



Au programme...

Soirée accompagnée par un garde-monteur du Parc national à Champagny-le-Haut. L'occasion de profiter du cadre majestueux qu'offrent la pointe de la Grande Gillet, l'Épéna, la Grande Casse...

© PNV - Jean-Benoît

Randonnées découvrir le Parc avec un garde-monteur

DATE	HEURE	THÈME
AUSSOIS - Maison d'Aussois		
15/7	7h 30 Journée	Découverte du Parc national de la Vanoise
22/7		
29/7		
5/8		
12/8		
19/8		
BESSANS - Office de tourisme		
17/7	7h 30 Journée	Sous les ailes des vautours
28/7	7h 45 Journée	Le vallon entre nature et culture
4/8	8h 00 Demijournée	Découverte du Parc national de la Vanoise
BONNEVALSUR-ARC - Office de tourisme		
23/7	7h 30 Journée	Découverte du Parc national de la Vanoise
13/8		
24/8		
BRAMANS - OT Lanslebourg et Refuge du Petit Mont-Cenis		
17/7	8h 30 et 9h 00 Demijournée	Flore du Mont-Cenis
28/7		
LANSLEBOURG - Office de tourisme		
7/7	8h 00 Demijournée	Sortie flore Presqu'île de Variselle
21/7	8h 00 Journée	Cuchet et la forêt d'adret
LANSLEVILLARD - Office de tourisme		
8/7	7h 30 Journée	Pierres gravées et rapaces
11/8		
TERMIGNON - Maison de la Vanoise		
9/7	8h 00 Journée	Découverte du Parc national de la Vanoise
22/7		
5/8		
12/8		
VILLARODIN-BOURGNET - Refuge-porte de l'Orgère		
16/7	7h 30 Demijournée	L'envers de l'Orgère
23/7	21h 00 3h (environ)	Découverte vie nocturne
6/8	7h 30 Demijournée	L'envers de l'Orgère
20/8	21h 00 3h (environ)	Découverte vie nocturne
VILLARODIN-BOURGNET - Rendez-vous parking Poislet		
30/7	8h 00 Journée	Tour de Tête Noire
13/8		

Vallée de la Maurienne

Soirées rencontres avec un garde-monteur

AUSSOIS - Arche d'Or	
Les 13, 27 juillet et les 10, 24 août à 20h 30	
BESSANS - Salle Albaron	
Les 16, 30 juillet et les 11, 25 août à 20h 30	
BONNEVALSUR-ARC - Grande Maison	
Les 7, 21 juillet et les 4, 18 août à 20h 30	
LANSLEBOURG - Salle derrière l'OT	
Les 6 juillet et 17 août à 20h 30	
LANSLEVILLARD - Salle culturelle	
Les 20 juillet et 20 août à 20h 30	
TERMIGNON - Salle polyvalente	
Les 15, 27 juillet et les 3, 10 août à 20h 30	

Animations en refuge-porte

VILLARODIN-BOURGNET - Refuge-porte de l'Orgère	
Tous les mercredis du 8 juillet au 19 août à 20h 30. Soirée Parc national de la Vanoise, métier du garde-monteur, faune et flore	

Randonnées adaptées aux déficiences visuelles et motrices

Sorties adaptées à la déficience visuelle dans le vallon de l'Orgère (Villarodin-Bourgnet) les mardis 21 juillet, 4 et 11 août.

Sorties adaptées à la déficience motrice dans la Réserve naturelle de la Grande Sassièrre (Tignes) les mercredis 15 et 29 juillet et 5 et 12 août.

Les randonnées seront reportées au vendredi suivant en cas de météo défavorable.

Inscriptions et informations auprès de Patrick Rouland : 04 79 62 95 54

Les hôtesse des points-info Vanoise à votre service

Les hôtesse des points-info Vanoise vous donneront toutes les informations utiles sur les activités du Parc. Inscrivez-vous auprès d'elles pour les randonnées des agents du Parc et les animations des refuges-portes (coordonnées en page 8).

