

# RESPIRE

LOZÈRE - *Une nouvelle expérience !*

## **TÉMOIGNAGES**

Les blogueurs vous partagent  
leurs coups de cœur

## **ITINÉRAIRES**

Nos circuits pour vous évader  
à pied, en canoë, en van...

## **MICRO-AVENTURES**

Venez écrire votre propre histoire !

## **ET AUSSI**

Des adresses gourmandes  
De belles rencontres  
Des idées simples et slow





8



13



19

25



28



45



48



# Sommaire

## P4-5 **EN UN COUP D'ŒIL**

Une carte + 10 « must do » = « le » kit de démarrage de votre aventure lozérienne.

## P6-51 **CARNET D'INSPIRATIONS**

Qu'est-ce qui vous ferait envie pour vos prochaines vacances ?

P6-19 Je mets les voiles

P20-27 Je m'offre une pause bien-être

P28-37 Je me reconnecte à la nature

P38-45 Je saute dans l'inconnu

P46-51 Je vois la vie autrement

## P52-55 **CARNET PRATIQUE**

Conçu comme un abécédaire, avec uniquement des infos certifiées très très pratiques !

*Les sujets et les thèmes abordés dans cette brochure ne sont pas exhaustifs mais issus de réflexions et de connaissances d'un comité restreint. La Lozère possède de nombreux atouts que cette publication ne peut prétendre relater entièrement. Nous restons ouverts à toutes remarques ou suggestions.*  
[cdt@lozere-tourisme.com](mailto:cdt@lozere-tourisme.com)

# La destination de tous les possibles !

*La Lozère, c'est la destination de tous les possibles. Une destination où il fait bon vivre de nouvelles expériences. Oser. Mais la Lozère, c'est aussi un terrain de jeux à ciel ouvert. Un terrain de jeux gorgé de soleil et de nature. D'Air pur. En « L'Ose-Air », venez oser au grand air. Tracer votre chemin. Ecrire votre propre histoire !*

*Votre voyage commence ici. Avec le magazine que vous tenez entre vos mains. Au fil des pages, à vous d'esquisser les contours de votre prochaine aventure. Inspirez-vous de nos idées. Piochez dans nos conseils. Mais surtout, suivez vos rêves !*



# En un coup d'œil

Résumer la Lozère en 56 pages ? C'est pas facile ! La faire tenir sur cette double-page ? Un vrai casse-tête ! Mais comme on sait que vous êtes peut-être pressés (et qu'on aime bien les défis), on vous a concocté une petite sélection d'expériences à glisser dans votre bucket list. Et la carte qui va bien.

## NOTRE SÉLECTION D'EXPÉRIENCES (À NE RATER POUR RIEN AU MONDE)

La voici, la voilà : la liste tant attendue.

Il ne vous reste plus qu'à vous munir de votre stylo fétiche.

Et à le dégainer à chaque nouvelle expérience vécue. Bonne chance !

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | Déguster un aligot sur l'Aubrac                          | P8  |
| <input type="checkbox"/> | Descendre les Gorges du Tarn en kayak                    | P12 |
| <input type="checkbox"/> | Randonner sur les pas de Stevenson avec un âne           | P14 |
| <input type="checkbox"/> | Survoler les Causses en montgolfière                     | P22 |
| <input type="checkbox"/> | Observer la Voie Lactée dans les Cévennes                | P26 |
| <input type="checkbox"/> | Surprendre le brame du cerf dans les forêts de Margeride | P30 |
| <input type="checkbox"/> | Faire des raquettes sur le Mont-Lozère                   | P34 |
| <input type="checkbox"/> | Escalader avec les vautours au-dessus de la Jonte        | P41 |
| <input type="checkbox"/> | Retomber en enfance dans la Vallée du Lot                | P45 |
| <input type="checkbox"/> | Passer une nuit (ou plus !) dans une ferme               | P48 |

Aubrac

Mende  
Vallée du Lot



Gorges du Tarn,  
de la Jonte  
et Grand's Causses



Margeride

Cévennes et Mont-Lozère



# Je mets les voiles

*« Larguer les amarres », « prendre le large », « mettre les voiles » : des termes plus adaptés à une destination maritime qu'à notre montagneuse Lozère ? Que nenni, vous répond celle-ci. A pied, en voiture, à moto ou à vélo, larguez les amarres. En Lozère.*



# En roue libre au pays des lacs et burons

Des petites routes où il fait bon prendre son temps. Des lacs glaciaires à perte de vue. Des burons où gourmandise rime avec convivialité. L'Aubrac, c'est tout cela et plus encore : un vrai petit paradis pour motards. Pour le vérifier, rien de plus simple : embarquez pour un roadtrip aux multiples qualificatifs !



## #1 : ÉTINCELANTE – LA ROUTE DES LACS

La D52, ce n'est pas seulement une route. C'est un tableau à ciel ouvert qui se dévoile au fil des kilomètres. Un tableau où une lumière bien particulière vient se refléter sur la surface miroitante de lacs glaciaires. Lac de Born ou de Saint-Andéol, de Souverols ou des Salhiens : autant de points scintillants dans un océan de verdure. Avec, pour chacun, une personnalité bien définie. Ici, une croix en granit. Là, un troupeau de vaches Aubrac aux longs cils soulignés de khôl. Là-encore, des motards en vadrouille. Qu'attendez-vous pour les rejoindre ?

📍 **L'ALTERNATIVE : La Corniche des Cévennes.**  
Pour poursuivre l'aventure, ou pour un prochain séjour, la D9 vous déroule ses virages et ses panoramas à couper le souffle. Une route mythique !

## #2 : EXQUIS – LE BURON DE BORN

Quand vient l'heure de déjeuner, le restaurant est tout trouvé : ce sera dans un buron, et puis c'est tout. Ces massives demeures de granit parsèment l'Aubrac comme autant de témoignages des innombrables transhumances qui s'y sont déroulées. Pousser leurs portes, c'est s'offrir une parenthèse hors du temps. Délicieuse et chaleureuse. Vous êtes plutôt terrasse panoramique ? Cap sur le Buron de Born, pour déguster aligot et viande d'Aubrac face au lac éponyme. Bon appétit !

[www.lozere-tourisme.com/burons-aubrac](http://www.lozere-tourisme.com/burons-aubrac)

## 👩‍🍳 RECETTE : L'aligot (pour 4).

**Ingrédients :** 1kg de pommes de terre ; 250g de crème fraîche ; 400g de Tome fraîche de l'Aubrac ; sel ; poivre ; ail pilé.

**Instructions :** Préparez une purée avec les pommes de terre. Ajoutez-y la crème fraîche. Assaisonnez selon votre goût (sel, poivre, ail). Quand la purée est bien chaude, ajoutez la Tome coupée en lamelles. Remuez la préparation, à feu moyen, jusqu'à faire fondre entièrement le fromage. Étirez, faites filer : votre aligot est prêt ! Pour un dîner (presque) parfait, faites-le cohabiter avec un pavé de bœuf d'Aubrac !





### #3 : RAFRÂCHISSANTE – LA CASCADE DU DÉROC

Une chute d'eau de 30 mètres de haut, c'est comme un brumisateuse géant ! Mais avec, en prime, une jolie vue sur la plaine de Marchastel. Et des orgues basaltiques. Effet « waouh » garanti.

#### **BLOGOSPHERE : A day in the world.**

Marie et ses amis ont passé un week-end sur l'Aubrac. Pas de moto pour eux, mais des photos. Beaucoup. Et un gros coup de cœur pour la Cascade du Déroc (et l'aligot !).  
[www.adayintheworld.fr/week-end-lozere](http://www.adayintheworld.fr/week-end-lozere)

### #4 : AUTHENTIQUE – LE VILLAGE DE NASBINALS

Sac et coquille sur le dos, vous les avez peut-être déjà repérés au loin. Les pèlerins du Saint-Jacques. Eux-aussi vont à Nasbinals. Petit par la taille mais grand par l'esprit, le village de Nasbinals est un carrefour où l'on se croise et se rencontre. Avec son clocher octogonal, l'église romane a des airs de phare montagnard. Elle guide les pèlerins et attire irrésistiblement les voyageurs. Laissez-vous envoûter par l'ambiance si particulière du village...

### #5 : MAGISTRAL – LE CHÂTEAU DE LA BAUME

On a choisi « magistral », mais on aurait tout aussi bien pu dire « inébranlable » tant ce château semble avoir traversé les siècles sans prendre une ride. Sous ses airs austères, il cache un trésor inestimable : des meubles, tableaux et tapisseries, sortis tout droit des manufactures de Versailles ! Mais entre ses murs, c'est aussi 5 siècles d'histoire qui s'ouvrent, entre baronnie puissante, Bête du Gévaudan et mémorialiste de Napoléon. Le « petit Versailles du Gévaudan » n'a pas fini de vous étonner...

[www.chateaudelabaume.org](http://www.chateaudelabaume.org)

**O LE CHIFFRE : 17.** C'est le nombre de circuits moto réunis sur le site [lozere-moto.com](http://lozere-moto.com) ! Des itinéraires clé en main, avec traces GPX, à télécharger gratuitement. Retrouvez aussi des hébergements « Accueil Moto Lozère », où il fait bon faire une pause. Et si vous avez oublié votre moto, pas de panique ! Moto Tourisme 48 a celle qu'il vous faut.  
[www.lozere-moto.com](http://www.lozere-moto.com) ; [www.mt48.fr](http://www.mt48.fr)



# Les clés d'un week-end en famille réussi

Préparer un roadtrip en famille, un véritable casse-tête ? Pas avec nos conseils de pro ! Chargez la voiture, fixez le GPS, chaussez vos lunettes de soleil, et en avant ! La Margeride vous tend les bras et vous livre les 5 clés qui feront de votre escapade familiale, un voyage inoubliable.

 **ZOOM : La Bête du Gévaudan.**

De 1764 à 1767, une série d'attaques secoue la Margeride. Loup ? Chien ? Chien-loup ? Serial-killer ? 250 ans plus tard, le mystère reste entier... mais ouf, les forêts et vallées ont retrouvé leur calme !

## #1 : FAIRE LE PLEIN DE GOURMANDISES

Flâner entre les étals d'un marché, c'est l'activité phare de l'été ! Et quand le marché est aussi authentique et coloré que celui de Langogne, il est facile d'y passer des heures. Sous la halle, les fruizélégumes embaument l'atmosphère. Lesquels rejoindront le panier du déjeuner ? Un peu plus loin, au pied de la Chapelle du Couvent, c'est séquence dégustation de pain au froment. Les enfants sont aux anges ! Enfin, voilà David, l'apiculteur. Sa recette de cake au miel n'est pas tombée dans l'oreille d'un sourd...

*Marché le samedi matin toute l'année (+ le mardi matin en été).*

## #2 : APPRENDRE EN S'AMUSANT

« Travailler pendant les vacances ? C'est pas du jeu ! » Rassurez tout de suite vos enfants, la Filature des Calquières, c'est beaucoup plus drôle que le sempiternel cahier de vacances ! Aux côtés du cocher Filasse et de sa jument Bobine, la visite commence par une séance de ciné. L'occasion de remonter le « fil » de l'histoire, et de découvrir les secrets de la plus ancienne filature de France. Place ensuite à la visite de la filature proprement dite, dont les mystérieuses machines semblent figées dans le temps...

[www.musee-lozere.com](http://www.musee-lozere.com)



## #3 : PRÉVOIR DES TEMPS À LA CARTE

J'ai un bout'chou, un ado et deux adultes. Où dois-je aller pour rendre tout le monde heureux ? Au Lac de Naussac, bien sûr ! Avec ses 1050 hectares, le plus grand lac de Lozère met d'accord petits et grands. Pour commencer, c'est pique-nique sur la plage, avec les bons produits du marché. Puis, c'est programme à la carte. Plutôt canoë, catamaran ou paddle ? Pêche, baignade ou farniente au soleil ? Balade à pied ou à vélo ? Le plus dur, c'est de choisir !

[www.rondinparc-lozere.com](http://www.rondinparc-lozere.com)

## 👩‍🍳 RECETTE : Le cake au miel de David (pour 8)

**Ingrédients :** 180g de beurre ; 80g de sucre ; 150g de miel liquide (lozérien, forcément !) ; 1 pincée de sel ; ½ paquet de levure chimique ; 250g de farine ; 4 œufs.

**Instructions :** Battez le beurre avec le sucre. Ajoutez le miel, les œufs, le sel, la levure, puis la farine. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte homogène. Versez dans un moule à cake. Enfourez environ 45 min à 180°C. Mmh, que ça sent bon ! Mieux encore qu'un parfum d'ambiance (et tellement meilleur).

## #4 : S'ÉVADER À DEUX PAS DE CHEZ SOI

Ah, le Canada ! Les forêts à perte de vue, les lacs aux reflets argentés... Bref, la nature à l'état pur ! Ça fait rêver, mais c'est si loin... Et si on vous dit que le dépaysement vous attend quelque part en Margeride, là, à portée de main ? Direction les Bouviers, un village de chalets entouré par les hêtres et les épicéas. Été comme hiver, atmosphère chaleureuse garantie ! Il se souffle même que les plus grands chalets sont équipés de saunas. A bon entendeur...

[www.lesbouviers.com](http://www.lesbouviers.com)



**L'ALTERNATIVE : Le Mas de la Barque.** Un autre village de gîtes en pleine nature, avec activités à gogo, mais cette fois-ci sur le Mont-Lozère. L'adresse idéale pour prolonger vos vacances ! [www.lemasdelabarque.com](http://www.lemasdelabarque.com)

## #5 : GOÛTER À DE NOUVELLES SENSATIONS

Pour se créer de beaux souvenirs en famille, rien de tel qu'une activité à sensations à partager ! Et, bonne nouvelle, ce n'est pas le choix qui manque. Que diriez-vous d'une sortie en trottinette électrique tout-terrain ? Casque sur la tête, batterie sur le dos, let's go ! La forêt se dévoile sous un jour nouveau. Les tête-à-tête avec la faune sauvage ne sont pas rares. Les champignons non plus ! Quant aux bosses, qui osera les franchir ? Croyez-nous, les plus jeunes n'ont pas dit leur dernier mot...

ITINÉRAIRE  
Gorges du Tarn

# Expé kayak entre amis

*Partir. Fuir la torpeur citadine pour prendre un bon bol d'air. Explorer. Jouer aux apprentis aventuriers avec une bonne bande de potes. Vivre, tout simplement. Le temps d'un week-end, descendre les Gorges du Tarn en canoë. Plonger, se baigner, naviguer. Bienvenue dans votre prochaine escapade !*

## #1 : CASTELBOUC – SAINTE-ENIMIE // 9 KMS

Premiers coups de pagaie, et déjà les premières sensations qui déferlent. En vagues, comme celles qui animent la surface du Tarn. Castelbouc et son château aux airs fantomatiques disparaissent peu à peu derrière nous. Ne reste plus que le Tarn... et nous. Et ça fait du bien. Seule la vue de Prades nous rend la voix. Autre hameau, autre château. Au calcaire des Gorges répond le calcaire des vieilles demeures. Un vrai petit paradis minéral... et aquatique.

**0 LE CHIFFRE : 24.** C'est le nombre de prestataires proposant des canoës et kayaks à la location dans les Gorges du Tarn. Autant dire que le choix ne manque pas...  
[www.lozere-tourisme.com/sports-aquatiques](http://www.lozere-tourisme.com/sports-aquatiques)



## #2 : SUNSET VERSION SAINTE-ENIMIE

Alors que le soleil se fait rougeoyant et pare les Gorges d'or liquide, nous atteignons Sainte-Enimie. Notre spot « bivouac » pour la nuit. Une animation joyeuse y règne, un air de vacances. Pas de doute, nous sommes bien dans le cœur battant des Gorges du Tarn. Ruelles pavées, demeures médiévales,

monastère bénédictin : dans ce village classé parmi les plus beaux de France, nos yeux ne savent pas... où donner de la tête ! Quant au marché nocturne, on dit oui, oui et re-oui : comme on dit, après l'effort, le réconfort !  
*Marché les jeudis de juillet-août, de 19h à 23h*  
[www.cevennes-gorges-du-tarn.com/sainte-enimie](http://www.cevennes-gorges-du-tarn.com/sainte-enimie)



### A CHACUN... son verre.

Que diriez-vous d'un petit apéro sur les rives du Tarn ? Bières artisanales, vin des Gorges du Tarn ou liqueur de cèpe\*, la Lozère a plus d'un tour dans son bidon ! A découvrir aussi, des jus de fruits gorgés de soleil, de l'eau « qué s'appelerio Quézac », sans oublier une ribambelle de sirops et de limonades.

