



## *Le Queyras en famille*



En famille de 8 à 15 ans - 7 jours / 6 nuits - Alpes du Sud

Vous cherchez une première expérience encadrée du Trek? alors ce séjour est fait pour vous. Ici vos enfants et petits enfants découvriront le véritable sens du voyage à pied tout en étant dans un cadre sécurisé encadré par des professionnels de la montagne.

Venez-vous ressourcer en famille dans ce joyau des Alpes du sud et admirer les lacs d'altitude du parc régional du Queyras De St Véran à la vallée du haut guil en passant par les hautes vallées piémontaises, le Mont Viso le col Agnel. Accompagné par un cheval, merveilleux compagnon de route pour petits et grands, partez à la découverte de ces miroirs des cimes ; véritables sources de vie en équilibre fragile.

Ce circuit de randonnée itinérant sur la frontière transalpine entre l'Italie et la France adopte un rythme idéal pour initier vos enfants à la marche. La flore et la faune sauvage très présentes, les sommets accessibles et les petits villages typiques de la région seront autant de points d'accroche pour entraîner vos enfants à la découverte de cet univers montagnard ! L'itinéraire vous permettra de bénéficier de journées équilibrées entre randonnée, temps libres et activités pour les enfants. L'organisation des journées permettra aux enfants d'en profiter tout en respectant leur rythme. Une pause goûter est prévue le matin et l'après-midi. Tout au long de votre séjour, vous serez accueillis dans des gîtes confortables. Vous découvrirez aussi la vie au grand air en passant une nuit en bivouac sous tente. Pour les enfants, la présence d'un animal de bât sera aussi un élément de divertissement et de motivation pour gravir les sentiers. Par ailleurs, votre accompagnateur ne manquera pas de vous partager ses connaissances sur la géographie, la faune et la flore locales...

## *Points forts du séjour*

- *Une découverte du trek en famille*
- *Mon premier sommet à 3000*
- *Les baignades dans les lacs*
- *Une nature sauvage avec des sommets de plus de 3000m*
- *Une faune et une flore exceptionnelles et diversifiées*

## *L'état d'esprit MDC*

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous. Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à nos yeux, les référents de leur territoire. Mais aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles.

Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

*.... Bienvenue chez les Marcheurs Du Caroux*

## Le programme:

Rendez-vous du 1er jour, le samedi :

**14h45 à Prats Hauts, 05350 CHATEAU VILLE VIEILLE.**

Fin du séjour:

**A 17h le dernier jour (vendredi) à Prats Hauts.**

### • JOUR 1: ACCROBRANCHES ET DEBUT DU VOYAGE!!!

En minibus, nous vous conduirons au Parc des Amoureux pour une après-midi accrobranche, histoire de faire connaissance.

A 18h, transfert à Prats Hauts pour la préparation des sacs de bâts pour la semaine de randonnée. Rencontre avec votre accompagnateur qui vous présentera les ânes et le programme de la semaine.

Nuit en gîte d'étape en chambre familiale.

### • JOUR 2: LAC DE LA BLANCHE

De Prats Hauts puis court transfert pour Saint-Véran. Départ pour le fond de la vallée de Saint-Véran. Passage près de l'ancienne mine de cuivre de Saint-Véran puis la chapelle de Clausis. Traversée au pays des marmottes jusqu'au lac de la Blanche.

Installation du bivouac puis soirée autour du feu de camp.

Nuit sous tente, douche possible au refuge, possibilité de repas au refuge en cas de pluie.

**3h30 de marche. D+ 500m / D- 500m.**

### • JOUR 3 : LAC DE LA NOIRE

Le refuge de la Blanche se trouve au pied de l'imposante tête d'Etoilie. Nous vous proposons au cours de cette 2ème journée d'en faire le tour. Le cheval reste au camp de base avec les affaires et départ pour cette randonnée aux trois cols, à cheval sur l'Italie et la France. Passage du col de la Noire, lac de la Noire, lacs du Longet, col du Longet, col du Blanchet, lacs du Blanchet, refuge de la Blanche. Une journée dans des espaces insolites, des lacs et des paysages à couper le souffle. Nuit en refuge.

