

Ecrins : Animaux de bât pour un trek accompagné, en famille face aux glaciers de la Meije



PRESENTATION

Randonnée itinérante accompagnée

Hébergement en gîtes et refuge, 5 jours, 4 nuits, 5 jours d'activités

Pour se retrouver en famille et prendre un grand bol d'air pur, rien de tel qu'une randonnée à la montagne. Pour que vos 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, vous partirez en autonomie pendant plusieurs jours au pays de la Meije.

La petite cerise sur le gâteau : nous terminerons 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.

Nos points forts...

- Un circuit adapté aux jeunes baroudeurs dès 6 ans
- Une aventure en autonomie avec des animaux de bât : une mule + 1 âne
- Une « vraie expérience » montagne avec des nuits en refuges
- La montée en téléphérique pour rejoindre les glaciers à 3 200m
- Un séjour marqué « Esprit Parc National des Ecrins »

PROGRAMME

Jour 1

RDV à 9 h 00 à La Grave (1 480 m)

Accueil par votre accompagnateur. Ce temps d'échange concernera les dernières informations de votre itinéraire puis vous ferez connaissances avec Bounty et Quenote, vos animaux aux grandes oreilles, et enfin vous apprendrez les gestes rudimentaires pour débiter la semaine.

LA GRAVE (1 480 m) - VALLON DE LA BUFTE (1 975 m)

Pour cette première journée, nous quittons le village mythique de La Grave pour rejoindre les hameaux perchés qui dominent la vallée. Cette première journée sera l'occasion de découvrir le groupe, les animaux et d'aborder 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 !

Dénivelés : + 680 m, - 115 m ; temps de marche : 5 h 00

Jour 2

VALLON DE LA BUFTE (1 975 m) - REFUGE LES MOUTERRES (2 250 m)

Nous voilà sur les sentiers autrefois empruntés par les colporteurs, et habité aujourd'hui par les bergers. Vous découvrirez avec vos enfants que cette activité pastorale est organisée pour gérer et valoriser l'espace naturel. Pour la soirée, oubliez votre tablette et votre smartphone, ce soir votre fond d'écran sera simplement la Meije qui domine ce deuxième refuge où nous passerons la nuit !

Dénivelés : + 425 m, - 110 m ; temps de marche : 4 h 30

Jour 3

REFUGE LES MOUTERRES (2 250 m) - PLATEAU D'EMPARIS (2 365 m) - LE CHAZELET (1 775 m)

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 hautes...et pour terminer passer dans un petit hameau en pierre, avec sa petite tribu et toujours face à la Meije...

Dénivelés : + 245 m, - 695 m ; temps de marche : 4 h 30

Jour 4

LE CHAZELET (1 775 m) - VILLARD D'ARENE (1 650 m)

Cette journée sera l'occasion de voir le travail de l'homme sur la nature : Saurez-vous 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 pourrons opter pour rejoindre le petit sommet de l'Aiguillon (2 095m) ou alors nous pourrons rejoindre tranquillement notre hébergement en flânant le long de la Romanche
Dénivelés : + 545 m , - 680 m, temps de marche : 4 h 30

Jour 5

VILLARD D'ARENE (1 650 m) - GLACIER DE LA MEIJE (3 200 m) - LA GRAVE (1 480 m)

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, vous comprendrez avec vos enfants l'évolution, le fonctionnement des glaciers et également les effets du réchauffement climatique sur ce milieu fragile. En option, vous pourrez 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

Dénivelés : - 750 m ; temps de marche : 4 h00

COMPLEMENT DE PROGRAMME

En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement, d'une surcharge éventuelle d'un hébergement ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amené à exceptionnellement modifier ce programme. Notre implantation locale au cœur du Queyras nous permet de répondre au mieux à ces contraintes sans nuire à l'intérêt de votre séjour.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous 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.

DISPERSION

Le vendredi à la fin de la randonnée vers 17 h 00 à La Grave.

Pour les personnes arrivées en car, correspondance avec la liaison vers Grenoble ou Briançon, **Ligne 35**.
Pour connaître les horaires 2022, se rendre sur le site <https://zou.maregionsud.fr/>.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou passeport ;
- Carte vitale ;
- Contact de votre assurance voyage (numéro de contrat + numéro de téléphone).

NIVEAU

2 chaussures

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.

HEBERGEMENT

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.

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.

PORTAGE DES BAGAGES

Sur ce circuit, il n'y a pas de transfert de bagage en taxi : Vos affaires personnelles sont transportés 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 portés 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 goûter 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.

GROUPE

Départ assuré à partir de 4 participants

Groupe limité à 12 personnes

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.

SÉCURITÉ

Les territoires de montagne éloignés des zones d'habitation restent souvent à l'écart de la couverture de la téléphonie mobile ou sont affectés par de nombreuses zones d'ombre imprévisibles. Pour se préserver de ces déconvenues et vous assurer une sécurité maximale, les professionnels de Destinations Queyras sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

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

Le matériel indispensable pour les adultes

- 1 sac à dos de 30/35 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- 1 paire de chaussures de randonnée, crantée tenant bien la cheville.
- 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

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)

Pharmacie famille

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ciseaux
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Le séjour se déroule du lundi matin au vendredi midi

Date de début	Date de fin	Etat	Adulte	Enfants 6 à 12 ans
15/08/2022	19/08/2022	Annulé	695 euros	515 euros

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

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 boissons et le vin pendant les repas
- Les assurances
- Les vivres de course pour les enfants
- La visite de la grotte de glace (4 € 50 à 5 € 50)

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

LE PARC NATIONAL DES ÉCRINS

C'est en 1973 que le Parc National des Ecrins voit le jour, sous l'impulsion de ceux qui arpentent ses flancs (alpinistes, associations naturalistes et Club Alpin Français). Ses adorateurs connaissent sa vulnérabilité et ont à cœur de préserver ses richesses.

Le Parc est composé d'une zone « cœur » dont la réglementation est stricte afin de mieux protéger sa biodiversité fragile et exceptionnelle. Il comporte également une aire optimale d'adhésion qui comprend 59 communes ayant adhéré à sa charte. Celle-ci induit une forte solidarité écologique entre le cœur et les espaces environnants. Le but est de réunir tous les acteurs et de trouver un équilibre entre les enjeux économiques du territoire, à travers la valorisation de son patrimoine, et la préservation de ses richesses naturelles. Ceci est mis en œuvre en tenant compte du développement durable des communes adhérentes.

Le vaste massif des Ecrins est composé de sept vallées : « Le Briançonnais aux portes de la haute montagne, la Vallouise et ses vallées cachées, l'Embrunais, une montagne éclaboussée d'eau et de soleil ; le Champsaur, jardin alpin du pays bocager ; le Valgaudemar, un Himalaya au sud des Alpes ; le Valbonnais, paisible et escarpé ; l'Oisans vertical, vallée des pionniers. »

Profitez de votre venue ici pour une halte à La Maison du Parc qui vous permettra d'en apprendre un peu plus sur ce paradis naturel. N'hésitez pas à consulter le site du Parc pour plus d'informations : <https://www.ecrins-parcnational.fr/>

