



## Maxx (La Capitale)

Date : 02/09/2017  
Page : 17  
Periodicity : Weekly  
Journalist : Fettweis, Ysaline

Circulation : 130.000  
Audience : 0  
Size : 1177 cm<sup>2</sup>



Alpes de Haute-Provence

# La Durance, une région riche d'aventures !

Si certains ne font que la traverser pour rejoindre la Côte d'Azur, elle vaut vraiment la peine de s'y arrêter



Par notre envoyée spéciale  
**Isaline Fettweis**

L'élevage d'ânes miniatures de Marie et Serge fera le bonheur des plus jeunes.

**D**irection le Val de Durance pour une pause dans le sud de la France. Inévitablement, les paroles de la chanson d'Hugues Aufray reviennent en mémoire. L'histoire de ce petit âne gris «remontant la Durance honnête et courageux». Une histoire «qui se passe en Provence au milieu des moutons», ou plutôt des agneaux de Sisteron, le produit phare de la région, servi à toutes les sauces dans tous les restos.

Mais loin des clichés de ce chant entonné autour du feu de camp, la région qui se définit comme la porte de la Provence offre des aventures en pleine nature à n'en plus finir. Sur la carte de France, le Val de Durance, c'est entre Gap et Aix-en-Provence (à une centaine de kilomètres), à deux pas des lacs de Serre-Ponçon, Sainte-Croix et des Gorges du Verdon. Une région que certains se contentent, à tort, de traverser pour rejoindre la Méditerranée. C'est là que poussent les derniers oliviers avant que la végétation ne bascule du côté montagne avec les Alpes-de-Haute-Provence. La Durance, aujourd'hui sagement canalisée,

rafraîchit un paysage séché par le chaud soleil «qui brille 300 jours par an», nous assure-t-on. Sur ses berges, on cultive fruits et olives sous l'œil des moutons qui paissent dans les pâturages voisins.

L'une des meilleures manières de s'imprégner de la région est d'enfourcher un VTT (on peut opter pour la version électrique). En avant pour un parcours à la portée de tous autour du lac de l'Escale (et de la Route Napoléon) et le long de la Durance que survolent de nombreux oiseaux nichés dans la réserve ornithologique de Haute-Provence. Pour les mordus, il existe plus de 600 km de circuits balisés avec

même 4 parcours en nocturne.

Au loin, on remarque les Pénitents des Mées. D'étranges formations rocheuses de 114m de haut qui sont, selon la légende, 7 pénitents pétrifiés pour avoir été ten-

tés par les 7 belles prisonnières du seigneur des Mées. Mais un autre mystère inexplicable intrigue les visiteurs, celui d'une croix callée à une hauteur inaccessible et dont la datation au carbone 14 remonte aux années 900... Amateurs de surnaturel ou simplement de jolies vues, on vous conseille la balade

du sentier des Pénitents (attention, c'est assez vertigineux, à proscrire avec les enfants).



### SE PERDRE DANS LES RUELLES DE SISTERON

On s'échauffe les mollets et on monte au sommet de la citadelle de Sisteron, non loin de là, chargée d'histoire et de traces du passage de Napoléon. On appréciera ensuite de se perdre dans les charmantes ruelles (qu'on appelle les andrônes) de la ville avant d'admirer le rocher feuilleté de la Baume qui se dresse à la verticale derrière le pont qui enjambe la Durance.

On pique encore une pointe plus au nord pour s'enfoncer dans la nature profonde (le géoparc de Haute-Provence est classé à l'Unesco, on peut y rouler de longues minutes sans croiser âme qui vive) avec les villages de La Motte-au-Caire (pour le côté «pays de Santons») ou Bellafaire où nous retrouvons notre petit âne gris. Au sens littéral, puisqu'un élevage d'ânes miniatures qui ravira toute la famille s'y trouve. Marie a quitté son emploi de professeur pour se consacrer avec Serge à cette ferme pédagogique qui bénéficie d'un panorama à couper le souffle sur les Ecrins. On peut visiter la ferme, entrer dans les écloles pour caresser et jouer avec les ânes. Possibilité aussi de partir en randonnée avec ces petites bêtes de somme (infos sur [www.belane.fr](http://www.belane.fr)) qui sont, au contraire de la chanson d'Hugues Aufray, bien loin d'être abandonnées des hommes. ●

On peut visiter la ferme, entrer dans les écloles pour caresser et jouer avec les ânes. Possibilité aussi de partir en randonnée avec ces petites bêtes de somme (infos sur [www.belane.fr](http://www.belane.fr)) qui sont, au contraire de la chanson d'Hugues Aufray, bien loin d'être abandonnées des hommes. ●

On peut visiter la ferme, entrer dans les écloles pour caresser et jouer avec les ânes. Possibilité aussi de partir en randonnée avec ces petites bêtes de somme (infos sur [www.belane.fr](http://www.belane.fr)) qui sont, au contraire de la chanson d'Hugues Aufray, bien loin d'être abandonnées des hommes. ●

## Nos coups de cœur



**VUE D'EN HAUT.** Un restaurant surprenant perché dans le village de Sigoyer avec vue superpanoramique. La cuisine de Clio est raffinée, excellente et accessible. Attention, réservations conseillées (0033 492 35 42 88).



**LES GRANDES MOLLIERES:** Rien à voir avec le dramaturge français, ce mas de pierres en pleine nature en face des Pénitents des Mées est un havre de paix où Cathy Raquet prend soin de ses hôtes en cuisinant de bons petits plats dans la tradition provençale. Confort des chambres de base mais qui est excusé par le charme de la maison et de sa salle à manger voûtée ([www.lesgrandesmollieres.com](http://www.lesgrandesmollieres.com)).



