

Escapade en région **SUD**



Circuit au cœur du Languedoc 3 JOURS/2 NUITS

PLANTES MÉDICINALES, BALADES NATURE ET CULTURE
AVEC GUIDE CONFÉRENCIER

MARDI 15 AU JEUDI 17 SEPTEMBRE 2015

JOUR 1 ► MARDI 15 SEPTEMBRE 2015

LAC DU SALAGOU

8h00 > Départ de Paris Gare de Lyon.

12h30 > Arrivée et installation au village de vacances au Cap d'Agde (34). Apéritif de bienvenue avec produits du terroir et déjeuner.

L'après-midi, départ en car pour la vallée de l'Hérault et balade pédestre autour du Lac du Salagou dont les contours mêlés du rouge des tuffes et du noir des coulées de lave forment un curieux spectacle lunaire.

Sur la route du retour, arrêt à Villeneuve, ancienne manufacture royale du temps de Colbert ponctuée de rues et de placettes pavées tout à fait originales.

Retour au lieu d'hébergement, dîner et nuit.



Lac du Salagou

JOUR 2 ► MERCREDI 16 SEPT. 2015

BALADE BOTANIQUE ET ATELIER TISANE

> Le matin, départ en car pour une balade botanique en garrigue à la recherche des plantes sauvages, souvent médicinales, en compagnie d'une cultivatrice. Conseils, astuces et précautions pour apprendre à les reconnaître et à les cueillir.

En fin de matinée, départ pour le Jardin des Natalys qui produit des légumes et des plantes médicinales en culture bio. Pique-nique avec des produits du terroir.

L'après-midi, vous apprendrez à confectionner une tisane naturelle de bien-être et d'équilibre. Retour au lieu d'hébergement, dîner et nuit.



Manufacture royale, Villeneuve

JOUR 3 ► JEUDI 17 SEPTEMBRE 2015

PÉZENAS

> Le matin, départ en car pour Pézenas. Découverte de cette petite cité dotée d'une superbe architecture Renaissance qui fut autrefois capitale des États Généraux du Languedoc où Molière a séjourné. Vous visiterez le scénovision Molière.

Arrêt dans un mas viticole, rencontre avec le producteur et dégustation.

> Déjeuner au restaurant.



Pézenas

PRIX POUR LE SÉJOUR

ADHÉRENT: 340 € - NON ADHÉRENT: 411 €

DÉPART PARIS/TCV:

ADHÉRENT: 470 € - NON ADHÉRENT: 561 €

SUPPLÉMENT CHAMBRE INDIVIDUELLE: 50 €

Chèque à l'ordre d'Océanides

AVANT LE 22 MAI 2015

LICENCE IM30100011

Escapade en région **CENTRE**

Savoie - Flânerie au fil du Lac Léman 2 JOURS/1 NUIT

CIRCUIT AVEC ACCOMPAGNATEUR

MERCREDI 30 SEPTEMBRE AU JEUDI 1^{er} OCTOBRE 2015



JOUR 1 ► MERCREDI 30 SEPT. 2015

> Arrivée en fin de matinée à la gare d'Évian-les-Bains.

12h00 > Vous déjeunerez dans un restaurant. Puis, face au Casino, vous embarquerez à bord d'un bateau électro-solaire, l'Agriion, pour admirer les rives de la cité thermale et observer la faune en toute discrétion.

Vous visiterez la ville d'Évian-les-Bains en petit train. Il vous fera découvrir, du quai aux ruelles du centre d'Évian, des lieux chargés d'histoire.



Évian-les-Bains

Installation à l'hôtel **
"Le Franco" et temps libre.

19h00 > Apéritif d'accueil. Dîner dans un restaurant à 50 m de l'hôtel.



Château de Ripaille

JOUR 2 ► JEUDI 1^{er} OCTOBRE 2015

8h45 > Départ pour la visite guidée de Thonon-les-Bains avec halte à la basilique Saint François de Sales, l'ancien couvent de la Visitation, le Château de Bellegarde, le Château de Sonnaz et l'église baroque Saint-Hippolyte.

