; un véritable musée à ciel ouvert !

- **En été uniquement**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 650 m Niveau : facile**



Sortie Christiane Ray Anezin



Adhérer à un état d'esprit ;
s'améliorer dans sa démarche
de développement durable.

3 ▶ La boucle de l'Authion en VTT à assistance électrique



☺☺
Nul besoin d'être un sportif expérimenté pour avoir plaisir à faire de grandes distances en vélo. Les VTT à assistance électrique permettent ainsi de profiter de cette randonnée pour découvrir un ensemble militaire autour de la Pointe des 3 communes. Au départ du Col de Turini, la boucle est de 10 km. La route permet d'évoluer facilement dans ce paisible environnement, et offre des vues à couper le souffle sur la Méditerranée et les crêtes frontalières.

- **En été uniquement**
- **Durée : 3 heures Dénivelé : 550 m Niveau : facile**

ALESSANDRO BARABINO

Via Piave 29/B - 12016 Peveragno (Italia)
RÉSERVATIONS / TARIFS
au + 39 349 662 7180
barabino.alessandro@gmail.com

4 ▶ Bicknell-Trek - Découverte de la flore du Mercantour -



☺☺
Cette sortie vous fera découvrir l'entité biogéographique originale que représente la vallée de la Roya et plus particulièrement son patrimoine floristique. Vous partirez en immersion totale dans la nature à la rencontre de la quiétude si particulière du Mercantour. Votre guide vous proposera des instants méditatifs basés sur l'utilisation des sens pour capturer l'essence de la nature environnante.

- **De juin à octobre**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 640 m Niveau : facile**

5 ▶ Les lacs de la Valaurette



☺☺
Deux itinéraires vous sont proposés pour cette sortie. Au départ de Castérino, commune de Tende, ou du refuge de Fontanalba, vous découvrirez les lacs de la Valaurette, à 2273m d'altitude, non loin du Mont Bego. Vous aborderez avec votre guide des thématiques telles que la faune et la flore alpines, l'archéologie et la géologie du territoire. Alessandro vous contera également la légende de Fontanalba.

- **De juin à octobre**
- **Durée : à la journée Dénivelé : jusqu'à 840m Niveau : moyen**

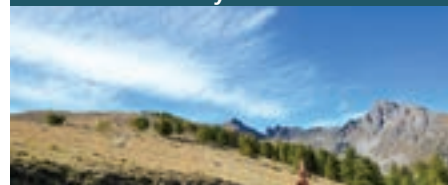
6 ▶ A cheval sur la frontière - Col de Sabion et lac de la Vacca -



☺☺
Au départ de Castérino, en passant par la face ouest du col du Sabion, vous évoluerez jusqu'à la frontière pour admirer un petit lac italien : il lago della Vacca ou lac de la vache. Alessandro abordera avec vous plusieurs thématiques sur le patrimoine naturel du secteur mais également la géomorphologie du territoire et son histoire. Le plus : il vous invitera à utiliser vos sens pour capter l'essence de ces lieux.

- **De juin à octobre**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 930 m Niveau : moyen**

7 ▶ A cheval sur la frontière : - Cime de l'Abyesse -



☺☺
Au départ de Castérino ou de la Baisse de Peïrefique, venez découvrir la roche de l'Abyesse, dotée d'un magnifique panorama sur la plaine du Pô, le vallon de Castérino et les sommets du Mercantour. Tout au long de cette randonnée, Alessandro vous fera découvrir le territoire à travers sa faune, sa flore, ses paysages, son patrimoine culturel et ses événements historiques entre la France et l'Italie.

- **De juin à octobre**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 880 m Niveau : moyen**

8 ▶ Le monde fantastique de Steve - Sortie familiale -



☺☺
Inspirée des programmes développés par l'Institut international pour l'éducation à la Terre, cette sortie vous emmènera découvrir la nature et la vallée de la Roya sur la pointe des pieds. Déclinée en deux itinéraires, au départ de Castérino ou du lac des Mesches, préparez-vous à vous immerger dans des lieux où la nature devient un lieu d'expériences, d'exploration et de connaissances. Le but : prendre conscience de son rôle dans la nature et de l'importance des ressources naturelles, en particulier de l'eau.

- **De mai à octobre**
- **Durée : 4 heures Niveau : très facile**

9 ▶ Les gardiens de la forêt - Sortie familiale -



☺☺
Également inspirée des programmes développés par l'Institut international pour l'éducation à la Terre, cette sortie vous fera découvrir les chaînes alimentaires présentes en forêt. Au départ de Castérino, vous longerez le torrent éponyme, en totale immersion dans des lieux où la nature devient un lieu d'expériences, d'exploration et de connaissances, dans le but d'accroître la conscience de son rôle dans la nature.

- **De mai à octobre**
- **Durée : 4 heures Niveau : très facile**

10 ▶ Le monde caché des torrents de la montagne - Sortie familiale -



☺☺
Au départ de Castérino ou du lac des Mesches, cette sortie de découverte se base sur un programme d'éducation environnementale sur les écosystèmes et les chaînes alimentaires des cours d'eau alpins. L'activité s'inspire d'une approche scientifique. À l'aide d'Alessandro, vous explorerez, découvrirez et identifierez la macrofaune benthique. Vous apprendrez également comment cette faune spécifique est un bon indicateur de l'état de santé des cours d'eau. Une sortie pour toute la famille ou pour un public scolaire.

- **De mai à octobre**
- **Durée : 4 heures Niveau : très facile**





I LUCA GIRAUDD

Piazza Dell'Olmo
14 - 12012 Boves (Cunéo - Italie)
RÉSERVATIONS / TARIFS au
+39 333 66 78 359
lucagira64@gmail.com - www.lookingaround.it

11 ► Histoire d'une frontière - Le col de Tende -



Lieu de passage entre la mer et la plaine du Pô, le col de Tende se distingue par ses panoramas d'exception et ses habitats fortement intéressants pour la faune et la flore. Du col de Tende au plateau du Fort de Giaire, via la crête frontalière, vous admirerez également les prouesses architecturales dont est capable la nature au cœur de la montagne.

- De mai à octobre
- **Durée** : à la journée **Dénivelé** : 400 m **Niveau** : facile

12 ► Les fortifications du Vallo Alpino - Le Plan Tendasque -



Le système de fortifications du Vallo Alpino fut bâti par les Italiens pendant les années 30. Il témoigne de l'architecture visant à la défense militaire, en une période de l'histoire très difficile pour l'Europe. Sur le Plan Tendasque, différents blockhaus ont été bâtis dans le cadre d'un projet de fortification très complexe. Au départ du hameau de Castérino à la Baisse de Vallaurette, en passant par la forêt de mélèzes du vallon de

Fontanalba, petits et grands se raviront de cette randonnée où chamois, bouquetins, marmottes et oiseaux pourront être observés.

- **Toute l'année**
- **Durée** : à la journée **Dénivelé** : 500 m **Niveau** : facile

13 ► Le col du Sabion à travers les millénaires



Le col du Sabion est un lieu de passage historique depuis le néolithique, lorsque les hommes préhistoriques conduisaient leur bétail sur les pentes de la vallée des Merveilles. Il fait également partie du système défensif Vallo Alpino, bâti par les Italiens durant les années 30. Au départ de la Baisse Peïrefique, vous découvrirez tout un panel de paysages uniques, du Mont Bégo aux vallées de Fontanalba et de la Valmasque.

- De mai à octobre
- **Durée** : à la journée **Dénivelé** : 320 m **Niveau** : facile

14 ► Histoire de l'apiculture et de la biodiversité



La vallée de la Roya se caractérise par une activité apicole particulièrement développée, à l'image de sa voisine la vallée Argentina en Ligurie (Italie). Déclinée en deux niveaux de difficulté, cette sortie vous fera découvrir l'histoire de la vallée à travers l'apiculture avec ses ruches caractéristiques appelées « naijou » ou encore « cà d'arbiné ».

- **Toute l'année**
- **Durée** : de la 1/2 journée à la journée **Dénivelé** : 180 m **Niveau** : facile pour la 1/2 journée ; moyen pour la journée

15 ► Les oiseaux du printemps - De Fontan au vallon du Cayros -



La situation géographique particulière de la vallée de la Roya, entre montagne et Méditerranée, permet d'observer une multitude de paysages et de milieux variés. L'itinéraire proposé permet de parcourir cette nature riche et d'y observer notamment diverses espèces d'oiseaux rares. L'accompagnateur s'attachera particulièrement à sensibiliser les visiteurs sur la beauté de cet espace d'exception.

- De mars à avril
- **Durée** : à la journée **Dénivelé** : 700 m **Niveau** : moyen

16 ► Les oiseaux de la forêt boréale - 3 itinéraires -



La protection des forêts de mélèzes de la vallée de la Roya a favorisé, depuis plusieurs décennies, l'installation d'oiseaux parfois rares tels que la chouette boréale, la chouette de Tengmalm ou encore la chouette Chevêchette. Déclinée en trois itinéraires de niveaux facile et moyen, cette sortie vous fera découvrir toutes les subtilités comportementales de ces espèces.

De Casterino à la Caserne de Gasta :

- En mars, avril et octobre
- **Durée** : demi-journée **Dénivelé** : 200 m **Niveau** : facile

Des Mesches au Gias Taupé :

- En mars, avril et octobre
- **Durée** : demi-journée **Dénivelé** : 350 m **Niveau** : moyen

De Fontan à la forêt de Cayros :

- En mars, avril et octobre
- **Durée** : demi-journée **Dénivelé** : 250 m **Niveau** : facile

Chantal Bonaglia, accompagnatrice en montagne



Apporter des conseils, des nouvelles idées et un tissu relationnel pour avancer dans une démarche bio et éco-responsable

17 ▶ Les oiseaux des prairies de montagne
- 2 itinéraires -



Les versants sud de la haute vallée de la Roya constituent un environnement essentiel pour certaines espèces rares d'oiseaux telles que la perdrix bartavelle. Les versants du Plan Tendasque offrent un cadre idéal pour tenter d'observer cette espèce ou d'autres comme le circaète, l'aigle royal ou des passereaux. Cette balade vous permettra par ailleurs de parcourir des milieux typiques des Alpes du Sud.

De Casterino à Fontanalba :

- De juin à juillet
- **Durée :** à la journée **Dénivelé :** 800 m
Niveau : moyen

Des Mesches au Gias Taupé :

- De juin à juillet
- **Durée :** à la journée **Dénivelé :** 830 m
Niveau : moyen

18 ▶ Les oiseaux d'Afrique
- Col du Brouis -



Caractérisée par une climatologie très variée, la vallée de la Roya est riche de paysages diversifiés, tantôt alpins, tantôt méditerranéens. L'itinéraire qui vous est proposé vous permettra de parcourir cette nature riche et d'y observer des espèces d'oiseaux rares telles que la fauvette pitou ou le circaète.

- De mars à avril
- **Durée :** à la journée **Dénivelé :** 700 m
Niveau : moyen



Épicerie du terroir

1 | MIELLERIE DE TENDE
Franck SERVETTI



Engagé dans une démarche d'agriculture biologique, Franck SERVETTI récolte son miel au cœur de la vallée de la Pia. Grâce à son emplacement idéal en zone sauvage, les abeilles butinent une grande variété de fleurs, conférant aux miels des subtilités riches et diversifiées.

- **Miel de montagne, miel dynamisé, et miels aromatisés**
- **Vente sur le marché des producteurs de Tende le mercredi et livraison dans toute la France**

Lieu-dit « Barun » - Vallée de la Pia
06430 Tende
COMMANDES au 06 10 74 15 39
franckservetti@gmail.com



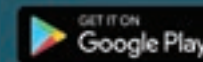
Marittime Mercantour

Randonnez dans les parcs des Alpes de la Méditerranée !

Le portail transfrontalier Marittime Mercantour c'est :

- Un site internet fournissant tous les éléments pour préparer son itinéraire de randonnée entre le Parc national du Mercantour et l'Aire Protégée Alpi Marittime en Italie,
- plus de 100 randonnées à la journée,
- une vingtaine d'itinéraires à étapes de 2 à 7 jours,
- deux grandes itinérances de la montagne à la mer de 16 à 18 jours,
- une liste des refuges et hébergements, produits locaux, sorties et séjours engagés dans une démarche d'écotourisme.

