



Parc à la carte

www.gruyerepaysdenhaut.ch

OFFRES ACCESSIBLES



ÉDITION 2022-2023



INSCRIPTIONS

- Pour participer à une activité du Parc, il est nécessaire de **s'inscrire au plus tard deux jours avant le départ prévu, avant midi.**
- Le Parc se garde le droit d'annuler un événement en raison de la météo, par manque de participants ou pour toute autre raison indépendante de sa propre volonté.
- Les participants doivent être assurés contre les accidents.
- Sauf indications particulières, les chiens sont les bienvenus, mais ils doivent être tenus en laisse.

Les demandes d'informations et les inscriptions s'effectuent au +41 (0)848 110 888, inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch ou directement en ligne sur notre site (www.gruyerepaysdenhaut.ch).

Les bons du Parc

Le Parc propose des bons à faire valoir sur ses offres d'une valeur de 20.-, 50.-, ou 100.-, ou d'acheter des bons pour une activité spécifique.

Pique-nique du Parc

Un pique-nique, composé de produits labellisés Parc, peut être commandé et dégusté lors d'une activité ou pour toute autre occasion (voir p. 39).

Pour toute information, inscriptions et commandes de bons ou de pique-niques du Parc : +41 (0)848 110 888 inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

Les offres du Parc

Chaque année, le Parc présente un programme annuel de sensibilisation à la nature et à la découverte de son territoire dans sa brochure *Parc à la carte*.

Pour la première fois, des offres réellement adaptées aux personnes en situation de handicap ou avec des difficultés de mobilité ont été conçues et sont présentées dans les pages suivantes. Toujours ouvertes aux valides, ces activités encouragent la découverte de l'autre et l'entraide.

Certaines activités peuvent être organisées sur mesure pour des groupes. D'autres prestations peuvent compléter ces offres, comme un buffet, un pique-nique du Parc, une nuitée.

Chaque offre est accompagnée d'une fiche descriptive détaillée à télécharger sur le site du Parc www.gruyerepaysdenhaut.ch.

CONDITIONS GÉNÉRALES

TARIFS

- Les tarifs sont précisés pour chaque offre.
- Les prix sont fixés au plus juste, de manière à rémunérer correctement les professionnels pour leur travail.
- Un rabais de 5.- est accordé aux membres de l'association du Parc par offre réservée.
- Pour certaines activités, un âge minimal est requis. Le tarif enfant s'applique selon l'âge indiqué dans chaque offre.
- Sur demande au moment de l'inscription, on peut payer une activité ou une commande avec des *Grues*, monnaie locale complémentaire (www.lagruue-mlc.ch).

Symboles et légendes

ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Le Parc propose des activités adaptables ou spécialement conçues pour les personnes avec un problème de mobilité ou en situation de handicap. Les pictogrammes suivants indiquent les publics concernés. Plus de détails sur les fiches disponibles sur le site internet.

-  Accessible ou partiellement accessible en fauteuil roulant
-  Offre en langue des signes (merci de s'annoncer au plus tard 10 jours ouvrables avant l'activité)
-  Activité adaptées aux personnes avec handicap de la vue
-  Aménagements pour personnes avec déficience intellectuelle

REPÉRER EN UN CLIN D'ŒIL LES SPÉCIFICITÉS DE NOS ACTIVITÉS

- NOUVEAUTÉ** Nouvelle offre Parc à la Carte 2022-2023
- FAMILLES** S'adresse particulièrement aux familles
- GRATUIT** Offerte par le prestataire ou par le Parc
- GROUPES** Peut être organisée sur mesure pour des groupes ou entreprises
- EN TRANSPORTS PUBLICS** Le lieu de départ de la randonnée diffère de celui d'arrivée



Randonnées

FAMILLES 

Samedi 23 juillet 2022 et samedi 13 août 2022

RANDONNÉE CONTÉE

Se laisser le droit de rêver au fil des contes et des légendes narrés par une conteuse de la région. Une randonnée pour toutes et tous, petits et grands, adaptée aux personnes en situation de handicap et accessible aux poussettes et aux chaises roulantes.

