

SLOWTOURISME & ITINÉRANCE

• DOSSIER DE PRESSE THÉMATIQUE •



Vallée de la Dordogne

ROCAMADOUR • PADIRAC • COLLONGES-LA-ROUGE

www.vallee-dordogne.com



Photo : ©Malika Turin

RALENTIR LE RYTHME

En Vallée de la Dordogne, on aime prendre son temps, c'est une véritable philosophie de vie ici. On savoure l'instant, on contemple la nature et on va à la rencontre des locaux, des personnes qui façonnent ce beau territoire : hébergeurs, restaurateurs, producteurs, prestataires d'activités ou encore artistes et artisans.

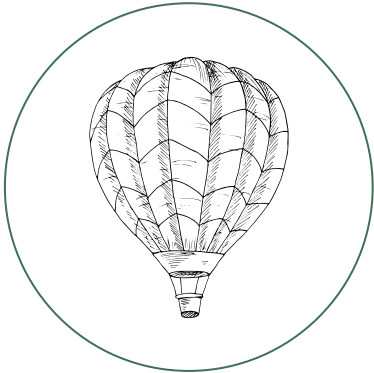
Les enjeux environnementaux actuels amènent à de nouvelles façons de voyager. On tend à ralentir le rythme du quotidien, à consommer local et de saison sur les marchés de pays, mais aussi à être plus attentif à son choix d'hébergement ou d'activités pour limiter son impact carbone.

On essaye aussi d'autres modes de transport. On revient aux sources, aux choses vraies et simples. On se reconnecte à soi, mais aussi aux personnes que l'on aime. On enfile son sac à dos et on part sur les chemins, on prend sa pagaie et on se laisse bercer par le rythme de la rivière. On respire, respire encore...

l'étonnant voyage!

VALLÉE DE LA DORDOGNE

Sommaire



UNE MICRO-EXPÉRIENCE

Sur une journée

Balade à trottinette

Terra Aventura et géocaching

Prendre de la hauteur en montgolfière

UNE MICRO-AVENTURE

Le temps d'un week-end

Marche avec un âne

Sur le chemin de St Jacques



EN MODE SLOW...

Pour 4 jours

Voguer et pédaler

Jeûne et randonnée

PRENDRE LE TEMPS DE SE LAISSER LE TEMPS

Une semaine et plus...

Randonnée de villages en barrages



Une micro-expérience



Photo : ©TrotXtrem

La trottinette électrique est une excellente alternative entre le vélo et la randonnée classique. De quoi motiver les plus jeunes à partir en balade !

À LA CONQUÊTE DE TERRA AVENTURA

Pour petits et grands, **Terra Aventura**, c'est l'activité qui transforme chaque balade en un terrain de jeu grandeur nature. Entièrement gratuit, il suffit de télécharger l'application, choisir son prochain parcours, et le tour est joué ! Ensuite, il faut se creuser les méninges pour répondre aux énigmes tout le long du chemin grâce aux QR codes.

La récompense est bien cachée. Les Poi'z sont dissimulés dans une cachette que l'on peut trouver uniquement grâce aux mots indices. Mais pas de panique ! Si c'est trop dur, Terra Aventura vous offre 3 jokers et 2 aides par parcours.



Photo : ©Malika Turin

Terra Aventura - Nouvelle-Aquitaine

www.terra-aventura.fr

Application gratuite



Photo : ©Dan Courtice

DU ROUGE ? C'EST GONFLÉ !

Vol en montgolfière au départ de Collonges

Ah, les vols en **montgolfière**... Ils ont quelque chose de féérique. Ils sont doux, souvent en soirée ou très tôt le matin au lever du soleil, ils promettent des paysages à couper le souffle. Changeons de point de vue et prenons de la hauteur pour vivre une étonnante aventure en montgolfière.

Corrèze Montgolfières - Collonges-la-Rouge

06 83 43 36 01

www.montgolfiere.fr

À partir de 255€ par personne pour 3h d'activité dont 1h de vol



Combien de temps partir pour ce séjour ?

