



**FRANCE - PROVENCE**  
**Sur les traces des écrivains**

6 jours / 5 nuits

Randonnée (niveau modéré)



*Venez découvrir la Provence autrement, à travers les écrits de ses plus célèbres auteurs !*

*Jean Giono, Marcel Pagnol, Albert Camus, Henri Bosco, Jean-Claude Izzo ou encore Alexandre Dumas... Vous serez invités à découvrir les lieux de leurs enfances et les paysages qui ont inspiré leurs romans. Vous irez randonner dans des sites soigneusement choisis, loin des sentiers battus. Vos balades seront ponctuées de pauses-lectures, une manière singulière d'explorer cette jolie région.*

*De la Haute-Provence au Lubéron, en passant par la cité phocéenne, cette escapade littéraire vous permettra de découvrir une des plus belles régions de France.*



## POINTS FORTS

- Une découverte inédite de la Provence, à travers ses écrivains
- Un guide local passionné de nature et de littérature
- Un circuit équilibré alternant randonnées et découvertes
- Des lectures quotidiennes au sein d'un milieu naturel sauvage et préservé

## ITINERAIRE

### JOUR 1 : FORCALQUIER - ROCHERS DES MOURRES

Vous serez accueillis par votre guide vers 14h en gare d'Avignon. Vous prendrez la route en direction du Lubéron et effectuerez votre première étape à Forcalquier, ville chère à Pierre Magnan. Cet auteur de romans policiers aux accents de Provence s'est clairement inspiré de sa région pour nourrir ses intrigues ! Vous débuterez alors votre première randonnée jusqu'à rejoindre les rochers des Mourres, des formations géologiques aux formes étranges ressemblant à des champignons. Un décor surréaliste !

**Repas compris :** Dîner

**Transfert :** 1h45

**Marche :** 1h30 (dénivelé : +225m -225m)

**Hébergement :** Chambre d'hôte

### JOUR 2 : LA MONTAGNE DE LURE

Aujourd'hui, vous partirez sur les sentiers de la montagne de Lure, l'un des toits de la Provence qui culmine à 1826m d'altitude. Vous évoluerez au beau milieu de combes, vallons ou encore bergeries en pierres sèches, des paysages sauvages qui ont servi de décors aux romans de Jean Giono.

Vous poursuivrez par le charmant village perché de Banon avec ses ruelles, son célèbre fromage et sa célèbre librairie Le Bleuët. Nuit à Banon.

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner (Pique-Nique) - Dîner

**Transfert :** 1h15

**Marche :** 5h (dénivelé : +500m -500m)

**Hébergement :** Chambre d'hôte

### JOUR 3 : LES GORGES D'OPPEDETTE - VIENS

Après le petit déjeuner, vous rejoindrez les Gorges d'Oppedette. Perdues en contrebas du vieux village du même nom, vous traverserez ces gorges érodées depuis des milliers d'années par le Calavon. Vous pourrez profiter d'une baignade rafraîchissante dans les piscines naturelles (si le niveau d'eau le permet). L'après-midi, vous visiterez le village de Viens pour une deuxième petite balade au milieu des vieilles bories, ces cabanes en pierres sèches qui servaient autrefois de granges, d'habitations ou d'écuries aux paysans locaux. Nuit à Buoux.

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - Dîner

**Transfert :** 1h15

**Marche :** 3h (dénivelé : +350m -350m)

**Hébergement :** Chambre d'hôte

### JOUR 4 : LE GARLABAN - CHATEAU DE LA BUZINE

Pour cette quatrième journée en Provence, vous partirez en direction d'Aubagne pour une randonnée dans le pays de Marcel Pagnol. Vous serez charmés par son ambiance méditerranéenne



avec sa faune et sa flore préservées. Vous découvrirez les paysages emblématiques qui ont façonné l'univers de Pagnol : la grotte de Manon, le Garlaban, le pic de Taomé et la grotte du Grosibou. Vous terminerez votre journée par le château de la Buzine, plus connu sous le nom « Le Château de ma mère » qui a marqué à tout jamais la vie et l'œuvre de Marcel Pagnol. Nuit dans un hôtel proche du port de Marseille.