Randonnées à la semaine

avec un accompagnateur en montagne ambassadeur du Parc national

THÈME SORTIE	ACCOMPAGNATEUR
Savoir des plantes sauvages, marche bien-être...	BARDAGI Thierry - 06 85 06 51 43
Des aiguilles Rousses au Grand Roc Noir	NULLANS Marie-Paule - 06 20 27 47 84
De la forêt au glacier...	GIMENEZ Françoise - 06 84 43 79 58

Tarifs des randonnées

DURÉE	PUBLIC	Tarif normal par personne	Tarif réduit*
JOURNÉE	Adulte	15,00 €	11,50 €
	Adolescent (13-18 ans) et étudiant	6,00 €	5,00 €
	Enfant (jusqu'à 12 ans)	4,00 €	3,50 €
DEMI-JOURNÉE	Adulte	8,00 €	6,50 €
	Adolescent (13-18 ans) et étudiant	4,00 €	3,00 €
	Enfant (jusqu'à 12 ans)	Gratuit	Gratuit

* Accordé aux détenteurs de « Pass Exploration », carte multi-activités en vente dans les bureaux du tourisme de Bramans, Sollières-Sardières, Termignon, Val Cenis Lanslebourg, Val Cenis Lanslevillard, Bessans et Bonneval-sur-Arc au tarif de 29 € ou chez les hébergeurs partenaires au tarif de 14 €. Cette réduction est applicable à toutes les sorties proposées en Vanoise pendant la durée de validité du pass, quel que soit son lieu de délivrance.

Vallée de la Tarentaise

Soirées rencontres avec un garde-monteur

ARC 1800 - Salle Bernard Taillefer	
Le 6 août à 21 h 00	
LANDRY - Salle du Perrey	
Le 17 juillet à 21 h 00	
LES ALLIÈS - Parc Olympique salle des Pétaièdes	
Les 20, 27 juillet et 3 août à 18 h 00	
MONTCHAVIN-LES-COCHES - Espace Show des Coches	
Le 23 juillet à 21 h 00	
PEISEY-NANCROIX - Salle polyvalente	
Les 15 juillet et 12 août à 21 h 00	
PRALOGNAN-LA-VANOISE - Maison de la Vanoise	
Les 16 juillet et 13 août à 20h 30	
LA ROSIÈRE - Salle Jean Arpin	
Le 20 août à 21 h 00	
SAINT-BON-COURCHEVEL - Salle la Croisette 1850	
Les 23 juillet et 6 août à 18 h 00	
SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE - Salle Communale	
Les 21 juillet et 11 août à 18 h 00	
SÉEZ - Foyer rural	
Le 29 juillet à 21 h 00	
TIGNES - Cinéma	
Les 21, 28 juillet et 4, 11 août à 21 h 00	
VAL D'ISÈRE - Centre de congrès	
Les 6, 15 juillet et 3 août à 21 h 00	
VALLANDRY - Salle sur Cinéma	
Le 26 août à 21 h 00	

Autres animations

DATE	HORAIRES	THÈME
BOURG-SAINT-MAURICE - Salle Galaxy (cinéma)		
28/8	17h 30 Soirée	Nuit de la Chauve-souris
PEISEY-NANCROIX - Refuge-porte de Rosuel		
30/7	10h00 à minuit Journée et soirée	Brame du cerf
LE PLANAY - Refuge du Grand Bec		
28/7	17 h 00	Faune et Parc national de la Vanoise
11/8	Fin d'après-midi	
PRALOGNAN-LA-VANOISE - Refuge de la Valette		
22/7	17 h 00	Faune et Parc national de la Vanoise
6/8	Fin d'après-midi	
SÉEZ - Foyer Rural		
3/10	18h00 à minuit Soirée	Brame du cerf
TIGNES - Réserve naturelle de la Grande Sassièrre - Chalet du Santel		
Tous les mardis du 7 juillet au 25 août		
15 h 00 à 17 h 00 Après-midi		
Point rencontre avec les gardes-animatrices de la Réserve naturelle		