Une micro-aventure peut se faire en une journée ou même sur une demi-journée.



Comment s'y rendre ?

Le plus facile pour se rendre sur ces points est de s'y rendre en voiture.

Une micro-aventure



Photo : ©Les ânes du Causse

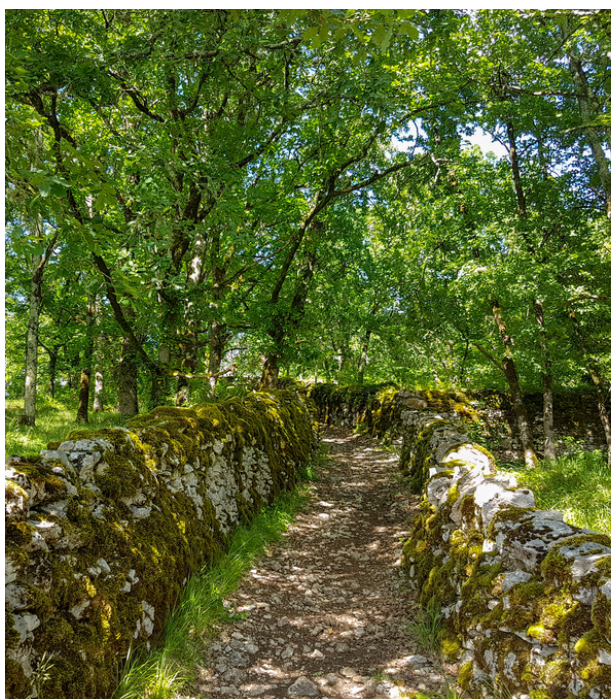


Photo : ©Aude Leconte

MARCHE AVEC UN ÂNE

2 jours pour se faire de nouveaux amis

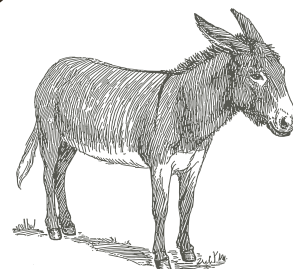
Les **balades à dos d'ânes** sont idéales en famille ! Les chemins recommandés pour l'itinérance sont balisés et permettent de découvrir d'autres sites tels que le site archéologique des Fieux. Plutôt courtes, ces excursions permettent néanmoins de bien apprécier les alentours de l'éco-gîte de Delphine et Stéphane, en passant par les chemins bordés de murets de pierres, typiques du Lot.

Les balades avec un âne sont un moyen unique de découvrir le **Causse de Floirac**, et l'éco-gîte permet de limiter un peu plus l'impact carbone de son voyage.

Le soir venu, on se délasse dans la piscine du gîte, situé à proximité des commerces et des marchés locaux : parfait pour préparer de bons petits plats !

On ♥ retrouver son âme d'enfant auprès d'adorables compagnons de voyage. Dormir dans des gîtes en éco-lieu. En effet, le gîte de Delphine et Stéphane est autonome en électricité et économe en eau grâce à ses toilettes sèches.

Nos futurs meilleurs amis



Combien de temps partir pour ce séjour ?

Pour ce séjour, il faut compter 2 jours, mais Les Ânes du Causse propose des séjours plus longs sur demande, ou des balades en journée ou demi-journée.



Comment s'y rendre ?

Pour se rendre à Floirac, le plus simple reste la voiture. Cependant, il est possible d'arriver en train à St Denis près Martel ou à Vayrac et rejoindre Floirac à pied ou en taxi.

Les ânes du Causse - Floirac

07 71 56 27 89

www.les-anes-du-causse-46.websself.net/accueil

À partir de 250€ tout inclus pour 4 à 5 personnes

Une micro-aventure



Photo : ©Dan Courtice

On ♥ pouvoir visiter deux des "Plus Beaux Villages de France" sur cet itinéraire. Flâner dans l'abbaye d'Aubazine, découvrir les vitraux qui ont inspiré Coco Chanel et arpenter le Canal des Moines. Arrivé à Collonges, on se perd dans les ruelles médiévales. Le décor est magique et l'accueil au **Relais de St Jacques** des plus chaleureux...