Télécharger également l'application mobile pour randonner



Retrouvez nous sur :

rando.marittimemercantour.eu

Vallée de la Vésubie

La marque *Esprit parc national...* préserver et promouvoir le patrimoine naturel et culturel.

A moins de 40 km de la Méditerranée, la vallée de la Vésubie offre des paysages de haute montagne avec de nombreux sommets dépassant les 3000 m d'altitude, tels que la cime du Gélas, point culminant du Parc national du haut de ses 3143 m.

Cintrée en aval par des gorges vertigineuses, elle s'élargit en amont pour offrir des paysages alpins de toute beauté notamment des vallées de la Gordolasque, de la Madone de Fenestre et du Boréon.

Berceau de l'alpinisme à la fin du XIX^{ème} siècle, la Vésubie est marquée par une diversité d'ambiances, de paysages alpins et de **vie sauvage** qui valent le détour. Promeneurs, randonneurs et alpinistes, des plus contemplatifs aux plus sportifs, il y en a pour tous les goûts.

Cherchez et trouvez vos produits dans le Mercantour

-  Hébergements
-  Sorties découverte et visite de site
-  Epicerie du terroir
-  **Restauration**
Les numéros vous aident à retrouver les prestataires dans l'annuaire.
-  Aire d'adhésion
-  Cœur du parc national





Hébergements

1 LOÛ NIDOU DU MERCANTOUR

Gîtes ruraux
Caroline CORNILLAC



La maison Loû nidou, construite en galets massifs de la Tinée et en mélèze, se situe en lisière du bois noir dominé par le Mont Viroulet, le Caïre gros et la Séréna, derrière lesquels se cachent de vastes espaces sauvages. Non loin du village, le gîte représente une base privilégiée pour les adeptes de la randonnée et de VTT du fait de la proximité de circuits. Vous trouverez des plantes nourricières aux vertus médicinales. Il n'est pas rare que des « petites bêtes » viennent visiter le jardin qui est mis à disposition : papillons et autres insectes, oiseaux, petits mammifères, voire même chevreuils et cerfs.

- **Capacité : 2 gîtes de 2 à 5 personnes**
- **Ouvert toute l'année**

Route du Bois Noir et de Libre – La Bolline
06420 Valdeblore
RÉSERVATIONS au 04 93 02 51 39
caroline@lounidou.eu - www.lounidou.eu

2 VILLA LES CÈDRES

Chambres d'hôtes
Isabelle et Pierre MONNIN



Isabelle et Pierre, passionnés de montagne et de ski, vous accueillent au cœur de la « Suisse Niçoise ». Leurs priorités : hospitalité et convivialité ! Que vous veniez pour vous reposer ou randonner, en famille ou entre amis, seul ou en couple, la Villa les Cèdres est le point de départ idéal pour des sentiers de découverte de la vallée. Petits déjeuners copieux composés de produits fabriqués au village et servis dans la véranda ou à l'extérieur, parc d'1 hectare et salle de jeux mis à disposition... le cadre est idéal pour se ressourcer.

- **Capacité : 8 personnes**
- **Ouvert de mai à septembre**

885, boulevard Raoul Audibert
06450 Saint-Martin-Vésubie
RÉSERVATIONS au 06 15 58 17 18
villalescedres@gmail.com
www.villalescedresaintmartinvesubie.com

3 LA CABANE DES PINS SYLVESTRES

Chambres d'hôtes
Johan MAFFRE DELASTENS



La cabane des pins sylvestres se situe dans la « Suisse niçoise », sur la commune de Saint-Martin-Vésubie, aux portes du Parc national du Mercantour. Perchée à 5

mètres de hauteur et construite avec des matériaux naturels, elle possède tout le confort nécessaire pour un séjour estival ou hivernal : grande terrasse perchée pour observer les étoiles, intérieur tout en bois, spa... Il s'agit d'un lieu original pour un séjour de détente et de ressourcement au milieu de la forêt.

- **Capacité : jusqu'à 4 personnes**
- **Ouvert toute l'année**

1400, route du Boréon
06450 Saint-Martin-Vésubie
RÉSERVATIONS au 06 99 87 43 09
cabanedespinsylvestres@gmail.com
www.cabanedespinsylvestres.com

4 LA PIERRE BLEUE

Chambres d'hôtes
Richard AUGUGLIARO



Cette maison d'hôtes de caractère se décline en trois ambiances : Ebène, Saumon et Polychrome. Vous y trouverez calme et confort pour un repos bien mérité. A l'extérieur, des transats vous seront proposés pour profiter du cadre magnifique et idéal aux portes du Parc national du Mercantour. Une table d'hôtes conviviale pourra également vous être proposée en été, les lundis, mercredis et vendredis. A la fois raffinés et généreux, les menus sont préparés à partir de produits de qualité locaux et issus de l'agriculture biologique.

- **Capacité : 5 chambres de 2 à 4 personnes**
- **Ouvert de juin à septembre**

163, Boulevard Audibert
06450 Saint-Martin-Vésubie
RÉSERVATIONS au 04 93 03 37 86
richard@lapierrebleue.eu - www.lapierrebleue.eu

5 ECOGÎTES À LA CROISÉE DES CHEMINS **Christian LORENZETTI**



Christian LORENZETTI a ouvert son écogîte en 2011, sur la commune de Valdeblore. Passionné par le Mercantour, il saura vous faire découvrir les richesses de ce territoire d'exception. Il met à disposition des visiteurs deux gîtes confortables, le Chaperon et le Chat'bot, façonnés avec des matériaux sains et naturels. Un moment de repos, un séjour randonnée ou un week-end au chaud, ces gîtes sauront répondre à toutes vos attentes.

- **Capacité : 2 gîtes de 4 à 7 personnes**
- **Ouvert toute l'année**

La Cioussinière – Saint Dalmas
06420 Valdeblore
RÉSERVATIONS au 04 93 02 78 90
christian.lorenzetti@orange.fr
www.ecogitemercantour.fr

Partager
et s'émerveiller
ensemble



Refuge des merveilles



6 À LA FERME SAINT JOSEPH

Camping
Géraldine de CAQUERAY



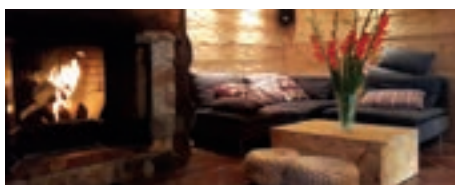
La ferme Saint-Joseph est un ancien verger transformé en camping. Géraldine, amoureuse de la nature, a souhaité conserver les anciens arbres fruitiers et donner à chaque emplacement un espace fleuri où il fait bon se reposer. La propriété présente également un refuge pour les randonneurs et souhaitant un peu plus de confort. Le plus : le camping se trouve à deux pas de Saint-Martin-Vésubie, village médiéval de caractère.

- **Capacité : 50 emplacements disponibles**
- **Ouvert d'avril à octobre**

Quartier Saint Joseph
06450 Saint-Martin-Vésubie
RÉSERVATIONS au 06 70 51 90 14
contact.ferme@orange.fr
www.camping-alafermestjoseph.com

7 LE RELAIS DES MERVEILLES

Gîte d'étape
Jean-Paul DUHET



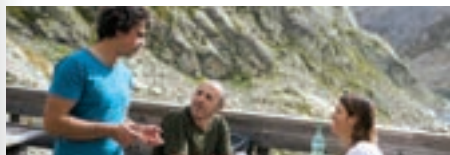
Le relais des Merveilles est une entreprise familiale ouverte depuis 1985 au cœur de la vallée de la Gordolasque, à 1 500m d'altitude. A cheval entre la vallée de la Vésubie et la vallée des Merveilles, il s'agit d'une étape de choix pour les randonneurs et les amoureux de la nature. Classé 2 épis chez les Gîtes

de France, ce gîte d'étape se situe sur la commune de Belvédère. Une cuisine de qualité vous y est également proposée.

- **Capacité : jusqu'à 45 personnes réparties en 4 dortoirs et 4 chambres individuelles**
- **Ouvert d'avril à fin octobre**

La Gordolasque - 06450 Belvédère
RÉSERVATIONS au 04 93 03 43 55
info@relaisdesmerveilles.com
www.relaisdesmerveilles.com

8 REFUGE DE NICE Christophe FOURNIER/FFCAM



Ce refuge se situe en zone cœur du Parc national du Mercantour, sur la commune de Belvédère. Entouré par les plus hauts sommets du massif, il vous offrira une halte agréable avec sa terrasse panoramique dominant le lac de la Fous. C'est également un site idéal pour observer la grande faune du Parc national, telle que le bouquetin ou le chamois. Que ce soit pour une nuit ou un repas, n'hésitez pas à demander la spécialité du gardien : la tarte aux myrtilles !

- **Capacité : 54 couchages**
- **Ouvert de début juin à fin septembre**

06450 Belvédère
INFOS et RÉSERVATIONS à
refugedenice@ffcam.fr - www.refugedenice.ffcam.fr

9 REFUGE DE LA COUGOURDE Manuel PUTELAT/FFCAM



Tout proche de la frontière italienne, le refuge de la Cougourde est un refuge du Club Alpin Français situé à 2100 mètres d'altitude dans le

Haut Boréon. Avec de bons petits plats préparés pour le dîner, dans un paysage situé au pied des sommets caractéristiques de la Vésubie et fréquenté régulièrement par les animaux, vous serez accueillis chaleureusement. Après une randonnée au départ du lac de Boréon, le refuge est une destination idéale pour une randonnée à pied en été ou en raquettes en hiver.

- **Capacité : 40 couchages**
- **Ouvert de juin à début novembre**

Haut Boréon - 06450 Saint Martin Vésubie
INFOS et RÉSERVATIONS au 09 78 23 31 59
refugedelacougourde@ffcam.fr
www.refugelacougourde.ffcam.fr



Sorties découverte et visite de sites

5 SENS RANDO Frédéric et Chloé CHAPIER

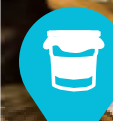
3, place Cotta - 06380 Sospel
RÉSERVATIONS / TARIFS au 06 50 47 47 52
5sensrando@gmail.com - www.5sensrando.com

1 ▶ Le hameau de Mollières en VTT à assistance électrique



Qui n'a jamais rêvé d'une excursion au cœur d'une forêt de mélèzes préservée ? La piste du vallon de Mollières permet d'évoluer facilement sur un parcours d'accès réglementé, bercé par le chant des oiseaux. Le hameau de Mollières, anciennement italien, fut habité au XIX^{ème} siècle par plus de 600 habitants vivant de leurs ré-

coltes, en totale autarcie. Aujourd'hui, il offre une architecture de montagne typique des Alpes et des paysages de toute beauté.



Épicerie du terroir

1 AU VERGER SAINT JOSEPH Sarah de CAQUERAY



Passionnée par son métier que ses grands-parents lui ont transmis, Sarah vous accueille dans son verger qui compte plus de trente variétés anciennes de poires, pommes et coings, et de nombreuses autres espèces fruitières. Aujourd'hui, elle fait découvrir sa production à travers des créations originales de confitures naturelles et autres gourmandises à partir de fruits, cultivés le plus naturellement possible.

- **Gelées de fleurs et de fruits et confitures de fruits du verger**
- **Vente à la boutique ouverte tous les jours de juin à octobre et les vendredis, samedis et dimanches le reste de l'année (10h30-12h30 et 15h-18h) ; au marché de producteurs locaux de Saint-Martin-Vésubie les jeudis de mai à octobre, et au Camping à la Ferme Saint-Joseph de mai à octobre**

Avenue Charles de Caqueray
06450 Saint-Martin-Vésubie
CONTACT ou COMMANDES au 06 23 42 73 29
decaqueray.s@hotmail.fr



Restauration

1 LE PETIT RESTAURANT DE LA MONTAGNE

Patricia GARELLI



📍 Situé sur le plateau de la Colmiane, ce restaurant est une étape gastronomique incontournable. Engagé au quotidien dans une démarche de qualité et respectueuse de l'environnement, « Le petit restaurant de la Montagne » fut le premier restaurant de la région PACA à obtenir les labels Clef Verte et Qualité Tourisme simultanément. Les plats sont majoritairement composés de légumes, cultivés en permaculture par les propriétaires, et agrémentés d'autres produits issus de la cueillette et de produits locaux.