### #3 : SAINTE-ENIMIE – SAINT-CHÉLY-DU-TARN // 5 KMS

C'est au chant des oiseaux et à la lueur des premiers rayons du soleil que nous sommes tirés du sommeil. Ça change du son strident du radioréveil ! Pleins d'une énergie nouvelle, nous remontons à bord de nos kayaks. Une cascade aux airs de paradis tropical ne tarde pas à se dresser devant nous. L'occasion d'un défi entre amis. Qui pour aller se baigner sous la cascade ? Avec le pont aérien de Saint-Chély-du-Tarn en toile de fond, la photo va faire des ravages sur Insta !

**BLOGOSPHERE : 2 jours pour vivre.** Amélie, son truc, c'est les micro-aventures. Fred, il est plutôt « pêche à la mouche ». A eux deux, ils ont descendu le Tarn. Hors saison. Mais avec caméra. Bilan : une vidéo qui donne envie de se mettre à l'eau, là, maintenant, tout de suite.  
<http://bit.ly/2journspourvivre-kayakTarn>

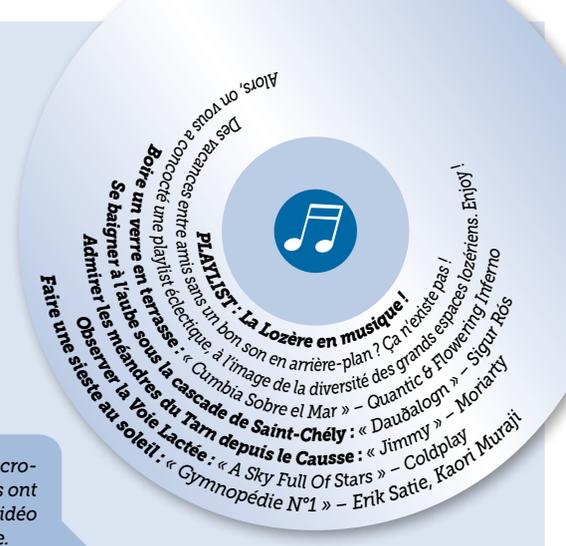


### #4 : SAINT-CHÉLY-DU-TARN – LA MALÈNE // 8 KMS

Bingo, les potes restés au travail ont inondé la photo de likes. Et de commentaires élogieux quoique teintés d'une pointe de jalousie... Les amis, vous savez quoi ? On est sympas ! Pour ne pas vous faire râler, on ne vous a pas partagé les photos de nos kayaks longeant les surprenantes maisons troglodytes de Pougnaoires. Ni celles du monumental Château de La Caze. Ou de notre pique-nique face au hameau de Hauterives. Mais ça ne saurait tarder !

### #5 : LA MALÈNE – CIRQUE DES BAUMES // 6 KMS

C'est aux côtés des bateliers, les maîtres des lieux, que nous nous enfonçons dans la partie la plus resserrée des Gorges : les Détroits. Au pied des parois vertigineuses, une toute petite plage a réussi à se frayer un passage. Une plage rien que pour nous. Alors, on s'arrête. On nage, on saute, on rit. On prolonge au maximum ces derniers instants. Et déjà, on se prend à rêver de « la prochaine fois ».





# Une semaine sur le Chemin de Stevenson

*Dans les années 1870, le trek n'existait pas. Les marcheurs marchaient non pour le plaisir, mais par nécessité. Pas Stevenson ! Avant tout le monde, l'écrivain écossais s'est mis en marche, traversant les Cévennes avec une ânesse, Modestine. De son périple est né un livre. Puis un GR, le GR70. Long de près de 230 kms dont 170 en Lozère, ce GR est désormais mythique. Tout comme les Cévennes, inscrites à l'UNESCO en 2011. Benoît, auteur du blog « Des yeux plus grands que le monde », a passé une semaine sur le chemin. Il nous raconte son expérience !*

Presqu'un siècle et demi a passé depuis qu'un certain Robert Louis Stevenson, aventurier et randonneur des premières heures, a foulé les terres qui le menèrent à pied du Monastier vers St-Jean-du-Gard. C'était mon tour de prendre ce chemin jadis emprunté par l'écrivain et son âne. En 2018, je me contenterais de traverser la délicieuse Lozère, son soleil radieux et ses paysages variés.

Je suis parti de La Bastide-Puylaurent et j'ai traversé les paysages montagneux du département le plus haut de France (en moyenne) jusqu'à St-Germain-de-Calberte. Un beau voyage à pied que j'ai partagé dans les Cévennes avec un certain Pablo, âne de son état, et fidèle compagnon de dizaines de randonneurs avant moi.

Aujourd'hui nous l'appelons le Chemin de Stevenson. Les layons de l'époque, tracés par les troupeaux de chèvres et leurs bergers, ceux-là même qui amenaient Stevenson à suivre des trajectoires hasardeuses, sculptées par la nature sauvage de la Lozère, ont fait place à un sentier de randonneurs.

Même si le voyage à pied impose la contemplation des beautés de la nature et nous plonge dans l'introspection parfois malgré nous, je ne suis pas l'aventurier qui traversait une bonne partie de la France tel un des pionniers de son époque.

**ZOOM** : Le tourisme vert. Pour une rando 100% écolo, optez pour des hébergements écoresponsables ! Les « Ecogîtes » by Gîtes de France par exemple. Mais aussi les « Ecovoisins » de Cévennes Ecotourisme : des hébergements où la protection de l'environnement n'est pas un vain mot, où l'accueil et le partage sont au cœur des relations entre hôtes et voyageurs, et où l'on pratique le tourisme côté « slow ». Vous risquez bien de vouloir prolonger votre étape...  
<https://ecotourisme.gites-de-france.com>  
[www.cevennes-ecotourisme.com](http://www.cevennes-ecotourisme.com)



**59 CLIN D'ŒIL THÉÂTRE : « La nuit des Camisards ».** Lionnel Astier a la Lozère dans le cœur. La preuve ? Il a consacré toute une pièce de théâtre au soulèvement des Camisards, initié dans le village du Pont-de-Montvert. Il est aussi l'un des 48 Ambassadeurs du département !

Le parcours s'est offert à moi, bien repéré sur ses rochers et ses arbres. Aux habitants peu préparés et étonnés de l'exploit de cette époque, ce sont aujourd'hui de vraies maisons d'accueil où les « Grands Randonneurs » viennent chercher le repos et les délices d'un terroir maintes fois exploré. A la solitude de l'écrivain, je fis pour ma part de nombreuses rencontres emplies de l'énergie souriante du sentier.

Pendant une semaine, les signes m'ont mené vers l'aventure du voyage à pied, dans une végétation somptueuse, les odeurs sucrées des jeunes pousses de pin, la belle vision des fleurs multicolores sur ces montagnes rocailleuses, enherbées, et ces forêts que le soleil a plaisir de réchauffer. De La Bastide-Puylaurent à Chasseradès, puis Le Bleynard, Le Pont-de-Montvert, Florac, Cassagnas et finalement St-Germain-de-Calberte, les pierres m'ont parlé de cette époque où la terre battue accueillait le voyageur.

<https://desyeuxplusgrandsquelemonde.com/chemin-de-stevenson-randonnee-gr70>

Le Mont-Lozère m'a émerveillé. Tout en haut, on comprend la fierté de ses habitants pour celui qui surplombe le pays auquel il a donné son nom. Chaque étape m'a apporté son lot d'épreuves et de surprises. La dernière fut celle de l'arrivée d'un compagnon que j'attendais depuis mon départ.

Comme l'avait fait l'auteur écossais en son temps, le Chemin de Stevenson se fait traditionnellement avec un âne. Pablo s'est joint à moi pour me faire découvrir les Cévennes comme je ne les aurais jamais vues sans lui. D'une gentillesse toute animale, il m'a soulagé de mes sacs et n'a cessé de m'apporter le sourire. Toute une aventure de faire le chemin avec ce petit âne tout noir et coquin !

Les temps changent, mais 140 ans plus tard, le voyageur continue de découvrir ces trésors grâce à toi. Merci d'avoir ouvert la voie, Robert-Louis Stevenson.

*Benoît Richer*



### 3 FAITS SUR :

#### **Le Parc national des Cévennes.**

- 1 C'est le seul Parc national de France dont la zone « cœur » est habitée.
- 2 C'est aussi le seul à être situé en moyenne montagne !
- 3 De nombreuses animations gratuites s'y déroulent chaque année, dans le cadre du « Festival Nature ».

[www.cevennes-parcnational.fr](http://www.cevennes-parcnational.fr)

ITINÉRAIRE  
Vallée du Lot

# Vous prendrez bien un peu de VeLo(t) ?

*La petite Reine s'offre une grande boucle en Vallée du Lot, à décliner à l'envi ! Pour les sportifs du dimanche, elle se la joue paisible balade du patrimoine. Mais pour les sportifs de tous les jours, la Vallée n'hésite pas à dérouler ses côtes, qui ont fait suer jusqu'aux coureurs du Tour de France...*

 **COUP DE CŒUR : La Montée Jalabert. 1995** : Laurent Jalabert s'illustre, un 14 juillet, sur le Causse de Mende, lors de la 12<sup>e</sup> étape du 82<sup>e</sup> Tour de France. « Sa » côte, c'est 10.1% de déclivité moyenne sur 3,1 kms. En viendrez-vous à bout ?



 **LE CHIFFRE : 11.** C'est le nombre de fois où le Tour de France est passé, ou a fait étape, en Lozère ! Il faut dire que les cols ne manquent pas par ici. Ni les circuits. Plus de 30 itinéraires cyclo vous attendent d'ailleurs sur notre site !  
[www.lozere-tourisme.com/velo](http://www.lozere-tourisme.com/velo)

## #1 : CHANAC, UNE TOUR DANS LE TOUR

Pour bien commencer un tour cycliste, quoi de mieux qu'une tour ? Le donjon de Chanac, c'est 90 décennies d'histoire et 4 niveaux. Et si vous multipliez les 2, vous obtenez 360. Soit, en degrés, la vue obtenue depuis le sommet. Cette tour a décidément plus d'un tour dans son sac !



## #2 : BAGNOLS-LES-BAINS... MAIS PAS QUE

Kilomètre 40. Les mollets commencent à chauffer. Il faut dire qu'il a fallu pédaler sans relâche pour échapper au lion de Balsièges ! Puis encore pour plonger dans l'Antiquité, période qui a vu naître le mausolée de Lanuéjols. Mais enfin, voilà Bagnols-les-Bains. Avec sa source thermale, déjà connue des Romains. Décidément, dans la Vallée du Lot, l'histoire est aussi omniprésente que l'eau ! D'ailleurs, en parlant d'eau, que diriez-vous d'une petite partie de pêche avant d'aller vous prélasser au spa ? Un parcours no-kill de 1350 mètres en rivière de 1<sup>re</sup> catégorie, ça ne se refuse pas !

[www.lozerepeche.com](http://www.lozerepeche.com)

 **IDÉE SÉJOUR : L'Hôtel de France.** Reprendre des forces dans un ancien relais de diligence ? C'est possible. Dans les chambres 3\* ou au restaurant gastronomique, faites le plein (d'énergie) avant de repartir sur les routes. [www.hoteldefrance-mende.com](http://www.hoteldefrance-mende.com)

 **CLIN D'ŒIL CINÉ : « La Grande Vadrouille ».** Ce film culte de Gérard Oury, vous l'avez certainement vu. Mais saviez-vous que la scène finale a été tournée à l'aérodrome de Mende ?

 **ZOOM : Le patrimoine autrement.** Tout au long de l'été, le pays d'Art et d'Histoire « Mende et Lot en Gévaudan » fait swinguer le patrimoine local ! Au menu : des visites nocturnes, des soirées musicales, mais aussi des initiations au croquis ou au yoga dans les plus beaux monuments de la Vallée ! [www.pah-mende-et-lot.fr](http://www.pah-mende-et-lot.fr)

## #3 : MENDE, 84 MÈTRES DE DÉNIVELLÉ POSITIF

Kilomètre 60. Gratte-ciel du XIV<sup>e</sup> siècle à l'horizon. Aucun doute possible, voilà Mende et son immense cathédrale. Les vélos sont garés pour mieux profiter des ruelles médiévales du centre-ville. Car ici, y a des pavés, même si on n'est pas sur le Paris-Roubaix ! Et puis, pour gravir le clocher, y en a des escaliers ! Face au spectacle de la verdoyante Vallée du Lot, l'effort est cependant bien vite oublié... Ne reste plus que l'émerveillement. Et le respect pour ceux qui hissèrent ici la plus grosse cloche de la Chrétienté, la Non Pareille, dont il ne reste aujourd'hui que le battant.

[www.ot-mende.fr/decouvrir/visiter/visiter-mende](http://www.ot-mende.fr/decouvrir/visiter/visiter-mende)

## #4 : LA CANOURGUE, LA PETITE VENISE

Kilomètre 110. Un mirage dans la Vallée. Non, vous ne rêvez pas. A La Canourgue, il y a bien des canaux entre les demeures. Des placettes cernées par les eaux. Des échoppes d'artisans. Bienvenue à Venise ! Avec, en prime, une tour de l'horloge, un moulin, une maison à pans de bois. Comme si être la « petite Venise lozérienne » ne lui suffisait pas...

# L'aventure, la vraie



Des routes d'Australie à celles de Lozère, le van, c'est le symbole par excellence de la liberté. Et quand il se conjugue avec le réflex en bandoulière, c'est l'aventure avec un grand A qui commence ! De celles qui se vivent au gré de vos envies, sans itinéraire prédéfini...

## 0 LE CHIFFRE : 154.

C'est le nombre de menhirs qui forment la Cham des Bondons. Ce qui en fait 2<sup>e</sup> concentration mégalithique de France, après Carnac en Bretagne !



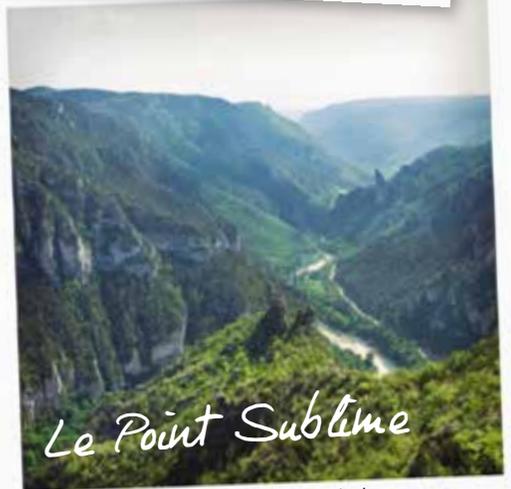
La Cham  
des Bondons

Gargantua est passé par là...  
 #goldenhour #purenature #montlozere  
 GPS : 44.402616, 3.610764



La Cascade de Rûnes

Deux chutes pour le prix d'une !  
 #waterfall #summervibes #cevennes  
 GPS : 44.379318, 3.674601



Le Point Sublime

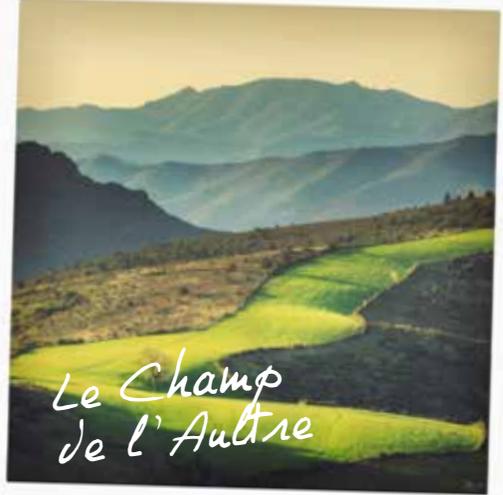
[No caption needed]  
 #fromthetop #gorgesdutarn #mustsee  
 GPS : 44.312418, 3.242920

**BLOGOSPHERE : Snooze Again.** Vanille et Olivier ont mis les pieds sur les 5 continents. Autant dire qu'ils en ont vu du pays ! Et pourtant, les Gorges du Tarn ont réussi à les surprendre. Ils le prouvent en 8 points (de vue) et une bonne trentaine de photos. [www.snooze-again.com/photos-gorges-du-tarn](http://www.snooze-again.com/photos-gorges-du-tarn)



## Le Chaos de Nîmes-le-Vieux

Ombres chinoises garanties 100% instagramables  
 #backlight #intothewild #unesco  
 GPS : 44.226762, 3.511044



## Le Champ de l'Autre

En Lozère, même les champs prennent la pose  
 #panorama #landscape #lozerephoto  
 GPS : 44.197389, 3.641775



## Le Pont de Bukinkan

Encore meilleur dégusté par -10 degrés  
 #aubrac #reflection #winterwonderland  
 GPS : 44.654736, 3.089981

**ZOOM : Phot'Aubrac.** Dans des granges ou burons, sur des arbres ou le long des routes, elles apparaissent chaque année fin septembre. Elles ? Les photos, bien sûr. Faune, paysages, portraits : à chaque photographe, son univers. L'occasion rêvée de porter un nouveau regard sur l'Aubrac. Et de s'essayer, à son tour, à l'art et la manière de prendre de jolis clichés, lors de balades photographiques. Avant de s'installer confortablement pour la projection du soir... [www.photaubrac.com](http://www.photaubrac.com)