Charmey, 16h15-18h30

Dès 4 ans

Minimum 6 adultes, 20 personnes maximum

Tarifs : activité offerte aux enfants (de 4 à 15 ans), adultes (dès 16 ans) 25.- ; inscriptions obligatoires

NOUVEAUTÉ   

Samedi 30 juillet 2022

RANDONNÉE SOLIDAIRE AUTOUR DU LAC DE MONTSALVENS

Une randonnée sous le signe de la solidarité et du partage. Avec *GSAB Aventures*, découvrir le tour du lac de Montsalvens, itinéraire idéal pour la randonnée en joëlette, fauteuil de randonnée pour personnes à mobilité réduite. Le parcours est agrémenté de passages spectaculaires sur le barrage historique de Montsalvens et sur le pont suspendu. Une activité d'initiation pour s'initier au pilotage de joëlette et une randonnée pour personnes à mobilité réduite.

Lac de Montsalvens, 9h-15h

Dès 10 ans

Minimum 10 adultes, 20 personnes maximum

Maximum 3 personnes à mobilité réduite

Tarifs : enfants (de 10 à 15 ans) 10.-, adultes (dès 16 ans) 50.- ; inscriptions obligatoires

NOUVEAUTÉ   

Samedi 27 août 2022

RANDONNÉE SOLIDAIRE AUTOUR DE GRUYÈRES

Une randonnée sous le signe de la solidarité et du partage. Avec *GSAB Aventures*, partir à la découverte de la ville de Gruyères et sa campagne environnante. Un itinéraire idéal pour la randonnée en joëlette, fauteuil de randonnée pour personnes à mobilité réduite. Le parcours mène vers de magnifiques points de vue sur les Préalpes et le Château de Gruyères, pour finir au cœur de la cité. Une randonnée pour les personnes à mobilité réduites ainsi que pour celles et ceux qui s'intéressent au pilotage des joëlettes.

Gruyères, 9h-15h

Dès 10 ans

Minimum 10 adultes, 20 personnes maximum

Maximum 3 personnes à mobilité réduite

Tarifs : enfants (de 10 à 15 ans) 10.-, adultes (dès 16 ans) 50.- ; inscriptions obligatoires

Patrimoine et traditions vivantes

GROUPES 

Samedi 6 août 2022, samedi 29 octobre 2022

DE LA FABRICATION À L'AFFINAGE

La fromagerie de Charmey vous ouvre ses portes. Cette visite permet de comprendre tout le processus de transformation du lait en fromage. Après avoir assisté à la fabrication, visite des caves de la fromagerie où sont affinées les meules de Gruyère AOP et Vacherin Fribourgeois AOP. Comme il se doit, la matinée se clôt par une dégustation.

Charmey 9h15-10h40

Dès 6 ans

Minimum 8 adultes, 20 personnes maximum

Tarif : enfants (6-15 ans) 10.-, adultes dès 16 ans 20.- ; inscriptions obligatoires

GRATUIT 

Dimanche 18 septembre 2022

INITIATION À LA DÉGUSTATION DE FROMAGES

Affinez vos qualités de dégustateur de fromage tout en découvrant les délicieux produits labellisés par le Parc Gruyère Pays-d'Enhaut. Patrizia Piccinalli, ingénieure alimentaire et spécialiste en analyse sensorielle, donne toutes les clés pour apprendre à déguster les fromages dans les règles de l'art, en utilisant notamment la roue des arômes. Cette activité est une invitation à découvrir une sélection de la palette très variée des fromages du

Parc. L'activité comprend également une visite des caves de L'Étivaz.

L'Étivaz, 8h30-12h

Dès 16 ans

Minimum 5 personnes, 15 personnes maximum

Activité offerte ; inscriptions obligatoires

GRATUIT  

Dimanche 25 septembre 2022

SUR LES TRACES DES BARONS DU FROMAGE

Cette promenade longe la voie historique entre le hameau de la Tzintre et la colline de Corbettaz en passant le vieux village de Charmey. Découverte de l'histoire des barons du fromage et des traces qui persistent dans le patrimoine bâti ainsi que le paysage qui en résulte. Avec Bruno Clément, Charmeyan et collaborateur du Parc, découvrez certains éléments patrimoniaux particuliers : les anciennes caves à fromage, la forge de la Tzintre, le chemin classé à l'inventaire des voies historiques, la maison de la Délèze, l'hôtel de L'Étoile, la Maison Ducry, l'église, la maison Pettolaz, le château et la colline de la Corbettaz.

Charmey, 15h30-18h30

Dès 10 ans

Minimum 5 personnes, 20 personnes maximum

Activité offerte ; inscriptions obligatoires



Les conférences du Parc

GRATUIT

Mardi 4 octobre 2022

PRENDRE SOIN DE LA VIE DU SOL

Apprendre comment les plantes interagissent avec les micro-organismes du sol et comment en prendre soin pour en améliorer la qualité grâce au compost, thés de compost, bokashi, charbon végétal, etc. Une conférence de Dominique Ruggli, responsable arboriculture à Grangeneuve et passionné de la vie du sol.