- Ouvert de juin à octobre et de décembre à mars
- Capacité : 25 couverts

Plateau de la Colmiane - 06420 Valdeblore
RÉSERVATIONS au 04 93 03 33 89
leclubcolmiane@neuf.fr

2 LE RELAIS DES MERVEILLES

Jean-Paul DUHET



📍 Également gîte d'étape (voir rubrique hébergement), le relais des Merveilles se situe au cœur du vallon de la Gordolasque, aux portes de la vallée des Merveilles. Une cuisine familiale et gastronomique y est préparée, à partir de ressources locales et régionales. Gnocchis et raviolis aux épinards sauvages, soupe aux orties, truite aux herbes, pâtisseries maison... autant de délices vous y attendent et vous permettront de découvrir la gastronomie locale.

- Ouvert d'avril à fin octobre
- Capacité : 70 couverts

La Gordolasque - 06450 Belvédère
RÉSERVATIONS au 04 93 03 43 55
info@relaisdesmerveilles.com
www.relaisdesmerveilles.com



Sortie VTT avec 5 Sens Rando



🗨️ Bien vivre et bien accueillir dans le respect de la nature exceptionnelle des parcs nationaux... 🗨️

Vallée de la Tinée

La marque *Esprit parc national...* des hébergeurs qui s'engagent dans la préservation et la promotion des territoires d'exception des parcs nationaux.

La Tinée présente un double visage : le sud, profondément méditerranéen, et le nord, totalement « boréal alpin ».

Vallée encaissée, la rivière se fraie un passage entre les falaises abruptes aménagées en terrasses, au-dessus desquelles s'étendent forêts et alpages.

Au nord, cernée de sommets parmi les plus élevés du massif, vous pourrez y admirer des lacs et de vastes pâturages.

La mythique route de la Bonette Restefond offre un panorama grandiose au point de contact entre les Alpes-Maritimes et les Alpes-de-Haute-Provence.

Depuis le Mont Mounier, la vue sur la chaîne frontalière offre des paysages à couper le souffle. Par beau temps, on aperçoit le Mont Viso en Italie et les sommets du Parc national des Écrins.

Cherchez et trouvez vos produits dans le Mercantour



Hébergements
Les numéros vous aident à retrouver les prestataires dans l'annuaire.



Restauration



Aire d'adhésion



Cœur du parc national





Hébergements

1 GÎTE DE BOUSIEYAS

Gîte d'étape

Claude et Laurence ALBERT



Le gîte d'étape de Bousieyas vous accueille au cœur du Parc national du Mercantour lors de vos randonnées pédestres sur le célèbre GR5, ou dans le cadre de votre ascension du col de la Bonette Restefond. Au sein de la haute vallée de la Tinée, le gîte vous propose un service de restauration pour reprendre vos forces. Le site est également idéal pour découvrir la faune, la flore et les paysages majestueux de ce territoire naturel préservé.

- **Capacité : 15 couchages**
- **Ouvert du 13 juin au 15 septembre**

Bousieyas - Route de la Bonette
06660 Saint-Dalmas Le Sauvage
RÉSERVATIONS au 04 93 02 69 73
gite.bousieyas@gmail.com
www.gitedebousieyas.com

2 REFUGE DES LACS DE VENS

Catherine DEBRAY/FFCAM



Au cœur de la haute Tinée, le refuge des lacs de Vens vous offre un environnement de lacs naturels et de cascades dans un ancien cirque glaciaire, une pelouse alpine riche, une faune nombreuse et variée. Que ce soit pour une courte halte, un repas ou une nuit, le charme des lieux vous émerveillera. Et peut-être vous laisserez-vous tenter par une part de tarte aux myrtilles !

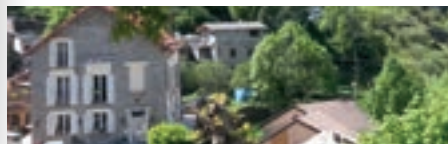
- **Capacité : 45 couchages**
- **Ouvert du 9 juin au 16 septembre**

06660 Saint-Étienne-de-Tinée
refugedevens@ffcam.fr
www.refugedevens.ffcam.fr

3 HOSTELLERIE DU RANDONNEUR

Hôtel

Stéphane CAILLOT



Dans le village de Rimplas, l'Hostellerie du Randonneur se trouve directement sur un itinéraire du GR5, tout proche de la station de ski de La Colmière. A 1000 mètres d'altitude, vous aurez une vue exceptionnelle sur la vallée de la Tinée depuis l'hôtel. Vous pourrez y reprendre des forces grâce à un service de restauration de qualité ainsi qu'aux paniers repas qui peuvent vous être proposés pour vos randonnées.

- **9 chambres**
- **Ouvert toute l'année**

1, chemin des Canebiers - 06420 Rimplas
RÉSERVATIONS au 04 93 02 01 45
contact@hostellerie-rimplas.fr
www.hostellerie-rimplas.fr



Restauration

1 AUBERGE DU MOULIN

Marie-France et Ramon-Manuel PIN



Manu et Marie vous reçoivent tout au long de l'année dans leur restaurant traditionnel situé dans le joli village perché de Roubion. Au cours de randonnées, de promenades ou encore de séjours en montagne, la chaleureuse et authentique Auberge du Moulin vous proposera de nombreuses spécialités locales comme la tourte de blettes, les farcis, la pissaladière ou bien la soupe au pistou, pour n'en citer que quelques-unes.

- **60 couverts**
- **Ouvert toute l'année**

Place Récipon - 06420 Roubion
RÉSERVATIONS au 04 93 02 09 06
pin.mf@orange.fr



Allibert Trekking



Créer du lien entre
les opérateurs
privés et les parcs...



Vallées du haut-Var et Cians



La marque *Esprit parc national...*
développer l'esprit collaboratif et
solidaire autour de produits durables et
responsables



Formant le « Colorado Niçois », les gorges du Cians et de Daluis présentent un cadre unique en Europe. Formées de roches rouges « lie-de-vin » provenant de l'oxydation du fer qu'elles contiennent, elles offrent un spectacle grandiose. Cet épais manteau sédimentaire formé de pélites datant de l'ère primaire a été façonné au cours de l'histoire par le réseau hydrographique qui l'a entaillé et érodé, formant des gorges vertigineuses.

Plus en amont, les paysages du haut-Var s'ouvrent et laissent place à une alternance de vastes plateaux, cirques glaciaires et aiguilles. Les marnes noires du val d'Entraunes représentent une autre curiosité géologique à ne pas manquer.

Partout, les contrastes de couleurs entre minéral et végétal sont saisissants, accentués par une diversité floristique extrêmement variée et de magnifiques villages.

Cherchez, trouvez Vos produits dans le Mercantour



Hébergements



Sorties découverte
et visite de site



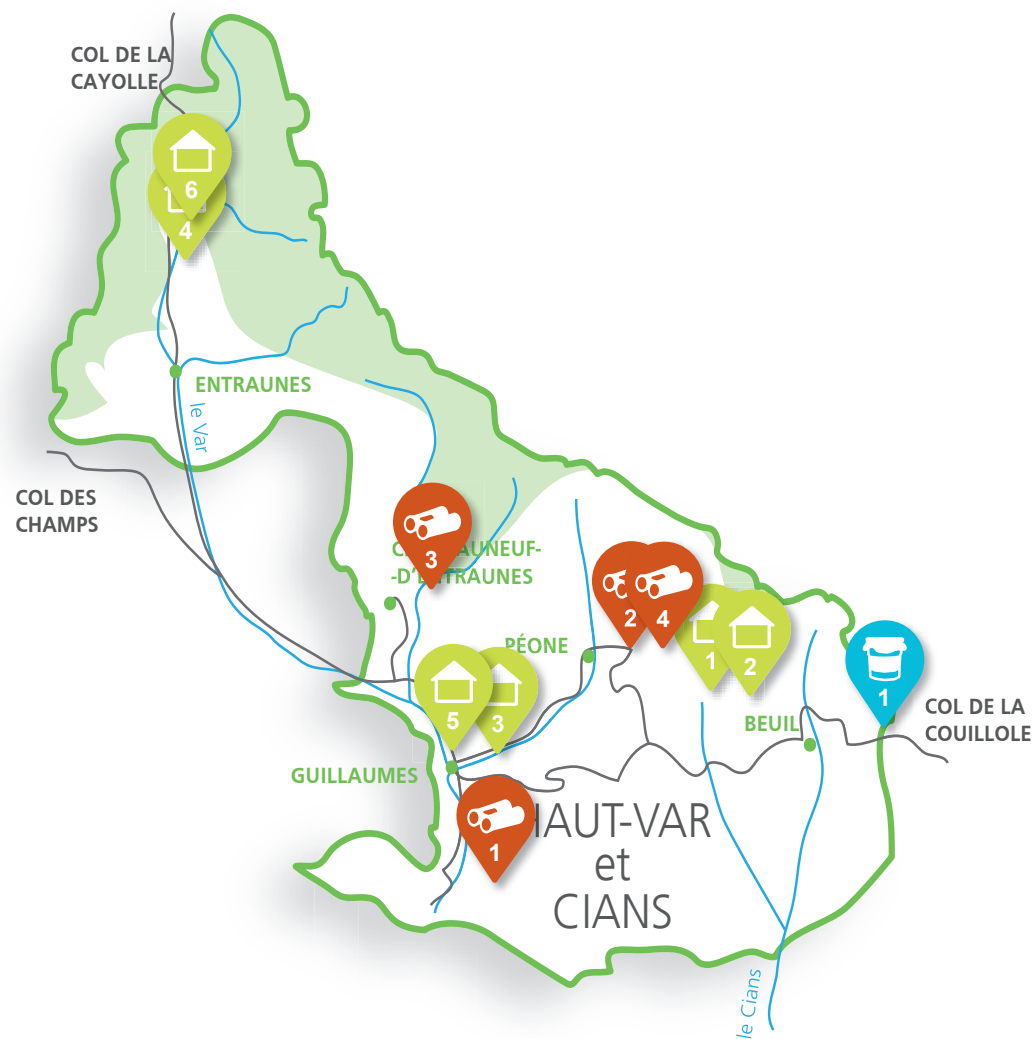
Epicerie du terroir
Les numéros vous aident
à retrouver les prestataires
dans l'annuaire.



Aire d'adhésion



Cœur du parc national





Hébergements

1 LA CROIX SAINT JEAN
Chambres d'hôtes
Lucie et Christophe MENEI



Lucie et Christophe vous accueillent au sein d'un chalet en bois massif exposé plein sud et jouissant d'une vue panoramique. Authenticité, convivialité et terroir rythmeront votre séjour. Une cuisine simple et traditionnelle, issue de produits locaux, de saison et biologiques, vous sera proposée. Et si vous souhaitez en apprendre davantage sur le territoire, Christophe, accompagnateur en montagne, partenaire du Parc national du Mercantour, se fera un plaisir de vous guider dans la découverte de notre patrimoine naturel et culturel.

- **Capacité : 4 chambres d'hôtes**
- **Ouvert toute l'année sur réservation**

38, rue Saint-Jean Valberg
06470 Valberg-Péone
RÉSERVATIONS au 04 93 05 45 52
lacroix-valberg@orange.fr
www.chambresdhotervalberg.com

2 LE CHANT DU MÈLÉ
Chambres d'hôtes
Patricia GUICHARD



Patricia et Patrick vous accueillent au sein de leur chalet en bois de mélèze pour une ou plusieurs nuits. A 1h30 de Nice, tout près de la station de Valberg, vous y trouverez cinq chambres et une table d'hôtes. Faits à partir de produits locaux, les menus vous feront redécouvrir des saveurs oubliées. Vos hôtes, amoureux de nature, feront de leur mieux pour vous offrir un séjour inoubliable.

