



ALLIBERT TREKKING
Guides par passion



France - Provence-Méditerranée Escapade en Baronnies Provençales

4 jours à partir de 425 €

Liberté

Confort

Hôtel Hébergement confort

Randonnée Niv. 3

Appli Mon Roadbook

📍 Circuit Itinérant

Réf : M317

Le voyage

- ▲ Une itinérance au cœur du Parc Naturel des Baronnies Provençales.
- ▲ La douceur des villages provençaux, entre Pré-alpes et Drôme Provençale.
- ▲ Les gorges calcaires de la Méouge, avec vasques et cascades.
- ▲ Un itinéraire en moyenne montagne, idéal au printemps et à l'automne.
- ▲ Le choix de la formule avec ou sans transfert de bagages.



L'application Mon Roadbook est disponible sur ce circuit.

[En savoir plus >>](#)

Aux portes des Alpes du Sud et de la Provence, le Parc Naturel des Baronnies Provençales offre un territoire de moyenne montagne contrasté, encore peu fréquenté. De Serres à Barret-sur-Méouge, trois jours de marche sur le GR du Tour des

Baronnies vous mènent sur les crêtes panoramiques du rocher de Beaumont et de la montagne de Chabre à travers une mosaïque de paysages : marnes bleues, pinèdes, lavande sauvage, falaises et alpages. Chaque étape révèle un village de caractère - Orpierre, Trescléoux - et se conclut dans le confort d'un hôtel ou d'une chambre d'hôte. Vous finissez en beauté par les spectaculaires gorges de la Méouge, pour une étape rafraîchissante au fil de l'eau, où les possibilités de baignade sont nombreuses. Une immersion inédite hors des sentiers battus, entre douceur provençale et reliefs alpins.

L'itinéraire



Les voyages liberté

Voyagez quand vous voulez, avec qui vous voulez et à votre rythme ! Profitez en autonomie d'un itinéraire conçu et testé par nos guides-accompagnateurs Allibert Trekking. Véritable fil conducteur de votre voyage, votre road book personnalisé, papier ou numérique, centralise les informations nécessaires au bon déroulement de votre aventure : descriptif des journées, conseils, photos, traces GPS ou encore notes audio géolocalisées... Avant, pendant et après vos activités, vous évoluez en toute sécurité et ne manquez aucun site d'intérêt. Allibert Trekking s'occupe de la logistique : vous profitez l'esprit léger !

Points de repère

Randonnée : En traversée à la journée ou en boucle, sur sentiers balisés ou accessibles, partez à la découverte d'une région ou d'un pays en profondeur, au rythme de la marche.

Niveau 3 : (en moyenne) marche de 5 heures par jour sur sentier et/ou 600 à 800 mètres de dénivellée positive environ et/ou 15 kilomètres.

Circuit itinérant : Vous explorez une ou plusieurs régions, en faisant étape chaque soir dans un nouvel hébergement.

Confort : Une sélection de prestations supérieures aux standards locaux.

Appli Mon Roadbook : C'est dans la poche ! Notre appli exclusive jalonne votre séjour « En liberté », avant, pendant et après vos randonnées/activités. Traces GPS personnalisées, photos, notes audio géolocalisées... Vous évoluez en toute sécurité et ne ratez aucun point d'intérêt. [En savoir plus >>](#)

Durée : 4 jours

Portage : Uniquement vos affaires de la journée ou toutes vos affaires personnelles en fonction de l'option choisie

Hébergement : Hôtel, chambre d'hôte

Encadrement : Sans encadrement

Groupe : A partir de 1 personne

Période : D'avril à mi-juin et de septembre à Octobre

Au jour le jour

Jour 1

SERRES - ROCHER DE BEAUMONT - TRESCLÉOUX

Distance : 12 km - Dénivelée positive : 950 m. Dénivelée négative : 940 m. 6h de marche.

Hébergement : chambre d'hôte. Repas inclus : soir. Repas libres : matin, midi. Transfert : 5 min, 4 km.