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner (Pique-nique)

**Transfert :** 1h30

**Marche :** 4h à 5h (dénivelé : +500m -500m)

**Hébergement :** Hôtel

#### **JOUR 5 : LES ILES DU FRIOUL - CHATEAU D'IF**

Aujourd'hui changement de décor ! Depuis le vieux port de Marseille, vous embarquerez sur une navette bateau jusqu'à rejoindre l'archipel du Frioul. Vous irez explorer le château d'If rendu célèbre par Alexandre Dumas dans « Le Comte de Monte-Cristo ».

Vous reprendrez le bateau et irez explorer à pied les îles du Frioul. Vous serez émerveillés par sa nature sauvage et ses criques paradisiaques. Par temps clair, vous bénéficierez d'une vue magnifique sur la cité phocéenne. Nuit dans un hôtel proche du port Marseille.

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner (Pique-nique)

**Transfert :** 20/25min (environ 22€ à payer sur place)

**Marche :** 3h à 4h (dénivelé : +150m -150m)

**Hébergement :** Hôtel

#### **JOUR 6 : MARSEILLE**

Pour votre dernière journée, vous partirez pour une city-rando dans Marseille sur les pas de l'auteur Jean-Claude Izzo. Vous arpenterez la ville et serez plongés dans l'univers de ce voyageur immobile, auteur de la trilogie « Total Khéops ».

Dispersion en début d'après-midi après un dernier pique-nique sur le Vieux-Port.

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner (Pique-nique)

**Marche :** 1h30

**Hébergement :** Hôtel

#### **IMPORTANT :**

*Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.*

*Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout évènement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.*

**Attention :** A certaines périodes, le « Plan Alarme Incendie » peut être mis en place par les préfetures des Alpes de Haute-Provence, du Vaucluse ou des Bouches du Rhône. L'accès aux massifs forestiers est alors interdit. Dans ce cas, nous vous proposerons des itinéraires de substitution autorisés.



## LE PRIX

### Le prix comprend

- L'hébergement (en base chambre double partagée)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- L'encadrement par un guide accompagnateur de montagne
- Le transport des bagages (un seul bagage par personne)

### Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les repas non prévus au programme
- Les traversées pour les îles du Frioul et château d'If (environ 22€)
- Les dépenses personnelles, boissons et encas
- Le supplément chambre individuelle (350€)
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier (15€)

*Nos prix sont soumis à modifications en fonction de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs hôteliers au moment de votre réservation.*

## LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single

## VOTRE VOYAGE

### Le groupe

De 5 à 8 personnes. Circuit exclusif Covoyageurs. *Selon la taille du groupe, il peut être aussi possible de faire ce circuit en co-remplissage avec des agences partenaires (non exclusif solos).*

### Niveau

Randonnée de niveau modéré. Cet itinéraire comporte environ 5 jours de marche (de 3h à 5h heures par jour), sur des terrains variés et caillouteux, et nécessite d'être en bonne condition physique. Attention les temps de marche effective ne tiennent pas compte des temps de pause. En été, la chaleur peut rendre la randonnée plus difficile.

### Encadrement

Guide accompagnateur en montagne.

### Transport

Les transferts seront effectués en minibus.

### Portage des bagages



Durant la randonnée, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (pique-nique, eau, etc.).

#### **Repas/Boissons**

- Les petits-déjeuners et dîners seront pris à l'hôtel
- Les déjeuners seront pris sous forme de pique-nique
- Les dîners seront à l'hôtel ou au restaurant ou seront libres
- Les boissons ne sont pas comprises

#### **Hébergement**

De catégorie standard, les chambres d'hôte et hôtels, simples et propres, sont choisis pour leur emplacement privilégié. Vous serez logés en chambre double avec salle de bain privative (ou en single, avec supplément).

**EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS** : vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (notamment en cas d'inscription tardive).

#### **Lieux de rendez-vous et dispersion**

- Arrivée : Rendez-vous à 14h en gare TGV d'Avignon
- Départ : Dispersion à 14h devant la gare SNCF de Marseille St Charles

*En train* : Si vous ne pouvez pas arriver pour 14h, nous vous invitons à réserver une nuit à Avignon, nous pourrions organiser un transfert depuis le centre-ville d'Avignon. Merci de nous l'indiquer lors de votre inscription.

*En voiture* : Deux possibilités s'offrent à vous :

-> Vous pouvez prendre votre voiture à chaque étape et suivre notre navette.

-> Vous déposez votre voiture à Marseille en début de voyage puis remontez en train jusqu'à Avignon pour être à 14h à la gare TGV d'Avignon le premier jour. Vous récupérerez votre voiture à la fin du circuit.

**Attention : Pour votre pré-acheminement nous vous conseillons d'attendre la confirmation du voyage (par téléphone) et de réserver des billets échangeables et/ ou remboursables.**

## **AVANT LE DEPART**

#### **Formalités d'entrée**

- Pour tous les ressortissants d'un pays de l'Union Européenne, la carte d'identité en cours de validité est suffisante.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et, sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade ou du consulat de France de votre pays de résidence.

Un site utile : <http://www.diplomatie.gouv.fr>

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

**Bagage :**

Durant la randonnée, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (pique-nique, eau ...). Vos autres bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre en véhicule. Prévoir un seul bagage (sac souple de 12 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 35L).

### **Vêtements :**

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- Les chaussures de randonnée à tiges hautes sont préconisées pour une meilleure tenue du pied et de la cheville. Evitez les chaussures neuves, ou essayez-les bien avant ! Il est très important qu'elles soient imperméables et confortables.
- Paire de bâtons de marche (facultatif)
- Sandales ou tennis pour le soir
- Paires de chaussettes (de randonnée et pour le soir)
- 1 Pantalon de trekking
- 1 collant
- 1 short ou bermuda
- 1 maillot de bain
- 1 serviette
- Chemises ou T-shirts à matière respirante
- 1 polaire chaude
- 1 Coupe-vent en Goretex ou Micropore
- 1 Cape ou veste de pluie
- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Gants
- Bonnet ou bandeau
- Des boules Quies
- Protection solaire et stick à lèvres
- Gourde 1L minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale
- Assiette, gobelet, couverts et canif pour les pique-niques

### **Pharmacie**

Médicaments et traitements personnels, aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, répulsifs anti-moustiques.

## **INFORMATIONS PAYS**

### **Géographie & Climat**

La Provence connaît un climat méditerranéen avec des hivers doux et des étés chauds et secs.

La végétation est du type garrigue, la sécheresse d'été la rendant particulièrement vulnérable aux incendies. L'accès à certains massifs est donc réglementé durant la période estivale.

Pour plus d'informations sur les conditions météorologiques, vous pouvez consulter avant votre départ : [www.meteo.fr](http://www.meteo.fr)

### **Budget & change**

Prévoyez un budget pour vos dépenses personnelles.

### **Pourboires**

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire.

## **TOURISME RESPONSABLE**

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

### **Le Respect des Patrimoines**

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

*Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :*

- *Le respect des sites culturels : ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, (parfois simplement en les touchant !) ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

### **Le Respect des Hommes**

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

*Le respect des hommes se traduit par :*

- *Une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie : respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *La prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *Des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

### **Le Développement d'un Tourisme Equitable**

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

*Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :*

- *Une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *Des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *Une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à permettre la maximisation des retombées économiques locales.*

### **La Qualité des Services et des Relations Humaines**

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.



Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes. Bon voyage !