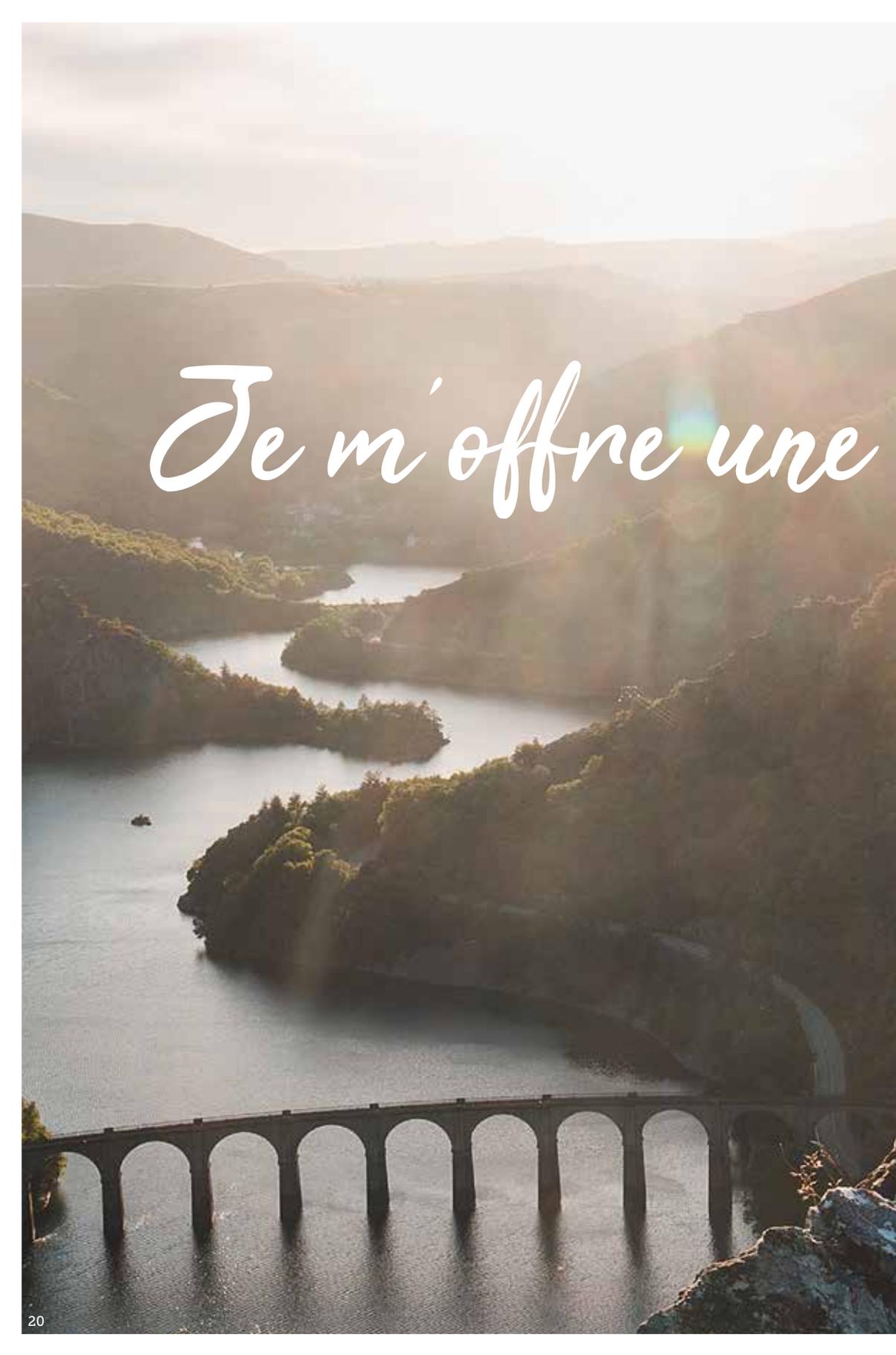
Retrouvez la liste des 60 spots photos de Lozère sur [www.lozere-tourisme.com/photos](http://www.lozere-tourisme.com/photos)

## TOP 5 LES SPOTS DE VAN ET CAMPING-CAR

Une centaine d'aires vous attendent en Lozère. On vous partage 5 de nos spots « coups de cœur » !

- 1 PAYSAN : L'Asinerie du Mazel (Antrenas).** Dans cette ferme en activité, le voisinage, il a 4 pattes et 2 longues oreilles !
- 2 CITADIN : Le parking du Faubourg Montbel (Mende).** Commerces à deux pas, vue sur le Lot et le Pont Notre-Dame... Que demander de plus ?
- 3 ECORESPONSABLE : Le camping du Pont-de-Braye (Chastanier).** Un cadre bucolique à souhait, pour un séjour en harmonie avec la nature.
- 4 KAYAKISTE : Le Soulio (La Malène).** Une location de canoë = un emplacement ombragé la veille au soir en bordure du Tarn !
- 5 PLÉBISCITÉ : Le camping Chantemerle (Bédouès).** Une situation stratégique, une plage privée et un accueil au top : on comprend vite pourquoi les internautes ont adoré !

[www.lozere-tourisme.com/aires-de-camping-cars](http://www.lozere-tourisme.com/aires-de-camping-cars)

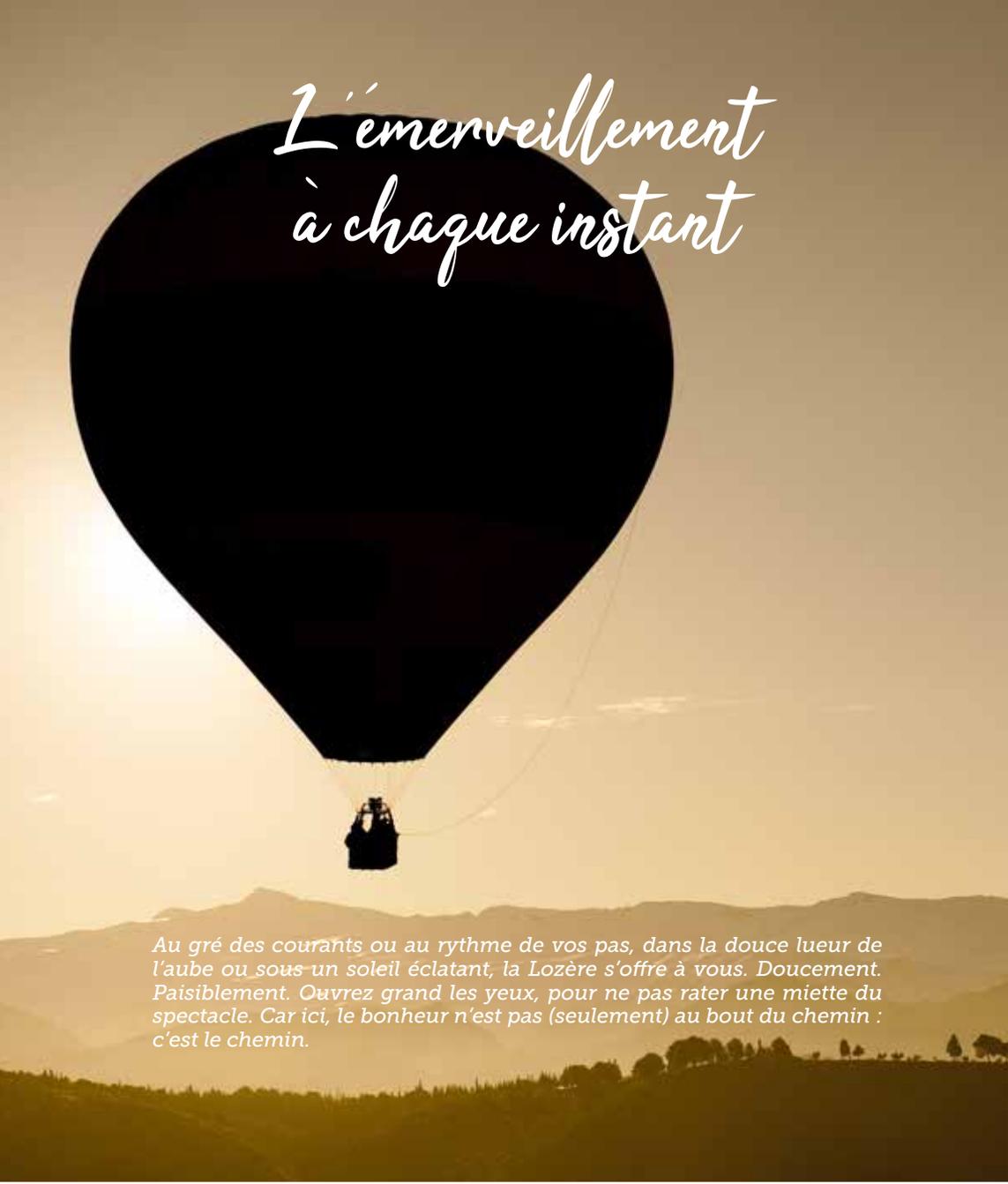


*Je m'offre une*

A man with a beard, wearing a purple t-shirt and dark shorts, is sitting on a large, dark rock. He is looking out over a vast valley with rolling hills and dense green forests. The sun is low in the sky, creating a warm, golden glow and long shadows. The overall mood is peaceful and contemplative.

# pause bien-être

*« Hier est derrière, demain est mystère, aujourd'hui est un cadeau : c'est pour cela qu'on l'appelle le présent ». Durant vos vacances en Lozère, oubliez le métro-boulot-dodo et profitez à fond du moment présent. Prenez le temps de vivre, tout simplement !*



# L'émerveillement à chaque instant

*Au gré des courants ou au rythme de vos pas, dans la douce lueur de l'aube ou sous un soleil éclatant, la Lozère s'offre à vous. Doucement. Paisiblement. Ouvrez grand les yeux, pour ne pas rater une miette du spectacle. Car ici, le bonheur n'est pas (seulement) au bout du chemin : c'est le chemin.*

## **S'ÉLEVER DANS LES AIRS, SANS BRUIT**

Enfant, qui n'a jamais regardé, les yeux pétillants, une montgolfière tracer sa route sous les nuages ? Ado, qui n'a jamais écrit « Faire un vol en montgolfière » sur sa bucket list ? Adulte, ne serait-il pas temps de passer à l'action, et de s'offrir, enfin, ce moment d'exception ? Réaliser un rêve d'enfant et barrer un item de sa bucket list, tout en survolant l'immensité des Causses inscrits au Patrimoine Mondial, voilà le programme. Sous vos yeux, aux premiers rayons du soleil, les herbes ondoient, les oiseaux virevoltent, la

brume s'estompe. Une vague de sérénité ne tarde pas à s'installer dans la nacelle. Avec, pour seul bruit de fond, votre cœur qui bat la chamade.

[www.montgolfieresdescausses.fr](http://www.montgolfieresdescausses.fr)

**+** **L'ALTERNATIVE : L'ULM.** Le bleu du ciel, le vert des forêts, l'ocre des prairies et le gris des lauzes : avec deux ailes, un casque et un moniteur, Mende et la Vallée du Lot se découvrent sous un jour nouveau !

[www.ulm-lozere.com](http://www.ulm-lozere.com)

## ARPEINTER « LE » CHEMIN

Il est des itinéraires mythiques dont le seul nom évoque des centaines d'images. Le Chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle est assurément de ceux-là. Pèlerins et randonneurs à l'unisson le parcourent sans relâche. Pour ses paysages. Pour le défi sportif. Pour les rencontres. Pour le plaisir de marcher, tout simplement. Entre Margeride et Aubrac, les 3 étapes lozériennes de la Via Podiensis sont un condensé de tout cela. Aux landes de genêts, bruyères et myrtilliers succèdent les plateaux dénudés. De belles côtes créent la solidarité et

libèrent de la place dans l'estomac pour la prochaine portion d'aligot. Enfin, cerise sur le gâteau (ou, devrait-on dire, myrtille sur le plateau ?), l'étape qui part de Nasbinals est inscrite à l'UNESCO... A vos coquilles !

 **COUP DE CŒUR : Le thé d'Aubrac.** 10h, l'heure de la pause. Qu'il fait bon sortir le thermos fumant du sac à dos ! Les arômes mentholés du Calament à grandes fleurs, thé d'Aubrac pour les intimes, ravissent les papilles. Et réchauffent le corps et l'esprit. [www.lagrangeauthe.com](http://www.lagrangeauthe.com)

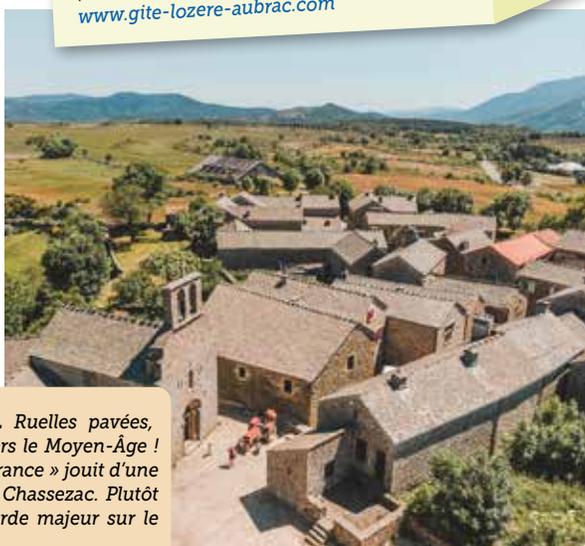


 **CLIN D'ŒIL CINÉ : « Saint-Jacques... la Mecque ».**  
Le Refuge des Rajas, ça vous parle ? Mais si, c'est là où le téléphone ne passe que sous l'arbre ! Une scène mythique du film de Coline Serreau, et un (petit) arrangement cinématographique, car le (vrai) chemin de St-Jacques n'y passe pas !  
[www.gite-lozere-aubrac.com](http://www.gite-lozere-aubrac.com)

## TRAVERSER LES CÉVENNES À TRÈS PETITE VITESSE

Monter à bord du Cévenol, c'est goûter aux joies des vacances en mode « slow ». C'est considérer les 40 kms de rails qui séparent Villefort de Langogne à leur juste valeur. C'est en prendre plein les yeux. D'abord, la traversée du lac de Villefort, sur un splendide viaduc. Ensuite, les forêts de châtaigniers, dont les couleurs changent au gré des saisons. Puis les hauts plateaux granitiques, où des troupeaux de vaches profitent de l'air pur et de l'herbe verte. Sans oublier les innombrables tunnels. Aucun doute, ici l'homme et la nature ne font qu'un.

 **ÇA VAUT LE DÉTOUR : La Garde-Guérin.** Ruelles pavées, remparts, donjon : offrez-vous un aller simple vers le Moyen-Âge ! A deux pas de Villefort, ce « Plus beau village de France » jouit d'une vue panoramique, notamment sur le Canyon du Chassezac. Plutôt pratique, quand on sait qu'il fut un poste de garde majeur sur le Chemin de la Régordane ! [www.lagardeguerin.fr](http://www.lagardeguerin.fr)



# Pour le plaisir des yeux et des papilles



*Là où les Anglais ont le cocooning et les Danois le hygge, les Lozériens ont une philosophie de vie qui se passe de mot. L'ingrédient principal ? Des plaisirs simples, qui ensoleillent chaque nouvelle journée. Relevés de quelques folies, pour faire pétiller la vie. Le tout, à partager sans modération.*

## L'ART DE SE RÉGÉNÉRER

En ce début d'hiver, il serait tentant de rester au coin du feu. Mais notre guide est là pour nous rappeler que c'est dehors, sur les hauts plateaux de l'Aubrac, que la magie opère. « Pensez aux Afghans, qui marchent à 4000 mètres d'altitude ! » nous rappelle-t-il. L'Afghanistan, d'où vient cette marche si particulière à laquelle il nous initie. Inspiration, expiration : le corps entier se concentre peu à peu sur la respiration et en oublie les kilomètres. Vient ensuite l'heure du yoga. En plein air, toujours, pour mieux se reconnecter à la nature. Et pour mieux apprécier, par la suite, la douce chaleur qui émane de la piscine thermale de La Chaldette. Les effluves du thé d'Aubrac dans le bain bouillonnant. Le massage plantaire aussi doux que tonique. La vue sur les pâturages derrière les immenses baies vitrées. Se régénérer, ce n'est finalement pas si difficile. On y prend même vite goût !