On aime aussi l'intimité et la convivialité de **la Devinie** à Martel, avec ses 4 chambres d'hôtes magnifiquement décorées.



Combien de temps partir pour ce séjour ?

Pour ce séjour, nous vous conseillons de partir 2 jours (20km par jour) et de prolonger jusqu'à Rocamadour une journée de plus si le cœur vous en dit.



Comment s'y rendre ?

Prendre un train depuis votre ville de départ et effectuer un changement en gare de Brive-la-Gaillarde, direction Aubazine. Pour repartir de Martel, la ligne 888 vous ramène à la gare de St Denis Près Martel ou Souillac.

SUR LE CHEMIN DE ST JACQUES

Partir avec son sac à dos sur le chemin sacré d'Aubazine à Martel

Le **chemin de St Jacques** est mythique, c'est un bon itinéraire pour les adeptes de la randonnée. Un, deux, trois jours ou même plus le chemin de St Jacques, c'est à la carte ! Nous vous faisons découvrir une portion accessible à tous, d'Aubazine à Martel réalisable en deux jours pour des bons marcheurs (20km et 5h30 de marche chaque jour). Mais quelle récompense ! On en prend plein les mirettes ici !

La randonnée sur le chemin de St Jacques, c'est parfois aussi l'occasion de se reconnecter à soi, à la nature et de vivre le voyage en itinérance différemment. On rencontre moins de monde, mais on se parle plus longtemps. Ici, on a le sens de l'accueil et des bonnes choses. De quoi oublier le stress urbain et créer une bulle de sérénité autour de son voyage en Vallée de la Dordogne.



Photo : ©La Devinie

Le Relais St Jacques - Collonges-la-Rouge

05 55 25 41 02

www.hotel-stjacques.com

À partir de 102€ la chambre double, petit-déjeuner inclus

La Devinie - Martel

06 61 10 62 97

www.la-devinie.com/home.html

À partir de 100€ la chambre double, petit-déjeuner inclus

VOGUER ET PÉDALER

4 jours entre canoë et vélo

Jours 1 et 2

Au départ de **Vayrac**, on embarque à bord de notre canoë pour **2 jours hors du temps** avec **Safaraid**. La rivière est calme et seuls quelques clapotis bercent notre embarcation. La rivière est accessible à toute personne sachant nager et il est possible de partir seul, à deux ou à trois sur une embarcation.

Le soir venu, on arrive à **St-Sozy**. On laisse notre canoë chez Safaraid et on traverse la route pour rejoindre le **Village du Port**. Éco-lieu, ce **camping** propose des services et des infrastructures de qualité, respectueuses de l'environnement. Spa, bar et potager : il y a tout ce qu'il faut pour se prélasser après une journée sportive.

Le lendemain, cap sur **Souillac** ! Petite ville riche de son abbatale et de son histoire, Souillac sait conquérir nos cœurs pour la soirée.

Pour cette deuxième nuit cap sur la **Bicicleta Ravito**... un lieu insolite dédié à l'univers du vélo.

On ♥ se laisser bercer par le rythme de la rivière dans notre canoë, se baigner au gré de nos envies et pique-niquer sur une plage cachée. Le soir venu, arriver dans notre camping où produits locaux et spa nous attendent après une journée sportive.



Combien de temps partir pour ce séjour ?

Pour ce séjour, il est possible de partir 2 jours et ne faire qu'une partie, ou le découvrir dans son entièreté, en 4 jours.



Comment s'y rendre ?

Prendre un train direction Saint-Denis-près-Martel ou Vayrac et repartir depuis la gare de Souillac.



