



7^{ÈME} ÉDITION

FAITES DES RANDONNÉES

LES 16 ET 17 OCTOBRE 2021

HAUTES TERRES DE PROVENCE® - ENTRE GAP ET SISTERON



- RANDONNÉES À THÈMES
- TOUS NIVEAUX
- EXPOSITIONS
- EN JOURNÉE OU EN ITINÉRANCE
- PÉDESTRE, VTT, VAE, BIEN-ÊTRE...

À TURRIERS



INFOS ET INSCRIPTIONS
04 92 68 40 39

WWW.FAITESDESRANDOS.FR



Bougez, Respirez, Observez!

SAMEDI 16 OCTOBRE



LE PETIT MOT D'ACCUEIL

Après une édition annulée en 2020, l'évènement Faites des randonnées vous donne rendez-vous le 16 et 17 octobre à Turriers. Une vingtaine de randonnées vous est proposée dans ce programme : randonnée itinérante ou non, thématique ou non, à pieds ou à vélo...

Toute l'équipe de l'Office de Tourisme des Hautes Terres de Provence®, les bénévoles et les accompagnateurs vous attendent avec impatience pour partager ce week-end sportif et convivial..



01

DÉCOUVERTE GÉOLOGIQUE ET NATURALISTE



5H



800 M



6€



Randonnée facile d'une douzaine de kilomètres pour découvrir quelques caractéristiques géologiques du secteur. Nous irons jusqu'au **sommet de la Tête du Pape** et si le temps s'y prête jusqu'à la **crête de Maladrech** pour profiter des vues sur la vallée de la Durance.

Animée par **Jean-Simon Pagès**, directeur de l'Unesco Géoparc de Haute-Provence
Départ : 8h (prévoir d'arriver 30 mn avant)



02 À TRAVERS LE BOIS DE L'UBAC



4H



800 M



6€



Les essences sylvestres des Hautes Terres de Provence, à proximité de Gigors, vous enchanteront. Nous irons sur la Tête de la Plane et aurons la possibilité de s'arrêter à la table d'orientation pour découvrir les environs tout en hauteur.

Animée par **André Maurel et Régine Bardin**, membre de la FFRP
Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)



03 ÉCOLOGIE DES CHAMPIGNONS



6H



-



6€



Accompagné par un **mycologue passionné**, nous irons sur les sentiers des Hautes Terres de Provence à la recherche des **champignons**. Sur les conseils avisés de votre animateur, vous apprendrez à les reconnaître afin de les déguster en toute sécurité lors de vos prochaines promenades !



Animée par **Patrick Collombon**, mycologue passionné
Départ : 8h30
(prévoir d'arriver 30 mn avant)



SAMEDI 16 OCTOBRE

04 LE CHEMIN DE LA COMBE

5H

600 M

6€

Sur une partie du **chemin de Compostelle**, la randonnée vous permettra de traverser le bois de la Combe entre hêtres et chênes puis de passer le bois de Pélissier et redescendre par le vallon de la Combe.

Animée par **David Vogel et Michel Vinit**, membres de la FFRP

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

05 ARBRES SÉNESCENTS ET BIODIVERSITÉ DU GRAND BOIS

6H

350 M

6€

Organisée par Valérie-Claude Sourribes, chargée de mission du site Natura 2000, ce circuit sera l'occasion de découvrir la forêt sous un autre angle, celui de la sénescence, facteur de biodiversité et de bonne santé d'une forêt (prévoir éventuellement des jumelles).

Animée par **Valérie-Claude Sourribes** et **Aliette de Wyndt**

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

EXPOSITION PHOTO



Samedi et dimanche, Marianne Harroue, photographe amateur, vous propose d'observer ces instants de nature suspendus et immortalisés dans les Hautes-Alpes et les Alpes de Haute-Provence. Animaux sauvages, fleurs, paysages... Vos yeux seront aux aguets !



