

Stage Rando-Aquarelle : Couleurs et lumières estivales



PRESENTATION

Randonnée aquarelle en étoile, en chambre collective ou de 2 personnes
6 jours, 5 nuits, 5 jours de rando-aquarelle Séjour exclusif, limité à 8 personnes.

Venez observer d'un regard contemplatif, les montagnes préservées du Queyras. Le dessin et l'aquarelle en montagne permettent de prendre le temps, de voir en profondeur et de se sentir en harmonie avec la nature.

David, votre accompagnateur en montagne et artiste, vous aidera à cadrer, épurer, et également mettre en couleur via l'aquarelle.

Accessible à tous, de la découverte au perfectionnement en passant par l'approfondissement, le dessin et la peinture permettent de mieux observer ce qui nous entoure.

Venez retranscrire votre regard, votre ressenti, vos émotions du moment au bout d'un crayon ou d'un pinceau dans les plus beaux paysages d'un lieu sauvage, fragile et préservé du Parc Naturel Régional du Queyras.

Adaptées, les randonnées proposées sont entrecoupées de moments de contemplation plus ou moins

longs afin de pouvoir travailler sur des thématiques spécifiques aux itinéraires, en plus de conseils plus généralistes sur le dessin ou sur cette technique de peinture. Elles seront aussi argumentées par les connaissances de l'accompagnateur sur cette randonnée, ce territoire, ce terroir qui lui est cher.

Nos points forts :

- *Un hébergement en hôtel tout confort, accueillant avec une cuisine de terroir à base de produits locaux,*
- *Une approche du dessin et de l'aquarelle nature avec un dessinateur / artiste, diplômé d'état des métiers d'art,*
- *Une découverte, ou redécouverte du Parc Naturel Régional du Queyras avec un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état passionné,*
- *Des temps d'échange et de critique artistique,*
- *Un diaporama des moments phares, croquis, dessins et aquarelles effectués durant le séjour.*

PROGRAMME

Jour 1

RDV à l'hôtel à Aiguilles, le Dimanche soir à 18h pour un échange et un descriptif de la semaine avec David, votre accompagnateur et aquarelliste.

L'hôtel est situé au centre du Parc Naturel Régional du Queyras. Vous découvrirez ce village plein de vie de la vallée du Guil.

Jour 2

Chalet de Clapeyto, Arvieux

Depuis le fond de la vallée d'Arvieux, vous découvrirez les premiers mélèzes et le beau vallon méconnu de la Salle Vieille, puis les alpages et leurs chalets d'estives, typiques du val d'azur.

Dénivelé : + 300m/- 300m Temps de marche : 3h

Les points clés de la journée :

- Apprentissage des techniques de base du dessin, le point de fuite avec l'architecture,
- Apprendre à travailler son cadre de dessin,
- Mise en pratique des techniques abordées en dessin et aquarelle,
- Découverte des montagnes d'estive du Queyras.

Jour 3

Vallon du Lombard et son hameau par le canal chauvin

Directement depuis l'hôtel nous entamerons la montée en adret jusqu'au canal chauvin. A travers une forêt de mélèze, nous retrouverons la hameau du Lombard pour la pause du midi, l'ombre de la chapelle. Enfin nous redescendrons plus tranquillement par la piste jusqu'au village.

Dénivelé : ± 500 m Temps de marche : 4h

Les points clés de la journée :

- Apprendre à travailler sa profondeur visuelle,
- Apprendre à dessiner le mélèze, la forêt,
- Mise en pratique du point de fuite sur le hameau
- Jouer avec la prise de vue et le cadrage

Jour 4

Valpreveyre - Bergeries sous roche et des Pierres Écrites

Du fond d'une vallée de la commune de Abries, nous remontons le val d'Urine jusqu'au zone de pâturage sous la Tête du Pelvas (2929m), sommet à la frontière italienne. Sur un sentier balcon, nous voyagerons avec un air de lande scandinave, et nous retrouverons la deuxième bergerie avant de redescendre dans la lumière traversant les aiguilles du grand mélèzin.

Dénivelé : ± 450 m Temps de marche : 4h

Les points clés de la journée :

- Apprendre à cadrer cette belle vallée,
- Apprendre à épurer son dessin,
- Composer avec tous les éléments du décor,
- Apprendre à retranscrire les subtilités des gravures.