[www.bastide-nasbinals.com/marche-afghane](http://www.bastide-nasbinals.com/marche-afghane)  
[www.lachaldette.com](http://www.lachaldette.com)

## LES ALTERNATIVES :

**La station thermale de Bagnols-les-Bains.** Massage, modelage ou douche relaxante : de petits plaisirs à s'offrir après une belle journée rando sur le Mont-Lozère. Ou dans la douce quiétude du matin, lorsque le chant des oiseaux enveloppe la piscine extérieure.

[www.bagnols-les-bains.com](http://www.bagnols-les-bains.com)

**ZOOM : Les champs de narcisses.** Chaque année, fin mai, ils parent l'Aubrac d'un manteau blanc à l'odeur envoûtante. Ils ? Les narcisses, bien sûr. Prisés des parfumeurs, ils sont récoltés avec le plus grand soin. Il faut dire qu'à raison de 800 000 fleurs par kilo d'absolue, leur valeur est immense !

**Ma cab'âne bien-être.** Le long du Chemin de Stevenson, vos muscles chauffent et l'envie de faire une pause se fait ressentir ? Prenez place à bord de cet institut de beauté itinérant et laissez-vous choyer... Un instant bien-être pour le moins insolite !

[www.macabane-bienetre.com](http://www.macabane-bienetre.com)

## LA RECETTE DU BONHEUR

L'ambiance futuriste, toute en courbes et lumières tamisées, plante le décor. « Chez Camillou », on ne vient pas seulement pour manger, on vient pour vivre une expérience culinaire hors normes. Derrière les fourneaux, c'est le chef étoilé Cyril Attrazic qui s'active. Alors, forcément, les saveurs sont au rendez-vous. Enfant du pays, il en a extrait le meilleur, du bœuf d'Aubrac aux fromages, en passant par les cèpes. Des produits d'exception, toujours relevés de cette petite touche d'audace qui le caractérise...

[www.camillou.com](http://www.camillou.com)

**0 LE CHIFFRE : 48.** C'est avant tout le code INSEE de la Lozère. Mais c'est aussi le nombre d'Ambassadeurs du département. Des Ambassadeurs pour beaucoup dévoués... à titiller vos papilles. Comme Cyril Attrazic par exemple, mais aussi la chocolatière Sylvie Faucher et la sommelière Pierrette Agulhon.  
[www.lozerenouvellevie.com/aimer-la-lozere/les-ambassadeurs](http://www.lozerenouvellevie.com/aimer-la-lozere/les-ambassadeurs)



### 3 FAITS SUR : Le PNR Aubrac.

- 1 A cheval entre Lozère, Aveyron et Cantal, ce Parc naturel régional a vu le jour en 2018.
- 2 Il culmine à 1469 m au Signal de Mailhebiau.
- 3 Rivières, cascades ou lacs : l'eau est partout. « Aubrac » vient d'ailleurs de « braco », qui signifie « humide » !

### Z'EXPÉRIENCE : Les balades sensorielles.

Regarder, mais aussi toucher, sentir, goûter, écouter. Pour pleinement apprécier le site Natura 2000 du Lac de Charpal, laissez vos sens vous guider.

[www.catherine-degouy-energeticienne.fr](http://www.catherine-degouy-energeticienne.fr)

## LE GOÛT DES CHOSES SIMPLES

Cuisiner avec amour de bons petits plats, à base d'ingrédients ramassés le matin-même dans la nature : ne serait-ce pas là la clé du bonheur ? Le secret de l'épanouissement personnel ? Avec ses plantes et fruits sauvages à foison, la Lozère est une invitation à la cueillette ! Au détour des chemins, vous pourriez bien y trouver :

- ✿ Des pissenlits et des primevères, à préparer en salades ;
- ✿ Des orties, délicieuses en soupes ou tartes ;
- ✿ Des fleurs de sureau, à préparer en vin apéritif ;
- ✿ De la menthe, du thym ou de la mélisse, pour parfumer vos infusions ;
- ✿ D'innombrables baies, à déguster telles quelles, en confiture ou en gelée...

Alors, à vos paniers !



### Z'EXPÉRIENCE : « De la cueillette à la cuisine ».

Le temps d'un week-end, offrez-vous un retour au naturel. Apprenez à reconnaître les plantes sauvages et à les cuisiner. Mais aussi, à fabriquer votre pain !

[www.rando-pain-lozere.com](http://www.rando-pain-lozere.com)

# Et si on ne faisait rien ? (pour une fois)



**BLOGOSPHERE : i-voyages.net.** 4 jours, 4 hébergements insolites : Gil Giuglio a relevé le défi ! Du tipi amérindien à la yourte mongole, son séjour en Lozère s'est transformé en mini tour du monde !

[www.i-voyages.net/test-quatre-hebergements-insolites-en-lozere](http://www.i-voyages.net/test-quatre-hebergements-insolites-en-lozere)

## UNE NUIT À LA BELLE ÉTOILE... EN TOUT CONFORT !

Compter les étoiles filantes, allongé sur un plaid, c'est chouette. Mais depuis un lit douillet, dans une pyramide vitrée, c'est encore plus chouette (et plus confortable !). Sur les hauteurs de Vébron, le ciel est d'un noir d'encre et les étoiles brillent de mille feux. Les constellations se détachent si nettement qu'elles semblent composer quelque œuvre d'art contemporaine. Ou peut-être

font-elles partie d'un spectacle son et lumière inédit, complété par le chant des oiseaux nocturnes ? Ce qui est certain, c'est qu'en ce lieu, c'est la tête dans les étoiles, et des étoiles plein les yeux, que le sommeil finira par vous emporter. Le tout, dans une pyramide digne d'un 5 étoiles. Au moins.

[www.ma-cabane-en-lozere.com](http://www.ma-cabane-en-lozere.com)

**ZOOM :** Le label **RICE**. Saviez-vous que 2 Européens sur 3 ne peuvent pas voir les étoiles à cause de la pollution lumineuse ? Ce n'est pas le cas dans les Cévennes, où le ciel est pur. La preuve ? Le Parc national des Cévennes fait partie du club très fermé des « Réserves internationales de ciel étoilé ». Et psst, il existe aussi un astéroïde nommé « Cévennes » !

**L'ALTERNATIVE :** **L'Etoile du Berger.** Faiblement peuplé, le Causse Méjean a toujours été un paradis pour astronomes. Mais c'est encore plus vrai depuis que cette chambre d'hôtes s'est dotée d'une plateforme d'observation du ciel !

[www.letoleduberger.com](http://www.letoleduberger.com)



« Me remettre au footing ; payer les factures ; prendre RV chez le médecin ». Votre quotidien a des airs de to do list sans fin ? Et si, pour une fois, vous vous offriez une pause ? Un temps de répit ? Un moment de pur farniente ? En mode siestes sur l'herbe et rêveries sous la Voie Lactée...



### UNE SIESTE AU SOLEIL... ET PLUS SI AFFINITÉS

Faire une sieste allongé sur l'herbe ou sur un hamac, avec en face de soi un paysage à couper le souffle : voilà le programme de votre après-midi. Vous risquez bien de vouloir prolonger ce moment hors du temps. En improvisant un pique-nique au coucher de soleil, peut-être ?

## TOP 10 LES SPOTS DE SIESTE : ça va faire « zzzzzzzz » !

- 1 ARTISTIQUE : Le Chaos de Nîmes-le-Vieux.** Et si vous tendiez votre hamac entre 2 sculptures minérales ?
- 2 REVITALISANT : Les Rives du Lot à Saint-Julien-du-Tournel.** La sieste, les pieds dans l'eau !
- 3 MÉDIÉVAL : La Tour d'Apcher.** Protégés par le donjon de 18 mètres, rêvez en toute sérénité !
- 4 PANORAMIQUE : Le Pic Cassini.** Quoi de mieux qu'un Pic pour piquer un somme ?
- 5 CONFORTABLE : La Chapelle Saint-Ferréol.** Ou plutôt, la douce pelouse verte qui l'entoure...
- 6 VERTIGINEUX : La Baousse del Biel.** En face de vous ? Cette arche de pierre. Et sous vos pieds ? Le vide.
- 7 SUNSET : Le Roc des Chiens Fous.** Laissez l'étang de Barrandon s'embraser devant vous...
- 8 ACCESSIBLE : Le Lac du Moulinet.** Pontons garantis 100% poussettes-compatibles.
- 9 INSOLITE : Le Château de Luc.** Méditez sur les subtilités de la vie à l'ombre de cet étonnant château-chapelle !
- 10 FLORAL : Le Lac de Saint-Andéol.** Laissez-vous envoûter par une sieste au milieu des jonquilles.

*Je me reconnecte*



# à la nature

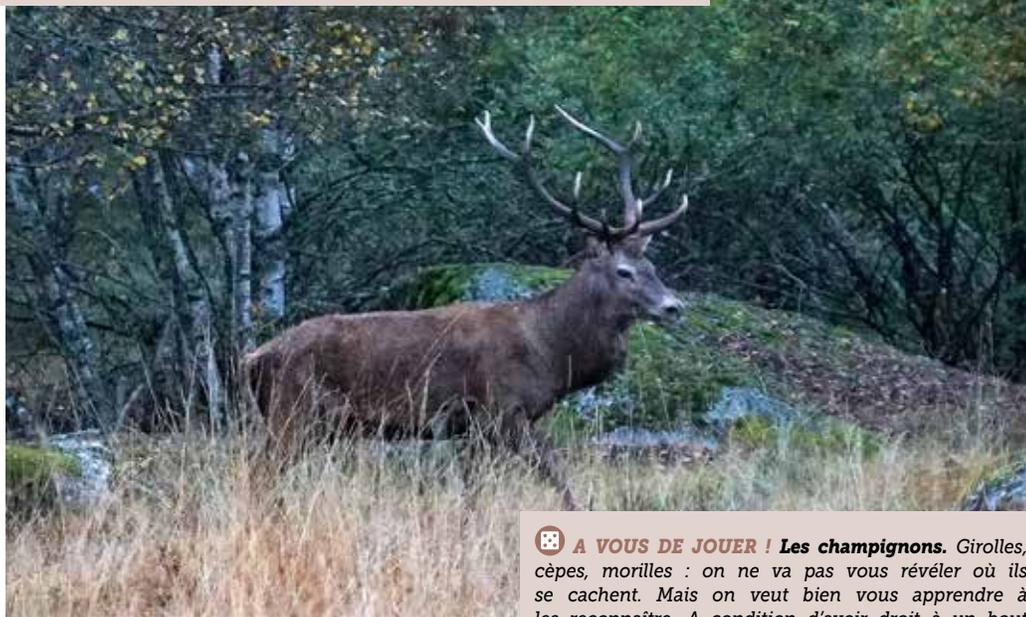
*Un parc national, un parc naturel régional, une réserve de biosphère, le plus grand site inscrit à l'UNESCO de France... Quelle meilleure destination que la Lozère pour observer la faune et la flore ? Quel meilleur terrain de jeux que la Lozère pour randonner, courir, skier ?*



# 365 jours de petites et grosses bêtes

Quand on pense aux vacances, on pense souvent à l'été. Mais en Lozère, c'est toute l'année que les animaux font leur show ! La flore n'est pas en reste, entre espèces insolites et cueillettes gourmandes. Prenez vos paniers et vos jumelles, on vous emmène !

**IDÉE SÉJOUR :** Au **Portaou**. L'automne, c'est la saison du brame, des champignons, mais aussi des châtaignes. Un fruit qui a nourri des générations de Cévenols, et continue de régaler les gourmands. Et si vous aidiez vos hôtes à transformer les châtaignes en confiture devant une flambée ? [www.au-portaou.com](http://www.au-portaou.com)



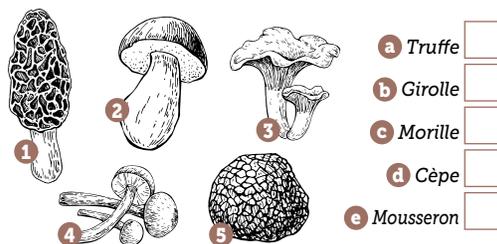
**A VOUS DE JOUER ! Les champignons.** Girolles, cèpes, morilles : on ne va pas vous révéler où ils se cachent. Mais on veut bien vous apprendre à les reconnaître. A condition d'avoir droit à un bout d'omelette... ou un bocal de champis au vinaigre !

## AUTOMNE :

### LES CERFS SE DONNENT EN CONCERT

Imaginez. A la lueur du soleil couchant, dans une forêt aux reflets chatoyants et presque féériques, vous avancez en silence. Tous vos sens sont aux aguets. Vous repérez les fleurs tardives, percevez le chant des oiseaux, sentez l'odeur des premières feuilles mortes de ce début d'automne. Quand soudain, un cri déchire la nuit. Un son guttural, qui fait se hérissier les poils à la surface de votre peau. Un cri d'amour, poussé par un Dom Juan de la forêt. Le brame du cerf. Sous les conseils de votre guide, vous redoublez de silence et avancez discrètement en direction de la source du son. Et enfin, après des heures d'attente, voilà qu'il apparait au détour d'un bosquet. D'abord, une paire de bois, puis le cerf dans toute sa splendeur. L'attente sera vite oubliée, le souvenir, jamais.

[www.lozere-tourisme.com/sejours-brame-du-cerf](http://www.lozere-tourisme.com/sejours-brame-du-cerf)



**ÇA VAUT LE DÉTOUR :** Les **Toqués du Cèpe**. En Lozère, on ne rigole pas avec les champis ! Et en particulier, avec le Roi d'entre eux, le cèpe. Marché du terroir, cours de cuisine, balades mycologiques : chaque année, Mende lui déroule le tapis rouge le temps d'un (délicieux) week-end. Miam !

[www.ot-mende.fr/sejourner/sortir/agenda/les-toques-du-cepe](http://www.ot-mende.fr/sejourner/sortir/agenda/les-toques-du-cepe)

## HIVER : BISONS ET LOUPS REVÊTENT LEUR MANTEAU BLANC

Sous les rayons du soleil, la neige se fait étincelante. Avant de monter à bord du traîneau, mieux vaut donc chausser ses lunettes... mais aussi sa doudoune. A 1200 mètres d'altitude, l'hiver ne fait pas dans la demi-mesure. Un cadre de vie idéal pour les bisons d'Europe. Avec leur épaisse fourrure, ces colosses venus de l'Est ne se laissent pas déstabiliser par les frimas. Au contraire, ils apprécient s'enfoncer dans la neige. Le traîneau, lui, glisse à sa surface. Et s'approche, encore et encore, des bisons. Sensations garanties, pour petits et grands ! Plus au sud, c'est les loups qui s'en donnent à coeur joie. Arrivés tout

droit de Sibérie ou de l'Arctique, les flocons, c'est leur passion. Il leur arrive même d'en hurler... de bonheur ! Vous êtes prévenus !

[www.bisoneurope.com](http://www.bisoneurope.com)

[www.loupsdugevaudan.com](http://www.loupsdugevaudan.com)

 **ET L'ÉTÉ ? Les nocturnes.** C'est entre chien et loup que les loups font le plus de bruit. Logique, non ? Et ça tombe bien, parce qu'en juillet – août, le parc des loups reste ouvert jusque tard. Et psst, côté bisons, une fois la neige fondue, c'est en calèche que ça se passe !



## PRINTEMPS : VACHES ET MOUTONS PARADENT EN MUSIQUE

La transhumance, c'est avant tout une nécessité, celle de conduire les troupeaux sur les estives où les attendent de verts pâturages. Mais c'est aussi une fête, colorée et joyeuse, qui annonce le printemps. Décorées de fleurs, les vaches paradent en musique sur l'Aubrac, à la fin mai. Quelques semaines plus tard,

c'est au tour des brebis de se mettre en marche. Que diriez-vous d'aller les encourager, sur les cols des Cévennes ou à la station du Mont-Lozère ? Ou mieux, de les accompagner dans leur ascension ?

[www.aubrac-sud-lozere.com/transhumance](http://www.aubrac-sud-lozere.com/transhumance) ;

[www.randonnee-montlozere.com/fete-de-la-transhumance](http://www.randonnee-montlozere.com/fete-de-la-transhumance)

# Les animaux, c'est du sport!

*En Lozère, ce n'est pas la place qui manque. Du coup, les animaux, ils ne sont pas dans des zoos ! Eux-aussi aiment les grands espaces. Ils courent, ils nagent, ils volent. Alors, pour espérer les apercevoir ou les apprivoiser, il va falloir faire comme eux : bouger un peu, beaucoup, à la folie !*

 **COUP DE CŒUR : Les 160 kms de Florac.** Le grand rendez-vous annuel de l'endurance équestre ? C'est en Lozère, pardi ! Début septembre, les stars de l'équitation mondiale s'affrontent entre Causses et Cévennes. Venez les encourager ! [www.160florac.com](http://www.160florac.com)

## CAVALER, LES « CHEVAUX » AU VENT

Quoi ? Vous aimez l'équitation et vous n'avez jamais mis les pieds en Lozère ? Il va falloir remédier à cette situation, et vite ! Car la Lozère, c'est l'amie de toujours des chevaux. Ici, ils trouvent des pistes à perte de vue sur lesquelles faire résonner leurs sabots. C'est quand même autrement plus drôle que sur la route ! Pour les cavaliers, c'est la liberté. Les chemins se croisent et s'entrecroisent, offrant pléthore de nouvelles opportunités à chaque nouveau carrefour. Graver les crêtes du Mont-Lozère ? Faire le tour de l'Aubrac ? Cavaler entre les cours d'eau et châteaux de Margeride ? Traverser les Grands Causses, tel un Gengis Khan des temps modernes ? Quelle que soit

l'option retenue, le soir venu, l'hébergement sera confortable. Pour les cavaliers, comme pour les chevaux. Il ne s'agirait pas d'oublier l'adage « Qui veut aller loin, ménage sa monture » !