Photo : ©Safaraid

Safaraid Dordogne - Vayrac

Réservation en ligne obligatoire pour les séjours

05 65 37 44 87

www.canoe-kayak-dordogne.com

À partir de 52€/personne pour 2 jours

Le Village du Port - Saint Sozy

05 65 32 29 55

www.village-du-port.com

À partir de 15,90€ la nuit

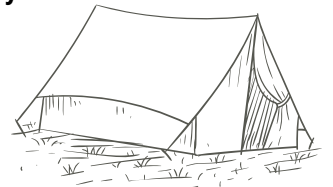


Photo : ©Thomas Lambelin

En mode slow...



Photo : ©Estafête

Estafête - Cressensac-Sarrazac

06 45 56 36 69 - 06 36 37 85 00

www.estafete.fr

À partir de 140€ la chambre double, petit-déjeuner inclus

On ♥ la bâtisse en pierre joliment rénovée d'Estafête, maison d'hôtes à mi-chemin de la balade à vélo. Éco-lieu engagé, Tom, le propriétaire des lieux, est ravi de vous accueillir pour une nuit paisible dans son havre de paix.



On ♥ aussi la décoration rétro et 100% vélo de la Bicicleta Ravito. L'itinéraire en dehors des sentiers battus qui passe à travers les petits villages et le Causse de Martel.

La Bicicleta Ravito - Souillac

06 83 73 12 96 - 06 08 65 80 91

www.labicicletaravito.com

www.labicicletaravito.com/pedaler/parcours-test

À partir de 21,50€/jour

VOGUER ET PÉDALER

4 jours entre canoë et vélo

Jours 3 et 4

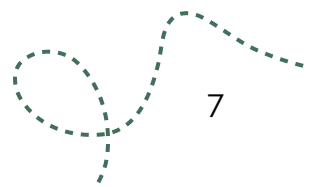
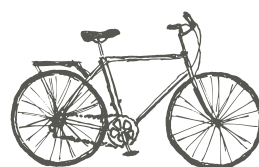
Arrivé à **Souillac** en canoë, on file à la **Bicicleta Ravito** ! Rien qu'en poussant la porte, on plonge directement dans l'univers du vélo sous les milles et un lampions colorés du jardin. Ça tombe bien, ce sera notre nouveau compagnon pour les deux prochains jours. Après un bon repas bio et local dans le **restaurant**, on remonte dans sa **chambre** pour rêver de notre prochain itinéraire.

Une fois nos sacoches remplies, on met notre premier coup de pédale direction notre logement du soir à **Cressensac-Sarrazac**. Sur la journée, on passe par le village du **Cuzance**, on peut faire un détour par **Martel** et sinon on admire le Causse de Martel à travers la campagne.

Ce soir, on dort à la maison d'hôtes **Estafête**, un lieu durable & écologique où il fait bon se ressourcer. Entre piscine, spa, sauna et massages (sur réservation), il y a tout ce qu'il faut pour se détendre et penser déjà aux prochaines découvertes du lendemain comme **Turenne**, **Cressensac** ou **Gignac**.



Photo : ©La Bicicleta Ravito



En mode slow...

JEÛNE ET RANDONNÉE

4 jours pour reconnecter son corps et son esprit

Pascale, experte du jeûne, du bien-être, mais aussi de la randonnée, nous accueille avec son mari dans leur havre de paix : le **Clos du Chevalier**. Les journées sont rythmées autour d'activités. Le matin, lorsque la brume se lève à peine et que l'air est encore frais, c'est yoga ou sophrologie. L'après-midi c'est randonnée et sieste pour reposer le corps. Le spa est également disponible avant les activités du soir.

Les repas classiques du **jeûne Buchinger** se composent de lait végétal le matin, d'eaux aromatisées dans la journée et d'un bouillon de légumes le soir. Pas de panique, pour les amateurs il existe d'autres formules monodiètes à base de légumes ou des cures de jus.

Les **bienfaits du jeûne** sont reconnus pour accompagner le traitement de certaines maladies. De manière générale, ils favorisent le bien-être du corps et de l'esprit, et boostent l'énergie.

Alors, on se laisse tenter ?