- **Capacité : 5 chambres d'hôtes de 2 à 4 personnes**
- **Ouvert toute l'année sur réservation**

970, route des Huerris
06470 Valberg-Péone
RÉSERVATIONS au 04 93 02 57 88
contact@chambres-hotes-valberg.com
www.chambres-hotes-valberg.com

3 ÉCOGÎTE DE VILLEPLANE
Gîte d'étape
Jérémy KIEFFER



Au sein du Parc national du Mercantour, la petite commune de Guillaumes recèle un trésor peu connu : les gorges de Daluis et sa réserve naturelle. Tout près, le hameau de Villeplane vous accueille avec son éco-gîte, pelotonné sur les pentes sentant bon la lavande et le thym. Une cuisine issue de produits de montagne vous sera proposée. Pour les amoureux de nature, deux yourtes sont également disponibles, directement importées de Mongolie et meublées traditionnellement.

- **Capacité : 26 personnes en chambre et 2 yourtes de 5 personnes**
- **Ouvert d'avril à novembre**

Hameau de Villeplane - 06470 Guillaumes
RÉSERVATIONS au 04 93 02 37 89
hebergement-guillaumes@nordnet.fr
www.hotel-guillaumes-mercantour.fr

4 LA COQUILLE
Gîte d'étape - Refuge
Robert GASIGLIA et Françoise ECHÈNE

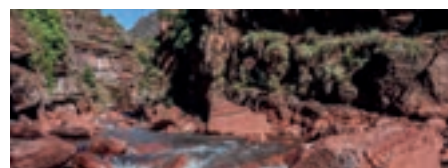


Située à 1732 mètres d'altitude, dans la vallée du Haut-Var, au cœur de la nature, la Coquille vous offre calme et sérénité. Robert et Françoise s'occupent de leurs visiteurs en leur proposant des repas cuisinés avec des fruits et légumes venant directement du potager. Une belle terrasse orientée sud vous permettra d'admirer une magnifique vue sur les aiguilles de Pélen ou bien de contempler les étoiles.

- **Capacité : 4 chambres**
- **Ouvert de mars à décembre**

Estenc - 06470 Entraunes
RÉSERVATIONS au 04 93 05 54 90
robert.lacoquille1732@orange.fr
www.lacoquille1732.fr/lacoquille/Accueil.html

5 LES GORGES ROUGES
Résidence hôtelière
Frédéric CUCCIA



Parfait pour les séjours familiaux, la résidence hôtelière des Gorges Rouges dispose d'ap-

partements contenant entre 3 et 4 pièces qui peuvent accueillir jusqu'à huit personnes. Il est possible de s'y rendre autant en été pour des balades en montagne, qu'en hiver pour profiter de la neige. La station de ski de Valberg n'est en effet située qu'à quelques minutes et offre 90 kilomètres de pistes, abordables par tous les niveaux.

- **Capacité : 36 appartements et 185 couchages**
- **Ouvert de janvier à fin mars et de début avril à fin septembre**

1, avenue Francis Ravel - 06470 Guillaumes
RÉSERVATIONS au 04 93 05 50 37
lesgorgesrouges@vacanceole.com
www.vacanceole.com/residence-gorges-rouges-guillaumes

6 REFUGE LA CANTONNIÈRE
Catherine KOPPE



Immergé dans un environnement remarquable, à 1850 mètres d'altitude et juste à côté des sources du Var, le refuge de la Cantonnière fait partie des 3 refuges du Parc national du Mercantour. Cathy et Jean-Loup vous hébergent dans une ancienne maison cantonnière transformée en refuge. Il est possible d'y accueillir les personnes seules, les groupes ou encore les familles. Une table d'hôtes est proposée où les repas sont mitonnés avec des produits locaux tels que fromage, légumes ou bien charcuterie.

- **Capacité : 7 chambres et 36 lits au total**
- **Ouvert du 15 juin à fin septembre ainsi que de fin décembre au 15 avril.**

Estenc 06470 - Entraunes
RÉSERVATIONS au 04 93 05 51 36
lacantonniere@gmail.com
www.refugelacantonniere.com



Sorties découverte et visite de sites

ITHIERRY SCHWAB

La Billebaude – Le Villars haut
06470 Péone
RÉSERVATIONS / TARIFS au 04 93 02 56 86
t.schwab@orange.fr
www.mercantour-secret.com

1 ▶ Aqua-rando dans les gorges de Daluis



Mélange de randonnée et d'eau vive, l'aqua-rando est le moyen idéal pour se rafraîchir en été et découvrir sous un nouvel angle les patrimoines naturel et géologique du Parc. Au contact des pelites rouges des gorges du Daluis, vous évoluerez dans le lit du Var. Vous descendrez une partie des gorges pour arriver finalement au pied d'une cascade, véritable havre de fraîcheur et de tranquillité.

- **Juillet et août**
- **Durée :** demi-journée **Dénivelé :** 150 m **Niveau :** facile

2 ▶ Le sentier des chamois de Péone



Au départ du hameau de la Baumette à Péone,

vous partirez à la découverte de la faune locale. En direction du col de Crous, vous observerez des chamois et des bouquetins dans leur environnement naturel. Avec un peu de chance, vous pourrez également observer des aigles, des vautours et autres rapaces.

- **Juillet et août**
- **Durée :** demi-journée **Dénivelé :** 400 m **Niveau :** facile

3 ▶ Autour du moulin de la Barlatte



A Châteauneuf-d'Entraunes, niché au fond d'un vallon boisé, au bord du torrent dont il porte le nom, se trouve un petit joyau du patrimoine du val d'Entraunes, le moulin de la Barlatte. Il s'agit d'un moulin ancestral, rare en zone de montagne. Vous y découvrirez son cadre magique mais également d'autres richesses du patrimoine local telles que la faune, la flore, le pastoralisme local... Ce parcours se conclut par une visite de la fromagerie du village où vous dégusterez de délicieux produits laitiers de brebis bio.

- **Juillet et août**
- **Durée :** à la journée **Dénivelé :** 520 m **Niveau :** moyen

4 ▶ Visite commentée du village de Péone



Péone est un magnifique village, situé dans le haut-Pays. Ce parcours vous permettra de découvrir ce village médiéval, niché sous les aiguilles rocheuses de la vallée. Au programme : découverte de l'histoire des vallées du haut-Var et du Cians et rencontre avec des acteurs locaux, amoureux de ce territoire.

- **Juillet et août**
- **Durée :** 2 heures **Niveau :** très facile



Épicerie du terroir

1 | LE RUCHER AUX MARMOTTES Pascal THIERY



Produit sur la commune de Beuil située à 1500m d'altitude, le miel de montagne du Rucher aux marmottes est issu d'une flore de montagne variée. Vous y trouverez également des miels spécifiques comme le miel de thym, dont les bienfaits sur la santé sont reconnus, et du miel de sarriette, avec son parfum puissant et ses arômes délicatement piquants. Les plus : découverte du milieu de l'apiculture, ouverture d'une ruche en combinaison et dégustation de miels, nougats, pain d'épices et autres gourmandises.

- **Miel de montagne, de thym et de sarriette**
- **Vente en boutique (10h-12h / 14h-18h) ; visite guidée possible en juillet et août de 10h à 12h**

400 route des Serres de Nairaud
06470 Beuil
COMMANDES au 06 19 49 42 19
pascal.thiery9@wanadoo.fr
Page Facebook «Le Rucher aux Marmottes»



Vallée du haut-Verdon

La marque *Esprit parc national...*
des saveurs, des savoir-faire
et des expériences uniques...

Vallée alpine irriguée d'une rayonnante chaleur méridionale, le haut-Verdon abrite des paysages authentiques, riches de nature et empreints de culture.

Le Verdon, formant plus en aval les gorges du même nom, est un torrent majestueux indompté qui prend sa source au cœur du Parc national du Mercantour, sur les pentes des Trois Évêchés qui dominent le village d'Allos.

Terre de transhumances, la vallée est pâturée depuis des siècles par les troupeaux qui la parcourent à la belle saison et sont le témoin d'une tradition d'élevage bien présente.

Le lac d'Allos, véritable joyau naturel, est le plus haut lac naturel d'altitude d'Europe.

Lien entre les Alpes et la Provence, le haut-Verdon forme le trait d'union entre ces deux mondes, ce qui lui procure des richesses naturelles et culturelles d'exception.

Cherchez et trouvez vos produits dans le Mercantour



Hébergements



Sorties découverte et visite de site

Les numéros vous aident à retrouver les prestataires dans l'annuaire.



Aire d'adhésion

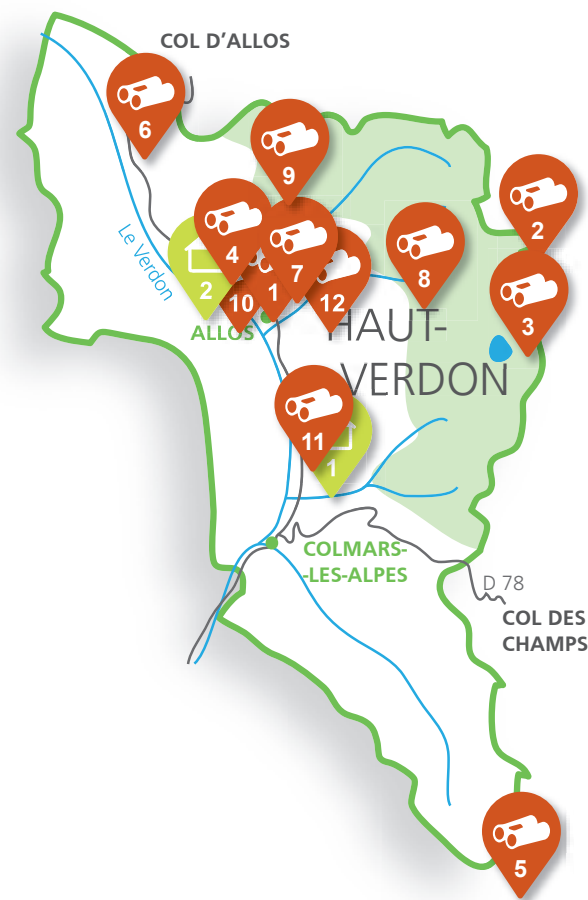


Cœur du parc national



ENFANTS

Pour vous guider, vous trouverez ce pictogramme sur les sorties spécialement adaptées et conçues pour les enfants.





Hébergements

1

LES TRANSHUMANCES

Chambres d'hôtes et gîtes ruraux

Jean-Paul et Maïthé BARBAROUX



La ferme des Transhumances représente toute une histoire. Celle de générations d'éleveurs ovins transhumants, mais aussi celle d'un site privilégié avec un panorama sur la haute vallée du Verdon. Les activités de la ferme (ovins, lapins, poules, jardin potager et arbres fruitiers) sont à la base de la cuisine de Jean-Paul et Maïthé, qu'ils seront ravis de partager avec vous.

- **Capacité : 3 chambres d'hôtes de 4 personnes maximum et deux gîtes de 2 à 4 personnes**
- **Ouvert toute l'année sur réservation**

Les Espiniers - 04370 Colmars-les-Alpes
RÉSERVATIONS au 04 90 83 44 39
lestranshumances@orange.fr
www.lestranshumances.fr

2

LE MOULIN D'ALLOS

Appartements meublés

Jean-Marc MICHEL



Les appartements du Moulin et de la Cascade sont gérés par Jean-Marc Michel, un enfant du pays. Vous pouvez vous y rendre quelle que soit la saison, ils sont ouverts toute l'année. Les hébergements se trouvent à deux pas du village d'Allos et des différents commerces et restaurants. Ils sont aussi tout proches des chemins de randonnées et notamment celui qui conduit au superbe lac d'Allos et à ses tours de grès caractéristiques.

- **Capacité : 8 lits répartis sur les deux gîtes, 9/11 personnes.**
- **Ouvert toute l'année**

Le Moulin - 04260 Allos
RÉSERVATIONS au 04 92 83 04 98
jean-marc.michel1@orange.fr
www.lemoulinidallos.com



Bouquetins des Alpes



Sorties découverte et visite de sites

I CHRISTIANE RAY-ANEZIN

La vallée Blanche 1 - La Foux station -
04260 ALLOS
RÉSERVATIONS / TARIFS au 06 15 31 49 57
christiane_ray_anezin@gmail.com
www.randonneesmoutagne.fr

1

► Histoire de la flore du Mercantour



Par ce parcours, vous découvrirez l'histoire de la flore du Mercantour, sa provenance à travers le temps, comment elle s'est adaptée à notre climat si particulier et son évolution en fonction des milieux et des prédateurs. Vous verrez également comment elle se prépare dès l'automne aux premières gelées de l'hiver. Une vraie leçon de choses !