Rendez-vous à Serres, village médiéval de caractère au carrefour de la Drôme et du Dévoluy. Court transfert à Montclus pour rejoindre le nouveau tracé du GR: vous suivez le GR de pays du Tour des Baronnies Provençales et celui de la grande traversée des Préalpes. Après avoir cheminé le long de la crête de l'Eyglière, vous arrivez au point culminant du séjour : le rocher de Beaumont (1544 m). Le sentier suit la crête des falaises qui dominent la rive droite de la vallée du Buëch, offrant des points de vue spectaculaires sur la vallée. Une échancrure dans la falaise vous permet de rejoindre rapidement le petit village de Trescléoux. Première nuit en chambre d'hôte.

Jour 2

TRESCLÉOUX - LE SUILLET - ORPIERRE

Distance : 13 km - Dénivelée positive : 750 m. Dénivelée négative : 700 m. 5h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi.

Départ à pied du paisible village de Trescléoux, vous suivez le GR ombragé en forêt. Sous le Mont de Garde, vous découvrez le relief si particuliers des marnes: ces roches sédimentaires aux couleurs bleu-gris façonnent le paysage en dunes de roches souples aux pentes arides. Après avoir rejoint le col de Garde (1062 m), vous suivez la crête jusqu'au point culminant des alentours, le Suillet (1324 m), magnifique belvédère. Vous descendez ensuite par la combe Béraude jusqu'au petit village provençal d'Orpierre, niché entre la falaise et le torrent du Céans. Court transfert à votre hébergement aux Bégues, à 5 km d'Orpierre.

Jour 3

ORPIERRE - MONTAGNE DE CHABRE - BARRET SUR MÉOUGE

Distance : 12 km - Dénivelée positive : 660 m. Dénivelée négative : 640 m. 4 h 30 de marche.

Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi.

Court transfert à Orpierre. Suivant un itinéraire à travers marnes et pinèdes depuis le village, vous rejoignez la crête de l'imposante montagne de Chabre, site emblématique de vol libre. Depuis ses crêtes aériennes au niveau du col de Saint Ange (1238 m), la vue s'ouvre sur l'ensemble des Baronnies, le massif alpin des Écrins et le Mont Ventoux. C'est aussi un excellent poste d'observation pour les vautours fauves et autres rapaces. Le sentier descend ensuite dans la forêt domaniale de la Méouge pour rejoindre le village de Barret sur Méouge.

Jour 4

GORGES DE LA MÉOUGE - ANTONAVES - SERRES

Distance : 12 km - Dénivelée positive : 400 m. Dénivelée négative : 200 m. 4 h de marche.

Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir. Transfert : 30 min.

Départ de Barret sur Méouge pour une étape rafraîchissante! Vous quittez le GR du Tour des Baronnies pour celui du Tour de la Méouge. Après avoir rejoint le village de St Pierre Avez, vous descendez les gorges de la Méouge: vasques et cascades s'y succèdent pour la plus grande joie des baigneurs, n'oubliez pas votre maillot de bain ! Le site est aussi reconnu pour sa biodiversité remarquable : orchidées, lavandes sauvages, plantes rupicoles rares, ou encore libellules, reptiles et papillons méditerranéens. Vous quittez les gorges pour le village d'Antonaves, où vous avez rendez-vous avec le taxi qui vous ramène à Serres.

Les temps d'activité, les distances et les dénivelés sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain, hébergements réservés...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.

Le budget

Votre budget

Tarifs TTC valables d'avril à octobre 2026

HÔTEL HÉBERGEMENT CONFORT <i>Prix par personne</i>	SANS TRANSPORT DES BAGAGES	AVEC TRANSPORT DES BAGAGES
	Saison unique	Saison unique
2 personnes 1 chambre double	425 €	545 €
3 personnes 1 chambre individuelle, 1 chambre double	445 €	525 €
4 personnes 2 chambres doubles	375 €	445 €
5 personnes 1 chambre individuelle, 2 chambres doubles	400 €	495 €
6 personnes 3 chambres doubles	355 €	425 €
1 personne 1 chambre individuelle	865 €	

■ **Saison unique** : Du 01/04/2026 au 15/06/2026, du 01/09/2026 au 31/10/2026

Le prix comprend / ne comprend pas

Le prix comprend

- L'hébergement tel que décrit, en demi-pension.
- Les transferts taxi nécessaires au déroulement normal du programme: le Jour 1 et Jour 4.
- Le transport des bagages si vous avez choisi cette formule.
- Le *roadbook* (ainsi qu'une carte) et les bons de réservation pour un groupe de deux à quatre personnes.
- En cas d'urgence, un service téléphonique 24h/24 et 7j/7 en français.

Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Le transport des bagages si vous n'avez pas choisi cette formule.
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Pour toute inscription à moins de 15 jours du départ, les frais de traitement prioritaire du dossier.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

Vos dépenses sur place

- Les transferts non prévus au programme.
- Les déjeuners : épicerie, supermarchés ou hébergements pour préparer vos pique-niques.
- Les entrées dans les monuments, musées.
- Les boissons.
- Les pourboires.

Les devises

La France fait partie de la zone euro.

Les guichets automatiques permettent de retirer de l'argent en toute facilité. Prévoir des espèces pour vos dépenses personnelles dans les zones plus isolées (boissons en refuges de montagne, par exemple).

Calendrier de paiement

A plus de 35 jours de la date de départ du voyage, vous devrez régler un acompte de 35 % du prix total du voyage à l'inscription. Pour toute inscription à moins de 35 jours de la date du départ, le paiement doit être effectué en une seule fois et pour la totalité du prix du voyage. Le solde du prix du voyage devra être réglé, sans relance de notre part, au plus tard 35 jours avant la date de départ.

Vos assurance et assistance

Un circuit aventure comprend des risques qu'il convient de pallier en étant bien assuré.

L'**assistance** couvre essentiellement les frais de recherche-secours, le rapatriement et les frais médicaux. Elle intervient dès lors qu'un constat médical permet de décider du rapatriement. Au préalable, dans les régions éloignées des infrastructures médicales et difficiles d'accès, vous devez accepter l'organisation des premiers secours par des moyens locaux (porteurs, chevaux, 4X4, etc.). Elle indemnise la perte ou le vol de bagages.

L'**assurance** protège du risque financier d'annulation (les cartes Visa ne proposent pas de garantie annulation).

Nous vous proposons de souscrire l'un des deux contrats que nous avons sélectionnés :

Contrat Tranquillité et **Contrat Tranquillité Carte Bancaire**, sachant que **nous servons uniquement d'intermédiaire entre vous et l'assureur.**

Si vous choisissez de souscrire l'une de ces formules, la notice vous sera envoyée avec votre facture.

LES PRINCIPALES GARANTIES*

Incluses dans le contrat Tranquillité 4,45 %, ainsi que dans le contrat Tranquillité CB** 3,15 %, en complément de votre assurance CB.

Frais d'annulation

- Annulation pour motif médical (franchise 50 €).
- Annulation pour toute cause, imprévisible au jour de la souscription, indépendante de votre volonté, et justifiée (franchise 10 % du montant des frais d'annulation avec un maximum de 150 € par personne).

Assistance rapatriement

- Rapatriement ou transport sanitaire, frais réels.
- Remboursement complémentaire des frais médicaux hors du pays de résidence, jusqu'à 200 000 €.
- Frais de recherche-secours, jusqu'à 10 000 €.
- Assistance juridique à l'étranger.

Bagages

- En cas de vol, perte, destruction des bagages : Maximum 1 800 € par personne avec justificatif ou Forfaitaire : 500 € par personne sans justificatif (franchise : 30 € / personne)
- Retard de livraison des bagages : Remboursement des achats de première nécessité, jusqu'à 500 € par personne en cas de retard supérieur à 24 heures.

Frais d'interruption de séjour

- Jusqu'à 12 000 € par personne.
- Jusqu'à 40 000 € par événement.

Retard d'avion

- Indemnité forfaitaire par personne de :
250 € pour les vols de moins de 1 500 km,
400 € pour les vols intracommunautaires de plus de 1 500 km ou les vols de 1 500 à 3 500 km hors UE,
600 € pour les autres vols de plus de 3 500 km hors UE.
Seuil de déclenchement : 3h à l'arrivée à destination (sur le vol initialement acheté).

En cas d'**annulation de votre voyage** (sauf pour les voyages avec croisières), les frais d'annulation facturés par Allibert Trekking seront calculés selon le barème suivant :

- A plus de 60 jours du départ : 35 % du prix total du voyage, hors prime d'assurance.
- De 60 à 31 jours du départ : 35 % du prix total du voyage, hors prime d'assurance.

