

ALPES

# Rando avec un âne face aux glaciers de la Meije

- Une aventure en autonomie avec des animaux de bât : une mule + un âne.
- Une « vraie expérience » montagne avec des nuits en refuges.
- La montée en téléphérique pour rejoindre les glaciers à 3 200 m.

À PARTIR DE	<b>695 €</b>
DURÉE	5 jours
TYPE	Voyage en famille
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Randonnée

Pour se retrouver en famille et prendre un grand bol d'air pur, rien de tel qu'une randonnée à la montagne. Pour que nos jeunes baroudeurs vivent une expérience inoubliable, nous avons réunis les ingrédients essentiels à une aventure en altitude, labélisé « Esprit Parc National » : un paysage grandiose face aux plus hauts glaciers des Alpes du Sud, des lacs et des marmottes, des hébergements insolites en pleine montagne.

En compagnie d'un âne, d'une mule et de notre accompagnateur, nous partons en autonomie pendant plusieurs jours au pays de la Meije. La petite cerise sur le gâteau : nous terminons la semaine au pied des glaciers à plus de 3 000 m...L'occasion d'observer de près les changements climatiques actuels.

La labélisation de ce séjour est une reconnaissance institutionnelle qui met en valeur nos actions de sensibilisation du milieu montagnard, d'engagement vers le développement durable, d'information et de valorisation des paysages et du patrimoine rencontrés.



# Itinéraire

## JOUR 1

### **La Grave (1480m) – Vallon de la Buffe (1975m)**

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 680 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 115 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE |  
PETIT-DÉJEUNER : LIBRE

RDV à 9 h 00 à La Grave (1 480 m). Temps d'échange concernant les dernières informations de votre itinéraire puis présentation des animaux et des gestes utiles au séjour.

Pour cette première journée, nous quittons le village mythique de La Grave pour rejoindre les hameaux perchés qui dominent la vallée. Nous profitons de cette première balade pour faire connaissance dans le groupe, mais aussi avec les animaux et nous abordons les premières notions de la vie en montagne. Au pied des sommets du vallon de la Buffe, culminants autour de 3 000 m, nous rejoignons notre nid insolite pour la nuit au cœur de la montagne !

## JOUR 2

### **Vallon de la Buffe (1975m) – Refuge les Mouterres (2250m)**

MARCHE : 4H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 425 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 110 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Nous voilà sur les sentiers autrefois empruntés par les colporteurs et habités aujourd'hui par les bergers. Nous découvrons avec nos enfants que cette activité pastorale est organisée pour gérer et valoriser l'espace naturel. Pour la soirée, oublions tablette et smartphone, ce soir notre fond d'écran sera simplement la Meije qui domine ce deuxième refuge où nous passons la nuit !

## JOUR 3

### **Refuge Les Mouterres (2250m) – Plateau d'Emparis (2365m) – Le Chazelet (1775m)**

MARCHE : 4H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 245 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 695 M | HÉBERGEMENT : YOURTE OU REFUGE

Aujourd'hui, toujours face au Doigt de Dieux, nous rejoignons le célèbre Plateau d'Emparis. Dure journée : écouter siffler les marmottes, tremper pieds dans un lac, s'allonger dans les herbes haute et pour terminer passer dans un petit hameau en pierre, avec sa petite tribu et toujours face à la Meije.

#### JOUR 4

### **Le Chazelet (1775m) - Villard d'Arene (1650m)**

MARCHE : 4H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 545 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 680 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE

Cette nouvelle journée est l'occasion de voir le travail de l'homme sur la nature : saurons-nous lire le paysage pour identifier l'importance du choix d'implantation des hameaux, les indices des aménagements pour l'agriculture ?

Selon la forme du groupe, nous pourrions opter pour rejoindre le petit sommet de l'Aiguillon ( 2095m) ou alors nous pourrions rejoindre tranquillement notre hébergement en flânant le long de la Romanche.

#### JOUR 5

### **Villard d'Arene (1650m) - Glacier de la Meije (3200m) - La Grave (1480m)**

MARCHE : 4H | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 750 M | DÎNER : LIBRE

Pour terminer la semaine, nous prenons la direction des hauts sommets ! Direction La Grave, puis après avoir laissé les animaux proches de la rivière, nous prenons le téléphérique de la Meije pour rejoindre les glaciers observés toute la semaine ! Pendant notre dernière randonnée, nous comprenons avec nos enfants l'évolution, le fonctionnement des glaciers et également les effets du réchauffement climatique sur ce milieu fragile. En option, nous pouvons même en profiter pour pénétrer au cœur du glacier et visiter la grotte de glace. Retour dans la vallée en téléphérique. Dispersion autour de 17h00.

#### À NOTER

- Cet itinéraire est fourni à titre indicatif : suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide de haute montagne peut en effet modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.
- Ce voyage a été construit en collaboration avec Huwans et nos partenaires locaux, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant nos savoir-faire et nos expériences du voyage. Par conséquent, vous pourriez retrouver des voyageurs de ces agences dans votre groupe.