L'histoire de la ville de Thonon-les-Bains a été marquée par des personnages importants tels qu'Armédée VIII, premier Duc de Savoie ou encore François de Sales, l'apôtre du Chablais.

> Déjeuner-buffet traiteur au Château de Ripaille, suivi d'une visite guidée de cette ancienne demeure d'Armédée VIII, premier Duc de Savoie et Pape sous le nom de Félix V. Ce bâtiment d'une grande originalité, avec ses tours alignées en façade, date du XIV^e siècle. Puis, vous visiterez l'Écomusée de la Pêche et du Lac à Thonon les Bains. Il vous fera découvrir la faune lacustre (oiseaux et poissons) du milieu lémanique. Et vous découvrirez aussi un métier traditionnel: la pêche professionnelle.

17h30 > Retour vers la gare d'Évian.

PRIX POUR LE SÉJOUR

ADHÉRENT: 200 € - NON ADHÉRENT: 272 €

SUPPLÉMENT CHAMBRE INDIVIDUELLE: 37 €

Chèque à l'ordre de

Savoie Mont-Blanc Réservation

AVANT LE 25 JUIN 2015

L'assurance annulation et l'assistance rapatriement sont prises en charge par l'Agence.

LICENCE IM 073140072

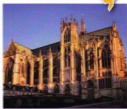
Les Activités de la région EST



Troyes (10)



Entreprise Dutriez, Bar le Duc (55)



Cathédrale Saint Étienne, Metz (57)

JEUDI 2 JUILLET DE 10 H À 16 H 30

10 Troyes

VISITES GUIDÉES

Bénévole accompagnateur
Geneviève TRESNARD

10 H 00 > Rendez-vous avec votre guide à la gare de Troyes côté extérieur sous l'horloge pour la visite privative du cœur de ville. Entre gothique et Renaissance, découvrez un patrimoine d'exception fait de **maisons colorées à pans de bois "en accent circconflexe"**, hôtels particuliers du XVII^e siècle, ruelles étroites et magnifiques églises. Après la visite, votre guide vous accompagnera jusqu'au restaurant en centre-ville.

12 H 00 > Déjeuner gourmand dans une "bonne table" de Troyes.

14 H 00 > Visite guidée privative de la **cathédrale et de son quartier**, ainsi que de la Cité du Vitrail.

16 H 00 > Collation avec une crêpe + une boisson chaude ou froide non alcoolisée.

Date limite d'inscription **1^{er} juin 2015**

Adhèrent: 40 € Non Adhèrent: 59 €

DÉCOUVERTE

MARDI 21 JUILLET DE 9 H À 18 H

70 Vesoul

DÉJEUNER ET VISITE GUIDÉE

Bénévole accompagnateur **André PERRIN**

9 H 00 > Rendez-vous à la gare pour un départ en bus vers Fondremand. **Découverte commentée de l'ancien moulin** récemment restauré. Au cœur du village, il perpétue dans la tradition franc-comtoise des gestes et savoir-faire ancestraux. Farine de blé intégrale, huile de noix et jus de pommes frais y sont produits sur place au gré des saisons.

12 H 00 > Déjeuner dans un restaurant traditionnel de Vesoul.

15 H 00 > Visite guidée pédestre du centre-ville ancien de Vesoul. La cité comtoise



recèle de nombreux trésors patrimoniaux, à découvrir à l'occasion d'une flânerie par les rues et ruelles de son centre historique.

16 H 30 > Au cœur du vieux Vesoul, visite commentée de **l'atelier de Mickaël Azoué, un grand nom dans le monde du chocolat**. Lauréat en 1989 de la 1^{re} Coupe du Monde de pâtisserie-chocolaterie-glaçerie, il vous fera déguster ses produits.