[www.lozere-tourisme.com/equitation](http://www.lozere-tourisme.com/equitation)

 **ÇA VAUT LE DÉTOUR : Les chevaux de Przewalski.** Avec ses herbes jaunies par le soleil et ses 1.4 habitants par km<sup>2</sup>, le Causse Méjean a des airs de steppe mongole. On y trouve même des chevaux venus tout droit de ce pays d'Asie, les derniers à n'avoir jamais été domestiqués par l'homme. A vos jumelles ! [www.takh.org](http://www.takh.org)

## MUSHER, COMME AU GRAND NORD !

Mode explorateur : activé. Traîneau : prêt ! Les chiens s'impatientent, ils savent le départ proche. Leur pelage frémit déjà dans l'expectative des sensations à venir. Derniers conseils du musher, puis vient l'heure tant attendue de se mettre aux manettes. De s'élancer à travers la forêt. Les 3 épaisseurs de vêtements ne sont pas superflues. En ce début février, l'air est vif. Il fait se dresser les poils sur chaque millimètre carré de peau. A moins que ce ne soit l'effet de l'adrénaline ?

Tout autour du traîneau, les arbres ploient sous la neige. Mais il en faudrait plus pour ralentir les chiens. Au contraire, ils redoublent d'efforts. Les sensations déferlent. Le froid des premiers instants est oublié, remplacé par une immense vague de bonheur. Un bonheur immaculé, comme le blanc de la neige. Ne reste plus qu'à savourer l'instant. Avec, dans la bouche, un goût de Laponie et d'aventure...

[www.chiens-traîneaux-massifcentral.com](http://www.chiens-traîneaux-massifcentral.com)

**Z'EXPÉRIENCE : La cani-trottinette.** A condition qu'il ne fasse pas trop chaud, les chiens gardent du service toute l'année, grâce aux grosses roues des cani-trottinettes. Une activité à conjuguer avec le tir à l'arc 3D, pour une journée vraiment parfaite ! En pleine nature, laissez s'exprimer le Robin des Bois qui sommeille en vous...



## Z'EXPÉRIENCE : GRIMPER, À DÉFAUT DE SAVOIR VOLER

Se hisser de branche en branche pour aller saluer les oiseaux, on l'a tous déjà fait. C'était il y a longtemps. Très longtemps. Sans doute trop. Il est plus que temps de renouer avec le contact des écorces, tantôt rugueuses, tantôt lisses. Avec le sentiment d'excitation que procure l'ascension d'un arbre. Mais cette fois-ci, grâce aux baudriers, c'est jusqu'à la canopée que vous allez monter. A la cime des chênes cévenols, à vous les tête-à-tête avec les oiseaux et le goûter ou l'apéro. Avant de redescendre, vous prendrez bien un peu de slackline ?

[www.lamaisondelaventure.com/grimpe-dans-les-arbres](http://www.lamaisondelaventure.com/grimpe-dans-les-arbres)

## L'ALTERNATIVE : La Maison des Vautours.

D'une envergure pouvant dépasser 2 mètres, les vautours sont des géants du ciel ! Déclinés en 4 sous-espèces dans les Gorges de la Jonte, ils semblent reproduire un éternel ballet. Un spectacle accessible au plus grand nombre, l'observatoire étant labellisé « Tourisme et Handicap ».

[www.vautours-lozere.com](http://www.vautours-lozere.com)



# Là où "rando" se conjugue au pluriel...

*Vous souffrez de randophilie ? Pas de panique, nous-aussi ! Été comme hiver, il ne se passe pas une semaine sans que l'on enfile nos chaussures de marche. Et notre costume de trappeur. Ou de randonneur 2.0. Et pourtant, nous ne sommes toujours pas venus à bout des sentiers. C'est dire...*



**BLOGOSPHERE : Carnets de Rando.** David a plus d'un chemin lozérien à son actif ! Sa dernière découverte ? Le chemin de la Régordane. Son coup de coeur ? L'équilibre entre nature et culture. A découvrir en vidéo sur son blog. <http://www.carnetsderando.net/chemin-de-regordane-250km-sur-le-gr700/>

## **EN MODE TRAPPEUR, RAQUETTES ET FEU DE BOIS**

Par un matin d'hiver, on voulait notre dose de neige, mais sans embouteillages sur les pistes. Ni une, ni deux, on a ressorti nos raquettes. Et mis le cap sur le Mont-Lozère. Réglage des sangles. Glagla. Gants. Prise en main des bâtons. Ça commence raide, mais au moins ça réchauffe #positiveattitude. Bientôt, les Badioux ne sont plus qu'un lointain souvenir derrière nous. Si piste il y avait, piste il n'y a plus. La neige a tout recouvert. Et personne encore n'est venu s'y frayer un passage. C'est beau. Blanc. Brillant. Irréel. Au fil de la montée, les sapins tirent leur révérence. Le paysage s'ouvre. Il y a du vent, un peu, mais surtout

de beaux panoramas, beaucoup. Il doit bien y avoir 60 centimètres de neige. Poudreuse. Dans cet univers monochrome, on se sent seuls au monde. Avec cette impression d'ouvrir une voie. De tracer notre chemin rien qu'à nous. Pourtant, quelqu'un a bien dû passer par ici. Car voilà un refuge. Déneigement de la porte. Ramassage de branches mortes. Glagla. Bois mouillé qui refuse de s'allumer. Oups. Persévérer, encore et encore. Souffler. Ramasser. Et puis, enfin, quelques flammes. Des braises. Des saucisses grillées, au goût de « on les a bien méritées ».

[www.lozere-tourisme.com/sports-hiver](http://www.lozere-tourisme.com/sports-hiver)



**0 LE CHIFFRE : 6.** C'est le nombre de stations de sports d'hiver du département. Luge, ski alpin et raquettes s'y pratiquent volontiers, mais le roi, c'est le ski de fond ! Ambiance 100% nature et familiale garantie.

### EN MODE HIGH-TECH, GPX ET APPLI MOBILE

Vous entendez déjà vos ados soupirer à l'idée de partir en rando ? Voici de quoi les faire changer d'avis. Sans les soudoyer. Le principe ? Armés de leurs smartphones (voilà qui devrait leur plaire), ils s'élancent sur les sentiers, à la recherche de caches géolocalisées. Un peu comme sur une chasse aux trésors. Sauf que là, le terrain de jeux s'étend de Nasbinals à Saint-Gilles, soit 330 kms. Et qu'il y a près de 200 trésors à trouver ! De votre côté, c'est toute l'histoire du GR Urban V, du nom d'un Pape lozérien, qui s'invite dans votre smartphone, grâce à l'appli mobile. Mais aussi des infos pratiques ou insolites. Alors, c'est qui qui ne peut plus se passer de son téléphone ?

[www.randonnee-urbain-v.com](http://www.randonnee-urbain-v.com)

**L'ALTERNATIVE :** Les chemins de Saint-Guilhem-le-Désert et de la Régordane. Deux GR bien différents, mais pourtant plein de points communs ! Différents, car le premier traverse l'ouest lozérien, de l'Aubrac aux Causses en passant par les Gorges, tandis que le second s'aventure à l'est, entre Margeride, Mont-Lozère et Cévennes. Mais proches, car les deux serpentent du nord au sud sur 240 kms. Proches encore, car ils remplissent les mêmes fonctions : sentiers de pèlerinage autant que de transhumance. Des GR chargés d'histoires, qui se font même récits sur le Chemin de la Régordane... Des récits à lire et déguster au fil de ses pas.

[www.chemin-st-guilhem.fr](http://www.chemin-st-guilhem.fr)  
[www.chemin-regordane.fr](http://www.chemin-regordane.fr)



800g de fromage « Le Fondant » (Saveur Lozère) au lait de Brune

400g de châtaignes entières épluchées

200g de confit d'oignons doux des Cévennes

Baucoup de charcuterie lozérienne en tranches très fines : saucisson sec x 20, saucisse sèche x 20, jambon cru x 8, jambon blanc x 4

Ne pas oublier les pommes de terre (1kg).

### RECETTE : La raclette lozérienne (pour 4)

Comprendre : « la » recette qui met tout le monde d'accord après une journée dans la neige.

**Instructions :** Même principe qu'une raclette traditionnelle, mais avec un fromage "Made in Lozère". Le petit plus dans le poêlon : du confit d'oignons et quelques brisures de châtaignes. Soirée conviviale en vue !

# Sportif, vous avez dit... sportif ?

*Si, pour vous, un itinéraire digne d'intérêt doit présenter un dénivelé positif d'au moins 3 chiffres, ou une distance à 4 chiffres, alors, vous êtes au bon endroit. Et dans le cas inverse ? Rassurez-vous, personne ne vous en voudra si vous enfourchez un vélo magique. Euh, pardon. Electrique.*

**Z** **L'EXPÉRIENCE :** « Des paysages et des hommes ». Une semaine de rando en étoile, entre Cévennes et Mont-Lozère : voilà le topo. En prime, une plongée dans l'âme de la région, grâce à de multiples rencontres avec ceux qui « font » la Lozère. En bref, un séjour aussi bon pour le corps que pour l'esprit.

[www.hotel-cheminsfrancis.com/sejour/sejour-randonnee-accompagnee](http://www.hotel-cheminsfrancis.com/sejour/sejour-randonnee-accompagnee)

## **TOUJOURS PLUS HAUT : LE PIC DE FINIELS**

1699 mètres. A croire qu'il a eu peur de vous effrayer en s'arrondissant à la centaine au-dessus. Un peu comme les étiquettes de prix des supermarchés. Sauf que, dans le cas du Pic de Finiels, ce n'est pas le porte-monnaie qui flambe. C'est les jambes ! Le long des montjoies, ces pierres dressées qui guidèrent déjà Robert Louis Stevenson en son temps, le sentier grimpe, grimpe, grimpe. Il n'a pas jugé utile de faire des zigzags. Tel une flèche, il se lance droit devant à l'assaut du toit de la Lozère. Serez-vous aussi véloce, lorsqu'à votre tour, vous vous confronterez aux 4 kms de pente pour 300 mètres de dénivelé positif ? Pour vous motiver, pensez à ce qui vous attend au sommet. Un encas, peut-être. Une gorgée d'eau fraîche, sans doute. Mais aussi et surtout, un splendide panorama sur les vallées cévenoles. Promis, vous saurez bientôt pourquoi Stevenson les surnomma les « collines bleues ». Dans 4 kms, précisément.

## **TOUJOURS PLUS LOIN : LA GTMC**

1380 kilomètres. C'est plus que la distance qui sépare Paris de Copenhague. Et c'est pourtant la distance qui vous attend sur la Grande Traversée du Massif Central. GTMC pour les intimes. Itinéraire mythique, il a fait peau neuve en 2018. Doublant au passage sa distance. Désormais, il relie le Morvan à la Méditerranée, avec une promesse : celle de ne pas vous faire soulever votre monture. Plutôt pratique, pour les amateurs de VTT électrique ! Côté Lozère, c'est 6 étapes et 230 kms de sentes et pistes qui s'offrent aux aficionados du deux-roues. Du nord au sud, le calcaire succède au schiste et au granit, les forêts et lacs laissent place aux gorges et sommets. La Lozère dans toute sa diversité semble s'être invitée le long des sentiers.

[www.la-gtmc.com](http://www.la-gtmc.com)



## **A VOUS DE JOUER !**

### **Le sac à dos spécial rando.**

Donner une touche lozérienne à son sac à dos ? Avec nos conseils, cela devient un vrai jeu d'enfants !

- 1 Lunettes de soleil en bois** by Vincent Duzert (à partir de 180 €). [www.atelier-lunetterie.com](http://www.atelier-lunetterie.com)
- 2 Jeu des 7 familles**, édition « Mende » (7 €). [www.ot-mende.fr](http://www.ot-mende.fr)
- 3 Couteau Bastide** pliant avec manche en bois (à partir de 71€). [www.bastide-knives.com](http://www.bastide-knives.com)
- 4 Croquants aux amandes** (à partir de 5€). En vente dans les boulangeries mendoises.
- 5 Huile essentielle d'Hélichryse - Essenciagua** aux propriétés anti-inflammatoires (à partir de 12,90 €). [www.essenciagua.fr](http://www.essenciagua.fr)

## **TOUJOURS PLUS FORT : L'ULTRA LOZÈRE**

6000 mètres. Si seulement il s'agissait de la distance de l'Ultra Trail de Lozère ! Mais non, il s'agit juste du dénivelé positif qui s'offre aux coureurs. En 2 jours, il leur faut avaler plus de 100 kms de sentiers. Cela ne vous fait pas rêver ? Eux, si. Il faut dire que les panoramas à couper le souffle sont au rendez-vous. Que des points de vue habituellement

hors d'atteinte deviennent accessibles le temps d'un week-end. Immensité vierge des Causses, reliefs vertigineux des Gorges : face à tous ces paysages sauvages, les douleurs s'apaisent. Le sourire se décrispe, jusqu'à devenir éclatant. Presque autant que le soleil de ce mois de mai.

[www.lozeretrail.fr](http://www.lozeretrail.fr)



## **A CHACUN... SON DÉFI SPORTIF**

Trail, cyclisme ou enduro, on a la compèt' qu'il vous faut ! A vous les exploits... ou les porte-voix.

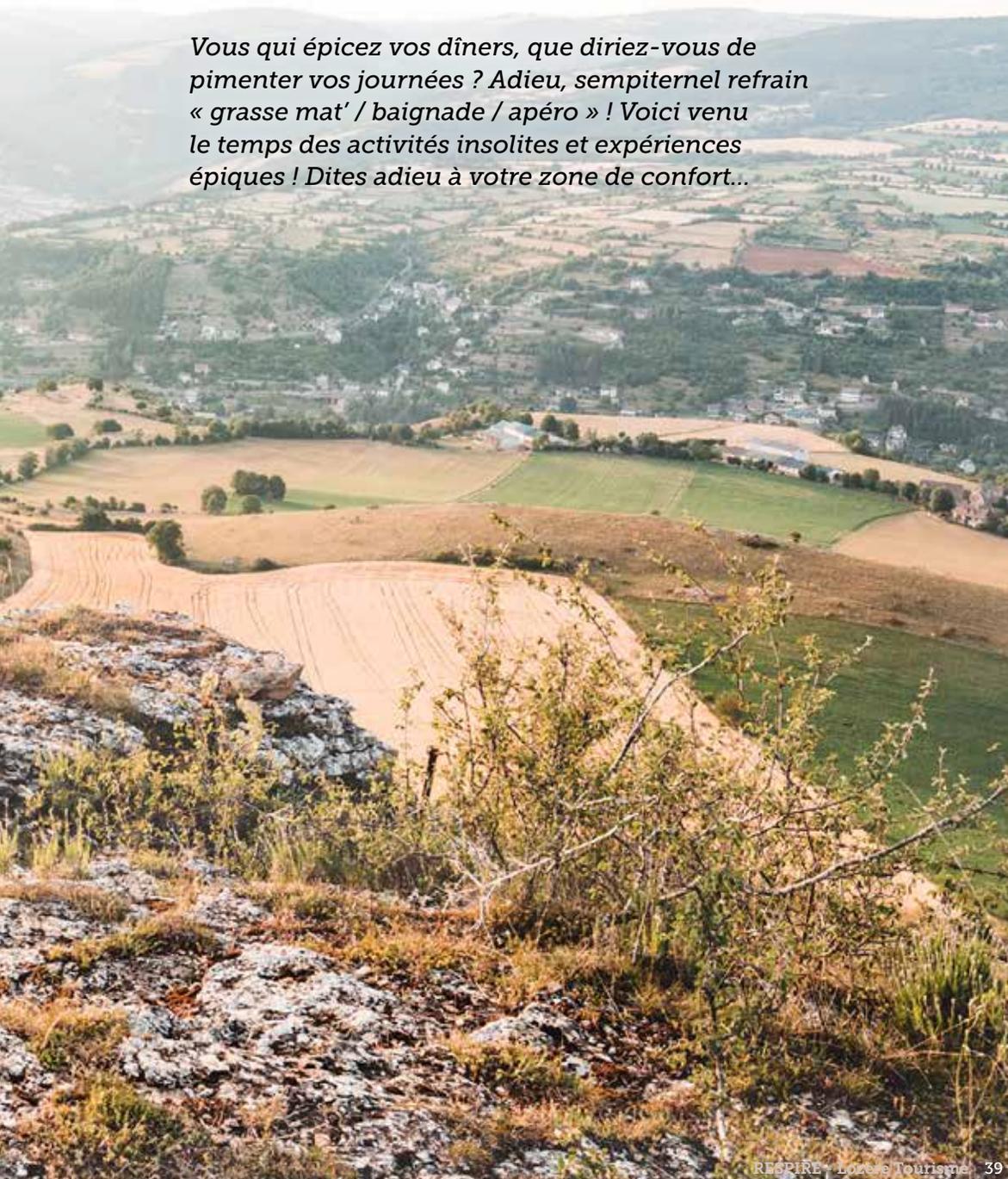
- 1 INSOLITE : le Challenge des trails nocturnes hivernaux** (Lozère, 4 dates en hiver) [www.lozere-tourisme.com/trail](http://www.lozere-tourisme.com/trail)
- 2 ECLECTIQUE : le Gévaudathlon**, un raid multisport (Marvejols, mi-mai) [www.gevaudathlon.com](http://www.gevaudathlon.com)
- 3 MOTORISÉ : le Trèfle Lozérien**, une course d'enduro (Mende, début juin) [www.trefle-lozerien-amv.com](http://www.trefle-lozerien-amv.com)
- 4 LÉGENDAIRE : le Marvejols-Mende**, un semi-marathon (fin juillet) [www.marvejols-mende.org](http://www.marvejols-mende.org)
- 5 TOUT-TERRAIN : la Lozérienne**, un rallye VTT X-country (Lozère, début août) [www.lozerienne.com](http://www.lozerienne.com)