06 L'ÉCHAPPÉE BELLE DE L'ORATOIRE AU COL DE CLAPOUSE

5H30

935

6€

Découverte ornithologique et sportive des crêtes sauvages des Hautes-Terres de Provence. Passionné d'ornithologie et des grands espaces, Olivier du groupeement Insolite Nature vous emmène découvrir une des crêtes les plus belles des Monges.

Animée par **Olivier Tanga**

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



07 À LA DÉCOUVERTE DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES

2H

NC

12 €

Lors d'une sortie facile et familiale, découvrez les plantes sauvages qui nous entourent. Apprenez à les reconnaître, à les cueillir...

Animée par **Colette Bittozzi**,

Herboriste et phytothérapeute

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

SAMEDI 16 OCTOBRE

08 MONTSÉRIEUX EN VAE

🕒 9H

📏 600 M

💶 6 / 40 €

🌿 ***

Roulez sur le magnifique sentier des Crêtes du Montsérioux ! Paysages sublimes et superbe descente technique vous enchanteront !

Animée par **Henri Mevolhon**, moniteur de VTT, membre des Moniteurs Cyclistes Français
Départ : 10h (prévoir d'arriver 30 mn avant)

Attention ! Location d'un VAE possible lors de l'inscription (40 € avec location / 6 € sans location).

09 À LA DÉCOUVERTE DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES

🕒 2H

📏 NC

💶 12 €

🌿 ***

Lors d'une sortie facile et familiale, découvrez les plantes sauvages qui nous entourent. Apprenez à les reconnaître, à les cueillir...

Animée par **Colette Bittozzi**, Herboriste et phytothérapeute
Départ : 13h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

10 RANDO VTT DES HAUTES TERRES DE PROVENCE

🕒 <3H

📏 800 M

💶 6€

🌿 ***

Avec votre VTT, prenez la direction de la montagne de Bares et de Montsérioux pour un parcours difficile, technique et sportive. Pensez à amener votre VTT.

Animée par **Cyril Lagarde**,
Départ : 10h
(prévoir d'arriver 30 mn avant)

11 DÉCOUVERTE SENSORIELLE AUTOUR DU VILLAGE

🕒 2H

📏 -

💶 6 €

🌿 ***

Sac sur le dos, casquette sur la tête, pars à la découverte des animaux, arbres et plantes qui peuplent la forêt. Au cours de ta balade, apprends des anecdotes rigolotes sur les espèces rencontrées !

Animée par **Emilie Vautrin**, éco-interprète
Départ : 14h (prévoir d'arriver 30 mn avant)



Transfaire
naturalia
PUBLICATIONS

La maison d'éditions **Transfaire - Naturalia Publications** vous présente de nombreux ouvrages le

samedi 16 octobre de 16h à 19h. Des auteurs seront présents pour dédicacer leurs livres et échanger avec les amateurs de littérature nature.

EXPOSITION DESSIN « LES FLEURS DES MONGES »

Pierre Laroche, dessinateur et passionné de la faune et la flore du massif des Monges, vous propose de découvrir la richesse naturelle de ce massif à travers des dessins d'une extrême finesse et qualité. Un travail d'une grande expertise à voir absolument durant tous le week-end !

RANDO WEEK-END - 2 JOURS/1 NUIT



 12 ITINÉRANCE SAUVAGE

 2 JOURS  ***  80€  600-900 M

Sur ces Hautes Terres de Provence et le **massif des Monges**, le loup présent depuis plus de 20 ans, guidera vos pas. Vous cheminez sur son territoire à la recherche des indices de sa présence et de ceux de ses proies potentielles. Une **itinérance sauvage** qui vous reconnectera à cette nature préservée.