**6h de marche. D+ 650m / D- 650m.**

### • JOUR 4: COL DE CHAMOUSSIERE

Départ pour le Col Agnel et son refuge. Ascension de votre premier 3 000 m avec une vue imprenable sur le mont Viso, le Piémont italien et le massif des Ecrins. Col de Chamoussière puis refuge Agnel. Nuit en refuge.

**5h30 de marche. D+500m / D- 400m.**

### • JOUR 5: HAUTE VALLEE DU GUIL

Départ pour le petit village de la Monta, dans la vallée du Viso. Passage du col Vieux puis descente de la fameuse vallée des lacs. Nuit en gîte.

**5h30 de marche. D+ 200m / D- 1100m.**

- **JOUR 6: CIABO DEL PRA**

En route sur les traces de nos ancêtres vers le col Lacroix, haut lieu de passage pour le transport du sel entre l'Italie et la France. Passage à proximité du refuge Napoléon. Une étape sur des chemins muletiers chargés d'histoire jusqu'à la frontière Italienne.

Descente sur le petit village Piémontais de Ciabo Del Pra. Nuit au refuge de Jervis.

**5h30 de marche. D+ 600m / D- 600m**

- **JOUR 7: COL LACROIX**

Départ du refuge de Jervis et ses fameux repas italiens pour le vallon d'Urine, montée au col, au pied du majestueux Pelvas. Descente dans le Vallon pastoral d'Urine jusqu'au hameau typique de Valpreveyre. Selon les conditions d'enneigement au col d'Urine et le niveau du groupe, le retour pourra se faire par le col Lacroix puis descente sur l'Echalp.

Transfert vers 17h à Prats Hauts et fin du séjour

**6h de marche. D+ 700m / D- 700m**

## LE TEMPS - LES DENIVELES

Données importantes avant votre inscription							
	Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Temps de randonnée	-	3h30	6h	5h30	5h30	5h30	6h
km en randonnée	-						
Dénivelé positif	-	500m	650m	500m	200m	600m	700m
Dénivelé négatif	-	500m	650m	400m	1100m	600m	700m
autre activité	Accrobranche	-	-	-	-	-	-
Temps autre activité	2h30	-	-	-	-	-	-
Km autre activité	-	-	-	-	-	-	-
Dénivelé positif	-	-	-	-	-	-	-
Dénivelé négatif	-	-	-	-	-	-	-

\* le dénivelé positif en canyon correspond à la remontée à la fin de l'activité pour revenir au point de départ. Cette remontée est dure. son temps est estimé à 20min et se fait d'une seule traite.

**Temps de marche:** estimation des randonnées durant le séjour sur une base de 2,5km/h en moyenne

**Temps d'activités:** temps extra au temps de marche en fonction des activités du jours (vélo, canyon, accrobranche)

### A LIRE IMPERATIVEMENT:

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction.

Pour des raisons logistiques de disponibilité, l'itinéraire pourra être réalisé dans les deux sens, sans information préalable de notre part.

Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté tels que les conditions climatiques peuvent en modifier le déroulement. Des décisions de modification du séjour (modification de tracé ou transfert entre les hébergements) peuvent être prises au fil des jours par l'organisateur (direction et/ou accompagnateur), responsable de ce voyage.

Nous attirons votre attention sur le fait que ce séjour se déroule en zone de montagne. Il est donc nécessaire que chacun des participants en ai conscience tant au niveau du respect de l'environnement et des habitants mais surtout concernant le niveau d'engagement que cela nécessite. Il est donc indispensable de se préparer à ce type de séjour et d'informer « Les marcheurs Du Caroux » de toutes problématiques liées à la santé des participants. Les enfants sont sous la responsabilité des parents lors des baignades quotidiennes. L'accompagnateur n'a aucune compétence de surveillant de baignades.

## *Quelques définitions:*

**Accrobranches:** Activité de plein air nomade et temporaire permettant de grimper directement sur les branches des arbres jusqu'à leur cime tout en étant assuré par une corde, comme en escalade. Parcours aventure qui consiste en un déplacement horizontal sur des câbles d'acier fixes dans un parc d'attractions forestier.

**Randonnée pédestre:** La randonnée pédestre est une activité de plein air qui s'effectue à pied en suivant un itinéraire, balisé ou non, seul ou en groupe. C'est à la fois un loisir de découverte et une forme d'épanouissement de soi, tout en étant un sport facilement accessible et praticable.