Auberge de la Couronne, Enney, 19h15 – 21h00

Entrée libre, sans inscription

GRATUIT

Mardi 8 novembre 2022

LES FORÊTS PROTECTRICES DE MONTAGNE

Les forêts de montagne jouent un rôle essentiel dans la protection et la préservation des infrastructures et des habitations contre les aléas naturels. Sous l'effet des changements climatiques, ce rôle de protection pourrait être compromis. Chercheuse spécialiste des forêts de montagne, Christine Moos met en lumière l'importance des forêts protectrices de montagne, ainsi que les risques liés à leur dégradation. Elle évoque également lors de cette conférence ses récentes recherches réalisées sur différents sites vaudois, notamment dans la région de Montreux.

Hôtel Tralala, Montreux, 20h-21h

Entrée libre, sans inscription

GRATUIT

Mardi 6 décembre 2022

LA PROTECTION DES SOURCES NATURELLES

En plus de représenter une part importante de l'eau que nous consommons, les sources constituent des habitats naturels d'une grande valeur écologique. Aujourd'hui souvent oubliées et menacées, elles abritent pourtant une flore et une faune spécifiques, riches et variées. Les milieux fontinaux seront mis à l'honneur le temps d'une conférence donnée par Pascal Stucki, hydrobiologiste responsable d'*Aquabug*. L'occasion de présenter les premiers résultats de la prospection réalisée sur la partie vaudoise du Parc par des bénévoles sur plusieurs centaines de sources en 2022.

Hôtel de Ville, Château-d'Œx, 19h15-20h45

Entrée libre, sans inscription

GRATUIT

Mardi 7 février 2023

LA GRUYÈRE : BERCEAU DE L'IDENTITÉ MONTAGNARDE HELVÉTIQUE

L'image de la montagne façonne l'identité suisse à tel point qu'on la retrouve jusque dans la salle de l'assemblée fédérale à Berne, illustrée par la célèbre fresque du *Berceau de la Confédération*. Lors de cette conférence, l'historien Pierre-Philippe Bugnard, spécialisé dans l'histoire de la Gruyère, retrace en image l'importance des Gruyères (vaudoise et fribourgeoise) dans la construction de cette identité montagnarde helvétique.

Hôtel Cailler, Charmey, 19h30-21h

Entrée libre, sans inscription

GRATUIT

Mardi 7 mars 2023

LA SITUATION DES OISEAUX NICHEURS DANS LE CANTON DE FRIBOURG

Plusieurs centaines d'ornithologues amateurs ont parcouru le canton de Fribourg et la Broye vaudoise pendant 5 ans pour dresser un état des lieux des oiseaux nicheurs. Les résultats de leurs relevés viennent d'être publiés dans un nouveau livre richement illustré.

L'occasion d'une présentation de quelques espèces emblématiques du Parc pour comprendre quels sont les enjeux principaux qui concernent les oiseaux nicheurs dans notre région.

Alors que le pipit des arbres a quitté le Plateau et s'est réfugié dans les Préalpes, de nouveaux arrivants comme le guépier d'Europe ont fait leur apparition. Une conférence donnée par trois ornithologues passionnés, Jérôme Gremaud, Yann Rime et Pierre Beaud.

Auberge de la Couronne, Enney, 20h15 – 22h

Entrée libre, sans inscription

GRATUIT

Mardi 4 avril 2023

LES ÉGLANTIERS DU CANTON DE FRIBOURG

L'association *Les Églantiers* a réalisé durant les six dernières années un inventaire des églantiers du canton de Fribourg et de ses régions limitrophes. Passionné de botanique et membre de l'association, Henry Baeriswyl, présente ce travail de longue haleine ayant donné lieu à une publication.

Hôtel Cailler, Charmey, 19h30-21h

Entrée libre, sans inscription

Ces conférences sont toutes gratuites et s'adressent à tous les publics. Sur demande, un interprète en langue des signes peut être engagé, il est nécessaire de s'annoncer au minimum 10 jours ouvrables avant l'événement.