- De 30 à 21 jours : 40 % du prix total du voyage, hors prime d'assurance.
- De 20 à 14 jours : 60 % du prix total du voyage, hors prime d'assurance.
- De 13 à 8 jours : 70 % du prix total du voyage, hors prime d'assurance.
- De 7 à 2 jours : 75 % du prix total du voyage, hors prime d'assurance.
- La veille ou le jour du départ : 100 % du prix total du voyage, hors prime d'assurance.

** Cette description n'est pas contractuelle ; pour plus d'information, consultez les notices dédiées.*

*** Contrat Tranquillité CB : pour souscrire cette garantie, il vous faut impérativement régler l'intégralité du montant de votre voyage avec une carte bancaire multiservice proposant les garanties "annulation" et "assistance rapatriement" : **Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite, Platinum**, à l'exclusion des autres types de cartes bancaires.*

Seules les cartes bancaires délivrées par une banque française, belge ou suisse sont acceptées.

Attention ! assurez-vous que le contrat de votre carte bancaire couvre également les personnes inscrites sur votre dossier de voyage.

L'organisation

Accès

Accès

Rendez-vous - Point de départ et de retour

—Office de Tourisme de Serres : rendez-vous à 9h au Jour 1 et retour à Serres au Jour 4 dans l'après-midi.

Accès

—Transports en commun

Liaisons quotidiennes en TER vers Gap, Laragne, Veynes, Briançon, Marseille (ligne Briançon-Marseille).

Via la gare de Veynes-Dévoluy sur la ligne Briançon-Valence TGV, puis en bus ou TER entre Veynes et Serres.

Vous pouvez aussi emprunter les lignes de bus Zou 400 (Digne-Veynes), 52 (Nice-Grenoble), 513 (Rosans-Veynes), départ et arrivée depuis l'arrêt « Office de Tourisme » dans le village.

—Voiture

Depuis Marseille et le sud par l'autoroute A51 en direction de Sisteron, puis sortie 23 vers Laragne.

Depuis Grenoble par l'autoroute A51 puis le col de Lus la Croix-Haute et Veynes.

Depuis Valence par Crest et Rosans ou depuis Gap.

Le stationnement est gratuit à Serres. Deux grands parkings sont accessibles au cœur du village :

- Place du Lac, à côté de l'Office de Tourisme
- Place du Marché, attention de ne pas stationner le samedi matin jour de marché sur celui-ci.

Calculer l'impact de mon transport

Le voyage commence par des trajets ! Pour vous rendre au point de rendez-vous de votre voyage, vous devez choisir le mode de transport qui vous convient le mieux : voiture personnelle, covoiturage, train, bus, vélo... Allibert Trekking vous permet d'estimer les émissions de CO2 de votre trajet. Calculez, comparez et choisissez !

Sur le terrain

Les déplacements

Les transferts prévus au programme sont effectués en taxi:

- Le Jour 1: de l'Office de Tourisme de Serres au départ de la randonnée à Montclus (suite à des problématiques de propriétés privées, le GR au départ de Serres a été dévié au départ de Montclus, à 4km).
- Le Jour 4: d'Antonaves à Serres.

Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du voyage, lorsqu'ils en sont équipés, et ce quelle que soit la réglementation en vigueur dans le pays visité. En vous inscrivant sur un voyage Allibert, vous vous engagez à respecter cette obligation. La responsabilité d'Allibert ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.

L'hébergement

En base chambre double, en demi-pension.

- Trescléoux : en chambre et table d'hôte, à la rencontre avec les habitants et la découverte du terroir.
- Orpierre : en hôtel ** logis de France, avec piscine, situé dans un cadre bucolique à quelques kilomètres d'Orpierre. Cet hébergement familial propose une cuisine mettant en valeur les produits régionaux.
- Barret sur Méouge : en auberge conviviale dans le centre de Barret sur Méouge.

NB :

— Vous arrivez la veille ou souhaitez prolonger votre séjour, nous nous pouvons vous réserver des nuits supplémentaires à Serres (voir Services plus).

Les repas

- Les petits déjeuners et les dîners sont préparés par vos hôtes.
- Les pique-niques sont à votre charge. Vous trouverez sur votre itinéraire des épiceries locales pour vos pique-niques. Certains hébergements peuvent aussi vous fournir un pique-nique mais pensez à le commander la veille.