## *Les dates 2021:*

- du 03 au 09 juillet
- du 10 au 16 juillet
- du 17 au 23 juillet
- du 24 au 30 juillet
- du 31 juillet au 06 Août
- du 07 au 13 Août
- du 14 au 20 Août
- Du 21 au 27 Août

## *Les tarifs 2021:*

- 695€ par adulte
- 550€ par enfant de 8 à 15 ans

### *Le prix comprend:*

- L'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du dernier jour sauf les boissons
- Les activités
- L'encadrement
- Le transport des bagages
- Les animaux de bât

### *Le prix ne comprend pas:*

- Le trajet de votre domicile au lieu de rendez-vous et retour
- Les dépenses personnelles
- Les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). responsabilité civile obligatoire
- Les boissons

## Les hébergements et les repas:

### Les hébergements:

L'hébergement se fait en refuge confortable, le temps d'une soirée, vous prendrez le repas autour du feu de camp.

Chambre de 4 à 10 personnes. Douches chaudes et repas chauds tous les soirs.

Le deuxième soir, vous serez sous tente de 2 personnes, les tentes seront montées à votre arrivée, vrai matelas et bonne couette bien chaude !

### Les repas:

Des repas copieux et savoureux : petits déjeuners et dîners pris dans les hébergements, pique-niques à midi.

## Le niveau



*Niveau modéré:* Accessible aux enfants à partir de 8 ans. Altitude des hébergements : 1600m à 2400m. Dénivelé maximum : 700m. Altitude maximum de passage : 3100m

Nature du terrain : sur sentiers et terrains variés faciles de moyenne montagne. Difficultés particulières : aucune difficulté technique mais une petite pratique de la randonnée sera un plus.

## Le groupe

de 5 à 15 participants.

## Votre contact local

**contacter mathieu au** 04.92.46.71.72

## L'encadrement

Il est assuré par un Accompagnateur Moyenne Montagne diplômé vivant à l'année et originaire de la région. L'accrobranche est encadré par une société externe bénéficiant des agréments et ayant des moniteurs diplômés d'Etat.

### **SI VOUS SOUHAITEZ ARRIVER LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR**

**La Baïta du Loup à Saint Véran: 04.92.54.00.12 [www.labaitaduloup.com](http://www.labaitaduloup.com)**

**Le gîte Les Astragales à Chateau Ville Vieille: 04.92.46.70.82 [www.gitelesastragales.fr](http://www.gitelesastragales.fr)**

## L'accès:

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour vos pré-acheminements en véhicule personnel, pensez au co-voiturage. Nous avons mis à votre disposition sur notre site internet un lien direct sur le site [www.covoiturage.fr](http://www.covoiturage.fr) sur lequel vous pourrez rechercher une annonce ou déposer la vôtre.

*Si vous venez en train:*

Si vous souhaitez voyager en train vous pouvez consulter les contacts suivants :

SNCF - Tél : 3635 ou sur Internet [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr) ou [www.dbfrance.fr](http://www.dbfrance.fr)

**Gare de Montdauphin-Guillestre, ligne de Briançon (Hautes-Alpes)**

De PARIS :

Aller : train de nuit Paris/Montdauphin-Guillestre ou TGV de jour via Valence ou Grenoble.

Retour : train de nuit Montdauphin/Paris ou train de jour Montdauphin/Valence ou Grenoble puis TGV Valence ou Grenoble/Paris.

De la gare de Montdauphin-Guillestre :

- A votre arrivée à la gare, prendre la ligne régulière pour Molines-en-Queyras (car) en correspondance avec les arrivées de train en provenance de Paris ou Valence (33 km, +/- 12 €).

Renseignements et réservation des cars Montdauphin-Guillestre - Molines : 05Voyageurs : 04 92 502 505

**TRES IMPORTANT de NOUS PREVENIR afin d'organiser votre TRANSFERT A PARTIR DE LA GARE SNCF au moins 48h à l'avance en nous donnant votre heure d'arrivée au 04.92.46.71.72**

*Si vous venez en voiture:*

De Grenoble, 2 itinéraires sont possibles soit par Gap soit par le col du Lautaret et Briançon (Renseignez-vous sur l'état de la route du col au 04 92 24 44 44 (répondeur).)