Les conférences se déroulent dans les lieux indiqués et en vidéoconférence (lien pour participer sur www.gruyerepaysdenhaut.ch). Aucune inscription n'est demandée, des informations peuvent être obtenues au+ 41 (0)848 110 888



Expériences et création

GRATUIT    

Samedi 16 juillet 2022

JOURNÉE DE LOISIRS ACCESSIBLES À LA VIDEMANETTE

Capdenho, Différences Solidaires et Loisirs Pour Tous, en collaboration avec Bergbahnen Destination Gstaad AG et le Parc, s'unissent pour offrir cette journée de découvertes des loisirs accessibles aux personnes en situation de handicap et à un accompagnant. Au départ de Rougemont, dévaler en *cimgo* les pentes de la Videmanette dans ces engins de descente encadré par des pilotes chevronnés. Cette journée donne l'occasion de présenter l'énorme travail accompli par ces trois associations.

Rougemont, 9h30-17h

Personnes en situation de handicap (*cimgo*) : dès 5 ans ;
accompagnant en VTT : dès 16 ans

Activité offerte, inscriptions recommandées

NOUVEAUTÉ  

Vendredi 12 août 2022

et vendredi 23 septembre 2022

RENCONTRE AVEC LE PEUPLE CHEVAL

Carine Morier-Genoud, équicoach, vous accueille en pleine nature, entourée par ses chevaux qui y vivent en liberté. Observer la dynamique du troupeau et découvrir comment les chevaux communiquent entre eux. Enfin, entrer en contact avec un cheval et interagir à pied avec lui. A coup sûr, un voyage intérieur joyeux et puissant.

Château-d'Œx, 8h15-12h30

Dès 12 ans

Minimum 5 personnes, 8 personnes maximum

Tarif : dès 12 ans 65.- ; inscriptions obligatoires



Dimanche 21 août 2022

NATURE ET SENSATIONS À LA VIDEMANETTE

L'association Capdenho œuvre pour rendre accessible des activités de loisirs aux personnes en situation de handicap. En été, leurs *cimgos* dévalent les pistes du Pays-d'Enhaut. Stéphane Genet, accompagnateur en montagne, leur prête main forte pour offrir une sortie unique accessible à tous. Il propose une descente, en *cimgo* pour les personnes en situation de handicap et en VTT pour les autres, riche en sensations fortes et ponctuée de moments d'observation de la nature et des forêts exceptionnelles de cette région.

La Videmanette, 9h15-12h30

Personne en situation de handicap (*cimgo*) dès 5 ans,
accompagnant en VTT dès 16 ans

Minimum 6 personnes, 12 personnes maximum

Tarifs : personnes en situation de handicap en *cimgo* dès 5 ans : gratuit (ne comprend pas la remontée en télécabine), dès 16 ans 50.- (ne comprend pas la remontée en télécabine); inscriptions obligatoires

GROUPES  

Vendredis 9 septembre 2022, 14 octobre 2022, 2 décembre 2022, 3 février 2023, 3 mars 2023

