

# + Randonnées dans le Verdon

du 18 au 24 mai 2026



## ORGANISATION :

Edgard OBERSON,  
guide de hte montagne,  
1005 Lausanne  
portable +41 79 242 9760  
e mail : [edo.guide@sunrise.ch](mailto:edo.guide@sunrise.ch)  
internet : [www.edo-guide.ch](http://www.edo-guide.ch)

*Ce séjour est reconnu par le Delta et est partiellement subventionnée par l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS), car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie.*

## France, randonnée dans le Verdon

Le Verdon prend naissance au pied des Trois Evéchés et rejoint la Durance en aval de Vinon-sur-Verdon après 200 km de cours.

Le parc naturel régional du Verdon s'étend sur près de 180 000 hectares et sa rivière va de Saint-André-les-Alpes à Vinon-sur-Verdon. Une étendue sauvage où la faune et la flore sont préservées. Cette région vous offre une multitude de possibilités selon vos souhaits ou encore vos goûts. Que vous soyez amateurs de randonnée, de grimpe ou encore de balades VTT, tout est fait pour que vous passiez un délicieux moment. Durant vos activités, admirez cet espace majestueux peuplé de rapaces. Un patrimoine culturel et sportif vous attend.

Amoureux des randonnées pédestres et des paysages à couper le souffle, ce séjour de 7 journées dont 5 de marche vous mène sur les célèbres sentiers des Gorges du Verdon, entre Alpes de Haute-Provence et Var pour des randonnées de 4 à 6 heures de niveau 1 à 2.

A partir d'un joli hôtel, à Mézel (cf Hotel de la Place, [www.tourisme-alpes-haute-provence.com/hebergement/mezel/apidae-hotel-de-la-place-5369312/](http://www.tourisme-alpes-haute-provence.com/hebergement/mezel/apidae-hotel-de-la-place-5369312/)) , un joli village provençal et sa pittoresque chapelle haut perchée, nous partirons en randonnée sur les hauts plateaux couvert de lavande ou le long de gorges spectaculaires sans oublier de visiter les sites touristiques incontournables comme Moustier Sainte-Marie et ses céramistes, Dignes et ses bains non sans omettre de visiter la dernière demeure d'Alexandra David Neels ou le musée qui lui est consacré.

## REMARQUES

L'ordre dans lequel s'effectueront les randonnées peut subir des modifications, selon la météo. La région est bien parcourue et des variantes sont possibles, en fonction de l'intérêt des participants. Le circuit peut donc être revu et corrigé selon le désir et la fatigue. Vos charges se limiteront à votre petit sac à dos contenant votre picnic du jour, votre appareil de photo, votre casquette, votre crème solaire et vos vêtements contre la pluie. Une personne fatiguée pourrait le cas échéant raccourcir l'étape du jour grâce à notre bus.

L'avantage de notre programme est d'avoir un « camp de base » fixe dans un hôtel et de rayonner dans la région de manière complètement indépendante.

Les prestations s'entendent demi-pension et transport en bus compris.

### MATÉRIEL :

- un sac de voyage souple pour le matériel que vous ne porterez pas la journée  
**(maximum 12 kg/personne pas de valises à roulettes !)**
- un petit sac à dos de 20 l pour la journée
- une bonne paire de chaussures pour la randonnée
- une paire de « baskets » pour les soirées
- crème solaire (lèvres, visage), lunettes solaire
- chapeau (ou casquette)
- habits chauds, anorak, parapluie
- habits de rechange
- un thermos ou une gourde de 1litre1/2 au moins
- une paire de bâtons de ski télescopiques (conseillé)
- canif (couteau suisse)
- trousse et papier de toilette, linge
- un petit peu de nourriture énergétique (max 200 g)
- petite pharmacie personnelle, matériel pour les cloques
- protections auriculaire
- carte d'identité, carte demi-tarif cff
- argent de poche en euros (pour les picnics à acheter sur place).

### DATES

du 18 au 24 mai 2026 (7 jours)

### PRIX

chf. 1690.- (le paiement de votre acompte de chf 690.- confirme votre inscription, règlement du solde 45 jours avant le départ)

sont compris : transport en bus dès Vevey logement en demi-pension en hôtel, accompagnement par un guide professionnel et un chauffeur. Dès 8 personnes inscrites, un deuxième accompagnateur de randonnée diplômé.

ne sont pas compris : assurance annulation (obligatoire),  
argent de poche, pic nic de midi  
Inscription à retourner à Pro Senectute au plus vite, le  
nombre de personnes est limité à 12.

## PROGRAMME

J1, lundi :               BERNEX – MEZEL  
Trajet en bus, 620 km, 7 heures 00

Rendez-vous à 09h30 au Parking P+R de Bernex, rte de Chancy

Déplacement commun en bus à Mezel, picnic en route.  
Installation à l'hôtel et visite libre du village.

J2, mardi :               MEZEL - GORGES DE TREVANS  
Distance : 8 km, dén + 450 m dén - 450 m 4h à 6 h de marche,  
selon variante choisie

Petite navette en bus d'une quinzaine de minute avant de nous enfoncer dans les  
gorges de Trevans pour réaliser une boucle dans une forêt sauvage de pins en  
passant par Turquet et Valbonnette. Variante possible pour visiter la chapelle de St  
André.

J3, mercredi :           MEZEL – POINT SUBLIME – SENTIER BLANC  
MARTEL EN ALLER RETOUR  
Distance : 8 km, dén + 500 m dén - 500 m 4h à 6h de marche.