De Guillestre, rejoindre Château-Queyras puis prendre la direction Molines - Saint- Véran jusqu'à Molines. A l'entrée de Molines, prendre à gauche la direction Italie, et dans le centre du village, prendre à nouveau à gauche la direction "Chalet Vie Sauvage" . A Gaudissard, prendre à nouveau à gauche la direction et suivre jusqu'à Prats Hauts (2,5 km). Parking sur place.



## *L'environnement:*

Voisin de l'Italie, traversé par les eaux du Guil qui s'écoulent vers la Durance, le Queyras bénéficie d'un climat méridional sec et méditerranéen, et jouit ainsi d'un remarquable ensoleillement.

Cependant, derrière cette description idyllique, se cache des climats saisonniers contrastés, que les hommes ont appris à domestiquer suite à plusieurs calamités :

- Les brouillards sont rares et les ciels sont fréquemment clairs et lumineux. Seule la nebbia italienne passe de temps en temps la frontière italienne.
- L'hiver, il bénéficie notamment grâce aux importantes chutes de neige apportées par le célèbre Retour d'Est, d'un enneigement intéressant permettant outre le ski de piste en station, mais aussi le ski de fond et randonnée jusqu'aux mois de mai/juin.
- Au printemps ou à l'automne d'importantes pluies peuvent être observées. Elles peuvent se cumuler à la fonte des neiges pour provoquer d'importantes crues, qui ont sculpté les berges du Guil et la physionomie des villages
- L'été, les températures sont élevées le jour (30 degrés), mais froides la nuit (des températures nulles voire négatives en plein mois d'Août à 1800 mètres ne sont pas rares).

Au moyen-âge, les hommes ne venaient que l'été dans le Queyras, restant plus bas dans la vallée pendant les périodes dures. Les villages se sont ensuite développés, subissant régulièrement des calamités (inondations, avalanches, incendies, etc.)

La vallée du Queyras, et par extension le Parc du Queyras, disposent d'un patrimoine naturel riche, avec plusieurs espèces rares et endémiques. Cette biodiversité s'explique par la géologie du territoire, faite de lacs glaciaires, de prairies d'alpage et de fonds de vallée larges : ces richesses naturelles sont d'une grande fragilité donc protégées, qui attirent chercheurs et spécialistes.

La Faune

La faune du Queyras est très riche, on y trouve toute la palette des espèces classiques de montagne :

- le bouquetin, le chamois, le mouflon, le chevreuil, la marmotte
- le gypaète, le tétras-lyre (petit coq de bruyère), la perdrix bartavelle, le lagopède alpin (perdrix blanche)
- les rapaces l'aigle royal, la chouette de Tengmalm, l'autour des palombes
- le loup, le renard
- la truite fario,
- le papillon Paon Isabelle
- la Salamandre noire de Lanza.

12 mouflons corses ont été réintroduits en 1973, 12 bouquetins italiens en 1995. Le Lynx des Alpes et l'Ours (Ristolas) ont disparu.

Flore d'exception

Le climat particulier du Queyras (peu de pluie, soleil abondant) est propice au développement d'une flore d'une extrême variété, bien représentative de la flore alpine. Les botanistes chercheurs ou en herbe ne sont pas rares. La flore originale du Queyras comprend de nombreuses espèces protégées :

- les espèces classiques de montagne : ancolie des Alpes, les saxifrages, mais aussi l'Edelweiss et le Génépi
- des espèces originales : le génévrier arborescent Thurifère, l'astragale queue de renard, l'androsace alpine, le lis martagon

## *Se préparer au départ*

**Vos affaires seront transportées par un animal de bât. Vous transfèrerez vos vêtements dans des sacs spéciaux, étanches et résistants. Nous vous fournirons des sur-sacs plastiques, mais vous ne pourrez pas insérer un sac de voyage dans ces sacs de bât.**

**Le poids des sacs ne pourra pas excéder 6kg, mais vous pourrez retrouver vos sacs de voyages en milieu de séjour pour échanger des affaires.**

Ce circuit se déroule à une altitude moyenne de 2300m, avec un point culminant à 3100m (jour 3) et un dénivelé maximum ne dépassant pas 700m par jour. L'altitude des hébergements se situe entre 1600m et 2400m. L'altitude est tout à fait adaptée à un niveau enfant. Votre progression de fera sur des sentiers et terrains de moyenne montagne variés et sans difficultés techniques particulières.