Le transport des bagages

Selon la formule.

Avec transfert de bagages: vous portez uniquement vos affaires de la journée. Vos bagages sont transportés par véhicule, vous les retrouvez le soir à chaque hébergement.

Balisage et sentiers

Itinéraire bien balisé, sur le GR du Tour des Baronnies Provençale puis celui du Tour de la Méouge. Indications précises dans le *roadbook* qui vous sera remis avant le départ (cartes, plan descriptif, informations spécifiques...).

La randonnée du jour 1 sur la crête du Rocher de Beaumont présente quelques passages équipés de main courante, toutefois non exposés au vide.

A prévoir avant votre départ

Les formalités administratives

— Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.

Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 sont encore valables 5 ans après la date de fin de validité indiquée au verso.

— Pour les ressortissants canadiens : passeport valide 3 mois après la sortie prévue de l'espace Schengen (visa inutile pour un séjour inférieur à 90 jours).

— Pour les autres nationalités, veuillez vous renseigner auprès des autorités consulaires françaises dans votre pays.

Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

La santé

Vaccins obligatoires

Pas de vaccin obligatoire.

Vaccins conseillés

Nous vous recommandons fortement d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie-tétanos-poliomyélite +/- coqueluche, tuberculose, fièvre typhoïde, hépatites A et B.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Pour plus d'info : www.diplomatie.gouv.fr/ ou www.pasteur.fr/

Vous préparer à partir

Préparation physique niveau 3

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1 h 30).

Votre pharmacie individuelle

Votre pharmacie individuelle, à valider avec votre médecin ou pharmacien, contiendra :

- Vos médicaments personnels
- Des antalgiques
- Un anti-inflammatoire
- Un anti-diarrhéique
- Un antiseptique, des pansements classiques et anti-ampoules

Pour les séjours encadrés, votre guide dispose d'une trousse de secours mais n'est pas habilité à prescrire des médicaments.

Votre équipement

Si vous avez choisi la formule transfert de bagages: l'ensemble de vos affaires est réparti entre un sac à dos porté pendant la marche et un sac de voyage avec cadenas transporté par l'équipe logistique sur place.

Équipement de base

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Une veste en polaire type Polartec (si possible coupe-vent) ou Wind Pro (excellent rapport poids/isolation).
- Une veste imperméable et respirante en Goretex.
- Des pantalons de trek.
- Un maillot de bain.
- Un bonnet.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indices 3 au minimum, 4 pour la haute montagne).
- Une paire de gants.
- Une cape de pluie.
- Une gourde (ou poche à eau, pipette).
- Éventuellement une boîte pour vos piques-niques (type Tupperware) et couverts/couteau de poche.

Chaussures et matériel technique

- Des chaussures imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram.
- Une lampe frontale.
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatifs).

Bagages

- Un sac à dos équipé de bretelles larges et d'une armature anatomique réglable, d'une contenance de 20 à 30 litres, pour vos affaires de la journée.
- Un sac de voyage souple (au maximum 10 kg) transporté par véhicule.

Divers

- Des vêtements de rechange.
- Une paire de lacets de rechange.
- Une trousse de toilette et une serviette de bain si vous voulez vous baigner (sinon, une serviette est fournie dans les hébergements).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- Une batterie type powerbank si vous utilisez votre téléphone pour vous orienter.
- Une pochette antiviol, à garder toujours sur soi, avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.

La sécurité

L'engagement Allibert

Aucune région du monde ne peut être considérée comme totalement sûre.

Allibert Trekking vous informe des risques éventuels de manière transparente, en multipliant ses sources : associations des professionnels du tourisme, veille permanente des sites spécialisés, rencontres avec le Quai d'Orsay, missions "sécurité" sur le terrain, échange continu avec nos spécialistes de région et nos équipes locales.

Il est essentiel, cependant, de rappeler que nous ne pouvons nous substituer à votre propre décision.

En présence de risque avéré, nous nous réservons donc le droit de :

- renforcer notre encadrement (pour les circuits accompagnés) ;
- modifier l'itinéraire de nos circuits ;
- fermer un circuit ou une destination pour une période plus ou moins longue lorsque nous estimons que le niveau de risque n'est pas acceptable.