Randonnées et activités

proposées par les accompagnateurs en montagne « ambassadeurs du Parc »

COMMUNE	DATES	THÈME SORTIE	PUBLIC	ACCOMPAGNATEUR
VALLÉE DE LA MAURIENNE				
Termignon	Les lundis 29 juin, 20 juillet, 3 août et 7 septembre 2015	L'au-delà de l'eau	Tout public à partir de 7 ans, y compris scolaires	BARDAGI Thierry - 06 85 06 51 43
Villarodin-Bourgnet	Tous les mardis après-midi de l'année	Découverte de la forêt de l'Orgère	Tout public, y compris scolaires	MORNIÉUX Guy - 06 89 81 21 74
Bessans	Les jeudis 16, 23 et 30 juillet, 6, 13, 20 et 27 août, 3 et 10 septembre 2015	Découverte de la vie d'un alpage	Tout public à partir de 7 ans	MORNIÉUX Guy - 06 89 81 21 74
Aussois	Tous les mardis de juillet et août 2015	Visite de la barrière de l'Essillon	Tout public y compris scolaires	FRESSARD Jean-Marie - 06 86 55 81 26
Aussois	Les mardis 23 et 30 juin, les jeudis 2, 9, 16, 23 et 30 juillet 2015	À la découverte des plantes de nos montagnes	Tout public à partir de 4 ans	GUY Bénédicte - 06 81 46 57 48
VALLÉE DE LA TARENTAISE				
Villaroger	Les jeudis 9 et 16 juillet 2015	La Martin, légendes d'hier et les gens d'aujourd'hui	Tout public dès 8 ans	BALMAT Julie - 06 75 87 57 73
Tignes	Les lundis 22 juin et 31 août 2015	Plantes culinaires et médicinales en Tarentaise Vanoise	Tout public dès 7 ans	DION Marie-Odile - 06 82 88 79 81
Peisey-Nancroix	Tous les lundis du 6 juillet inclus au 24 août 2015 inclus	Les p'tits montagnards, un jeu de piste pour apprendre en s'amusant	Les enfants. Les familles avec enfants	DOREAU Nadège - 06 10 65 53 74
Peisey-Nancroix	Les vendredis 3 et 10 juillet 2015	La haute vallée du Ponthurin, refuge du gypaète barbu	Tout public dès 12 ans	DOREAU Nadège - 06 10 65 53 74
Tignes	Tous les mercredis du 8 juillet inclus au 26 août 2015 inclus	Le sanctuaire des animaux	Tout public dès 4 ans	DOREAU Nadège - 06 10 65 53 74
Peisey-Nancroix	Les mercredis 24 juin, 15 et 29 juillet, 5 et 19 août 2015	Diversité géologique des sommets de Peisey-Nancroix	Tout public dès 12 ans	NULLANS Marie-Paule - 06 20 27 47 84
Bourg-Saint-Maurice, Montvalezan, Peisey-Nancroix, Saintefoy, Séez et Villaroger	Les mercredis 15, 22 et 29 juillet et 5, 12 et 19 août 2015 ; à la demande en juin et septembre	Les plantes utilisées par l'homme	Tout public, y compris scolaires, familles avec enfants à partir de 7 ans	ODILGUICHON Pascale - 06 84 40 37 17
Pralognan-la-Vanoise	Les mercredis 15, 22 et 29 juillet, 5, 12 et 19 août 2015	Les chèvres de Monsieur Sylvain, rencontre à l'alpage de Chapendu	Adultes et enfants de plus de 7 ans	EXCOFFIER Raphaël et GIMENEZ Françoise 07 62 59 02 17 ou 06 86 43 79 58
Pralognan-la-Vanoise	Les lundis 6 juillet, 3 et 17 août 2015	Gourmands secrets de la cave à l'alpage, rencontre aux Prioux	Adultes et enfants de plus de 4 ans	EXCOFFIER Raphaël et GIMENEZ Françoise 07 62 59 02 17 ou 06 86 43 79 58
Pralognan-la-Vanoise	Les mercredis 15 et 29 juillet et 12 août 2015	La matinalpage, rencontre à l'alpage de Ritord	Adultes et enfants de plus de 5 ans	EXCOFFIER Raphaël et GIMENEZ Françoise 07 62 59 02 17 ou 06 86 43 79 58
Champagny-en-Vanoise	De mai à octobre 2015	Le géant des glaces	Adultes et enfants de plus de 4 ans (y compris scolaires)	LYANNAZ Marie - 06 60 11 75 68