Date limite d'inscription **15 juin 2015**

Adhèrent: 62 € Non Adhèrent: 102 €

JEUDI 17 SEPT. DE 9 H 30 À 18 H

55 Bar le Duc

VISITES GUIDÉES

Bénévole accompagnateur
Jean MALINGREAU

9 H 30 > Visite guidée du Quartier Renaissance. Véritable musée à ciel ouvert, la **ville haute de Bar-le-Duc** constitue l'un des plus précieux témoignages de l'architecture Renaissance en France. Le point d'orgue est l'église Saint-Étienne pour son élégante architecture gothique flamboyante et les trésors qu'elle recèle: le Calvaire et le Transi, œuvres attribuées à Ligier Richier.

11 H 20 > L'entreprise Dutriez vous reçoit dans un cadre convivial et vous fait découvrir la **confiture de groseilles "à la lorraine"**, unique en son genre. Vous dégusterez, à la petite cuillère, cette confiture sucrée aux couleurs rubis et assisterez en saison à l'épépinage.

12 H 30 > Déjeuner dans l'une des bonnes adresses de la ville.

14 H 30 > Visite guidée de **Bergère de France**. Cette entreprise créée en 1946, est dotée d'une des plus grandes et compétitives filatures

d'Europe. Aujourd'hui elle maîtrise toute la chaîne de fabrication, du fil jusqu'à sa distribution. Vous visiterez les ateliers de filature, de l'arrivée de la matière au conditionnement en pelote, et la chaîne de préparation des colis. Achats possibles au magasin d'usine.

Date limite d'inscription **15 août 2015**

Adhèrent: 63 € Non Adhèrent: 103 €

JEUDI 15 OCT. DE 9 H 30 À 16 H

57 Metz

VISITES GUIDÉES

Bénévole accompagnateur **Yolande THISSE**

9 H 30 > Accueil par un guide local à la gare. Départ pour la visite guidée de la ville à pied. Bâtie entre 1220 et 1520, la **cathédrale Saint Étienne** domine la ville, laissez-vous conter son histoire, son architecture et ses légendes... Puis, vous découvrirez le riche passé de Metz à travers ses superbes ensembles monumentaux, de place en place et au fil de l'eau.

12 H 30 > Déjeuner dans un restaurant situé proche du Centre Georges Pompidou.

14 H 00 > Temps libre.

15 H 00 > Visite guidée privative du **Centre Georges Pompidou** de 15 h à 16 h. Votre billet d'entrée vous permettra également de visiter librement le musée, soit avant, soit après la visite guidée. Il vous donne accès aux expositions permanentes et temporaires. Le musée ferme à 18 h. La gare est située juste à côté du musée.

Date limite d'inscription **15 septembre 2015**

Adhèrent: 43 € Non Adhèrent: 65 €



Centre Pompidou, Metz (57)

Les Activités de la région SUD



Lac de Serre-Ponçon (05)

VENDREDI 24 JUILLET À 12H00

05 Chorges

BATEAU PROMENADE
BARRAGE DE SERRE-PONÇON

Bénévole accompagnateur **Guy SAUVAGE**

12 H 00 > Déjeuner sur l'embarcadere. Restaurant "Le Caribou".

14 H 00 > **Promenade nautique** commentée de 1 h 30 au cours de laquelle vous approcherez au plus près du **barrage de Serre-Ponçon** qui retient le plus grand lac artificiel d'Europe au cœur des Hautes Alpes... Vous découvrirez au fil de l'eau les somptueux paysages de montagne qui dominent le lac, une géologie parfois surprenante avec les demoiselles coiffées, des crêtes secrètes et abruptes, l'histoire des villages engloutis, la baie St Michel et sa chapelle qui échappa, pour quelques mètres seulement, à l'engloutissement sous les eaux. Enfin, vous frotterez les **installations hydro-électriques** et la masse imposante du plus grand barrage de terre d'Europe...

Date limite d'inscription **15 juin 2015**

Adhèrent : 23 € Non Adhèrent : 32 €



Chorges (05)



La Camargue (34)

JEUDI 6 AOÛT À 10H30

34 Saintes Maries de la Mer

JOURNÉE DÉCOUVERTE
DE LA CAMARGUE

Un départ de Beaucaire, avec 3 arrêts possibles à Tarascon, Arles et Saintes Maries de la Mer.

