

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.

PROGRAMME

Jour 1

RDV AU GITE À SAINT VÉRAN, le Dimanche soir à 18h pour un échange et un descriptif de la semaine avec David, votre accompagnateur et aquarelliste.

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.

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.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

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

Jour 3

Vallon de la selle, Château Queyras

Depuis une piste forestière vous allez parcourir une grande forêt de mélèzes, arbres typiques des Alpes du sud, jusqu'à la fontaine rouge pour enfin atteindre une vue unique du « Queyras calcaire ». Le retour s'effectuera non loin des esthétiques falaises de la Selle, d'un col et de sa fontaine abondante.

Les points clés de la journée :

- Apprendre à **dessiner le mélèze, la forêt**, mais aussi les falaises,
- Apprendre à travailler sa profondeur visuelle,
- *Jouer avec les différentes lumières.*

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : ± 400 m Temps de marche : 3h

Jour 4

Valpreveyre - Bergeries sous roche et des Pierres Écrites

Du fond d'une vallée de la commune de Abries, nous remontrons 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.

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.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelé : ± 450 m Temps de marche : 4h

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.

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

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

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

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

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

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

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

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.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

RDV à 18 h le jour 1 à St Véran, 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 si vous arrivez en train ou en voiture.

Arrivée en train

Voyagez en train jusqu'à la Gare de Montdauphin-Guillestre

Arrivez facilement depuis Paris en train de jour ou de nuit. Consultez les horaires sur SNCF Connect. Pour les voyageurs en provenance du sud, empruntez la ligne Marseille-Briançon. Profitez de la simplicité du voyage ferroviaire pour découvrir cette superbe destination.

De la gare au lieu de RDV

Nous pouvons vous communiquer les horaires de navette depuis la gare pour le village de Saint-Véran.

Arrivée en voiture

Depuis le nord, prenez le col du Lautaret via Briançon (RN 94) ou Grenoble (RN 94/D902). Ou encore, depuis Grenoble, empruntez l'autoroute A51 vers Gap, puis la RN94 vers Guillestre (D902).

Depuis le sud, passez par Valence ou Sisteron, continuez vers Gap, puis Embrun, et enfin Guillestre. Une fois à Guillestre, suivez la direction "Queyras" via la D902 et la D947.

Les paysages montagneux vous attendent lors de ce voyage en voiture vers le Queyras !

Taxi

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

Transports Petit Mathieu au 04 92 46 71 56

DISPERSION

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

Pour les participants venus en train, transfert avec la navette locale en gare de Montdauphin-Guillestre à votre charge (2€).

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

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

Gîte : En dortoir de 4 personnes (douche et WC sur le palier)

Vous dormirez dans le village le plus haut d'Europe ! Vous dormirez dans une maison traditionnelle, chaleureuse et décoré avec goût. Vos hôtes, Nico et Fanny, vous mettront à l'aise grâce à leur gentillesse.

La répartition se fera en chambre de 4 selon la composition du groupe.

Linge de lit fournis - serviettes non fournies.

Selon les disponibilités possibilité de chambre de 2 ou individuelles.

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

Pendant ce séjour, vous effectuerez des randonnées en étoile, ce qui signifie que vous n'aurez pas à porter vos bagages, car ils resteront à l'hôtel. 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-aquarelle.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

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

En randonnée, adhérer au principe des trois couches est essentiel pour garantir votre confort et votre sécurité tout au long de votre parcours :

- Tee-shirt respirant à manches courtes : Choisissez un tee-shirt respirant en fibre creuse pour évacuer la transpiration lorsque vous êtes actif.
- Veste en fourrure polaire : Cette veste en polaire vous garde au chaud par temps frais en offrant une isolation thermique supplémentaire.
- Veste coupe-vent imperméable et respirante (comme le gore-tex ou équivalent) : Cette couche extérieure vous protège efficacement contre les intempéries telles que la pluie, la neige ou le vent, en maintenant votre corps au sec et à l'abri des éléments.

Adaptez vos vêtements en fonction du temps et de l'effort. Par exemple, par temps agréable, un sous-pull peut suffire. En cas de mauvais temps, ajoutez une veste imperméable. Par temps froid ou en altitude, portez une veste polaire sous votre veste coupe-vent.

Choisissez des vêtements qui sèchent rapidement, évitez le coton qui retient l'humidité, et privilégiez des matériaux comme la laine, la soie et les fibres synthétiques pour rester au sec et au chaud.

N'oubliez pas que vous évoluez en montagne, où le soleil est intense et l'indice UV élevé. Les températures peuvent varier rapidement en fonction de l'altitude et de la saison. Il est donc essentiel de vous munir de protections appropriées telles que des lunettes de soleil, un tour de cou et de la crème solaire pour votre confort et votre sécurité.

Votre fond de sac

- Sac à dos de 30/35 litres avec ceinture ventrale.
- 2 bâtons télescopiques (conseillés) pour une meilleure stabilité.
- Chaussures de randonnée imperméables avec une bonne tenue de cheville et une semelle de type Vibram. Assurez-vous de les tester avant le départ, surtout si elles sont neuves ou inutilisées depuis longtemps. Les chaussures basses ne sont pas recommandées à partir des séjours de niveau 3.
- Thermos, gourde ou poche à eau avec pipette d'une capacité d'au moins 1,5 litre par personne.
- Gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques.
- Des vivres de course pour recharger en énergie en cours de route.
- Petite pochette étanche pour vos objets de valeur tels que : argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance. Vous pouvez laisser le reste de vos papiers et clé de voiture à

l'hôtel pendant votre séjour.

- Couverture de survie en cas d'urgence.
- Papier toilette avec sac hermétique pour l'emballer et le jeter dans la première poubelle disponible.

Vivres de courses / Encas

Les vivres de courses sont à prévoir individuellement, à votre charge. L'apport nutritif des différents encas au cours de la randonnée est à ne pas négliger. Ces encas peuvent être constitués selon vos goûts de fruits secs (figues, dattes, abricots secs ou bien pruneaux), de barres de céréales (n'hésitez pas à piocher sur internet pour innover avec les nombreuses recettes maison, cela peut être un atelier ludique dans votre préparation !), de pâte d'amande, de pâte de coing, etc.

Pour le soir à l'hébergement

Simplifiez-vous la vie en emportant l'essentiel. Pour une semaine de randonnée, quelques vêtements de rechange suffisent amplement. En ce qui concerne vos articles de toilette, optez pour l'essentiel, privilégiez les formats compacts, les échantillons et les kits de voyage.

Pharmacie personnelle

Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, ne gardez que vos médicaments personnels essentiels, compresses, bande élastoplaste, un désinfectant, etc.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

**6 jours, 5 nuits, 5 jours de rando-aquarelle en étoile en gîte.
Du dimanche soir au vendredi fin d'après-midi.**

Prix par pers en dortoir de 4 personnes : 795 €/personne

Option nous contacter :

- Selon disponibilité : chambre individuelle + 125€/personne - chambre de 2 à partager : + 25€/personne.

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
- Parking payant St Véran (5€ le séjour)