Randonnées découvrir le Parc avec un garde-monteur

DATE	HEURE	THÈME
PEISEY-NANCROIX - Refuge-porte de Rosuel		
8/7	de 8h00 à 17h00	LIFE CypHép - Le site de reproduction des gypaètes barbus
TIGNES - Maison de Tignes		
30/7	de 14 h 00 à 21 h 00	Vallon de la Sèche, faune, flore et Parc national de la Vanoise
19/8		
VAL D'ISÈRE - Office de tourisme		
7/7	de 10h00 à 15h00	Sortie flore
14/7		
21/7		
6/8	de 14h00 à 21h00	Prariond, faune, flore et Parc national de la Vanoise
13/8		



Jeanne cabri et femelle de bouquetin des Alpes sur une dalle rocheuse (commune de Bramans).

Les randonnées « Découvrir le Parc »

Pendant une demi-journée ou une journée, vous pouvez accompagner un garde-monteur du Parc national. Il ne s'agit pas de faire une randonnée sportive mais de découvrir un lieu du Parc. Le garde-monteur commentera les éléments du patrimoine observés et parlera des enjeux du territoire, des missions et de l'organisation du Parc ainsi que des aspects relatifs à son métier.

L'inscription auprès des hôtesse des points-info du Parc national est obligatoire. Prévoyez une voiture pour vous rendre jusqu'au point de départ des randonnées, ainsi que des jumelles.

Les bons comportements du Parc

Pour profiter de mieux d'un environnement exceptionnel mais fragile, pour s'émouvoir, se ressourcer, quelques précautions sont indispensables.

Faire attention aux patous

Ces chiens sont élevés pour défendre les moutons contre les prédateurs. Pour qu'ils n'interprètent pas une attitude involontaire comme une menace potentielle, mieux vaut contourner les troupeaux ou, si ce n'est pas possible, avoir droit devant soi en restant calme et passif ; ne pas courir, ni crier, ni faire de gestes agressifs (brandir son bâton de marche...) ; éviter de vouloir nourrir ou caresser un mouton ou un patou.

Chiens Même petits, gentils, bien dressés, les chiens sont interdits dans le cœur du Parc national* où leur présence risque de perturber l'écosystème : destruction de couvées, transmission de germes...
*à l'exception des chiens de garde des troupeaux et ceux qui accompagnent les personnes handicapées

Bivouac Le bivouac est interdit dans le cœur du Parc, sauf autour de certains refuges, pendant la période estivale de gardiennage. Pourquoi ? Une tente écrase la végétation et le camping sauvage peut être source de diverses pollutions.

Adopter « l'écotouriste attitude » : limiter ses déchets (pas d'emballages inutiles, descendre ses déchets dans la vallée...) ; limiter ses consommations d'eau et d'électricité dans les refuges ; privilégier les (délicieux) produits locaux proposés par les producteurs de la Vanoise ; prévenir le gardien du refuge en cas d'annulation de la nuitée - pour des raisons de sécurité mais aussi de bonne gestion des places et des ressources.