**LA BONNE ÉTAPE** (1 étoile Michelin) à Château-Arnoux, avec visite possible du jardin d'où proviennent légumes, fruits et herbes aromatiques. Un jardin potager qui appartenait au grand-père de Jany Gleize, le chef de la Bonne étape, dans l'esprit 100% «vieille France». ([www.bonneetape.com](http://www.bonneetape.com))



On se promène dans les ruelles de Sisteron et on grimpe jusqu'à sa citadelle.



## Vu du ciel

Avec ses conditions atmosphériques exceptionnelles, la région est le paradis pour les amateurs de vol à voile. N'hésitez pas à vous rendre à l'aérodrome de Saint-Auban (du 1<sup>er</sup> avril au 31 octobre -[www.valdedurance-](http://www.valdedurance-tourisme.com)

[tourisme.com](http://www.valdedurance-tourisme.com)) pour un survol des pénitents des Mées, des champs de panneaux photovoltaïques ou encore de la citadelle de Sisteron (comptez entre 115 et 160€ pour un survol en planeur). À mi-chemin des nuages, la via

Ferrata de la Grande Fistoire comblera ceux qui recherchent une poussée d'adrénaline avec ses 3 tyroliennes et son pont Népalais à n'emprunter que pour les plus téméraires (infos [www.viaferrata-alpes.com](http://www.viaferrata-alpes.com)). ●



## Comment y aller?

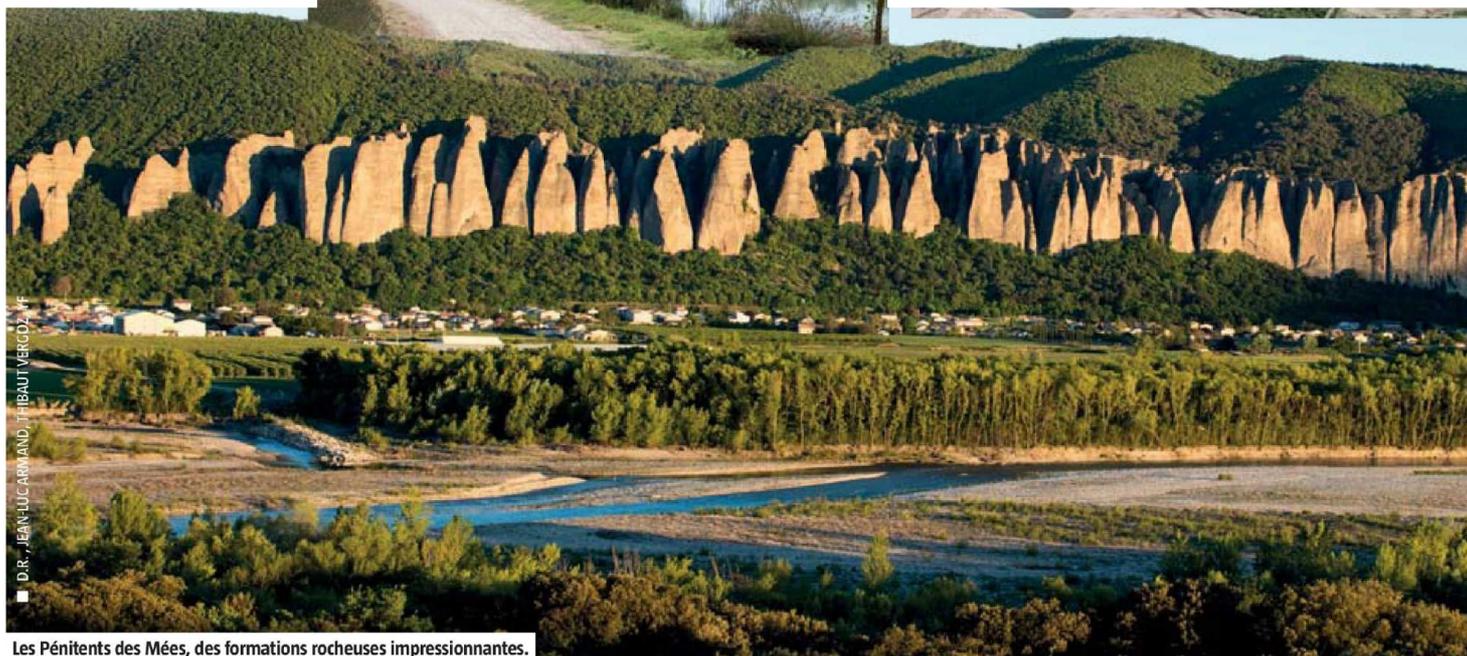
**LE MOINS CHER:** depuis Bruxelles, environ 1.000 km en voiture (prévoir 300€ l'aller-retour dont 100€ de péage).

**LE PLUS RAPIDE:** un peu plus d'1h d'avion depuis Charleroi via Ryanair jusque Marseille (ensuite prévoir 1h de voiture jusqu'à destination).

**LE PLUS CONFORTABLE:** en TGV de Bruxelles-Midi à Aix-en-Provence (là aussi prévoir un véhicule sur place). ●



Les bords de la Durance sont parfaits pour une balade à vélo.



■ D.R. - JEAN-LUC ARMAND, J. HIBAUT VERGÉZ, VF

Les Pénitents des Mées, des formations rocheuses impressionnantes.