*Je saute da*



# ns l'inconnu

*Vous qui épicez vos dîners, que diriez-vous de pimenter vos journées ? Adieu, sempiternel refrain « grasse mat' / baignade / apéro » ! Voici venu le temps des activités insolites et expériences épiques ! Dites adieu à votre zone de confort...*



# S'envoyer en l'air



# ou sous terre



Dans les airs, le long des falaises ou dans les profondeurs de la terre : les sports à sensations (car c'est bien d'eux dont il est question ici !) sont partout. Ils règnent en maîtres sur le département. Seuls les plus vaillants ou casse-cous réussiront à leur tenir tête. Serez-vous des leurs ?

### ENVOI DIRECT POUR LE 107<sup>E</sup> CIEL

Aujourd'hui, j'ai 20 ans. Alors, mes potes sont entrés chez moi sans frapper. Et ils m'ont embarqué. « Quelque part ». Soudain, la voiture freine. Le bandeau est retiré. Le soleil m'éblouit, puis, enfin, je vois. Rien. Enfin, si : le vide. Je reconnais les lieux. Les Gorges du Tarn. Il semblerait que je sois là pour sauter. Dans le vide. Sans même avoir eu le temps de m'y préparer psychologiquement ? Alors que 107 mètres me séparent du Tarn ? Non mais ! Pourtant, je n'ai pas le choix. Je suis harnaché de tous les côtés désormais. Prudemment, j'avance sur la plateforme. C'est si profond ! Montée d'adrénaline. Puis, enfin, le saut. Sensation de voler. Expérience unique. [www.le107.com](http://www.le107.com)

**L'ALTERNATIVE** : Le parapente. Plutôt courants ascendants que chute libre ? Seul ou avec un moniteur, goûtez aux joies du parapente ! Grâce à ce sport aérien écolo par excellence, et silencieux à souhait, à vous les panoramas à 360°. Les face-à-face avec les petits et gros oiseaux de Lozère. Sans oublier une bonne dose de sensations. [www.lozere-tourisme.com/sports-aeriens](http://www.lozere-tourisme.com/sports-aeriens)

### A L'OMBRE DES VAUTOURS...

L'escalade, ça a toujours été mon truc. Aussi loin que je me souviens, je me vois avec les mains blanches. Couvertes de magnésie. Prêtes à s'agripper aux lézardes et corniches. Mais rien, non rien, ne m'avait préparé à ce séjour en Lozère. A cette mosaïque de voies. A ces parois tantôt de granit, tantôt de calcaire. Et surtout, à cette ascension dans les Gorges de la Jonte. Là, les voies s'élancent vers le ciel, dépassant allègrement 100 mètres de haut. Là, les vautours tournoient au-dessus des parois. Face à ces immenses falaises et non moins immenses volatiles, je me suis senti petit, tout petit. Mais surtout fier, très fier de pouvoir côtoyer ainsi des géants. [www.lozere-tourisme.com/escalade-speleo](http://www.lozere-tourisme.com/escalade-speleo)

**LE CHIFFRE** : 6. C'est le nombre de via ferrata 100% gratuites du département ! Celle du Malzieu est accessible aux personnes déficientes visuelles : un spot unique en France. Vous êtes des warriors ? Choisissez plutôt le parcours de Florac, très relevé. Amateurs de jolies vues aquatiques ? Direction Villefort, pour traverser le lac en tyrolienne. [www.lozere-tourisme.com/parcs-aventures-via-ferrata](http://www.lozere-tourisme.com/parcs-aventures-via-ferrata)

### Z'EXPERIENCE : J'IRAI DORMIR SOUS TERRE.

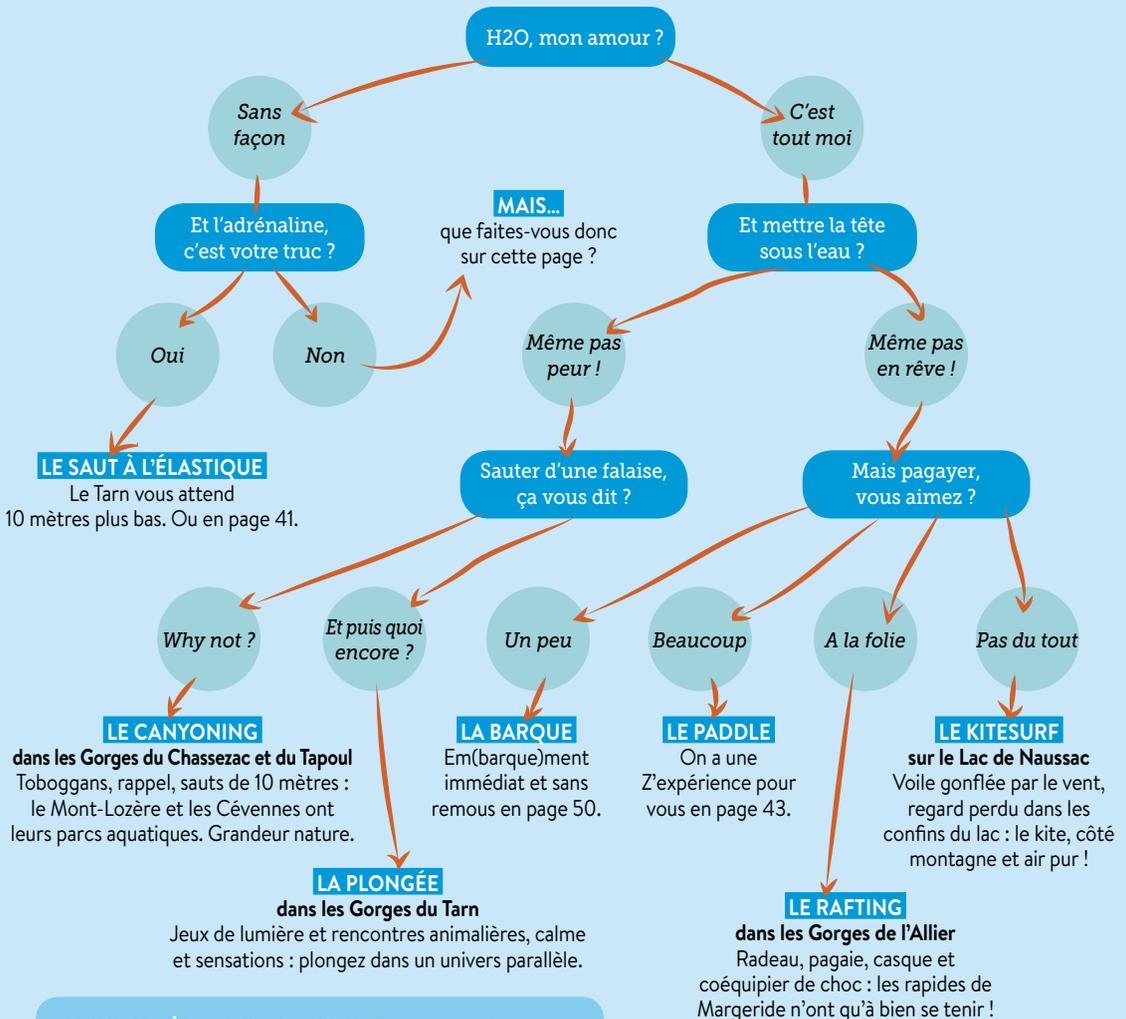
Farfelu. C'est ainsi que mes parents ont qualifié mon projet. Et pourtant, le jour J, nous sommes 4 autour du moniteur. Prêts à passer une nuit sous terre. Pour nous couper du monde extérieur, nous rangeons montres et téléphones. Un dernier regard au hameau de Saint-Chély-du-Tarn, et nous plongeons dans l'obscurité. Très vite, le boyau se resserre, nous obligeant à ramper. A descendre en rappel. Après 3 heures d'effort, notre refuge est enfin là. Notre cavité. On débriefe autour du dîner. Puis on éteint les lampes. Noir absolu. Silence seulement entrecoupé par les gouttes d'eau. La nuit s'annonce irréaliste. Farfelue ? [www.sport-nature-lozere.com](http://www.sport-nature-lozere.com)

**COUP DE CŒUR** : Le monde souterrain autrement. « Il pleut, il mouille, c'est la fête à la grenouille » ? Que diriez-vous de vous mettre à l'abri dans une grotte ? A l'Aven Armand, la forêt de stalagmites et ses couleurs imaginaires inspirées par Jules Verne peuvent se découvrir à pied... mais aussi en rappel. Ou même, by night, lors d'un concert underground ! Côté Grotte de Dargilan, 1<sup>re</sup> grotte de France à avoir été ouverte au public, l'immense draperie et les parois rosées se laissent admirer le long d'un sentier, ou lors de balades contées ! [www.aven-armand.com](http://www.aven-armand.com)  
[www.grotte-dargilan.com](http://www.grotte-dargilan.com)

# Sensati(eau)nnelle L(eau)zère !

Tarn, Lot, Allier, Jonte, Truyère sont autant de rivières qui prennent leur source en Lozère, « le Pays des Sources. » Alors, forcément, les activités aquatiques, par ici on connaît. On aime. On adore, même ! A tel point qu'on en a fait un quiz. « The » quiz qui vous donnera envie de vous mettre en maillot !

## QUIZ : POUR QUELLE ACTIVITÉ AQUATIQUE ÊTES-VOUS FAIT ?



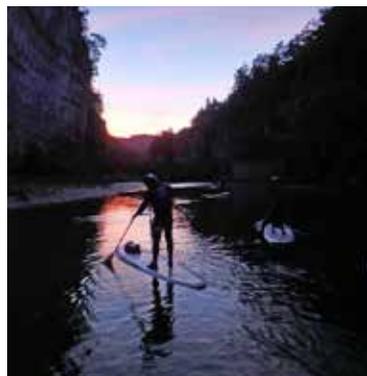
**BLOGOSPHERE :** Trip In Wild. Passionnés de grands espaces, de nature sauvage et d'aventure, Betty et Guillaume n'ont pas pu résister à l'appel du Canyon du Chassezac. Allez voir leurs photos et vous comprendrez pourquoi !  
[www.tripinwild.fr/lozere-sejour-outdoor-nature](http://www.tripinwild.fr/lozere-sejour-outdoor-nature)

[www.lozere-tourisme.com/sports-aquatiques](http://www.lozere-tourisme.com/sports-aquatiques)

## **Z'EXPÉRIENCE : PADDLER DE NUIT, QUELLE Z'EXPÉRIENCE !**

Paddler ? Ce verbe n'existe pas, alors on a dû l'inventer. Un mot original, à l'image de l'expérience qu'on vient de vivre. Du paddle, oui, mais de nuit ! A la lueur de la lune, et de pagaies pas comme les autres, les Gorges du Tarn se dévoilent sous un angle inédit. Silencieux. Enfin, presque, car les animaux s'en donnent à cœur joie. Tiens, voilà une truite ! Et cet étrange son qui monte de la rive, ne serait-ce pas le croassement d'un crapaud ? Tout en nous montrant un drôle de rocher aux airs de champignon, notre guide nous prévient : un rapide arrive, va falloir se concentrer ! Cramponnés à nos pagaies, on retient notre souffle et... ça passe ! Pour nous récompenser, les Gorges deviennent encore plus étroites. Une vraie haie d'honneur, rien que pour nous.

[www.tanara-aventure.fr](http://www.tanara-aventure.fr) ; [www.canoeb Blanc.com/fr/paddle](http://www.canoeb Blanc.com/fr/paddle)



**L'ALTERNATIVE : Le canoë.** Les Gorges du Tarn, c'est aussi le paradis des amateurs de canoë et de kayak ! De 3 à 50 kilomètres, il y a forcément un parcours pour vous. Retrouvez un itinéraire clé en main en pages 12-13.

**LE CHIFFRE : 4.** Castelbouc, Hauterives, La Croze et La Sablière : ils sont 4. Quatre hameaux des Gorges du Tarn accessibles uniquement en barque ou à pied ! Lorsque la route des Gorges a vu le jour en 1905, ces hameaux situés sur la rive opposée, trop petits, n'ont pas été reliés par un pont. Bilan : plus de 100 ans plus tard, ils conservent tout leur charme d'antan, et leur air de « bout du monde ».

**IDÉE SÉJOUR : La Dromabox.** Entre activité aquatique et compagnon à quatre pattes, votre cœur balance ? Cessez de peser le pour et le contre, et conciliez vos 2 passions ! Au programme : une balade sur le Causse pour le moins insolite, à dos de... dromadaire (oui, vous avez bien lu), suivie d'une descente en canoë des Gorges du Tarn. Un week-end anim'eaux inoubliable en perspective ! [www.le-soulio.com/index.php/portfolio/droma-box](http://www.le-soulio.com/index.php/portfolio/droma-box)

## **TOP 5 LES SPOTS DE BAIGNADE : ça va faire « plouf » !**

### **1 PAVILLON BLEU : Le Lac de Villefort.**

A vous la plage de sable fin et la baignade surveillée.

### **2 MÉRITÉ : Les Sources du Tarn.**

Avant d'enfiler le maillot, va falloir chasser les baskets !

### **3 FAMILIAL : Les « Pierres Plates » de Cocurès.** Z'êtes plutôt plongeurs ou bronzette on the rocks ?

### **4 SAISONS : L'Espace Atlantie.**

Qu'il pleuve ou qu'il neige, sortez le maillot ! [www.piscinelozere.com](http://www.piscinelozere.com)

### **5 PRISÉ : Le Pont de Sainte-Enimie.**

L'été, c'est un peu « the place to be ».



# Les jeux, C pas ke pour les z'enfants !

Qui dit « jeux » dit souvent « bambins », « cour de récré », « enfance ». Mais nous, on n'est pas d'accord. On pense que tout le monde a le droit de s'amuser. De s'émerveiller. Alors, on est partis à la pêche aux activités family-friendly. Un peu comme la pêche aux canards, quoi !



## CIEL, UN ROMAIN !

La machine à remonter le temps, on l'attend encore. Mais le casque magique, lui, on l'a trouvé ! Il est à Javols. Ou plutôt, Anderitum. Un nom qui vous rappelle peut-être quelques vagues souvenirs d'Astérix et Obélix... et vous avez vu juste ! Car Anderitum fut capitale gallo-romaine. Capitale des Gabales. Au II<sup>e</sup> siècle, précisément. Les années ont ensuite eu raison de la ville. Jusqu'à ce que des fouilles archéologiques voient le jour. Puis un musée. Et désormais, grâce aux casques à réalité virtuelle, c'est toute la ville qui reprend vie ! Ici, le forum ressort de terre... comme par magie. Là, le théâtre renoue avec sa période de gloire. Il ne manquerait plus que quelques Gabales pour compléter le tableau. Mais d'ailleurs, où est passé le dernier des Gabales ? Qui l'a tué ? Pour le savoir, enflez votre costume d'enquêteur, et lancez-vous en famille dans un Cluedo géant.