Jour 5

Col et lacs de l'Eychassier, col Agnel

Depuis le col Agnel nous monterons dans les pelouses alpines afin d'atteindre le col puis les lacs. La zone de combat entre le végétal et le minéral nous met dans une belle ambiance alpine. Nous discuterons de la faune et la flore rare et typique de ce genre de milieu ainsi que certains phénomènes d'altitude.

Dénivellation : 350 (ou 550 m, Pic Foreant, 3081 m, en option) Temps de marche : 4h (ou plus de 5 h)

Les points clés de la journée :

- Découvrir un lieu magique à l'écart du monde, un lieu minéral et d'altitude
- Maîtriser sa composition
- Apprendre à travailler les différents plans, les sommets proches ou lointains
- Apprendre à travailler le minéral
- Réussir à retranscrire les lacs alpins

Jour 6

Lac de Roue depuis Souliers

Cette petite balade agréable nous permettra de faire une randonnée plus calme sur cette fin de semaine tout en profitant au maximum car tout est là ! Hameau, vallon et sommet, lac, mélèzein, ... Où en cette période d'autres trésors queyrassins pourront faire un premier travail sur la flore et les insectes, en macro et dessin scientifique

Dénivellation : de 100 à 300 m ; Temps de marche : 2 à 3 h

Les points clés de la journée :

- Apprentissage du dessin plus « scientifique » et de la macro
- Composition épurée du hameau condensé de Souliers
- Mise en pratique de tout ce qui a pu être vu dans la semaine

COMPLEMENT DE PROGRAMME

En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement ou pour toute autre raison indépendante de notre volonté, nous pouvons exceptionnellement modifier ce programme.

Information Covid

Le bon déroulement de ce séjour tiendra compte et pourra être modifié en fonction de la réglementation en vigueur au moment de votre départ. Cela peut concerner :

- Le Pass sanitaire
- La taille du groupe
- L'organisation du programme
- Les services mis à disposition par nos hébergeurs

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

RDV à 18 h le jour 1 à Aiguilles, directement à l'hébergement pour un accueil avec votre accompagnateur.

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route, merci de prévenir Destinations Queyras au 04 92 45 04 29 ou 06 74 38 89 59

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 ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train. Si vous arrivez en journée nous précisez si vous prenez la navette locale ou si vous attendez l'heure de rendez-vous en gare.
- Votre lieu d'arrivée : hôtel ou gare.

DISPERSION

Fin du séjour vers 17h, après la randonnée du dernier jour.

Pour info, correspondances avec les lignes suivants :

- Ligne Paris / Lyon via Valence-Ville ou Valence TGV
- Ligne Paris / Lyon via Grenoble
- Ligne Marseille / Aix en Provence via Gap
- Ligne Grenoble
- Ligne Valence -Ville / Valence TGV
- Ligne TGV Oulx - Paris via Briançon.
 - Transfert en bus régulier entre Briançon et Oulx (Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1h. À réserver auprès de Zou au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr. Tarif 2021 : 12€)
 - Retour à Oulx : Si vous repartez le samedi, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Queyras depuis la gare. Renseignements et réservation obligatoire : www.autocars-imberty.com - 04 92 45 18 11

Certains de ces trains circulent périodiquement, il est impératif de vérifier vos horaires de retour auprès de la SNCF au 36 35 ou www.oui.sncf)

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

1 à 2 chaussures

Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour. La dénivelée positive journalière est de 200 à 600 m de montée pour 2 à 5 heures de marche maximum. Certains itinéraires peuvent comprendre des passages en hors sentiers et/ou aériens.

Vous marchez avec un sac contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique nique, vêtement chaud, matériels artistiques ...). L'esprit découvert est favorisé par rapport à l'aspect sportif et les terrains abordés restent à la portée de tous.

HEBERGEMENT

Hôtel 2 : En chambre de 2 personnes

Nous vous confions entre les mains de Patricia, qui vous accueillera dans son petit hôtel de tradition familiale avec chaleur et simplicité. Celle-ci fait preuve d'une incroyable générosité et d'un dévouement à vous satisfaire qui vous fera vous sentir à l'aise, comme à la maison !

En rentrant de balade, vous pourrez profiter un peu plus de votre journée grâce aux balcons des chambres exposées plein sud. Le visage baigné par le soleil, vous serez ébloui par la vue magnifique sur le Mourre Froid.

N'hésitez pas à solliciter vos hôtes si vous avez la moindre question, ils se feront un plaisir de répondre à vos besoins ou de vous donner des conseils sur les alentours.