- **Juillet et août**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 500 m Niveau : moyen**

2

► Découverte géologique autour du Mont Pelat



Ce parcours vous fera remonter le temps pour découvrir la formation de nos mon-

tagnes, leurs interactions avec leur environnement et prendre conscience du temps qui passe. Du sommet du Mont Pelat, vous pourrez alors observer le remarquable panorama sur les Alpes de la Méditerranée.

- **De juillet à septembre**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 917 m Niveau : difficile**

3

► Découverte géologique autour du lac d'Allos



Remontez le temps avec cette randonnée au lac d'Allos, pour découvrir la formation géologique de ce site si particulier. Du col de l'Encombrette, vous pourrez profiter d'un panorama exceptionnel sur le lac d'Allos, sur le Mont Pelat ainsi que sur le cirque glaciaire de l'Encombrette. Peut-être même aurez-vous la chance de croiser des bouquetins qui se plaisent à escalader les falaises ?

- **Juillet et août**
- **Durée : à la journée Dénivelé : 420 m Niveau : moyen**

4

► Le monde des papillons



Cette randonnée vous permettra de découvrir le monde des papillons : leur évolution à travers le temps, leur biologie, leur anatomie, leur lien particulier avec la flore et leur comportement de prédation. Votre accompagnatrice vous présentera également les espèces spécifiques du Mercantour, leur protection et les effets du réchauffement climatique sur leur survie.

- **De mars à novembre**
- **Durée : demi-journée Dénivelé : 300 m Niveau : facile**

5

▶ Randonnée à thème aux lacs de Lignin

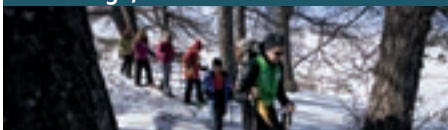


La vallée du haut-Verdon se distingue de ses consœurs par la présence de belles vasques, dites « marmites de géants ». Randonner autour des lacs de Lignin, c'est approcher de magnifiques paysages ; des lacs de surcreusement à l'amont d'un verrou glaciaire et de la tourbière. Partez à leur rencontre ; découvrez leur histoire ! Votre accompagnatrice profitera de ces beaux espaces pour vous faire découvrir la faune, la flore et la géologie de la vallée, ainsi que les traditions culturelles telles que la transhumance. Dégustation de fromage de pays au programme !

- De mars à novembre
- **Durée** : à la journée **Dénivelé** : 700 m **Niveau** : moyen

6

▶ Sortie raquettes - Neige, nature et faune -



Cette sortie vous permettra d'admirer les paysages de la vallée du haut-Verdon en hiver. Vous pourrez y découvrir les stratégies et les différents comportements adoptés par la flore et la faune pour lutter contre la rigueur de l'hiver en montagne. Christiane abordera également avec vous les inconvénients et les bienfaits de la neige sur la nature. Une dégustation de produits locaux pourrait également vous être proposée.

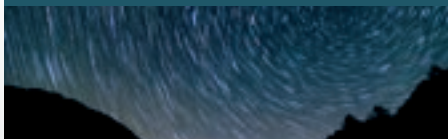
- **Hiver**
- **Trois variantes disponibles** :
 - **Niveau facile** : Durée demi-journée, dénivelé 200 m
 - **Niveau moyen** : Durée petite journée, dénivelé 350 m
 - **Niveau confirmé** : Durée à la journée, dénivelé 500 m

| MARC AYNIE

Maison Gireud, appt 103, Grande Rue
04260 ALLOS
RÉSERVATIONS / TARIFS au 06 71 20 99 03
randoterresdazur@orange.fr
www.randoterresdazur.fr

7

▶ Balade aux étoiles - Découverte du ciel étoilé -



Que ce soit en été ou en hiver, il n'est pas de meilleur endroit que la montagne pour admirer le ciel étoilé. Loin de toute pollution lumineuse, Marc Aynié vous propose de découvrir les principaux objets célestes. Très difficile à observer en milieu urbain, la Voie lactée se dévoilera ici dans toute sa splendeur. Les autres thèmes abordés : la mythologie, l'histoire de l'astronomie et les grandes distances.

- **Été et hiver**
- **Deux variantes disponibles** :
 - **Été, très facile** : 3 heures, dénivelé 100 m
 - **Hiver** : observation statique tout niveau et tout public

8

▶ Des montagnes et des hommes - Le pastoralisme -

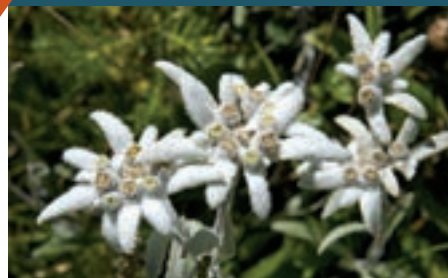


Découvrez la vie des montagnards qui peuplaient le hameau de Champ Richard, dans la zone cœur du Parc national du Mercantour. Pastoralisme, culture céréalière, exploitation raisonnée et utilisation ingénieuse des moindres ressources disponibles permettaient aux paysans d'autrefois de vivre en autarcie sur ces rudes territoires.

- **Du printemps à l'automne**
- **Durée** : demi-journée **Dénivelé** : 300 m **Niveau** : très facile

9

▶ A la rencontre des edelweiss



Partez à la découverte de l'une des fleurs les plus emblématiques des Alpes, l'edelweiss. Via un parcours montagnard, vous observerez aussi mélèzes, torrent, cabanes authentiques, cascades et pelouses alpines. Votre accompagnateur vous parlera ainsi tout au long de ce parcours de sujets aussi diversifiés que la botanique, les spécificités de l'habitat montagnard, la faune de montagne et vous offrira même une lecture du paysage.

- **De juin à octobre**
- **Durée** : à la journée **Dénivelé** : 300 m **Niveau** : moyen

10

▶ Balade sensorielle



Cette balade facile et familiale vous permettra de découvrir les milieux naturels de manière ludique. Petits et grands découvriront notamment la diversité de la flore à travers des ateliers et des petits jeux adaptés à tous les âges. Des petits défis sont également organisés pour permettre aux enfants de découvrir les trésors cachés de la montagne.

- **De juin à octobre**
- **Durée** : 1 heure **Dénivelé** : 100 m **Niveau** : très facile

11

▶ Araignées et microfaune du haut-Verdon



Pénétrez dans l'univers fascinant de ces petits animaux souvent craints mais peu connus. Vous y découvrirez comment ils s'adaptent à leur environnement, leurs techniques de chasse, de camouflage et de défense. Cette sortie se décline en quatre itinéraires possibles, du niveau facile au moyen. Quel que soit celui que vous choisirez, vous arpenterez des espaces préservés d'exception en plein cœur de la vallée du haut-Verdon.

- **D'avril à novembre**
- **Durée** : demi-journée **Dénivelé** : jusqu'à 400 m selon l'itinéraire choisi **Niveau** : facile à moyen

12

▶ Découverte du trail dans le Mercantour



Cette sortie vous permet de découvrir le Mercantour de manière originale : le trail. Des parcours accessibles même aux débutants et pratiquants occasionnels, pour une initiation en douceur à travers les sublimes sentiers de la vallée du haut-Verdon. Deux itinéraires vous sont proposés avec une distance de 5 à 10 kilomètres. Quel que soit votre niveau, votre accompagnateur restera à votre écoute.

- **De mai à novembre**
- **Durée** : demi-journée **Dénivelé** : jusqu'à 300 m selon l'itinéraire choisi **Niveau** : facile à moyen

Vallée de l'Ubaye

La marque *Esprit parc national...* partager un patrimoine culturel et naturel fantastique...

L'Ubaye est la vallée la plus septentrionale du Parc national du Mercantour. Marquée par un ensoleillement important de plus de 300 jours de soleil par an, des hivers rigoureux et de faibles précipitations, elle offre une multitude de paysages et de curiosités.

Au carrefour du Dauphiné, de la Provence et du Piémont, le positionnement stratégique de l'Ubaye lui a valu d'être l'objet d'importantes luttes de pouvoir, comme en témoignent les nombreuses fortifications qui marquent le territoire jusqu'aux plus hauts sommets. Cette géographie a aussi donné un caractère tout particulier à la vallée et à ses habitants.

Forêts, lacs, zones humides, falaises : rien ne manque ! Des espèces typiquement méditerranéennes à celles de haute altitude, l'Ubaye est un concentré de biodiversité. Elle offre au visiteur attentif des richesses naturelles et culturelles incomparables.

Cherchez et trouvez vos produits dans le Mercantour



Hébergements



Sorties découverte et visite de site



Epicerie du terroir

Les numéros vous aident à retrouver les prestataires dans l'annuaire.



Aire d'adhésion



Cœur du parc national



Pour vous guider, vous trouverez ce pictogramme sur les sorties spécialement adaptées et conçues pour les enfants.





aperçu de la vie, parfois croustillante, parfois dure et laborieuse, des populations locales.

- **Juillet et août**
- **Durée : 2 heures** **Dénivelé : 100 m**
Niveau : facile

3 ▶ Les plus beaux lacs de l'Ubaye



● ● Ce parcours vous mènera vers une sélection des plus beaux lacs de la vallée de l'Ubaye, dans le Parc national du Mercantour. Du lac de Lauzanier, en passant par les lacs de la Cayolle, jusqu'au lac de la Reculaye. A chaque sortie, un lac différent.

- **Juillet et août**
- **Durée : journée** **Dénivelé : jusqu'à 700m**
Niveau : moyen

4 ▶ Balade nature - A la rencontre de la faune sauvage -



● ● Ce parcours vous fera découvrir les paysages hivernaux de l'Ubaye. Une promenade en raquettes pour aller à la rencontre de la faune des Alpes du Sud. Les mouflons, les chamois et les bouquetins n'auront plus de secrets pour vous. De quoi émerveiller petits et grands !

- **De décembre à mars**
- **Durée : demi-journée** **Dénivelé : 100m**
Niveau : facile

Hébergements

● ● Le chalet du Germas est un véritable havre de paix dans un site rude en hiver et doux en été. En plein cœur des Alpes, non loin du col de Larche à 1800m d'altitude, vous logerez à deux pas de nombreuses activités : stations de ski, villages typiques, point de départ de randonnées pédestres, accès à de nombreux lacs... Que vous y passiez une ou plusieurs nuits, il y en a pour tous les goûts !

- **Capacité : 3 chambres d'hôtes de 2 à 4 personnes ; un gîte rural de 4 personnes et 15 couchages en dortoir**
- **Ouvert toute l'année sur réservation**

Maison Méane - 04530 Larche Val d'Oronaye
RÉSERVATIONS au 06 88 32 11 90
contact@chaletdugermas.fr
www.chaletdugermas.fr

3 | REFUGE-HÔTEL DE BAYASSE Magali et Damien DUFOUR



● ● Magali, Damien et leurs enfants, tous quatre amoureux de la nature, vous accueillent dans le cadre majestueux de Bayasse. Côté cuisine, Damien vous prépare des plats généreux et raffinés, à cheval entre mer et montagne. Côté hébergement, Magali vous réserve un accueil chaleureux dans les chambres douillettes et confortables de ce refuge propriété du Parc national du Mercantour.

- **Capacité : 42 couchages**
- **Ouvert toute l'année sur réservation**

Route de la Cayolle – Hameau de Bayasse
04400 Uvernet-Fours
RÉSERVATIONS au 04 92 32 20 79
refuge.bayasse@gmail.com
www.refuge-bayasse.fr

Sorties découverte et visite de sites

RANDO PASSION

Chantal BONAGLIA

31 Jules Béraud - 04400 Barcelonnette
RÉSERVATIONS / TARIFS au 04 92 81 43 34
rando.passion@free.fr
www.rando-passion.com/ete.htm

1 ▶ Rencontre avec les marmottes



● ● Partez à la rencontre des marmottes au contact de leur milieu naturel. Vous apprendrez à connaître cette espèce grâce à un parcours au milieu des alpages. Un circuit spécialement conçu pour vous surprendre et vous transporter dans une valse d'histoires, d'observations et d'explications qui raviront petits et grands.