[www.archeologie-javols.org](http://www.archeologie-javols.org)

## LE MOYEN-ÂGE N'A PAS DIT SON DERNIER MOT

Innocemment, vous franchissez les portes du Malzieu par un week-end de mai. Et là, derrière les remparts, que voyez-vous ? Des troubadours et autres dames de cour. Des bouffons. Des chevaliers, armés jusqu'aux dents. Mais non, ne fuyez pas ! Ils ne vous feront aucun mal. Enflez plutôt à votre tour un costume. Et joignez-vous aux parades. Vibrez face aux cracheurs de feu et aux lanceurs de couteaux. Lèchez-vous les babines devant le banquet. Vivez le Moyen-Âge, pour de vrai !

[www.lesmedievalesdumalzieu.org](http://www.lesmedievalesdumalzieu.org)

**COUP DE CŒUR : Lozère Game.** On ne présente plus les « escape games », mais celui-ci n'est pas vraiment comme les autres ! Déjà, parce qu'il est mobile, se déplaçant de ville en ville au gré des mois. Ensuite, parce qu'il porte sur une histoire vraie et locale : la Bête du Gévaudan. En 1h, réussirez-vous à résoudre toutes les énigmes et à sauver la Lozère du monstre ?

[www.facebook.com/lozeregame](http://www.facebook.com/lozeregame)



**Z'EXPÉRIENCE : Le Scénovision.** Auguste, c'est le facteur du coin. Celui que tout le monde connaît. Seulement voilà, la retraite pointant son nez, il cherche quelqu'un pour le remplacer... Et il a pensé à vous ! Avant de vous prêter sa motocyclette, il tient toutefois à vous partager « sa » Margeride. Prenez place dans le bureau de poste, le spectacle va commencer !

[www.scenovisionstalban.com](http://www.scenovisionstalban.com)



**Z'EXPÉRIENCE : LE PARADIS DES ENFANTS,  
DE 0 À 99 ANS !**

Scoop ! On a trouvé l'Île aux Enfants, ce pays joyeux où les enfants sont heureux et les monstres gentils. Oui, le paradis de Casimir ! Il se trouve dans la Vallée du Lot, non loin de Bagnols-les-Bains. Et figurez-vous qu'il a aussi des adeptes parmi les adultes... Son nom ? Le Vallon du Villaret. Le principe ? Le long d'un chemin ombragé, des jeux, de l'art, des trucs, des bidules, de

la couleur, des sons et bien plus encore ! Au total, une centaine d'expériences loufoques à partager. Il vous faudra par exemple traverser une rivière comme Tarzan. Faire de la corde à sauter sur un jet d'eau. Jouer de la musique avec des billes. Pour le reste, on vous laisse la surprise !

[www.levallon.fr](http://www.levallon.fr)

**BLOGOSPHERE : Voyages et Enfants.** C'est tout naturellement en famille que Sandrine a découvert la Lozère. Verdict : entre activités insolites et parcs animaliers, impossible de s'y ennuyer !  
[www.voyagesetenfants.com/vacances-en-lozere-en-famille](http://www.voyagesetenfants.com/vacances-en-lozere-en-famille)



**LES ALTERNATIVES :**

**Le Sentier des Sculptures.** Sur les hauteurs d'Altier, des oeuvres contemporaines ont pris leurs quartiers et transformé le Mont-Lozère en musée à ciel ouvert. De quoi admirer la région avec un regard nouveau. Un regard d'enfant ! [www.sculpturesenliberte.com](http://www.sculpturesenliberte.com)

**Le Sentier des Ruches-troncs.** Quand Maya l'Abeille imagine son monde idéal, cela donne la Vallée de l'abeille noire, au Pont-de-Montvert ! Un monde à découvrir à pied, entre ruches en châtaignier et environnement préservé. [www.ruchetronc.fr](http://www.ruchetronc.fr)

**A VOUS DE JOUER !**

S'ennuyer dans la nature ? Impossible ! Pour s'occuper, il suffit de faire preuve d'un peu d'imagination... comme disait un certain Casimir. Ou de suivre nos idées !

- 1 LE LAND ART :** des cailloux, des bouts de bois, et à vous les oeuvres d'art éphémères !
- 2 LES GUIRLANDES DE PIGNES :** du plus bel effet sur le sapin de Noël...
- 3 L'HERBIER :** un grand classique, et un joli moyen de ne jamais oublier votre séjour lozérien.

- 4 LES RICOCHETS :** un plan d'eau, des galets, et la compétition peut commencer !
- 5 LES PETITS BATEAUX SUR L'EAU :** des écorces de pin, des bouts de bois, et vogue Lozère !
- 6 ET AUSSI :** les batailles de boules de neige, les parties de cache-cache et de chat perché...

# Je vois la vie autrement

*Changer de vie, beaucoup en rêvent,  
peu le font. Si tel est votre cas, on a une  
suggestion à vous faire : changez d'abord  
vos vacances ! Rencontrez des personnes  
inspirantes et passionnées, visitez leurs  
fermes et ateliers... et, peut-être, trouvez  
enfin votre voie !*



# Une journée à la ferme

*Béééh, mееeuh : vaches, brebis et autres chèvres vous souhaitent la bienvenue en Lozère ! Mais il n'y a pas qu'elles qui sont impatientes de vous rencontrer. Dans leurs fermes, agriculteurs et éleveurs vous attendent pour vous partager leur quotidien. Et vous faire goûter leurs délices « made in aqui » !*

## **Z'EXPÉRIENCE : BERGER D'UN JOUR, BERGER TOUJOURS ?**

La Ferme des Cévennes, c'est un peu comme une arche de Noé. Sauf qu'ici, pas de bateau, mais un mas de schiste aux 56 toits. Oui oui, on les a comptés. Sous ces toits se cachent une bergerie, des caves d'affinage, une fromagerie mais aussi des chambres. La vôtre, peut-être ? On l'espère pour vous ! Car dans cette ferme, le quotidien des vacanciers est plutôt chouette. Au point que beaucoup voudraient ne jamais en partir ! Pour vous donner une idée, un week-end type, ça commence par une visite de la ferme, à la rencontre de ses habitants à poils ou à plumes. Place ensuite à une

petite grimpe dans la montagne, pour aller chercher les biquettes. Puis au dîner aux accents locaux. Miam ! Le lendemain matin, c'est moulage des fromages... avec blouse et charlotte, comme les pros ! Et l'après-midi, balade avec un compagnon à 4 pattes, qui fait « hi han ». On vous laisse deviner de qui on parle...

[www.lafermedescevennes.com](http://www.lafermedescevennes.com)

## **3 FAITS SUR : Les Causses et les Cévennes.**

- 1 Couvrant plus de 300 000 hectares, ils forment le plus grand site inscrit à l'UNESCO de France métropolitaine.
- 2 Ici, l'homme a façonné la nature tout en la respectant : l'UNESCO parle de « paysage culturel ».
- 3 D'avril à septembre, les agriculteurs ouvrent leurs portes : allez à leur rencontre !

[www.causses-et-cevennes.fr](http://www.causses-et-cevennes.fr)



**L'ALTERNATIVE : Les hébergements « Bienvenue à la Ferme » by Gîtes de France.** Que vous soyez plutôt gîte, chambre d'hôtes ou camping, mettez-vous au vert... pour voir la vie en rose !

[www.bienvenue-a-la-ferme.com](http://www.bienvenue-a-la-ferme.com)



## **Z'EXPÉRIENCE : HYLZAS, SES BREBIS, SES HABITANTS... ET MOI**

Quoi, vous ne connaissez pas Hyelzas ? Le plus grand village du Causse Méjean ? Bon, d'accord, il n'y a que 50 habitants par ici. Mais le hameau n'en est pas moins plein de vie ! Fiers de vivre au cœur du site UNESCO des « Causse et Cévennes », les habitants vous ouvrent leurs portes le temps d'une après-midi. Entre les murs de calcaire de la Ferme causse-narde d'Autrefois, vous découvrirez tout d'abord l'ingéniosité de nos aïeuls. De vrais pros de la récup' ! Et des bâtisseurs hors pair... Après en avoir pris plein les yeux, ce sont des éleveurs bien d'aujourd'hui qui vous feront visiter leur exploitation. Profitez-en pour remercier ces mesdames les brebis, pour le bon lait qu'elles produisent. Car c'est grâce à leur lait que la fromagerie du village peut produire d'excellents fromages ! Et d'ailleurs, que diriez-vous d'en goûter quelques-uns avec vue sur la Jonte ?

[www.desbrebisetdeshommes.com](http://www.desbrebisetdeshommes.com)

**↑ ÇA VAUT LE DÉTOUR : Le Moulin de la Borie.** Redonner des ailes à un moulin ? Même pas peur ! Après une année de travaux, mission accomplie : le moulin a retrouvé sa beauté d'antan, et peut à nouveau transformer le blé du Causse Méjean en farine pour les boulangers du coin. Et si vous alliez saluer le meunier avant de goûter au pain encore chaud ?

[www.moulindelelaborie.com](http://www.moulindelelaborie.com)



## **UN PLATEAU DE FROMAGES 100% LOZÉRIEN ? LET'S DO IT!**

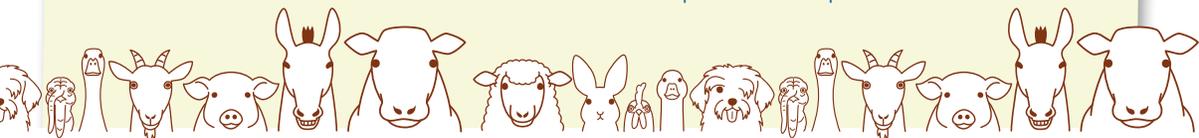
On dit parfois que la Lozère est un véritable plateau de fromages, tant il y a du choix ! Pas de risque de se tromper, ils sont tous bons. La seule difficulté, c'est de composer un plateau aux goûts équilibrés. Heureusement, Sylvie, souriante fromagère à Mende (Fromagerie « Au Sourire de la Crémère »), a accepté de nous partager les clés d'un plateau réussi. Dégustez les fromages dans l'ordre des chiffres, pour une explosion de saveurs.

- 1 Camembert de brebis (Causses)
- 2 Pélardon (Cévennes)
- 3 Tome de vache (Margeride)
- 4 Tome de brebis (Causses)
- 5 Laguiole Grand Aubrac (Aubrac)
- 6 Bleu des Causses (Gorges du Tarn)
- 7 Roquefort (Causses)

## **TOP 5 LES MARCHÉS** : une sélection aux petits oignons, rien que pour vous !

- 1 **LE + GRAND** : Langogne (samedi matin)
- 2 **LE PATRIMONIAL** : La Canourgue (mardi matin)
- 3 **L'AUTHENTIQUE** : Le Pont-de-Montvert (mercredi matin)
- 4 **LE CONVIVIAL** : Florac (jeudi matin)
- 5 **L'ESTIVAL** : Sainte-Enimie (jeudi soir en juillet-août)

[www.plaisirsauthentiques.com/marches.html](http://www.plaisirsauthentiques.com/marches.html)



# Savoir-faire, quand tu nous tiens !

Entre tradition et modernité, leurs gestes sont précis. Ce n'est qu'à ce prix qu'ils évitent les remous ou créent des pièces d'exception. Qu'ils soient bateliers ou tailleurs, leur savoir-faire est à leur image. Profondément ancré dans le territoire. Profondément varié. Carrément unique !

**BLOGOSPHERE :** **Awwway.** Valentine a parcouru les Gorges du Tarn à pied et en voiture. Mais aussi en barque. Et alors, c'était comment ? Paisible. Instructif. Inoubliable !  
<http://bit.ly/awwway-decouvrirLozere>



## AUX CÔTÉS DES BATELIERS, GARDIENS DES GORGES DU TARN

Les Gorges du Tarn sont raides, profondes, abruptes. C'est donc en barque que les habitants ont choisi de s'y déplacer. Et ce, dès le XIV<sup>e</sup> siècle. Vous ne vous souvenez plus de cette lointaine époque ? Nous non plus. Mais la bonne nouvelle, c'est que la tradition de la batellerie a perduré jusqu'à nos jours. Pourtant, elle aurait tout aussi bien pu disparaître. En 1905, précisément, quand la route des Gorges a ouvert ses portes. Mais c'était sans compter l'amour que les bateliers portaient à leur métier. Regroupés en coopérative, ils ont continué à prendre des passagers. A les conduire au plus profond des Gorges, dans le Cirque des Baumes. A leur faire découvrir leurs coins préférés. A leur partager des anecdotes et

leur savoir-faire ancestral. A leur montrer de drôles de rochers, des hameaux isolés et de jolis animaux. A les surprendre. A stimuler leur imagination. Il ne tient qu'à vous d'être ces passagers. Et de vous émerveiller à votre tour.

[www.gorgesdutarn.com](http://www.gorgesdutarn.com)

**IDÉE SÉJOUR :** **Le Château de La Caze.** Poussez les portes de ce majestueux château médiéval, et vous vous transformerez instantanément en Princes et Princesses ! Situé en plein cœur des Gorges du Tarn, le château abrite un hôtel 4 étoiles, un restaurant gastronomique et une piscine avec vue. Autant de promesses d'un séjour enchanté... [www.chateaudelacaze.com](http://www.chateaudelacaze.com)

## LA LOZÈRE S'INVITE DANS VOTRE VALISE !

Des souvenirs en plastique aux antipodes ? Merci, mais non merci ! A la voisine, au grand-père, à la collègue de bureau et aux autres, c'est du local que vous offrirez à votre retour de vacances. Peut-être même que vous aurez assisté à la fabrication de l'objet que vous leur rapporterez. Voire, que vous l'aurez confectionné. Ce qui est certain, c'est que ce sera lozérien. Et ça, ça fait du bien !



- 1 Créations des artisans d'art en Cévennes.** Offrez-vous le luxe d'une pièce unique en allant à la rencontre des créateurs cévenols (boutique au Pont-de-Montvert, ouverte à l'année). Et, si l'envie vous en dit, essayez-vous au travail du bois, du verre ou encore du cuir à l'occasion du Festival des Métiers d'Art (mi-juillet). [www.artsitineranceslozere.com](http://www.artsitineranceslozere.com)
- 2 Jeans Tuffery** (à partir de 99 €). Profitez de vos vacances à Florac pour renouveler votre garde-robe, chez le plus ancien tailleur de jeans français ! Et psst, l'atelier se visite, dévoilant plus de 140 ans de savoir-faire et d'histoire familiale. [www.ateliertuffery.com](http://www.ateliertuffery.com)
- 3 Biscuits et gâteaux L'Atelier du Miel et de la Châtaigne** (à partir d'1,70 €). Laissez-vous tenter par mille et une douceurs ô combien gourmandes. [www.biscuiteriedescevennes.fr](http://www.biscuiteriedescevennes.fr)
- 4 BD « Voyage avec un âne dans les Cévennes »** (15 €). Revivez les aventures de Stevenson en couleur, sous le crayon de Juliette Lévêjac. [www.chemin-stevenson.org](http://www.chemin-stevenson.org)
- 5 Livre « Mon année slow »** (17 €). Voyez la vie côté slow avec ce livre de Cindy Chapelle, sophrologue installée à Mende. [www.laslowlife.fr](http://www.laslowlife.fr)
- 6 Chocolats Malakoff** (à partir d'1,30 €). Renouez avec les saveurs de votre enfance en dégustant une barre chocolatée. Et n'hésitez pas à faire un détour par Banassac pour visiter la fabrique, et ainsi percer les secrets des 36 pâtes à tartiner. [www.boutique-malakoff.fr](http://www.boutique-malakoff.fr)

**Z'EXPÉRIENCE : Les stages de L'Atelier S.**  
Fabriquer des vitraux, ça vous tente ? Durant 3 jours, formez-vous à cet art aux côtés d'une vitraillière. Et repartez avec des souvenirs plein la tête... et la valise !  
<http://latelier-s.pagesperso-orange.fr>

**A CHACUN... SON FESTIVAL :** En Lozère, la convivialité, ça nous connaît ! Et quand chacun y va de son art et de son savoir-faire, ça donne des festivals aussi colorés que variés.

- 1 DE L'ART DANS LA RUE :** 48° de Rue (Mende, début juillet) [www.48mederue.org](http://www.48mederue.org)
- 2 SONS D'ICI ET D'AILLEURS :** Détours du Monde (Chanac, mi-juillet) [www.detoursdumonde.org](http://www.detoursdumonde.org)
- 3 SILENCE, ÇA TOURNE :** Festival International du Film (Vébron, mi-juillet) [www.festivalvebron.fr](http://www.festivalvebron.fr)
- 4 CHANSON FRANÇAISE, MAIS PAS QUE :** Festiv'Allier (Langogne, début août) [www.festivallier48.fr](http://www.festivallier48.fr)
- 5 LE POTAGE A DU BOL :** Festival de la Soupe (Florac, fin octobre) [www.festivaldelasoupe.fr](http://www.festivaldelasoupe.fr)

# Carnet pratique

*Si vous êtes arrivés jusqu'ici, c'est que le décollage vers de nouvelles aventures est imminent ! A vous, la Lozère et ses grands espaces. A vous, les expériences insolites, gourmandes ou sportives. Accrochez vos ceintures, piochez quelques derniers conseils pratiques, et en avant !*

# Dites « allo » aux conseils personnalisés

On vous le disait déjà en intro, on vous le redit maintenant : résumer la Lozère en 56 pages, c'est comme vouloir faire tenir un bison d'Europe dans une enveloppe. Pas simple ! Alors, pour encore + d'idées vacances 100% personnalisées, passez un coup de fil aux Offices de Tourisme du territoire, ou mieux : rendez-leur visite !