Restauration

La nourriture en randonnée est un sujet primordial, pour avoir suffisamment d'énergie pour marcher plusieurs heures durant, mais également car c'est important pour le moral ! Comme dit le dicton : "Quand l'appétit va, tout va !"...

Nous avons à cœur de choisir des partenaires qui sont en accord avec nos valeurs éthiques et écoresponsables. Nous œuvrons auprès d'eux afin qu'ils tendent vers cet idéal, et leurs efforts sont remarqués peu à peu. Le changement met parfois du temps à s'installer durablement, alors soyez indulgents envers eux. Faisons preuve de patience et donnons le temps aux habitudes d'évoluer vers des pratiques plus vertueuses !

Dans la mesure du possible, les produits employés sont frais, locaux (circuits courts privilégiés) et de saison, voire bio. Le tout, agrémenté dans une cuisine généreuse, traditionnelle et aux accents du Sud (oui, ici on cuisine à l'huile d'olive !).

Artisanat local et solidaire

En lien avec nos valeurs et notre éthique, nous souhaitons mettre en avant les petits producteurs et artisans locaux du Queyras. C'est pourquoi, nos accompagnateurs ont pour habitude de vous proposer, au cours du séjour, une halte à la Maison de l'Artisanat de Château-Ville-Vieille. Cette coopérative de plus de 30 ans regroupe des artisans du Queyras et leur permet de promouvoir leurs savoir-faire artisanaux et agricoles. L'idée est belle de s'impliquer et de soutenir le tissu économique local en passant par des circuits courts et par des acteurs impliqués dans le développement et l'économie solidaire au sein du territoire.

Vous pourrez y flâner en admirant les sculptures typiques sur bois, déguster de somptueux cadeaux pour gâter vos proches (bijoux, vêtements en laine, savons, poterie, livres, bougies, etc.), et ramener de quoi vous régaler de retour chez vous avec les nombreuses spécialités locales (fromage, pâtés, tisanes, miel, bières locales, tartes, croquettes du Queyras et bien d'autres délices). Vous aurez également l'agréable surprise d'y dénicher des accessoires zéro-déchet, qui pourront peut-être vous inspirer ou vous faire casser votre tirelire !

La Maison de l'Artisanat ne s'arrête pas aux vallées du Queyras. Depuis quelques années, la coopérative s'est élargie aux vallées italiennes voisines du Pays Viso. Ne soyez donc pas surpris de retrouver sur les étals des spécialités aux accents de dolce vita : panettone, limoncello, et autres pâtes à tartiner...

Vous pouvez retrouver leurs spécialités et bien plus d'informations à l'adresse suivante :

<https://www.artisanat-queyras.fr/>

ECORESPONSABILITE

En tant que professionnels du tourisme, nous avons notre rôle à jouer dans la transition actuellement en cours vers un avenir plus durable. Nous constatons un fort attrait pour la nature, une envie de retour aux sources, un besoin de déconnexion vis-à-vis de la technologie et de reconnexion avec soi-même. Nous souhaitons être en lien, en communion avec notre environnement, mais nos modes de vie actuels nous ont éloignés de l'essentiel ! C'est là qu'interviennent les professionnels de la montagne, afin d'encadrer et de sécuriser les pratiques, tout en préservant le milieu naturel. Mais gardez à l'esprit que ce que nous pouvons vous proposer seront uniquement des expériences.

Nous devons prendre conscience qu'en tant qu'êtres vivants, nous faisons partie intégrante de notre environnement. Nous avons besoin de lui et participons à son bon fonctionnement. Nous devons le préserver, mais surtout le respecter. En prenant conscience de notre impact sur l'environnement et en étant soucieux de le limiter, nous commençons à agir. Nous avons à cœur de vous transmettre ces valeurs et de vous inciter à devenir acteur et responsable, pour pouvoir continuer à cheminer ensemble au cœur de cette belle nature qui nous entoure. En ouvrant les yeux sur la magie du monde qui nous entoure, vous aussi, vous prenez part à cette transition.

L'écoresponsabilité se distille au travers de tous nos petits actes du quotidien. En vacances, il devient plus naturel et aisé de changer son mode de vie, de consommer moins, d'essayer le « Do It Yourself » (fait maison). Nous vous incitons à essayer de garder ces habitudes vertueuses lorsque vous rentrerez chez vous, en pensant à toutes ces fleurs que vous avez contemplées, tous ces animaux que vous avez eu la chance d'apercevoir durant votre séjour parmi nous...