Votre sécurité et votre plaisir sont notre priorité.

Services plus

Prolongez votre voyage

Nuits supplémentaires

Vous pouvez réserver des nuits supplémentaires avant ou après votre voyage.

- Serres
 - Hôtel 3 étoiles : de 70 à 135 € (selon la saison et/ou prestation choisie)
 - Chambre double (lit double), individuelle, twin (lits jumeaux)
 - B&b

Prix par personne

Provence-Méditerranée

Présentation

Jean Giono écrivait : "La Provence dissimule ses mystères derrière l'évidence."

Y a-t-il un autre lieu en France ayant attiré autant de peintres, d'écrivains ou de poètes ? Tant de beauté et de diversité doivent être protégées. Ainsi existe-t-il de nombreux parcs naturels régionaux (Lubéron, Verdon et Côte Bleue) et parcs nationaux (Mercantour, Port-Cros, Porquerolles, Calanques). Des montagnes à la mer s'étend une nature préservée, peu touchée par l'urbanisme. Entourés d'oliviers centenaires et de magnifiques vergers, les petits villages à la vie paisible, ont traversé les âges.

Du nord au sud s'égrène une succession de montagnes, dont le point culminant, le mont Ventoux, atteint 1 911 m. Plus au sud, la Sainte-Victoire et la Sainte-Baume, montagnes aux senteurs de lavande et d'origan, ne manquent pas d'élégance. Enfin, dans ces paysages d'exception, se sont formées des gorges extraordinaires à la végétation extrêmement riche.

Géographie

Le relief est vallonné avec des Préalpes impressionnantes dans la partie centrale et la chaîne des Alpes du sud à l'est et au nord-est (culminant à 3 412 m à l'aiguille de Chambeyron dans les Alpes-de-Haute-Provence). Les côtes de Marseille à Menton sont plutôt escarpées (Calanques, Maures et Esterel). L'érosion due aux violents orages d'été entraîne des ravines assez creusées. Les Plans de haute Provence délimitent les Préalpes des collines centrales (plateau de Valensole, plan de Canjuers, plateau d'Albion). L'ouest de la région est marqué par la plaine de la Crau et la Camargue qui constituent les seuls véritables espaces plats de la région provençale.

Avec 31 443 km², qui représentent 5,8 % du territoire français, la région Provence-Alpes-Côte-d'Azur regroupe les départements des Alpes-de-Haute-Provence, des Hautes-Alpes, des Alpes-Maritimes, des Bouches-du-Rhône, du Var et du Vaucluse. D'un point de vue culturel, le sud de la Drôme (après Montélimar), l'est et le sud du Gard peuvent être considérés comme provençaux.

Climat

Le climat privilégié de la région n'est pas une légende : les températures sont clémentes, les pluies rares. Les nombreux écrivains qui ont loué la région pour son soleil et sa luminosité exceptionnelle ne s'y sont pas trompés.

- L'été, un soleil brûlant écrase la campagne provençale et le littoral méditerranéen, ce qui fait apprécier l'ombre des platanes et la baignade. Les températures dépassent le plus souvent 30 °C en milieu de journée. Les températures de la nuit sont agréables, aux alentours de 20 °C.

- L'hiver, souvent ensoleillé, est ici aussi la saison froide. Dans les plaines et sur le littoral, les températures peuvent varier de 10 °C, voire plus les jours de soleil sans vent. Le mistral, ce vent froid qui vient du Nord et dégage le ciel de tout nuage, fait baisser rapidement la température. En montagne, les nuages sont rares, et la neige souvent abondante.

- Au printemps et en automne, il peut pleuvoir, mais les averses sont généralement de courte durée. Le mistral souffle plus souvent de mars à mai.

La Provence se découvre en toute saison : certaines journées d'hiver font croire au printemps, et il n'est pas rare de randonner en vêtements légers. Grâce aux conditions météorologiques favorables, l'automne et le printemps sont les saisons les plus propices à la découverte de cette région.