## **BAGNOLS-LES-BAINS**

OT du Mont Lozère  
33 (0)4 66 47 61 13  
[www.destination-montlozere.fr](http://www.destination-montlozere.fr)

## **CHANAC**

OT de l'Aubrac aux Gorges du Tarn  
33 (0)4 66 48 29 28  
[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)

## **CHÂTEAUNEUF-DE-RANDON**

OTI Cœur Margeride  
33 (0)4 66 47 99 52  
[www.oti-coeurmargeride.fr](http://www.oti-coeurmargeride.fr)

## **FLORAC-TROIS-RIVIERES**

OT Gorges du Tarn, Causses, Cévennes  
33 (0)4 66 45 01 14  
[www.cevennes-gorges-du-tarn.com](http://www.cevennes-gorges-du-tarn.com)

## **FOURNELS**

OT de l'Aubrac Lozérien  
33 (0)4 66 45 31 42  
[ot.hautesterres@gmail.com](mailto:ot.hautesterres@gmail.com)

## **GRANDRIEU**

OTI Cœur Margeride  
33 (0)4 66 46 34 51  
[www.oti-coeurmargeride.fr](http://www.oti-coeurmargeride.fr)

## **ISPAGNAC**

OT Gorges du Tarn, Causses, Cévennes  
33 (0)4 66 45 01 14  
[www.cevennes-gorges-du-tarn.com](http://www.cevennes-gorges-du-tarn.com)

## **LA CANOURGUE**

OT de l'Aubrac aux Gorges du Tarn  
33 (0)4 66 32 83 67  
[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)

## **LA MALENE**

OT Gorges du Tarn, Causses, Cévennes  
33 (0)4 66 45 01 14  
[www.cevennes-gorges-du-tarn.com](http://www.cevennes-gorges-du-tarn.com)

## **LANGOGNE**

OT de Langogne-Haut Allier  
33 (0)4 66 69 01 38  
[www.ot-langogne.com](http://www.ot-langogne.com)

## **LE COLLET-DE-DEZE**

OT Cévennes au Mont Lozère  
33 (0)4 66 45 81 94  
[www.cevennes-montlozere.com](http://www.cevennes-montlozere.com)

## **LE MALZIEU-VILLE**

OT Margeride en Gévaudan  
33 (0)4 66 31 82 73  
[www.gevaudan.com](http://www.gevaudan.com)

## **LE MASSEGROS**

OT de l'Aubrac aux Gorges du Tarn  
33 (0)4 66 48 88 08  
[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)

## **LE PONT-DE-MONTVERT - SUD-MONT-LOZERE**

OT Cévennes au Mont Lozère  
33 (0)4 66 45 81 94  
[www.cevennes-montlozere.com](http://www.cevennes-montlozere.com)

## **MARVEJOLS**

OT Gévaudan Destination  
33 (0)4 66 32 02 14  
[www.gevaudan-authentique.com](http://www.gevaudan-authentique.com)

## **MENDE**

OT Mende-Cœur de Lozère  
33 (0)4 66 94 00 23  
[www.ot-mende.fr](http://www.ot-mende.fr)

## **MEYRUEIS**

OT Gorges du Tarn, Causses, Cévennes  
33 (0)4 66 45 01 14  
[www.cevennes-gorges-du-tarn.com](http://www.cevennes-gorges-du-tarn.com)

## **NASBINALS**

OT de l'Aubrac Lozérien  
33 (0)4 66 32 55 73  
[www.otnasbinals.fr](http://www.otnasbinals.fr)

## **PEYRE-EN-AUBRAC (Aumont-Aubrac)**

OT de l'Aubrac Lozérien  
33 (0)4 66 42 88 70  
[www.ot-aumont-aubrac.fr](http://www.ot-aumont-aubrac.fr)

## **RIEUTORT-DE-RANDON**

OTI Cœur Margeride  
33 (0)4 66 32 71 84  
[www.oti-coeurmargeride.fr](http://www.oti-coeurmargeride.fr)

## **SAINT-ALBAN-SUR-LIMAGNOLE**

OT Margeride en Gévaudan  
33 (0)4 66 31 57 01  
[www.ot-saint-alban-sur-limagnole.fr](http://www.ot-saint-alban-sur-limagnole.fr)

## **SAINT-CHÉLY-D'APCHER**

OT Margeride en Gévaudan  
33 (0)4 66 31 03 67  
[www.monts-du-midi-tourisme.com](http://www.monts-du-midi-tourisme.com)

## **SAINTE-CROIX-VALLEE-FRANCAISE**

OT Cévennes au Mont Lozère  
33 (0)4 66 45 81 94  
[www.cevennes-montlozere.com](http://www.cevennes-montlozere.com)

## **SAINTE-ENIMIE**

OT Gorges du Tarn, Causses, Cévennes  
33 (0)4 66 45 01 14  
[www.cevennes-gorges-du-tarn.com](http://www.cevennes-gorges-du-tarn.com)

## **SAINT-ETIENNE-VALLEE- FRANCAISE**

OT Cévennes au Mont Lozère  
33 (0)4 66 45 81 94  
[www.cevennes-montlozere.com](http://www.cevennes-montlozere.com)

## **SAINT-GERMAIN-DE-CALBERTE**

OT Cévennes au Mont Lozère  
33 (0)4 66 45 81 94  
[www.cevennes-montlozere.com](http://www.cevennes-montlozere.com)

## **VILLEFORT**

OT du Mont Lozère  
33 (0)4 66 46 87 30  
[www.destination-montlozere.fr](http://www.destination-montlozere.fr)

# L'extraordinaire abécédaire de la Lozère

*En lisant ce titre, vous vous dites sans doute : « Extraordinaire ? Vous n'y allez pas avec le dos de la cuillère ! » Mais voilà, cela faisait une jolie rime. Et puis, promis, cet abécédaire va vous livrer bon nombre d'astuces et d'idées pratiques. Alors, ma foi, il mérite peut-être bien son nom !*

## **A** COMME A75

Vous voulez venir en Lozère en voiture ? Rien de plus simple grâce à cette autoroute gratuite (à l'exception du Viaduc de Millau) reliant Clermont-Ferrand à Béziers ! Et pour vous informer sur la Lozère ou faire vos emplettes, misez sur la sortie 32 et sa Maison du Tourisme.

## **B** COMME BORNES ÉLECTRIQUES

Vous êtes l'heureux propriétaire d'un véhicule électrique ? Bonne nouvelle, 40 bornes « Révéo » vous attendent en Lozère ! Côté VTT électrique, le long de la GTMC, c'est auprès des hébergeurs que vous pourrez « faire le plein ».

<http://bit.ly/BornesElectriques>

## **C** COMME CLÉ EN MAIN

Pas le temps de préparer votre séjour en Lozère ? Laissez des experts de la destination vous concocter un séjour sur-mesure.

[www.lozere-resa.com](http://www.lozere-resa.com)

## **D** COMME DOGGY BAG

Vous avez eu les yeux plus gros que le ventre ? (il faut dire qu'il était alléchant ce moelleux à la châtaigne...) Demandez un cruscabag, le doggy bag à la lozérienne !

## **E** COMME ECORESPONSABLE

En Lozère, tous les emballages se trient ! Et oui, même votre pot de yaourt en plastique trouvera sa place dans la poubelle jaune.

<http://bit.ly/TriSelectif>

## **F** COMME FESTIVITÉS

Envie de vibrer au rythme des grands événements lozériens ? Jetez un œil à l'agenda culturel pour ne manquer aucun rendez-vous.

[www.culture.lozere.fr](http://www.culture.lozere.fr)

## **G** COMME GREETERS

Découvrez la Lozère à travers les yeux d'habitants amoureux de leur territoire. A leurs côtés, c'est une expérience authentique qui vous attend, loin, bien loin des circuits touristiques classiques !

[www.lozerenouvellevie.com/aimer-la-lozere/les-greeters](http://www.lozerenouvellevie.com/aimer-la-lozere/les-greeters)

## **H** COMME HANDICAP

Quelle soit la forme que prend votre handicap, vous serez les bienvenus en Lozère grâce au label « Tourisme et Handicap ».

[www.lozere-tourisme.com/tourisme-et-handicap](http://www.lozere-tourisme.com/tourisme-et-handicap)

## **I** COMME INFOROUTE 48

Neige, verglas : l'hiver, avant de prendre la route, pensez à vous informer des conditions de circulation. Et à prévoir les chaînes dans le coffre.

[www.inforoute48.fr](http://www.inforoute48.fr)

## **J** COMME JUNIORS

De 3 à 17 ans, vos enfants vont s'éclater en Lozère grâce à la ribambelle de colos proposées dans le département !

[www.tourisme-occitanie.com/sejours/sejours-juniors](http://www.tourisme-occitanie.com/sejours/sejours-juniors)

## **K** COMME KILOMÈTRES

Ici, c'est la montagne. Alors, à pied ou en voiture, pour être sûrs d'arriver à l'heure, raisonnez plutôt en durée de trajet qu'en kilomètres...

## **L** COMME LOZÈRE NOUVELLE VIE

Et si vous décidiez de prolonger vos vacances en vous installant en Lozère ? Offres d'emplois et de reprises d'activités, mais aussi portraits d'Ambassadeurs qui font rayonner la Lozère : votre nouvelle vie est à portée de clic !

[www.lozerenouvellevie.com](http://www.lozerenouvellevie.com)

## **M** COMME MAISON DE LA LOZÈRE À PARIS

Faire un tour en Lozère sans quitter Paris ? C'est possible ! Restaurant, épicerie fine, espace d'information : la Maison de la Lozère vous ouvre ses portes dans le VI<sup>e</sup> arrondissement de la capitale.

[www.lozere-a-paris.jimdo.com](http://www.lozere-a-paris.jimdo.com)



## N COMME NAVETTES TOURISTIQUES

L'été, des navettes sillonnent la Lozère. Alors, pour un séjour écologique et zéro tracas, reléguez la voiture au garage !

<http://bit.ly/NavettesTouristiques>

## O COMME OFFICES DE TOURISME

Avant ou pendant votre séjour, les conseillers des Offices de Tourisme sont là pour vous aider. Retrouvez tous leurs contacts en page 53.

## P COMME PASS'LOZÈRE

Offrant des réductions sur une trentaine de sites et activités, le Pass'Lozère a tout bon ! Allez vite vous procurer le vôtre auprès d'un Office de Tourisme.

<http://bit.ly/PassLozere>

## Q COMME QUALIFICATIONS

Motards, pêcheurs, dormez sur vos deux oreilles grâce aux hébergements « Accueil Moto Lozère » et « Accueil Pêche », dont les équipements ont été spécialement étudiés pour répondre à vos besoins.

[www.lozere-moto.com](http://www.lozere-moto.com)

[www.lozere-tourisme.com/peche-autrement](http://www.lozere-tourisme.com/peche-autrement)

## R COMME RÉSEAUX SOCIAUX

À la recherche de « la » bonne activité pour vos prochaines vacances ? Envie de partager un coup de cœur ? Faites le plein d'idées sur Facebook et Instagram (@lozeretourisme), et taguez vos photos avec le hashtag #lozeretourisme !

## S COMME SAVEURS LOCALES

Vous avez a-do-ré manger cette raviole au pèlardon et vous aimeriez la reproduire chez vous ? Suivez le guide ! (ou plutôt la recette...)

[www.plaisirsauthentiques.com](http://www.plaisirsauthentiques.com)

## T COMME TRAIN À 1€

De Marvejols à La Bastide en passant par Mende, il ne vous en coûtera qu'1 euro pour 2 heures de train et de paysages à couper le souffle !

<http://bit.ly/Trainleuro>

## U COMME URGENCES

Bien sûr, on ne vous le souhaite pas. Mais si vous avez besoin de joindre un médecin ou un dentiste la nuit, un jour férié ou le week-end, composez le 0810 604 608. En cas d'urgence vitale, appelez le 15.

<http://bit.ly/NumerosUrgences>

## V COMME VILLAGES ÉTAPES

À deux pas de grands axes routiers, et pourtant paisibles et authentiques, La Canourgue, Peyre-en-Aubrac et Florac sont des étapes toutes trouvées sur la route des vacances.

[www.village-etape.fr/portfolio\\_entries/lozere](http://www.village-etape.fr/portfolio_entries/lozere)

## W COMME WIFI

Connectez-vous à internet là où bon vous semble grâce aux bornes d'accès wifi « Lozère Wireless ». La cerise sur le gâteau ? C'est gratuit !

[www.lozere-wireless.com](http://www.lozere-wireless.com)

## XY

Ici, on doit avouer que l'inspiration nous a manqué. Il faut dire que les mots commençant par X ou Y ne courent pas les rues. Alors, on a regroupé les 2 lettres. Ce qui donne XY. Le chromosome masculin. Et cela nous a rappelé un fun fait : saviez-vous que la Lozère est le seul département français qui compte plus d'hommes que de femmes ?

## Z COMME Z'EXPÉRIENCES LOZÉRIENNES

Vous avez noté qu'un petit « Z » accompagne certaines activités de cette brochure ? Ce sont les Z'expériences lozériennes ! Des expériences garanties 100% sensorielles, actives et authentiques, pour des vacances inoubliables.

Liste exhaustive sur : <http://bit.ly/Zexperiences>

### CRÉDITS PHOTOS :

- Aymeric PEYRONA : Page 3 / 8b/12b/18m/35b/37h/43b/49/51
- Simon MIONI : 1<sup>re</sup> de couverture / Page 8h/6/20/23b/38/52
- studio**nature.com** : Page 10/16/17(Per)/25h/26h/32/33h/50
- Régis DOMERGUE : Page 9b(mis)/19h(mis)/26b/37b(mis)
- Rémi FLAMENT : Page 12h/13b(mis)/18h/19m/28(mis)/35h(mis)
- Jean François SALLES : Page 36/18b/46
- Alain LAGRAVE : Page 23h
- Jean François HUMBERT : Page 24
- Benoît RICHER (desyeuxplusgrandsquelemonde.com) : Page 14/15
- Stéphane ROLAND (2jourspourvivre.com) : Page 13h
- ASPHERIES : Page 45
- Frédéric JULIEN : Page 9h/19b
- SELO : Page 11/31hg
- ACM-STUDIO - Cédric DELESTRADE : Page 27b
- Jean Sébastien CARON : Page 30
- Scénovision : Page 44
- CDT48EG : Page 31b / CDT48DT : Page 31hd
- [www.le107.com](http://www.le107.com) : Page 40h
- Moulin de la Malène : Page 43h
- Fabien SALLES (sport-nature-lozere.com) : Page 40b
- Jean-Christophe BARTHES : Page 48
- Banques d'images : 22/25b/33b/34/54/55

h = haut / b = bas / m = milieu / g = gauche / d = droite

## Pour plus d'infos sur la Lozère :

Consultez notre site internet  
ou contactez-nous :

### COMITÉ DÉPARTEMENTAL DU TOURISME

Rue du Gévaudan – 48000 Mende  
33 (0) 4 66 65 60 00 – cdt@lozere-tourisme.com  
www.lozere-tourisme.com



Flashez-moi pour  
découvrir la Lozère  
en photos et en vidéos.

Rendez-nous visite :

#### • A Paris :

##### MAISON DE LA LOZÈRE À PARIS

1 bis et 4, rue Hautefeuille – 75006 Paris  
33 (0) 1 43 54 26 64  
contact@lozere-a-paris.com  
www.lozere-a-paris.com

#### • Sur l'A75 :

##### MAISON DE TOURISME – AIRE DE LA LOZÈRE

A75 - 48200 Albaret-Sainte-Marie  
33 (0) 4 66 31 94 06  
s.pelissier@lozere-tourisme.com

## Pour réserver votre séjour en Lozère, contactez :

### AGENCE LOZÈRE RESA

Gîtes de France / Clévacances / Hôtels / Villages de vacances / Campings...  
Centrale de réservations départementale - rue du Gévaudan – 48000 Mende  
33 (0) 4 66 48 48 48- sla@lozere-resa.com / www.lozere-resa.com

A bientôt... en **Lozère**,  
*notrelement !*



lozere-tourisme.com