LA CHOCOLATERIE DE GRUYÈRES : ATELIER CHOCOLAT ET VIN

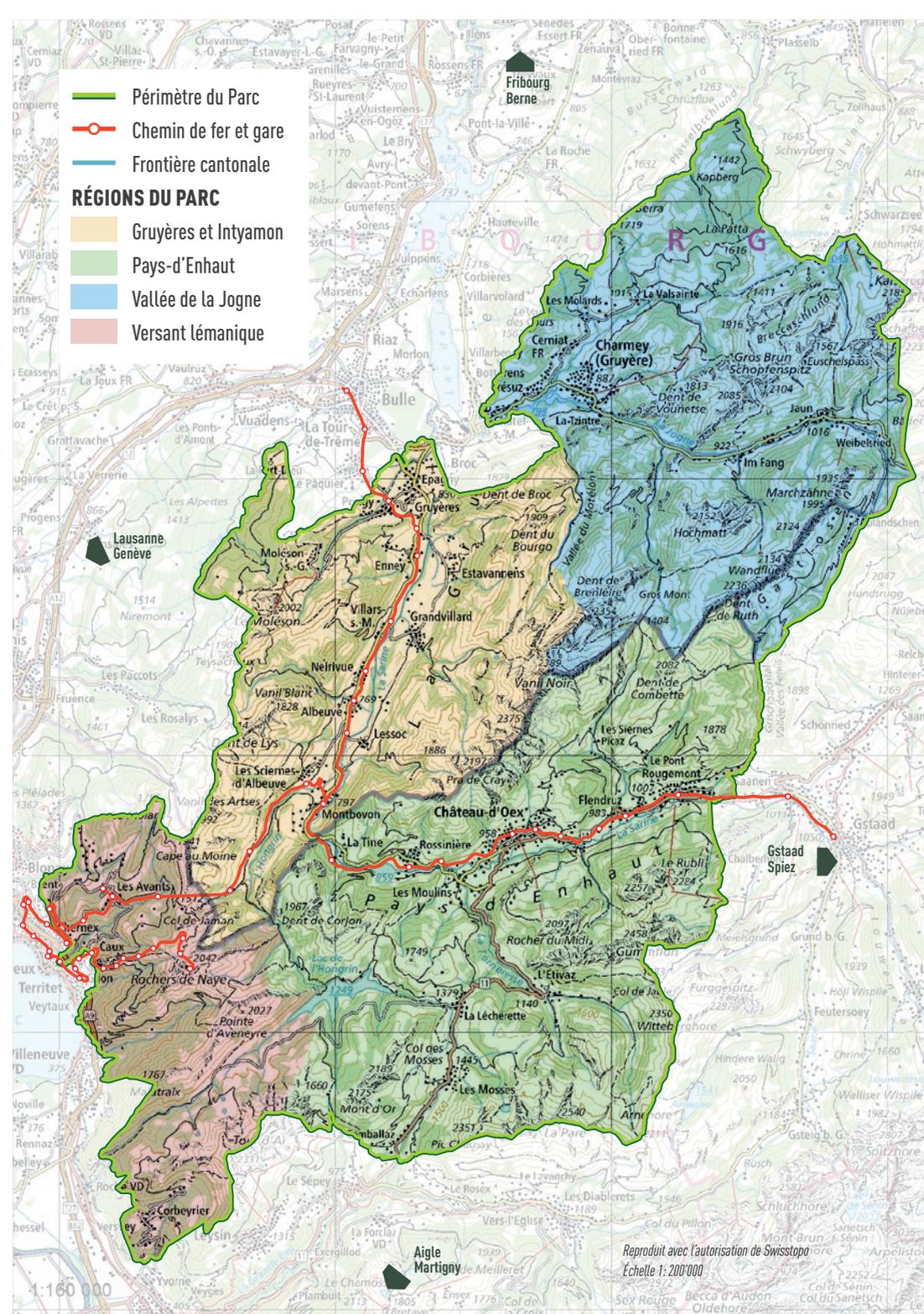
Lorsque l'on parle de grand cru, on oublie souvent le chocolat. Cet atelier y place vin et chocolat sur un pied d'égalité ! Avant la démonstration du processus qui va voir la fève de cacao amère se transformer en délicieux chocolat, chacun fabrique sa propre tablette et l'agrément à son goût. Puis, place à la découverte d'accords surprenants de vins associés à différents chocolats spécialement choisis. Une manière idéale de bien commencer le week-end !

Chocolaterie de Gruyères, Pringy (gare), 18h15 – 19h50

Dès 18 ans

Minimum 8 personnes, 15 personnes maximum

Tarif : 40.- ; inscriptions obligatoires



L'ouest du massif de la Gummfluh et au loin la chaîne des Vanils vue du sud

4 régions, 3 cantons, 2 langues: 1 Parc

Le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut s'étend sur 630 km² entre Bulle, Gstaad, Montreux et Aigle. Son territoire se situe sur les cantons de Fribourg, Vaud et Berne.

Avec 17 communes membres réparties en 4 régions, le Parc compte en 2022 quelque 16'000 habitants.

Depuis l'adhésion des communes germanophones de Jaun (FR) et Abländschen (commune de Saanen, BE), le Parc est aujourd'hui un territoire bilingue. Plusieurs publications et articles sont traduits en allemand, la langue de travail demeure toutefois le français.

- Vallée de la Jogne (Fribourg et Berne)**
Abländschen (Saanen), Châtel-sur-Montsalvens, Crésuz, Jaun et Val-de-Charmey
- Gruyères et vallée de l'Intyamons (Fribourg)**
Bas-Intyamons, Grandvillard, Gruyères et Haut-Intyamons
- Pays-d'Enhaut (Vaud)**
Château-d'Oex, Ormont-Dessous (Les Mosses), Rossinière, Rougemont
- Versant lémanique (Vaud)**
Corbeyrier, les hauts des communes de Montreux, de Veytaux (avec le Château de Chillon) et de Villeneuve



www.gruyerepaysdenhaut.ch

Informations sur les animations et inscriptions :

+41 (0)848 110 888, inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut

Place du Village 6 | 1660 Château-d'Œx

t. +41 (0)26 924 76 93 | info@gruyerepaysdenhaut.ch

Avec le soutien de la Loterie Romande