Animée par Marc Linares, Accompagnateur Moyenne Montagne
Départ : 8h30 de l'OTI Hautes Terres de Provence (Le Caire)
le samedi 17 octobre (prévoir d'arriver 30 mn avant)

80 € LA RANDO WEEK-END

Ce prix comprend :

- l'accès à la randonnée,
- le repas du samedi soir,
- l'hébergement du samedi soir,
- le petit déjeuner du dimanche matin,
- le pique-nique du dimanche midi.

Réservation avant le 4 octobre !

INFOS PRATIQUES

Hébergement au Camping
l'Amandier (3 pers / logement).





À PRÉVOIR : pique-nique du samedi midi, équipement adapté aux possibles conditions météo, chaussures de randonnée, vêtements chauds et de pluie, eau.



RANDO À LA CARTE OU OPTION 2 JOURS/1 NUIT

SAMEDI 16 OCTOBRE

13 LA CRÊTE DES BARSEs





 6H
 800 M
 6€
 ***

Accompagné de férus de randonnée, vous découvrez les sentiers variés qui mènent à la **crête des Barse**s : forêt, crête, ravines, combes... Vos yeux ne sauront plus où donner de la tête !

Animée par Jean-François Pizzaballa, passionné de randonnée
Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

DIMANCHE 17 OCTOBRE

14 LA CRÊTE DES MÊLÈZEs

 6H
 900 M
 6€
 ***

Direction vers une vue à 180° sur le massif des Écrins, du Dévoluy... Cette randonnée, dans une forêt de mélèzes apaisante, vous fait voyager dans les hauteurs des Hautes Terres de Provence !

Animée par Jocelyne Aguilon, passionnée de randonnée
Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

OPTION ITINÉRANCE RANDO 14 ET 15

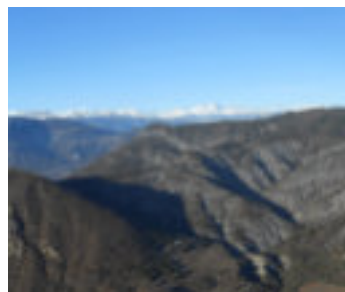
15 ITINÉRANCE SPORTIVE

 2 JOURS  ***  80€  600-900 M

Samedi, accompagné de férus de randonnée, vous découvrez les sentiers variés qui mènent à la **crête des Barse**s : forêt, crête, ravines, combes... Vos yeux ne sauront plus où donner de la tête ! (rando n°13)

Dimanche, partez sur la crête des Mèlèzes pour une randonnée sportive (rando n°14)

Animée par Jean-François Pizzaballa et Jocelyne Aguilon,
Départ : 8h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)



80 € LA RANDO WEEK-END

Ce prix comprend :

- l'accès aux rando n° 13 et 14,
- le repas du samedi soir,
- l'hébergement du samedi soir,
- le petit déjeuner du dimanche matin,
- le pique-nique du dimanche midi.

Réservation avant le 4 octobre !

INFOS PRATIQUES

Hébergement au Camping l'Amandier (3 pers / logement).

À PRÉVOIR : pique-nique du samedi midi, équipement adapté aux possibles conditions météo, chaussures de randonnée, vêtements chauds et de pluie, eau.

16 NATURE ET PAYSAGE D'AUTOMNE POINTE D'ÉVROLLE / GRANDE GAUTIERE



Randonnée idéale pour les amateurs de nature et paysages. Aux rythmes des paysages orangés d'automne, vous randonnez au départ du hameau de Gierre.

Animée par **Enzo Ghirardini** et **Annie Suffit**

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

5H30

950 M

6€

17 ÉCOLOGIE DES CHAMPIGNONS

Accompagné par un mycologue passionné, vous apprendrez à reconnaître les variétés de champignons présents dans les Hautes Terres de Provence, afin de les déguster en toute sécurité lors de vos prochaines promenades !