# Dates & prix

**AUCUNE DATE N'EST DISPONIBLE POUR L'INSTANT...**

*(informations au 30/09/2022)*

## ✓ LE PRIX COMPREND

- La pension complète du lundi midi au vendredi midi
- L'encadrement de la randonnée par un accompagnateur-ânier
- Le transport des bagages par les animaux
- La redevance pour le téléphérique

## ✗ LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne

Les accès au lieu de rdv

### **À payer sur place :**

- Les dépenses personnelles.
- Les boissons.
- Les pourboires à l'équipe d'encadrement sur place (à votre discrétion).

## ASSURANCES AU CHOIX

- **L'assurance assistance rapatriement :**  
2,5 % du voyage par personne
- **L'assurance multirisque :**  
4,1 % du voyage par personne
- **L'assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :**  
5 % du voyage par personne
- **L'assurance COVID (complémentaire à l'assurance multirisque ou premium) :**  
1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.



# Détail du voyage

## NIVEAU

Randonnée de 4 heures de marche en moyenne comportant une dénivellation moyenne de 400 à 600 m en montée et/ou descente. Le rythme de marche est régulier, adapté à tout le monde, privilégiant l'aspect découverte à l'aspect sportif. L'accompagnateur prendra toujours soin à veiller sur le bien-être de tous les participants et en particulier des enfants. Pour les plus petits : attention, l'âne ne porte pas les enfants. C'est une des raisons pour laquelle nous ouvrons cette randonnée aux enfants à partir de 6 ans.

## ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'état, spécialiste du Queyras. Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Etre disponible et à votre écoute.

## ALIMENTATION

Le repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes. La restauration servie dans les gîtes d'étape est équilibrée et variée. Les paniers repas nous seront fournis directement par l'hébergeur.

## HÉBERGEMENT

En gîtes d'étape et refuges de montagne. La formule gîte d'étape ou refuge offre un hébergement réservé presque essentiellement aux randonneurs. Les nuits s'organisent en petit dortoir ou en chambre familiale avec sanitaires dans les chambres ou à l'étage.

## HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

RDV le J01 à La Grave à 9 h 00

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route, vous disposerez d'un numéro d'urgence sur votre convocation.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train / car ou voiture...
- Votre jour d'arrivée.

## ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

### INFORMATION ACCÈS TRAIN

Renseignements : [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)

o En venant du nord :

- Liaison quotidienne par train couchette de Paris à Briançon (gare d'Austerlitz)
- Ligne TGV vers Valence puis correspondances par TER pour Briançon
- Ligne TGV vers Grenoble

o En venant du sud :

- Ligne TER Marseille-Briançon

Depuis Grenoble ou Briançon, vous devez ensuite prendre le car : Ligne 35. Pour connaître les horaires 2022, se rendre sur le site <https://zou.maregionsud.fr/>. Vous descendez directement à l'arrêt La Grave.

### INFORMATION ACCÈS VOITURE

En arrivant du nord

- (Grenoble) rejoindre Briançon par le col du Lautaret.
- Possibilité en arrivant également du nord (Lyon, Annecy, Chambéry) d'emprunter l'autoroute vers la Maurienne et le tunnel du Fréjus. Sortir à Oulx et franchir le col du Montgenèvre ou col de l'Échelle.
- Par la Maurienne, l'été il est également possible de gagner les Hautes-Alpes par le col du Galibier en quittant l'autoroute à Saint-Michel (superbe !)

Depuis le sud, suivre la direction Gap puis Embrun.

## DISPERSION

Dispersion le J05 à la fin de la randonnée vers 17h00 à La Grave.

Pour les personnes arrivées en car, correspondance avec la liaison vers Grenoble ou Briançon.



## SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Si vous souhaitez arriver la veille :

- Hôtel le Castillan – La Grave : 04 76 79 90 04
- Gîte les Mélèzes – Villard d'Arène : 04 76 79 90 59
- Hôtel le Faranchin – Villard d'Arène : 04 76 79 90 01

## PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Vous pouvez stationner sur les parkings proches du téléphérique ou de l'office de tourisme

## DÉPLACEMENT

Sur ce circuit, il n'y a pas de transfert de bagage en taxi : Vos affaires personnelles sont transportées directement par les animaux de bât.

**Lors de la confection de vos affaires, vous devez prévoir l'essentiel :** dans votre sac à dos, vous prévoyez vos affaires pour la journée, et dans un autre sac (type sac de sport) vous prévoyez des affaires pour le soir. Entraînez-vous à la maison : vos affaires de rechange doivent tenir dans un petit sac poubelle équivalent à 15l, soit l'équivalent de 4 kg maximum par pers maximum.