En route pour une navette de 30 minutes, petit café à la Palud sur Verdon avant de  
nous lancer du point sublime dans le canyon du Verdon. La partie que nous allons  
entreprendre se déroule parfois dans des tunnels creusés où la lampe frontale est  
utile. Nous nous contenterons de la partie la plus spectaculaire du chemin en aller-  
retour, là où le Verdon est le plus tumultueux. De retour, nous suivrons la route du  
Belvédère offrant une vue spectaculaire sur le canyon vu ... d'en haut !

J4, jeudi :               MEZEL – DIGNES – ENTRAGUES – ST MICHEL  
Distance : 7 km, dén + 500 m dén - 500 m. 4h00 de marche.

Navette de 30 minutes pour démarrer notre rando du jour à Entragues, alt. 1006 m  
pour rejoindre la Pas du même nom puis la chapelle de St Michel de Cousson puis

le sommet de Cousson alt 1516 m. Retour à Dignes en réalisant une boucle, après-midi consacré à la visite de la maison de Alexandra Davis Neels, première exploratrice ayant pénétré au Tibet interdit.

J5, vendredi : MEZEL – P DU POINT SUBLIME – CRETE DE L'ENCASTEL  
Distance : 7 km, dén + 700 m dén - 500 m. 4h00 de marche.

Journée de rando le long d'une crête pour atteindre le point de vue le plus spectaculaire sur la falaise de l'Escalès, le haut lieu de l'escalade moderne, théâtre des exploits de Patrick Edlinger et des fameux films « Opéra vertical » et « La vie au bout des doigts ». Après-midi consacré à la visite de Moustiers Ste Marie, un des plus beaux villages de France, connu pour son art ancestral de la faïence.

J6, samedi : MEZEL – ENTREVENNES – LES PEINTENTS  
Distance : 7 km, dén + 250 m dén - 250 m. 4h00 de marche.

Notre navette nous laissera près d'Entrevennes, un joli village provençal et de là nous partirons pour une jolie rando entre forêt en champs de lavande qui devrait juste être en fleur en cette saison. Pas beaucoup de dénivelé aujourd'hui, juste le plaisir des yeux et des oreilles dans cette nature encore bien sauvage ici.

J7, dimanche : MEZEL – BERNEX  
Trajet en bus, 620 km, 7h00 heures

Après le petit déjeuner, départ vers 07h00, nous reprenons notre bus pour le retour en Suisse, Sisteron, col de la croix haute, Grenoble et arrivée prévue vers 17h00 au plus tard au P+R de Bernex. Pique-nique en route, fin de notre périple.

## **Clauses générales concernant la participation aux excursions et randonnées de notre programme.**

### ASSURANCE :

Les participants sont tenus d'avoir une assurance maladie et accidents suffisamment étendue, comprenant la couverture des risques à la pratique de la randonnée ; une assurance de rapatriement et de sauvetage, ainsi qu'une assurance en cas d'annulation de voyage.

### RESPONSABILITÉ ET RÉSERVE :

En tant qu'intermédiaire entre les participants d'une part, et les transporteurs, hôteliers et prestataires de service d'autre part, l'organisateur décline toute responsabilité pour les accidents, catastrophes naturelles, blessures, dommages, retards, perte ou vol d'effets et de bagages à main.

### ANNULATION PAR L'ORGANISATEUR :

L'organisateur se réserve le droit d'annuler le voyage si les conditions de sécurité l'exigent ou si le nombre de participants minimum n'est pas atteint. Dans ce cas, l'organisateur restituera la totalité des sommes versées par les participants. Tout autre dédommagement est exclu.

### ANNULATION PAR LE PARTICIPANT :

En cas de désistement les frais suivants sont à la charge du participant :

- annulation intervenant entre l'inscription et le 45ème jour avant le départ, 30 % du prix du voyage.
- annulation intervenant entre le 44 ème jour et le départ, 100 % du prix du voyage.

### CONDITIONS DE PAIEMENT :

Un acompte de Fr. 690.- est demandé au moment de l'inscription.  
Le solde se paiera 45 jours avant le départ.

FOR JURIDIQUE : le for juridique est à Lausanne

Edgard OBERSON,  
guide de hte montagne,  
av Eugène Rambert 28  
1005 Lausanne

portable +41 79 242 9760  
e mail : [edo.guide@sunrise.ch](mailto:edo.guide@sunrise.ch)  
internet : [www.edo-guide](http://www.edo-guide)

BULLETIN D'INSCRIPTION  
Randonnée dans le Verdon  
Du 18 au 24 mai 2026

Nom : -----

Prénom : -----

Adresse : -----

-----

Tél. privé : ----- Tel. mobile. -----

Adresse électronique : -----

Date de naissance : -----

Allergie ? Végétarien ? : -----

Nom de mon assurance annulation : -----

J'autorise Pro Senectute à envoyer la liste des participant/es aux personnes inscrites  
à ce voyage

Je soussigné(e) déclare avoir pris connaissance des conditions et clauses générales  
de participation et j'envoie mon bulletin d'inscription à :

Pro Senectute Genève  
M Pierre Thétaz  
Route de Saint-Julien 5 B  
1227 Carouge  
Tel. Direct : +41 22 807 05 36  
[pierre.thetaz@ge.prosenectute.ch](mailto:pierre.thetaz@ge.prosenectute.ch)

Lieu ----- Date ----- Signature -----