- **Juillet et août**
- **Durée : demi-journée** **Dénivelé : 100 m**
Niveau : facile

2 ▶ Contes et histoires de nos montagnes



● ● Ce parcours vous fera découvrir les histoires de nos montagnes. Transmises de générations en générations, elles circulaient en se basant sur la nature, les activités humaines et les personnages de l'époque. Vous aurez un

1 | PÔLE D'ACCUEIL UNIVERSITAIRE SÉOLANE Fabrice JESTIN



● ● Créé en 2011, ce pôle d'accueil universitaire était un bâtiment anciennement dédié à des fins militaires. A présent, il s'organise en différentes parties, une pour la restauration, une pour l'hébergement et une pour le travail scientifique. Se spécialisant progressivement dans l'accueil d'activités scientifiques, le centre Séolane propose des séjours pour des groupes avec la mise à disposition de salles de réunion, d'une salle de conférence sonorisée, de deux laboratoires avec microscopes et d'une salle des cartes. Il s'agit d'un espace adéquat pour réaliser des animations ou des missions scientifiques mais il est également ouvert au grand public.

- **Capacité : 69 couchages avec 31 chambres**
- **Ouvert de janvier à mi novembre**

Quartier du 11ème BCA – 04400 Barcelonnette
04400 Barcelonnette
RÉSERVATIONS au 04 92 35 24 02
asso.seolane@gmail.com
www.seolane.org

2 | LE CHALET DU GERMAS Chambres d'hôtes, gîte rural et gîte d'étape Anne-Marie & Jacques DEMURGET

RIOS & MONTANA

Gil STREICHERT

Le village - 04340 Saint-Vincent-les-Forts
RÉSERVATIONS / TARIFS au 04 92 85 54 68
rios.canyon@wanadoo.fr
www.rando-canyon.fr

5

► Les lumières du Mercantour - Randonnée photographique -



Ce parcours de randonnée est spécifiquement orienté pour rechercher les meilleures lumières, paysages et ambiances, si uniques, du Parc national du Mercantour. Votre guide, Gil Streichert, passionné de montagne et de photographie, vous partagera ses expériences et savoir-faire. Vous capterez ainsi les plus belles lumières du parc au cours d'une aventure inoubliable.

- **Printemps-été**
- **Durée :** à la journée **Dénivelé :** 100 m
Niveau : moyen

6

► La grande faune du Mercantour



Partez à la rencontre de la faune du Parc national du Mercantour. Au départ de Bayasse, vous découvrirez les plus beaux sites de l'Ubaye. Vous observerez alors la richesse de la faune des montagnes du Mercantour : chamois, bouquetins, aigles, et autres animaux à poils ou à plumes.

- **Printemps-été**
- **Durée :** à la journée **Dénivelé :** 100 m
Niveau : moyen



Épicerie du terroir

1

LES GAILLARDISES DE L'UBAYE

Béatrice BELLON



Les Gaillardises de l'Ubaye, confitures et confits de fleurs sauvages, sont fabriqués à 1800m d'altitude, au pied du col de la Cayolle. Pour obtenir ses gaillardises, Béatrice sélectionne des fleurs sauvages, qu'elle cueille lors de ses balades dans la zone d'adhésion du Parc national du Mercantour. Véritable passionnée, elle vous fera découvrir des saveurs originales. Elle vous accueille également dans son atelier de fabrication en période estivale.

- **Confitures et confits de fleurs sauvages**
- **Vente à la maison des produits de pays de Jausiers, sur les marchés de Barcelonnette et sur le site internet**

Les Gaillards - 04400 Uvernet-Fours
COMMANDES au 06 63 77 53 66
lesgaillardises@hotmail.com
www.lesgaillardises-ubaye.fr



Notre patrimoine mérite l'UNESCO !

Face à l'extrême richesse de son territoire, le Parc européen « Alpi Marittime - Mercantour » est engagé dans une démarche d'inscription du territoire des « Alpes de la Méditerranée » sur la liste du Patrimoine mondial de l'Unesco.

Transfrontalière, elle concerne huit sites, dont 60 % sur terre et 40 % en mer, et trois pays : la France, l'Italie et la Principauté de Monaco.

Objectif : protéger et préserver ces territoires exceptionnels grâce à la plus haute distinction internationale d'un bien naturel !

Rejoignez-nous sur la page Facebook
« Alpes de la Méditerranée »

Pour en savoir plus :
<http://alpmediterranee.eu>

Séjours de découverte



*Esprit parc national...
Des séjours pour une immersion dans
une nature préservée*

Cette rubrique vous invite à découvrir l'offre de séjours Esprit parc national du Mercantour. Le temps d'un WE ou d'une itinérance plus longue, en été comme en hiver, à pied ou en raquettes, accompagné ou en liberté, les séjours proposés sont diversifiés : vous en trouverez forcément un à votre image et adapté à vos envies!

Chacun d'entre eux vous fera découvrir les patrimoines naturel, culturel et paysager du Mercantour. Vous partirez également à la rencontre des habitants et des acteurs locaux, engagés dans des démarches éco-responsables.

Partir en séjour avec Esprit parc national, c'est participer au développement de l'économie locale tout en préservant les richesses du territoire.

Pour connaître le détail des séjours, nous vous invitons à vous rapprocher de leurs organisateurs.

Cherchez et trouvez vos séjours dans le Mercantour



15

Séjours été



15

Séjours hiver



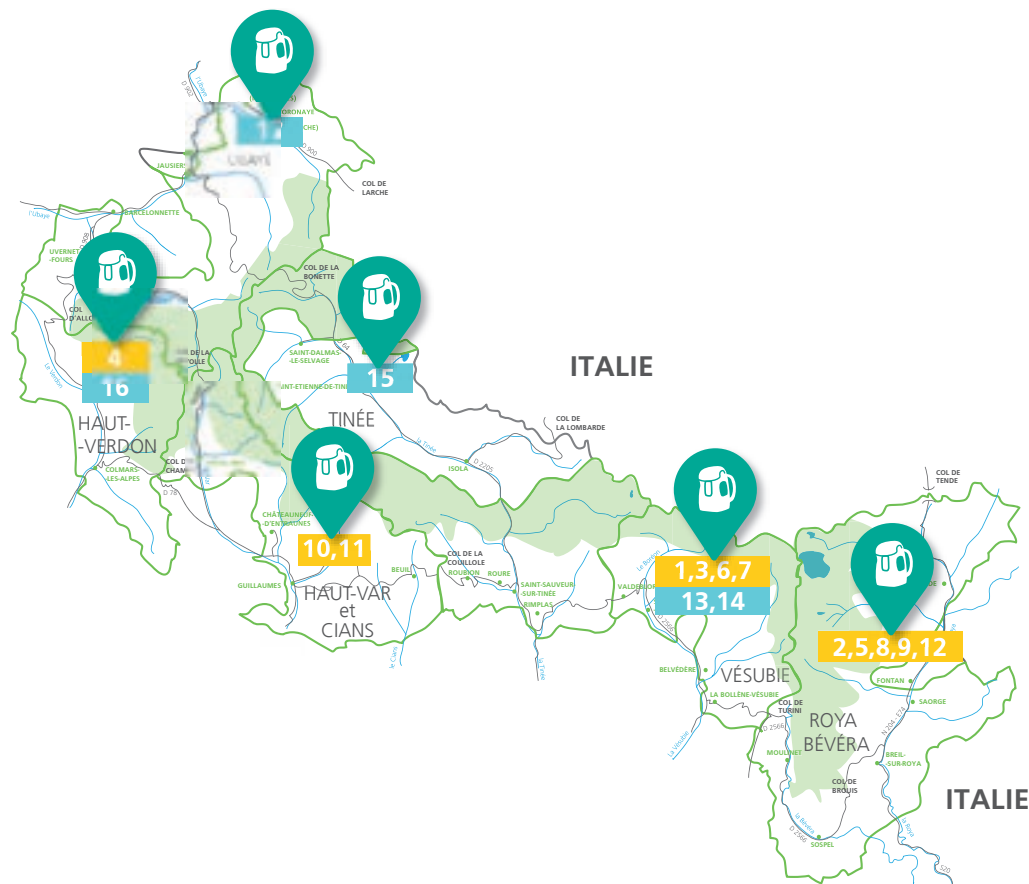
Aire d'adhésion



Cœur du parc national



Pour vous guider, vous trouverez ce pictogramme sur les sorties spécialement adaptées et conçues pour les enfants.





Séjours été

ORGAYA Sébastien YAGO

10, Avenue du Général de Gaulle
06500 Gorbio
contact@orgaya.com - www.orgaya.com

1 ► Au cœur du Mercantour VALLÉE DE LA VÉSUBIE



Le Parc national du Mercantour abrite une nature sauvage préservée! A travers les sentiers panoramiques, forestiers ou en crêtes, ce massif montagneux influencé par le climat méditerranéen et alpin, cache en son cœur une flore exceptionnelle et une diversité de faune presque unique en Europe.

Jour 1 : Accueil au gîte des Marmottes et randonnée dans la forêt du bois noir.

Jour 2 : Les lacs de Millefontes et point de vue exceptionnel sur les sommets de la crête franco-italienne.

Jour 3 : Depuis le sanctuaire de la Madone de Fenestre, au pied du Gélas, un immense cirque glaciaire.

Jour 4 : Randonnée par les portes de Longon dans une vallée en auge suspendue.

Jour 5 : Le vallon de la Gordolasque, dessiné par des glaciers épais de 300 m.

Jour 6 : Le plateau de l'Authion et vue plongeante sur les rivages de la Méditerranée.

Jour 7 : Départ. En option, visite du parc à loups « Alpha ».

- De juin à octobre
- Durée : 7 jours Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 455 € en liberté ; puis 695 € en individuel; tarif dégressif en fonction du nombre de personnes.
RÉSERVATIONS au 06 13 25 01 82

2 ► La vallée des Merveilles VALLÉE DE LA ROYA



La vallée des Merveilles en intégralité ! Vous passerez 6 jours à visiter ce site classé au patrimoine historique. Vos guides vous permettront de pénétrer dans les zones archéologiques et observer des gravures protohistoriques vieilles de plus de 3 000 ans. Ce séjour vous permettra d'aborder de façon complète le site des Merveilles.

Jour 1 : Accueil au départ du lac des Mesches, véritable porte d'entrée de la vallée des Merveilles.

Jour 2 : Le val d'enfer et les abris protohistoriques. Visite des premières gravures dans les zones archéologiques.

Jour 3 : Visite de la vallée des Merveilles.

Jour 4 : Plan tendasque, la faune de la vallée. Depuis les alpages, randonnée afin d'observer les chamois sans les déranger et de rechercher des traces de loup.

Jour 5 : Observation des gravures des sites archéologiques de Fontanalba, vieilles de 3000 ans.

Jour 6 : Le village de Tende et le musée des Merveilles.

- De juin à octobre
- Durée : 6 jours Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 390 € en liberté puis 600 € individuel; tarif dégressif en fonction du nombre de personnes.
RÉSERVATIONS au 06 13 25 01 82

ARGOS RANDO Philippe DEJOUX

175, chemin Saint Anne - 06140 Vence
info@argos-rando.com
www.argos-rando.com

3 ► Séjour écotouristique en Vésubie VALLÉE DE LA VESUBIE



Une immersion en pleine nature basée sur des rencontres, partages, l'observation de la faune et des ateliers « écoresponsables ». Des randonnées permettant de découvrir les mille facettes du Parc national du Mercantour en empruntant différents sentiers dans le secteur de la Vésubie. Rendez-vous au cœur de ce singulier musée à ciel ouvert, en pleine nature.

Jour 1 : Randonnée vers le plateau des Terres Rouges et la Serre de Clapeiruole. Puis atelier culinaire pour concocter un dîner de plantes sauvages.

Jour 2 : Le refuge de Nice. Au programme l'eau, les glaciations et les refuges de montagne.

Jour 3 : Découverte du cirque fascinant de la vallée des Merveilles : visite des gravures rupestres.

Jour 4 : Ascension vers le cirque glaciaire de Prals, un joyau dans le parc national.

Jour 5 : Atelier découverte de la permaculture : planter pour l'avenir. Randonnée dans le secteur du village et visite du musée du lait, autrefois coopérative laitière.