6H

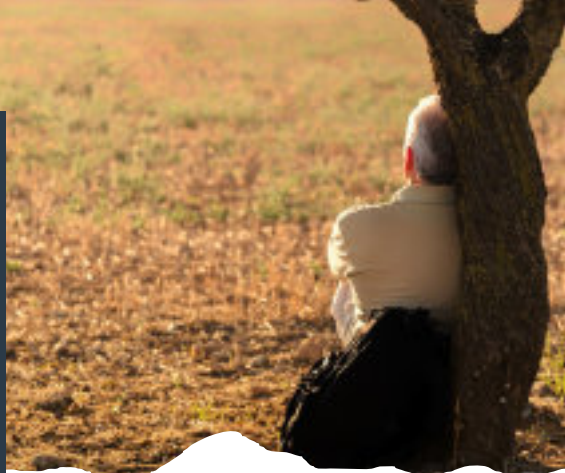
-

6€

Animée par **Patrick Collombon**, mycologue
Départ : 9h (prévoir d'arriver 30 mn avant)

EXPOSITION MYCOLOGIQUE

Samedi et dimanche, venez découvrir de nombreuses variétés de champignons trouvés. Des plus connus aux plus rares, vous les observerez sous toutes leurs formes et couleurs. Une question ? **Notre mycologue sera ravi de pouvoir y répondre.**



18 BAIN DE FORÊT MÉDITATIF

Pas besoin d'avoir le pied marin pour faire un « bain de forêt » ! Embarquez pour un voyage initiatique et méditatif au cœur de la forêt. Laissez vos sens s'éveiller, votre corps s'unir à la nature.

3H

-

6€

Animée par **Christophe Delahaye**, Insolite Nature
Départ : 9h (prévoir d'arriver 30 mn avant)

19 MONTSÉRIEUX EN VAE

Roulez sur le magnifique sentier des Crêtes du Montsérioux ! Paysages sublimes et superbe descente technique vous enchanteront !

9H





600 M

6 / 40 €

Animée par **Henri Mevolhon**,
vététiste passionné
Départ : 10h (prévoir d'arriver 30 mn avant)





Attention ! Location d'un VAE possible lors de l'inscription (40 € avec location / 6 € sans location).

20 CRÊTE DE PICOUSE

-  3H30 Petite randonnée familiale permettant de cheminer au départ du hameau de Gière et ensuite de faire le tour du bois de Gière, tout ceci dans une humeur conviviale !
-  450 M
-  6 €
-  ***

Animée par **David Vogel et Michel Vinit**,
membre de la FFRP
Départ : 10h (prévoir d'arriver 30 mn avant)

21 À LA DÉCOUVERTE DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES

-  2H
-  NC
-  12 €
-  ***

Animée par **Colette Bittozzi**,
Herboriste et phytothérapeute
Départ : 10h (prévoir d'arriver 30 mn avant)







22 RANDO VTT DES HAUTES TERRES DE PROVENCE

-  3H
-  800 M
-  6 €
-  ***

Avec votre VTT, prenez la direction de la montagne de Barse et de Montsérieux pour un parcours difficile, technique et sportive.

Animée par **Cyril Lagarde**,
Départ : 10h
(prévoir d'arriver 30 mn avant)

23 À LA DÉCOUVERTE DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES

-  2H
-  NC
-  12 €
-  ***

Animée par **Colette Bittozzi**,
Herboriste et phytothérapeute
Départ : 13h30 (prévoir d'arriver 30 mn avant)

24 RANDO CONTÉE ET LAND'ART

-  2H30
-  100 M
-  6 €
-  ***

Une randonnée qui vous embarque dans une histoire artistique dont vous êtes aussi le héros. Sur le chemin, vous trouvez écorces, plantes, fleurs et créez une œuvre d'art temporaire. Créativité et amusement garantis pour petits et grands.