Zéro Déchet

Dans le but de tendre vers le zéro déchet et d'affirmer nos valeurs écoresponsables, nous nous engageons pour votre santé et pour la planète en ce qui concerne la qualité de vos repas et en limitant le plastique au maximum. Nous vous incitons également à utiliser des emballages en papier ou bien réutilisables type bee-wrap (emballage écologique fait à partir de cire d'abeille et d'un bout de tissu, pouvant être réalisé soi-même ou bien acheté dans les boutiques bio). Pour vous encourager dans cette démarche, nous vous offrons en cadeau de bienvenue un sac en coton (ou tote bag) dans lequel vous pourrez glisser votre pique-nique, et que vous pourrez réutiliser à l'infini dans vos futures randonnées ! De même, nous vous encourageons à investir dans une gourde réutilisable en plastique ou métal, dans le but de réduire les déchets de bouteilles d'eau. Chaque geste anodin compte !

De manière générale, veillez à ne rien laisser derrière vous et à bien faire le tour de la zone de pique-nique avant de repartir pour vérifier que rien ne traîne par terre. Il n'y a rien de plus désolant que de tomber nez à nez avec un paysage sublime jonché de débris laissés par les précédents randonneurs...

TRANSFERTS INTERNES

Le principe du covoiturage sera mis en place pendant la semaine. Une ou deux personnes du groupe seront dédommagées de 0.50€ / km afin de nous déplacer au départ des randonnées.

PORTAGE DES BAGAGES

La journée, vous ne portez que votre sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds, thermos...) et à l'aquarelle (carnet, feuilles, crayon, pinceau, peinture...). Pour ce séjour en étoile, vos bagages restent dans votre chambre.

GROUPE

Départ assuré à partir de 3 participants

Groupe limité à 8 personnes.

ENCADREMENT

Ce stage est encadré par David LECLERCQ-CARIAGE, professionnel de la montagne (Diplômé d'Etat d'accompagnateur en montagne) et dessinateur/aquarelliste évidemment (Diplôme des Métiers d'Arts en Ebénisterie).

N'hésitez pas à aller jeter un œil à son site internet (en cours) pour vous faire une idée :

www.rando-et-aquaelle.com ou sur instagram et Facebook **#davidlc**

Votre guide carnetiste vous emmènera découvrir les secrets des vallées Queyrassines, pour profiter d'autres paysages, d'autres sensations et retrouver ce qu'il y a de plus esthétique à dessiner du Parc.

Il vous fera également partager ses connaissances sur la nature et le patrimoine.

Le Queyras est un véritable paradis pour tous ceux qui souhaitent retrouver des espaces naturels préservés.

Des petits villages authentiques, une nature généreuse où abondent les fleurs et la faune sauvage, des lacs d'altitude miroirs des cimes, une semaine de découverte aquarelle n'est pas de trop pour découvrir et immortaliser de façon personnelle toutes les richesses du Parc Naturel Régional du Queyras !

SECURITÉ

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, nos accompagnateurs sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

MATERIEL FOURNI

MATERIELS ARTISTIQUES :

Le matériel d'aquarelle et de dessin est fourni par l'accompagnateur artiste : stylo noir résistant à l'eau, crayon à papier, boîte d'aquarelle, papiers ..., pour autant vous pouvez amener votre matériel personnel.

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 légers pour se protéger du froid en altitude
- 1 tee-shirts manches courtes adaptés 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 paires de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche

Le matériel indispensable

- 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 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

Pour le soir à l'hébergement

- Nécessaire de toilette
- Vos affaires de rechange

Pharmacie personnelle (votre guide à également une pharmacie collective)

- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

6 jours, 5 nuits, 5 jours de rando-aquarelle en étoile en hôtel.

Du dimanche soir au vendredi fin d'après-midi.

-

LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dimanche soir au vendredi midi
- L'encadrement des randonnées par un professionnel de la montagne diplômé d'état et dessinateur/ aquarelliste
- La taxe de séjour
- Le matériel d'aquarelle et de dessin est fourni par l'accompagnateur artiste : stylo noir résistant à l'eau, crayon à papier, boîte d'aquarelle, papiers ..., pour autant vous pouvez amener votre matériel personnel.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les transferts entre la gare et l'hébergement
- Les assurances