- De mai à octobre
- Durée : 5 jours (environ 5h de marche par jour) Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 499,5 €
RÉSERVATIONS au 04 93 58 25 67

4 ► Histoire de la géologie & de la biodiversité VALLÉE DU HAUT-VERDON



Durant ces journées de randonnées sur le thème de la géologie du Parc national, vous découvrirez l'interaction entre tous les éléments et les différents cycles de la nature, la façon dont l'homme l'a utilisée pour ses besoins. Vous pourrez également apprécier et comprendre la formation de notre Terre, acquérir la vraie notion du temps, interroger votre imaginaire...

Jour 1 : Arrivée et accueil à Colmars-les-Alpes

Jour 2 : Tête de la Sestrière - Randonnée autour de la géomorphologie du Verdon et l'histoire de l'étonnante montagne « la grande Séolane ».

Jour 3 : Les lacs de Lignin - Torrent avec de très belles vasques dites « marmites de géants ».

Jour 4 : Le col de la Cayolle – Plateau du Lausson, lac d'Allos.

Jour 5 : Les cascades - Dans un lieu encore sauvage, découverte de deux somptueuses cascades. Présence de chamois.

Jour 6 : Mont Pelat 3 050 m - Vue grandiose sur les Alpes et la géologie de certaines montagnes.

En partenariat avec Christiane Ray-Anezin, accompagnatrice en montagne.
www.randonneesmontagne.fr – Haut-Verdon

- De juillet à septembre
- Durée : 6 jours Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 595 €
RÉSERVATIONS au 04 93 58 25 67

5 ► Week-end escapade Nature
Mercantour
VALLÉE DE LA ROYA



Accessible à partir de 7 ans, ce séjour offre deux jours de dépaysement au cœur du Parc national du Mercantour, dans des décors alpins somptueux.

Jour 1 : Randonnée à la recherche de la faune sauvage du Mercantour. L'occasion de découvrir d'anciennes forteresses militaires italiennes.

Jour 2 : Randonnée vers la zone archéologique de Fontanalba. Au programme : lacs glaciaires, gravures datées de l'âge de Bronze etc.

- De juin à octobre
- Durée : 2 jours Dénivelé : 700 m Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 119 €
RÉSERVATIONS au 04 93 58 25 67

ALLIBERT TREKKING
Patrick SCAGLIA

4, rue des Mesures
06270 Villeneuve-Loubet
cotedazur@allibert-trekking.com
www.allibert-trekking.com

6 ► Le panoramique du Mercantour
VALLÉE DE LA VÉSUBIE



Un parcours au cœur du Parc national du Mercantour qui privilégie la découverte des différentes vallées faisant la richesse de ce parc : Boréon, Madone de Fenestre, vallée de la Gordolasque, le site préhistorique de la vallée des Merveilles autour des gravures rupestres vieilles de plus de 3000 ans. Une

destination Alpes du Sud qui allie montagne et soleil.

Jour 1 : Accueil au Boréon. Randonnée vers les pâturages des vacheries des Erps et du col de Salèse.

Jour 2 : Randonnée en immersion dans la forêt de mélèzes.

Jour 3 : Etape très minérale avec des passages à l'aplomb des ultimes 3000 des Alpes.

Jour 4 : Longue montée progressive jusqu'au pas de l'Arpette, marmottes et bouquetins certainement au rendez-vous.

Jour 5 : Randonnée vers la baisse de Valmasque, puis la baisse du Basto.

Jour 6 : Sentier à travers les mélèzes et de larges pâturages avant d'atteindre la baisse de Prals.

Jour 7 : Le paysage en crête vous révélera la mer au loin.

- De juin à septembre
- Durée : 7 jours (5h de marche en moyenne par jour) Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 640 €
RÉSERVATIONS au 04 93 73 09 07

7 ► Entre lacs et loups
VALLÉE DE LA VÉSUBIE



Le Parc national du Mercantour offre aux enfants un terrain de jeux formidable : des lacs, des torrents impétueux et des vasques où se baigner. Il offre aussi une faune incroyable. Promis les enfants, vous y verrez des chamois, des marmottes, des loups et certainement des bouquetins !

Jour 1 : Accueil sur le site du sanctuaire de la Madone de Fenestre, regroupant chapelle et hospice.

Jour 2 : Randonnée en boucle jusqu'aux 5 lacs de Prals. Un itinéraire à la découverte des chamois et des marmottes.

Jour 3 : Mais où se cachent les loups ? Montée en douceur à travers les pâturages, puis poursuite dans la forêt jusqu'à atteindre les vacheries du Boréon.

Jour 4 : Visite commentée du parc à loups et soirée au cœur de la montagne.

Jour 5 : Agréable sentier vers le lac de Trécoulpas puis au pas des Ladres. Magnifique vue sur l'ensemble des deux vallées, quelques bouquetins et chamois si nous sommes chanceux.

- Juillet et août
- Durée : 5 jours (5h de marche en moyenne par jour) Niveau : facile

TARIFS : à partir de 610 €
RÉSERVATIONS au 04 93 73 09 07

8 ► Mercantour et vallée des Merveilles en liberté
VALLÉES DE LA ROYA ET DE LA BÉVÉRA



Désireux d'emprunter les chemins des bergers, des colporteurs ou des douaniers, ou de se laisser séduire par la splendeur de la nature, chacun aura le plaisir de découvrir un territoire préservé. On se trouvera immergé au pied des ultimes "3 000" de l'arc alpin, avec en point d'orgue la découverte de la vallée des Merveilles.

Jour 1 : Dominant le sanctuaire de la Madone, découverte des cimes orientale et occidentale de Fenestre.

Jour 2 : Randonnée par l'itinéraire des lacs de Prals ou encore des « Cinq lacs ».

Jour 3 : Randonnée à travers la vallée des Merveilles.

Jour 4 : Ascension facultative vers la cime du « Diable » qui veille au Nord sur le cirque des Merveilles.

Jour 5 : Découverte du premier refuge construit dans le massif du Mercantour, récemment rénové et rebaptisé « refuge Victor de Cessole ».

Jour 6 : Le Pas du Colomb. Dernière étape sur le GR52

- De juin à septembre
- Durée : 6 jours (5h de marche en moyenne par jour) Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 495 €
RÉSERVATIONS au 04 93 73 09 07

9 ► Bien-être & vallée des Merveilles
VALLÉES DE LA ROYA ET DE LA BÉVÉRA



Le bourg médiéval de Tende regorge de richesses grâce à sa situation privilégiée sur la route du Sel. Il protège un autre trésor, sur ses pentes : les vallées des Merveilles et de Fontanalba. Ces deux sites exceptionnels abritent des roches gravées par des pasteurs il y a plus de 3000 ans à 2000 mètres d'altitude.

Jour 1 : Accueil en hôtel*** à Castérino.

Jour 2 : Randonnée, à l'ombre du Bégo ou sur les berges des lacs Vert ou Jumeaux, le site de Fontanalba, entre forêt de mélèzes, pelouse alpine, tourbières et massifs de rhododendrons.

Jour 3 : Découverte de la baisse de Peirefrique et des forts italiens.

Jour 4 : Découverte de la vallée des Merveilles, véritable montagne sacrée.

Jour 5 : Découverte d'une vallée riche en lacs, en faune et en flore.

Jour 6 : Ascension facile, soit de la cime de la Nauque, soit du Paracouerte, pour un coup d'oeil sur les sommets du Mercantour ou ceux du parc Alpi Marittime. Vous observerez des panoramas à couper le souffle.

- De mai à septembre
- Durée : 6 jours Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 775 €
RÉSERVATIONS au 04 93 73 09 07

ITINÉRAIRE TREKKING

Anita FOURNIER

Hameau de Villeplane - 06470 Guillaumes
info@itinerance.net - www.itinerance.net

10 ▶ Le Mercantour à pas de loup VALLÉE DU HAUT-VAR



Pastoralisme, transhumance, autant de mémoires d'autrefois toujours présentes grâce à la ténacité de nos bergers. C'est ici une incursion dans nos racines qui est proposée à travers la découverte des petits villages oubliés des grands courants touristiques dans la vallée du haut-Var...

Jour 1 : Accueil à Villeplane.

Jour 2 : D'anciens sentiers de transhumance ou bien des parcours en crête vous conduisent au hameau des Tourres.

Jour 3 : Variation autour des Tourres : soit le sommet de l'observatoire astronomique ou randonnée champêtre au col de Trente Souches.

Jour 4 : Randonnée jusqu'à Barels, lieu ensorcelé de toute beauté, et traversée de trois hameaux abandonnés.

Jour 5 : Visite du beau village médiéval de Péone et remontée vers Valberg.

Jour 6 : Vue imprenable sur les terres rouges.

Fin du séjour. Possibilité de réserver une nuit supplémentaire à l'écogîte de Villeplane ou en yourte.

- **Juillet et août**
- **Durée : 5 jours (environ 5h de marche par jour) Niveau : facile**

TARIFS : 630 €
RÉSERVATIONS au 04 93 05 56 01

AZUR MERCANTOUR NATURE

Daniel LONGERE

Mairie – Relais de Valberg
06710 Touët-sur-var
azurmercantournature@gmail.com
www.azurmercantournature.com

11 ▶ Séjour scolaire - les collégiens à la montagne - VALLÉE DU HAUT-VAR



Réservé aux 11 – 14 ans, ce séjour de deux jours avec nuitée en refuge sera l'occasion pour les jeunes de participer à des activités en plein cœur de la nature du Parc national du Mercantour. Au programme : randonnée et découverte du milieu montagnard. Une véritable expérience de vie en collectivité au cours de laquelle le savoir-être et l'ouverture d'esprit prendront tout leur sens.

- **De mars à novembre**
- **Durée : 2 jours Niveau : très facile**

TARIFS : 125 €
RÉSERVATIONS au 06 07 95 06 07

CAIRN EXPÉ

Cyril LOPES DA CONCEICAO

54 Chemin du Mont-Gros - 06300 Nice
contact@cairn-expe.com
www.cairn-expe.com

12 ▶ Mystérieuse Vallée des Merveilles VALLÉES DE LA ROYA ET BÉVÉRA



L'itinéraire que suit ce séjour est celui de la Vallée des Merveilles, dans un superbe pay-

sage jalonné de gravures rupestres datant d'environ 5000 ans, un véritable musée à ciel ouvert. Deux journées pour s'imprégner d'une ambiance magique émanant de ces lieux, une histoire humaine encore pleine de secrets...

Jour 1 : Pas de l'Arpette – 2511 m – visite des gravures rupestres puis descente au refuge des Merveilles.

Jour 2 : Randonnée en direction du Pas de Trem – 2480 m (et possibilité de réaliser l'ascension de la Cime du Diable) puis descente par le vallon des Verrairiers.

- **De juin à octobre**
- **Durée : 2 jours Niveau : moyen**
Dénivelé : de 800 à 1000 mètres

TARIFS : 135 €
RÉSERVATIONS au 06 70 65 25 88



Thierry Schwab, accompagnateur en montagne



Un tourisme durable
et respectueux de la nature



Séjours hiver

ORGAYA

Sébastien YAGO

10, Avenue du Général de Gaulle
06500 Gorbio
contact@orgaya.com - www.orgaya.com

13 ▶ Raquettes dans le Mercantour VALLÉE DE LA VÉSUBIE



Lorsque la petite « Suisse niçoise » revêt son manteau blanc, des paysages insolites avec une vue sur une mer bleu azur s'offrent aux randonneurs. Raquettes aux pieds pour des randonnées aux dénivelés peu prononcés, nous parcourons le massif préservé des Alpes du Sud au pied du Parc national du Mercantour pour découvrir monts et merveilles.

Jour 1 : Accueil et randonnée dans la forêt du bois noir, à la découverte des traces d'animaux.

Jour 2 : Découverte du haut vallon du Bramafan qui témoigne de la lointaine époque des glaciations.

Jour 3 : Découverte du vallon alpin de Salèze, du col et le lac de Graveirette.

Jour 4 : Découverte de l'Authion haut plateau surplombant la mer de 2000m.

Jour 5 : Circuit aérien « La Crête d'Ars » ne présentant pas de difficultés, ce parcours projette dans un monde à 360°.

Jour 6 : Balade à la recherche des chamois et autres animaux de la forêt.