Bénévole accompagnateur **Guy SAUVAGE**

10 H 30 > Visite commentée de la manade aux Saintes Maries de la Mer. Vous découvrirez en **charrette tractée** les terres du domaine ainsi que leurs taureaux. Dans la plus pure tradition camarguaise, les propriétaires vous feront découvrir leur passion pour les taureaux et les chevaux de race Camargue. Apéritif sangria maison servi au max.

12 H 30 > Déjeuner à la manade.

14 H 30 > Visite guidée du **parc ornithologique de Pont de Gau**. De vastes sentiers aménagés et des observatoires riches au cœur des marais vous permettront d'observer la faune sauvage et en particulier les flamants roses.

16 H 00 > Découverte libre des **Saintes Maries de la mer**, capitale de la Camargue : la plage, le petit port, l'église romane du XII^e siècle et la représentation de la vierge noire sainte Sarah, ses commerces... et son ambiance unique imprégnée de traditions et de pèlerinage.

17 H 00 > Fin de la journée et retour à votre ville de départ.

Date limite d'inscription **1^{er} juillet 2015**

Adhèrent : 43,50 € Non Adhèrent : 66 €

MARDI 29 SEPTEMBRE À 10H00

34 Isle-sur-la-Sorgue

JOURNÉE VILLAGES DU LUBÉRON

Un départ de Beaucaire, avec 3 arrêts possibles à Tarascon, Arles et Isle sur la Sorgue.

Bénévole accompagnateur

René BERTRAND

10 H 00 > Visite guidée de l'Isle-sur-la-Sorgue, petite ville qui compte près de 300 antiques (durée 2 heures).

12 H 30 > Déjeuner à Fontaine du Vaulouse.

15 H 00 > Visite commentée du **moulin Vallis Clausa**. Implanté sur un site d'exception, c'est la reconstruction d'un moulin produisant du papier de haute qualité, selon les techniques traditionnelles datant du XV^e siècle. C'est aussi un centre faisant travailler une **vingtaine d'artisans d'art**. On peut aussi voir d'anciennes machines typographiques, lithographiques, presses et massicoles. Le magasin du moulin propose des feuilles de papier, imprimées sur le papier fabriqué sur place.

16 H 00 > Visite libre de **Fontaine du Vaulouse**. Un des sites naturels les plus visités du Vaulouse grâce à son impressionnante source qui jaillit au pied d'une falaise de 230 m de haut.



Date limite d'inscription **27 juillet 2015**

Adhèrent : 40 € Non Adhèrent : 59 €

CINÉMA

VENDREDI 2 OCTOBRE À 10H00

06 Cannes

CANNES ET LE CINÉMA :
UN TANDEM GLAMOUR

10 H 00 > Cannes et le 7^e art sont indissociables. Découvrez cette alliance magique au travers d'un scénario inédit ! Décor naturel d'un grand nombre de films, nous vous dévoilerons **comment Cannes a su jouer de ses atouts de capitale du cinéma**, tout en restant fidèle à son image de ville à taille humaine. Du tapis rouge du célèbre Festival, avec

son code vestimentaire indémodable, au **fil des murs peints dans la ville en hommage au 7^e art**, en passant par l'énigmatique masque de fer et ses adaptations sur le grand écran, entrez dans le champ et dans la lumière des projecteurs... Les pellicules se dérouleront et vous dévoileront quelques secrets. Silence... On tourne !

12 H 00 > Déjeuner au Restaurant "Le Mocca".

14 H 00 > **Balade en petit train** du Cannes Historique. Promenade d'une heure dans la ville moderne et la vieille ville. Vous pourrez finir la journée par une balade sur la croquette ou dans la rue d'Antibes pour le shopping.



Date limite d'inscription **15 juillet 2015**

Adhèrent : 39 € Non Adhèrent : 57 €