Les réseaux portables ne fonctionnent pas les jours 2, 3, 4, 5 et 6

### EQUIPEMENTS CONSEILLES

#### *Les vêtements*

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- T-shirts "respirants"
- 1 sous-pull "respirant" ou chemise à manches longues
- 1 polaire ou pull
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de randonnée
- 1 tenue de rechange confortable pour le soir
- 1 coupe-vent ou veste type "Gore-tex"
- 1 cape de pluie
- 1 pantalon imperméable type "Gore-tex" ou guêtres (facultatif)
- 1 maillot de bain
- Sous-vêtements
- Chaussettes de randonnée
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville
- 1 paire de chaussures de rechange pour le soir

#### **La liste des enfants :**

- ton maillot de bain
- ton chapeau ou ta casquette
- ton bonnet
- ton coupe-vent
- tes chaussures de randonnée (bien vérifier la taille avant de partir !)

### *Equipement:*

- 1 paire de lunettes de soleil de qualité
- 1 gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- 1 crème solaire
- 1 couverture de survie (facultative)
- 1 petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type "Compeed"...)
- 1 nécessaire de toilette (produits biodégradables de préférence)
- 1 serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- 1 rouleau de papier toilette
- Boule Quies (facultatif)
- 1 lampe frontale ou lampe de poche
- 1 drap sac pour les nuits en gîte et en refuge

Pour la nuit sous tente, les couettes sont fournies, éviter les sacs de couchages qui sont trop volumineux pour les sacs de bats

- 1 couteau de poche
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, documents d'identité...
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants
- Un sac à dos pour les randonnées (35/45 litres)

### **La liste des enfants :**

- ta brosse à dents
- tes lunettes de soleil
- ta gourde de super héros ou de princesse
- ta lampe de poche
- tes crayons et carnet si tu aimes dessiner
- ton doudou préféré
- 1 ou 2 jouets mais attention pas besoin de ramener toutes tes collections !
- Un petit jeu de société à partager avec tes amis
- ton sac à dos

Petite pharmacie personnelle: vos médicaments habituels, médicaments contre la douleur: paracétamol de préférence, bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large), jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes, double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...), répulsif anti-moustiques (facultatif).

### *Pour les pique-niques:*

- **1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.**
- **1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.**
- **1 boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.**

### *En + pour vos enfants:*

Utiliser une crème d'indice de protection solaire élevé (coeff. 50 au minimum) et comprenant une filtration des UVA à appliquer sur toutes les zones exposées en couches épaisses toutes les deux heures, même en cas de couverture nuageuse, et après chaque bain. Pour leur santé nous vous conseillons des crèmes solaires minérales.

Les lunettes de soleil bien enveloppantes avec un indice de catégorie CE 3 ou 4 sont indispensables. Elles préviennent les lésions solaires de la rétine et de la cornée, en bloquant 99% des UV. N'hésitez pas à en prévoir une paire supplémentaire de rechange en cas de perte !

Enfin, prévoyez une gourde car il est important de donner régulièrement à boire et tout aussi important pour les parents de donner eux-mêmes l'exemple ! Un petit sac à dos ajusté à la taille de votre enfant lui offrira une certaine autonomie.

### *Les assurances:*

**Vous devez être titulaire d'une responsabilité civile personnelle.**

**En cas de problème particulier de santé, permanent ou occasionnel, vous devez impérativement nous en tenir informé afin que nous puissions nous organiser pour votre sécurité et celle du groupe.**

**Nous pouvons, lors de votre arrivée, vous demander un certificat médical datant de moins de 1 an Assurance ANNULATION VOYAGE disponible sur notre site à l'inscription au séjour.**

**Nous sommes titulaire d'une RESPONSABILITE CIVILE PROFESSIONNELLE et de la GARANTIE VOYAGES auprès de GROUPAMA. Si vous le souhaitez, nous pouvons vous transmettre ces documents par demande par mail.**