Jour 7 : Départ et visite du village perché du Valdeblorre.

○ De janvier à mi-février

○ **Durée :** 7 jours **Dénivelé :** jusqu'à 750m
Niveau : moyen

TARIFS : à partir de 570 €
RÉSERVATIONS au 06 13 25 01 82

ARGOS RANDO Philippe DEJOUX

175, chemin Saint Anne - 06140 Vence
info@argos-rando.com
www.argos-rando.com

14 ► Week-end Trappeur Mercantour VALLÉE DE LA VESUBIE



Venez vous plonger dans les paysages enchanteurs du Parc national du Mercantour sous la neige, façon trappeur...

Jour 1 : Accueil à Saint-Martin-Vésubie et randonnée sur les chemins enneigés au cœur d'une nature sauvage et préservée. Soirée tartiflette au refuge.

Jour 2 : Randonnée de retour à la recherche des traces de la faune et compréhension des comportements et adaptations aux conditions hivernales.

○ De fin janvier à début avril

○ **Durée :** 2 jours **Niveau :** moyen

TARIFS : 99 €
RÉSERVATIONS au 04 93 58 25 67

15 ► Week-end raquettes gourmand en chalet de montagne VALLÉE DE LA TINÉE



Un week-end en raquettes dans un décor somptueux, avec nuitée dans un ancien chalet de montagne, entièrement rénové.

Jour 1 : Randonnée en raquettes pour découvrir les paysages enneigés de la vallée de la Tinée. Soirée montagnarde avec fondue en perspective.

Jour 2 : Randonnée en raquettes facile pour marquer la fin du séjour.

○ De fin janvier à mars

○ **Durée :** 2 jours **Niveau :** moyen

TARIFS : 105 €
RÉSERVATIONS au 04 93 58 25 67

16 ► A pas feutrés - Rando raquettes en gîte Panda - VALLÉE DU HAUT-VERDON



Ces trois jours de randonnées raquettes à neige d'exception, vous permettront de découvrir la vallée du haut-Verdon, ses villages empreints d'histoire, ses hameaux qui vous dévoileront la vie d'antan mais aussi comment la faune et la flore ont su s'adapter au cours du temps et des saisons.

Jour 1 : Installation et présentation du séjour au gîte à Colmars Les Alpes.

Jour 2 : De cette sortie, qui nous permettra de faire une boucle, nous aurons un magnifique panorama sur les plus hauts sommets du haut-Verdon.

Jour 3 : Belle boucle dont le départ se fait d'un petit hameau qui était l'ancienne frontière entre la France et le Comté de Savoie. Possibilité de voir des chamois, des aigles...

Jour 4 : Lac d'Allos. Durant la randonnée plusieurs thèmes peuvent être abordés dont

la protection de la faune en hiver.

En partenariat avec Christiane Ray Anezin, accompagnatrice en montagne - www.randonneesmontagne.fr

○ De février à mi-avril

○ **Durée :** 4 jours **Niveau :** moyen

TARIFS : 370 €
RÉSERVATIONS au 04 93 58 25 67

RANDO PASSION Chantal BONAGLIA

31 Jules Béraud - 04400 Barcelonnette
rando.passion@free.fr
www.rando-passion.com/ete.htm

17 ► Séjour adapté - Découvertes hivernales - VALLÉE DE L'UBAYE



Ce séjour adapté est une véritable invitation à la découverte de la vallée de l'Ubaye en hiver et sous toutes ses facettes. Au programme, découverte du territoire par tous les sens : observation du paysage, écoute des animaux, manipulation de la neige, dialogue avec les acteurs locaux ou encore dégustations des produits du terroir !

Jour 1 : Arrivée et installation, activités de neige à proximité de l'hébergement : construction d'igloo, luge, etc.

Jour 2 : Balade en raquettes et découvertes culinaires.

Jour 3 : Pause gastronomique et atelier cuisine.

Jour 4 : Journée d'observation de la faune sauvage en raquettes.

Jour 5 : Visite de Barcelonnette, rencontre avec les producteurs du marché

Jour 6 : Atelier de démonstration de travail sur bois. Goûter à la Ferme d'Abriès de Jausiers. Dîner et descente aux flambeaux, contes de la vallée.

Jour 7 : Fin du séjour

○ De janvier à mars

○ **Durée :** 7 jours **Niveau :** facile

TARIFS : 232 €
RÉSERVATIONS au 04 92 81 43 34



Un objectif commun :
la réussite sociale,
environnementale
et économique...

Refuge de la Cougourde



Des hauts sommets jusqu'aux rivages, le Parc national du Mercantour se structure en huit vallées : la Roya, la Bévéra, la Vésubie, les hautes vallées du Var et du Verdon, le Cians, la Tinée et l'Ubaye.

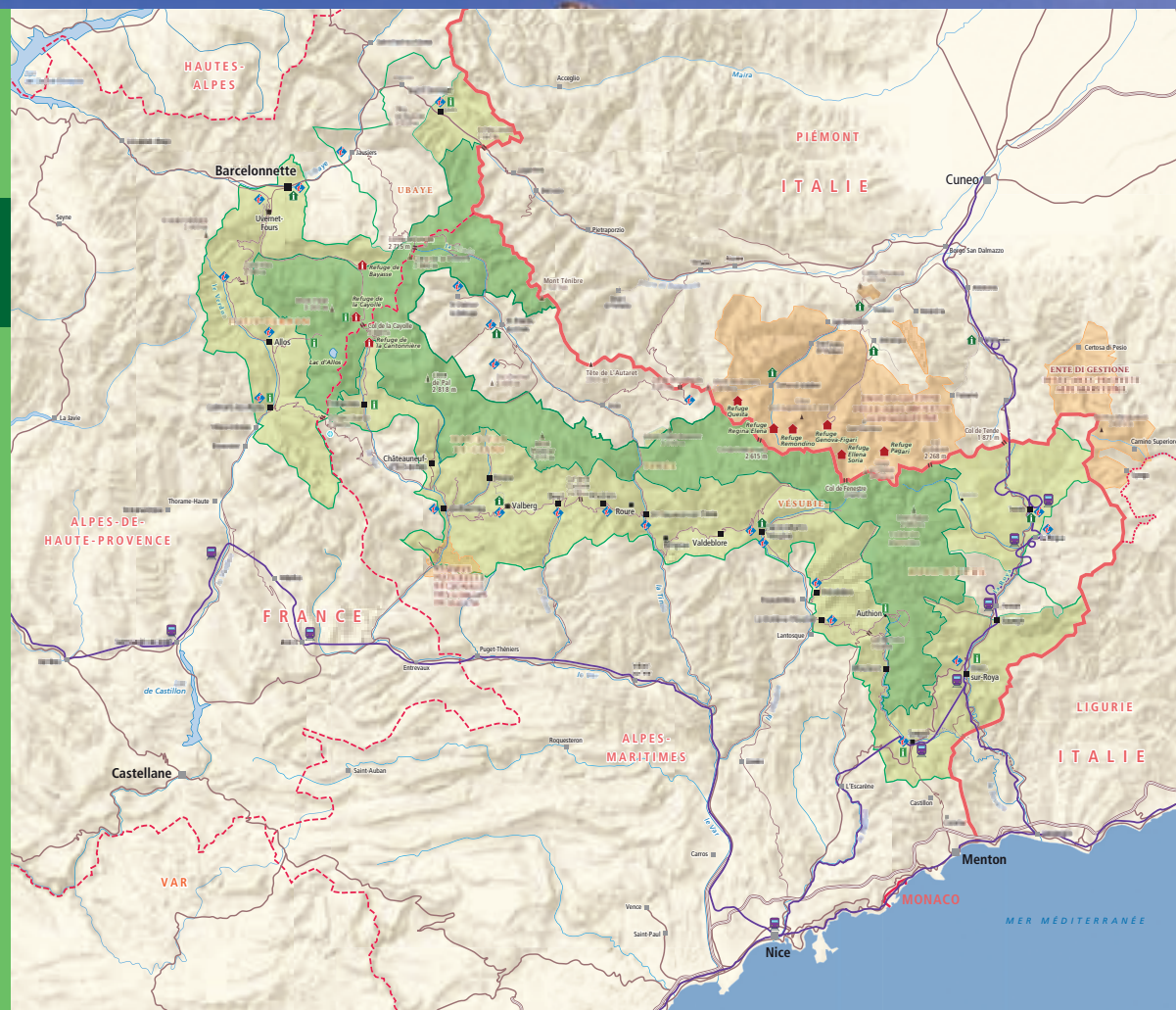
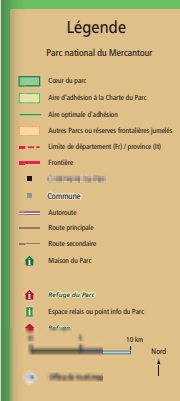
Le Parc national couvre 1 762 km², dont 679 en cœur de Parc, répartis sur 23 communes. Adossé à la frontière du Piémont italien, le massif du Mercantour est le dernier promontoire de l'arc alpin au sud, avant sa brutale plongée dans la mer Méditerranée.

A la confluence d'influences climatiques alpines, méditerranéennes et ligures, bénéficiant d'une incroyable diversité géologique, le Parc national du Mercantour est un hot spot de biodiversité. Plus de 2 000 espèces de plantes, dont 200 rares, 58 espèces de mammifères dont 7 ongulés sauvages et le loup, pour un nombre d'espèces estimé aujourd'hui à plus de 11 000, justifient le classement de ce territoire en Parc national. Et c'est sans compter le patrimoine culturel d'exception incarné notamment par les 40 000 gravures rupestres des vallées des Merveilles et de Fontanalba.

Siège du Parc national du Mercantour
23 rue d'Italie - CS 51316
06006 Nice Cedex 1
Tél : 04 93 16 78 88
www.mercantour-parcnational.fr



Parc national du Mercantour



Règlementation

Le cœur du parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est nécessaire de connaître pour préparer son séjour.



Édition Parc national du Mercantour - mai 2019. Réalisation LA LIGNE www.laligne-illustration.fr. Impression PEFC, imprim'vert : imprimerie Zimmermann. Crédits photos : Fabrice JESTIN, Domaine du Paradis, Fontana de medge, Gaia Luna, Neige et Merveilles, Refuge des Merveilles, Camping Azur et Merveilles, Villa les Cèdres, Cabane Les Pins Sylvestres, La Pierre Bleue, Louï nidou du Mercantour, Le Relais des Merveilles, Le Petit Restaurant de la Montagne, Gîte de Bousieyas, Club Alpin Nice Mercantour, Hostellerie du Randonneur, Auberge du Mouli, Le Rucher aux Marmottes, Le chant du mélé, Ecogîte de Villeplaine, Les Transhumances, Le Moulin d'Allos, Gaillardises de l'Ubaye, Le chalet du Germas, Marc AYNIE, Thierry SCHWAB, Gil STREICHERT (p46), ARGOS, ORGAYA, Itinérance trekking, Christiane RAY ANEZIN, Cédric ROBION (p15), Claude GOURON (p3, 22, 30, 34, 45, 47, 56, 58/59), Jacques BLANC (p16, 52). Parc national du Mercantour : Emmanuel RONDEAU (p1 bas, 5, 8, 11, 14, 20, 23, 24, 25, 28, 29, 32, 35, 39, 44, 45, 46, 48, 50, 52, 53, 55, 57, dernière de couverture), Philippe RICHAUD (p, 15, 34, 39, 51), Laurent MALTHIEUX (p6, 10, 12, 13, 15, 41, 53), Jean-Marie CEVASCO (p13, 15), Jacques SARRUT (p13), Olivier LAURENT (p17), Franck GUIGO (p18), Jean-Marie CEVASCO (p21), Anthony Turpaud (haut de couverture, p26), Guy LOMBART (p34), Julien CHARRON (p36), Jean-Luc PARDI (p39), Philippe PIERINI (p40, 50), Gilbert ROSSI (p45), Christian JOULOT (p46), François BRETON (p36, 42, 45, 54), Emmanuel GASTAUD (p56).





Une offre de produits, d'activités, de sites, de séjours
et d'hébergements authentiques et naturels, créés et imaginés
dans les dix parcs nationaux de France.



Retrouvez
tous nos produits sur

www.espritparcnational.com

 @espritparcnational