Economie

Bénéficiant d'un environnement exceptionnel, la région Provence-Alpes-Côte-d'Azur, troisième région économique de France, déploie une attractivité qui en fait l'une des premières destinations touristiques mondiales (35 millions de touristes accueillis chaque année et 80 % de l'emploi régional). Cette attractivité, également à l'origine d'une des plus fortes concentrations de ressources intellectuelles et technologiques d'Europe, se traduit par une puissante activité économique, dans des secteurs aussi variés que les télécommunications, la microélectronique, les sciences du vivant, l'aéronautique et l'espace, les technologies de la mer, le multimédia, mais aussi l'agroalimentaire, la chimie et la logistique.

Société

Avec plus de 4,5 millions d'habitants, la région se classe au troisième rang des régions françaises en termes de population. La Provence est aussi un pays de traditions, dont les plus connues restent celles qui se déroulent durant la période de Noël : le blé de la Sainte-Barbe, qui marque le lancement des fêtes, la crèche de Noël, le *cacho-fio* qui a donné naissance à la bûche de Noël, la messe de minuit et les 13 desserts qui sont servis juste après, le *pastrage*, procession ayant lieu durant la messe de minuit, les pastorales, représentation théâtrale de la scène de la Nativité. Le reste de l'année comporte également des traditions, comme les fêtes de la Saint-Eloi, fêtes traditionnelles folkloriques colorées, et les *abrivado*, jeux taurins qui rassemblent villageois et amateurs de courses taurines. Le folklore provençal, à l'instar de la majorité des folklores hexagonaux, connaît un regain de vigueur, en grande partie initié par le tourisme.

Quelques mots en occitan provençal

Bonsoir : *bon vespre*.

S'il vous plaît : *se vous plais*.

Comment ça va ? : *E, coumo vai ?*

Au revoir : *adessias*.

Pardon : *perdoun, escusas*.

Oui : *o, vouei*. Non : *noun, nàni*.

Le costume provençal

Le costume traditionnel de Provence a disparu au cours du XIXe siècle, remplacé peu à peu par les costumes de la mode parisienne (celle-ci se répandra par la suite dans toute la France). Il existait trois types de costumes : celui des paysans, celui des artisans et celui des bastidiens. Selon la classe sociale, le tissu du costume change, mais la coupe est toujours à peu près la même.

Santons de Provence

Les santons (de *santoun*, "petit saint" en provençal) sont des figurines de terre cuite peintes servant à orner les crèches de Noël. La Provence connut une longue tradition de crèches d'église, avec parfois des sujets vivants.

L'art du santon de Provence connut son apogée dans la première moitié du XIXe siècle, ce qui explique que les costumes des personnages datent pour la plupart de cette époque.

La faune et la flore

Dans les forêts aux riches senteurs de résines et d'essences enivrantes se cachent quelques chevreuils, des sangliers, endormis le jour dans leurs bauges, au fond de bosquets impénétrables, des "sanglochons", hybrides de sangliers et de cochons sauvages ou domestiques, quelques lièvres et lapins et des renards furtifs... Parmi les rampants, on peut croiser des couleuvres diverses, dont la fameuse couleuvre de Montpellier qui peut atteindre deux mètres de long, des orvets, mais pas ou peu de vipères, des petits lézards gris, mais aussi ces gros lézards verts qu'on appelle aussi limberts et qui contribuent à la destruction d'éventuelles vipères...

Cependant, sur ces terres du haut Var brûlées par le soleil et par d'innombrables incendies de forêts, le sol est plutôt pauvre et l'humus a du mal à se former, en dehors des plaines, des vallées et des versants à l'ubac.

Sites Internet

http://www.routard.com/guide/code_dest/provence.htm.

<http://fr.wikipedia.org/wiki/Provence>.

http://dilaorus.org/Ponteves/la_faune_et_la_flore.htm.

Mentions légales

ALLIBERT TREKKING ZA de Longifan 38530 Chapareillan
Nom commercial de ALLIBERT – GUIDES DE HAUTE
MONTAGNE
SAS au capital de 618 000 €
RCS Grenoble 340 110 311

Immatriculation Atout France (79/81 rue de Clichy, 75009
PARIS) N° IM 038100054

Garant : Groupama
132, rue des Trois Fontanot
92000 Nanterre

Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : MMA –
14, boulevard Marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans
Cedex 9 - Contrat n°146 161 560
Code APE 7911 Z - Agrément Jeunesse et Sports :
03895ET0009 - IATA : 202 84 725 - n° Orias 19000715
www.orias.fr