Animée par **Christophe Delahaye**,
Départ : 14h (prévoir d'arriver 30 mn avant)



LE RÉCAP' DES RANDONNÉES

Date	n°	Accompagnateur	Nom de la randonnée	Heure de RDV	Départ	Tarif par personne
16 oct.	1	Jean-Simon PAGES	Géologie autour de la Tête du Pape	7h30	8h	6,00 €
16 oct.	2	André MAUREL	À travers le bois de l'Ubac	7h30	8h	6,00 €
16 oct.	3	Patrick COLLOMBON	Écologie des champignons	8h	8h30	6,00 €
16 oct.	4	David VOGEL	Chemin de la Combe	8h30	9h	6,00 €
16 oct.	5	Valérie-Claude SOURRIBES	Arbres sénescents et biodiversité du Grand Bois	8h30	9h	6,00 €
16 oct.	6	Olivier Tanga	De l'oratoire au col de Clapouse à tire d'ailes : L'échappée belle	8h30	9h	6,00 €
16 oct.	7	Colette Bittozzi	A la découverte des plantes sauvages comestibles	9h30	10h	12,00 €
16 oct.	8	Henri Mevolhon	Balade en VAE	9h30	10h	6 €/40 €*
16 oct.	9	Colette Bittozzi	A la découverte des plantes sauvages comestibles	13h	13h30	12,00 €
17 oct.	10	CYRIL Lagarde	Rando VTT des Hautes Terres de Turriers	9h30	10h	6,00 €
16 et 17 oct.	11	Emilie Vautrin	Découverte sensorielle autour du village	13h30	14h	6,00 €
16 et 17 oct.	12	Marc LINARES	Itinérance Sauvage	8h	8h30 le 16 oct.	80,00 €
16 oct.	13	Jean-François PIZZABALA	Crête des Barses	8h	8h30	6,00 €
17 oct.	14	Jocelyne AGUILLON	Crête des Mélézes	8h	8h30	6,00 €
16 et 17 oct.	15	Jean-François PIZZABALA	Itinérance Sportive (rando n° 13 et 14 avec hébergement)	8h	8h30 le 16 oct.	80,00 €
17 oct.	16	Enzo GHIRARDINI	Nature et paysage d'automne : Pointe d'Eyroles et Gde Gautière	7h30	8h	6,00 €
17 oct.	17	Patrick COLLOMBON	Écologie des champignons	8h	8h30	6,00 €
17 oct.	18	Christophe DELAHAYE	Bain de forêt méditative	8h30	9h	6,00 €
17 oct.	19	Henri MELVOLHON	Balade en VAE	8h30	9h	6 €/40 €*
17 oct.	20	David VOGEL	Crête de Picouse	9h30	10h	6,00 €
17 oct.	21	Colette Bittozzi	A la découverte des plantes sauvages comestibles	9h30	10h	12,00 €
17 oct.	22	CYRIL Lagarde	Rando VTT des Hautes Terres de Turriers	9h30	10h	6,00 €
17 oct.	23	Colette Bittozzi	A la découverte des plantes sauvages comestibles	13h	13h30	12,00 €
17 oct.	24	Christophe DELAHAYE	Rando conté Land'Art	13h30	14h	6,00 €

POUR PLUS D'INFOS

- Consultez le programme complet ci-joint

- Rendez-vous sur

www.faitesdesrandos.fr

ou sur

www.sisteron-a-serreponcon.com

INFORMATIONS SANITAIRES

- Pass sanitaire requis pour accéder à l'événement.

Port du masque obligatoire dans les zones d'accueil, de départ et espaces clos.

- Gel hydroalcoolique ou lavage des mains obligatoire avant d'accéder à l'accueil. Pensez à prendre votre flacon en randonnée pour la sécurité de tous.

- Distanciation physique de minimum 1m entre chaque participant.