Le jour 1, vous finaliserez la préparation des bâts avec l'accompagnateur. Vos affaires préparées dans le sac de sport seront transférées dans des petites sacoches. Les affaires superflues seront laissées à la voiture ou portées par vos soins dans votre sac à dos.

La journée, les enfants peuvent marcher avec un petit sac léger (10 l), les adultes peuvent marcher avec un sac léger (30 l à 35 l). Attention, pour vos enfants, pensez à prévoir leurs petits goûters préférés. Les hébergeurs fournissent quelques vivres de course, mais les enfants sont toujours gourmands et un petit goûter à leur façon leur fera toujours plaisir dans les moments difficiles.

## POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

# Équipement

## VÊTEMENTS À PRÉVOIR

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse)
- une veste en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit d'ajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemie du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidit lors des pauses.

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF® et 1 paire de gants léger pour se protéger du froid en altitude
- 1 tee-shirts manches courtes adapté à l'effort (type microfibre synthétique ou naturel)
- 1 vêtement isolant type : polaire ou doudoune
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda adapté à la marche
- 1 paire de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche

Pour le soir à l'hébergement pour la famille

- nécessaire de toilette
- vos affaires de rechange
- 1 draps de sac et un petit duvet léger (obligatoire pour les raisons sanitaires actuelles)

## EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Le matériel indispensable pour les adultes

- 1 sac à dos de 30/35 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- 2 bâtons télescopiques
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram.  
Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- 1 paire de lunettes de soleil catégorie 3
- 1 thermos pour une boisson chaude ou froide
- 1 gourde (prévoir minimum 1,5l/pers) ou poche à eau type « Camel back » avec pipette
- 1 petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques
- des vivres de course
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confiés à l'hôtel durant le séjour)
- 1 couverture de survie
- papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- crème solaire indice 4
- 1 maillot de bain

Le matériel indispensable pour les enfants

En randonnée, il est bien que chaque enfant dispose de son sac à dos. Il convient aux parents d'adapter la charge. Celle-ci ne doit pas dépasser 15 à 20% du poids de l'enfant. Son sac à dos doit lui permettre de transporter sa gourde et sa veste de randonnée. Il pourra en plus y glisser ses petits objets qui lui tiennent à coeur. Le sac de votre petit baroudeur doit être adapté, et lui permettra de faire comme papa et maman. De quoi le motiver pour la journée !

- Un sac à dos de 15 à 20l adapté à la taille du dos de votre enfant, avec idéalement une petite ceinture ventrale.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville, à semelle type Vibram.
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- 1 gourde ou poche à eau type « Camel back » avec pipette (0,5l à 1l selon l'âge de vos enfants)
- 1 petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques
- des vivres de course
- 1 maillot de bain

## BAGAGES

- 1 bagage principal pour vos affaires pour le séjour
- 1 sac à dos pour les affaires de la journée (30-35l pour les adultes) (10-15l pour les enfants)

## PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'emporter vos médicaments personnels et :

- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre
- Somnifère léger
- Boules Quies
- Antibiotique à spectre large
- Vitamines C

Liste non exhaustive, à adapter avec votre médecin.

# Formalités & santé

## PASSEPORT

Non

## VISA

Non

## CARTE D'IDENTITÉ

Oui

## VACCINS

Non

## RECOMMANDATIONS SANITAIRES

### INFORMATIONS MESURES SANITAIRES COVID-19 :

Sur nos séjours en France, toutes les mesures nécessaires ont été prises afin de respecter les consignes sanitaires formulées par le gouvernement:

- Dans les hébergements et restaurants, les sanitaires (toilettes comme salles de bain) sont désinfectés plusieurs fois par jour.
- En refuge, la distanciation est mise en place selon un protocole propre à chaque refuge (un lit sur deux ou encore éloignement des lits), les couvertures et les draps ne sont pas proposés par l'hébergement. Il sera donc nécessaire d'apporter votre propre duvet et drap de sac.
- Dans les hôtels, les règles sont aussi respectées, notamment dans les espaces communs (salon et restauration en autre). Dans les chambres, les draps et couvertures sont fournis.
- Le port du masque sera obligatoire lors des transferts en véhicules qui sont désinfectés avant et après chaque déplacement.

Lors de voyage en groupe, votre guide sera à votre écoute pour répondre au mieux à vos questions. Aussi, nous n'imposons pas la chambre individuelle pour les personnes qui s'inscrivent seules. Vous partagez alors la chambre, les sanitaires et la salle de bain avec une autre personne. Cela induit que vous acceptez d'assumer les conséquences de cette promiscuité. Vous pouvez toutefois décider de réserver une chambre individuelle moyennant un supplément et sous réserve de disponibilité.

Nos équipes locales mettent tout en oeuvre afin que votre voyage se passe dans les meilleures conditions possibles et que vos vacances se passent magnifiquement bien. Vous avez raison de nous faire confiance.