POUR VOUS INSCRIRE, 2 SOLUTIONS

- Remplissez le bulletin d'inscription (à l'intérieur du livret programme ou téléchargez-le sur www.faitesdesrandos.fr) et renvoyez-le, accompagné de votre règlement avant le 7 octobre 2021 (sauf pour les rando n° 12 et 15) à :

Hautes Terres de Provence®

Maison du Tourisme

04250 Le Caire

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

Hautes Terres de Provence® (Le Caire - 04 92 68 40 39) / Sisteron (04 92 61 36 50) / Laragne (04 92 65 09 38) / Orpierre (04 92 66 30 45) / Rosans (04 92 66 66 66) / Serres (04 92 67 00 67) 9

INFORMATIONS PRATIQUES

PARTICIPATION POUR LES RANDONNÉES

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

SAUF

- Rando n°7 - 9 - 21 et 23 : 12 € / personne
- Rando n°8 - 19 : 6 € sans location VAE ou 40 € avec location d'un VAE
- Rando n°12 et 15 : 80 € / personne (voir page5-6)

LIEU DE RENDEZ-VOUS

Le lieu de rendez-vous pour le départ de votre randonnée est à la salle des sports de Turriers (04250, Alpes de Haute Provence)

Sisteron - Turriers = 45 minutes

Laragne - Turriers = 55 minutes

Gap - Turriers = 45 minutes

Café/thé/jus de fruits/viennoiseries offerts à l'accueil, si les conditions sanitaires le permettent !

LES ANIMATIONS SUR PLACE

- Exposition mycologique en présence de Patrick Collombon, mycologue
- Exposition photographique de Marianne Harroue
- Exposition « Les plantes du massif des Monges » de Pierre Laroche
- Exposition sur la chauve-souris en partenariat avec l'Unesco Géoparc de Haute-Provence
- Présence de la Maison d'éditions Naturalia - Dédicaces d'auteurs de 16h à 19h le samedi.
- Présence de l'Office de Tourisme Intercommunal Hautes Terres de Provence® avec mise à disposition de documentation touristique

À PRÉVOIR

- Port du masque obligatoire avant et après votre randonnée ainsi que lorsque la distanciation physique n'est pas possible. Utilisation du gel hydroalcoolique ou lavage des mains obligatoire durant votre passage. Distance de minimum 1m entre chaque participant fortement recommandée.

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

- Panier et couteau pour la sortie mycologie.

Attention : Les chiens ne sont pas autorisés.

INSCRIPTIONS

Deux possibilités pour vous inscrire aux randonnées :

- En renvoyant le bulletin de participation présent à la fin de ce programme accompagné de votre règlement à l'adresse indiquée sur le bulletin

- En déposant le bulletin et votre règlement dans l'un des offices de tourisme Sisteronais-Buëch

Attention !! Le programme peut-être revu et adapté en fonction des conditions météorologiques, sanitaires et de l'état des sentiers de randonnées.

LÉGENDE



Durée de la randonnée



Tarif de la randonnée



Dénivelé



Niveau de la randonnée



POUR VOUS INSCRIRE, 2 SOLUTIONS

- **Remplissez le bulletin d'inscription ci-dessous et renvoyez-le**, accompagné de votre règlement avant le 7 octobre 2021 à :

**Hautes Terres de Provence®
Maison du Tourisme
04250 Le Caire**

- **Remplissez le bulletin d'inscription ci-dessous et déposez-le**, accompagné de votre règlement dans l'un des **Offices de Tourisme du Sisteronais-Buëch** :
Hautes Terres de Provence® (Le Caire - 04 92 68 40 39) / Sisteron (04 92 61 36 50) / Laragne (04 92 65 09 38) / Orpierre (04 92 66 30 45) / Rosans (04 92 66 66 66) / Serres (04 92 67 00 67)

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

NOM

Prénom

Code Postal | | | | |

Tél. / / / /

E-mail :

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

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



7^{ÈME} ÉDITION

FAITES DES RANDONNÉES

LES 16 ET 17 OCTOBRE 2021



LES HAUTES TERRES
DE PROVENCE®
OFFICE DE TOURISME



Communauté de Communes
du Sisteronais-Buëch



UNESCO
GÉOPARC
HAUTE
PROVENCE