On ♥ les journées rythmées par des activités toutes aussi bénéfiques pour notre corps les unes que les autres. Les espaces de bien-être avec sauna, spa et piscine, mais aussi les massages sur réservation. La reconnexion à soi, aux autres et à la nature est réellement au cœur de ce lieu si paisible.



Combien de temps partir pour ce séjour ?

Il est possible de faire une cure de 4 ou 6 jours, au choix. Pour faire une cure, il faut évidemment être en bonne santé.



Comment s'y rendre ?

Le Clos du Chevalier propose des navettes depuis la gare de Brive-la-Gaillarde. Tous les transports durant le séjour sont inclus.



Photos : ©Le Clos du Chevalier

Le Clos du Chevalier - Le Bastit

05 65 38 77 51 - 06 23 13 78 82

www.jeune-leclosduchevalier.com

À partir de 595€ par personne pour 4 jours tout compris pour une chambre double

Prendre le temps de se laisser le temps

RANDONNÉE DE VILLAGES EN BARRAGES

Une semaine ou plus...

L'association "**La Dordogne de Villages en Barrages**" regroupe depuis 2014, 19 communes autour d'un projet commun : un chemin de randonnée de 200km allant de **Confolent-Port-Dieu à Argentat-sur-Dordogne**. Le parcours oscille à la frontière entre Corrèze et Cantal où les châteaux, villages et barrages savent si bien nous charmer.

On enfile ses chaussures de randonnée et hop, c'est parti !

Sur le chemin, il est facile de se ravitailler et de trouver des hébergements. Certains même proposent le transport d'un point à l'autre pour garder sa chambre douillette plusieurs nuits.

Pour faire une pause, on embarque à bord d'un kayak à Roche-le-Peyroux, ou on visite les espaces EDF comme au barrage du Chastang qui propose des visites guidées (sur réservation).



Photos : ©Malika Turin et ©EDF



Bon à savoir

- L'itinéraire peut se faire à pied, mais aussi en VTT ou en version trail !
- Le camping sauvage est toléré.
- Des services de taxi sont disponibles pour les bagages, se rendre à l'hôtel ou rentrer à sa voiture.
- Le parcours a un fort dénivelé, mais reste tout de même accessible à des randonneurs non expérimentés disposant d'une condition physique normale.



Combien de temps partir pour ce séjour ?

Pour faire la randonnée dans son intégralité il faut compter entre 5 (30km par jour) et 10 jours (15km par jour) suivant son niveau. Évidemment, il n'y a aucune obligation à faire l'intégralité.



Comment s'y rendre ?

Les villages de Confolent, Bort ou Argentat sont tous accessibles par train ou bus.

On ♥ les paysages à couper le souffle que nous offre le haut de la Vallée. On domine la rivière en haut de la falaise ou de la colline.

La Dordogne de villages en barrages - Gros Chastang

06 47 12 83 66

www.ladordognedevillagesenbarrages.com

LA VALLÉE DE LA DORDOGNE ENGAGÉE



Photo : ©Dan Courtice

L'Office de Tourisme Vallée de la Dordogne défend le **voyage responsable**, aussi bien avec la nature qu'avec les habitants du territoire. Son rôle est donc de mettre en lumière les acteurs locaux qui s'engagent, eux aussi, pour changer les choses à leur niveau : les prestataires d'activités touristiques, les producteurs, les artisans d'art ou encore les artistes. Chaque trimestre, il est possible de retrouver quatre nouveaux portraits dans **la Gazette du voyage écoresponsable**. La diversité de ces acteurs est grande, mais ils ont en commun des valeurs fortes. Ils nous inspirent pour créer une nouvelle forme de tourisme, plus respectueuse de l'environnement.

www.vallee-dordogne.com/gazette



Photo : ©Dan Courtice

CONTACTS PRESSE



Marion Coene

Attachée de presse

+33 6 79 87 18 18

m.coene@vallee-dordogne.com



Laurent Murli

Agence de presse aiRPur

+33 6 01 77 09 91

lmurli@agence-airpur.fr

www.vallee-dordogne.com

+33 (0)5 65 33 22 00

#ValleeDeLaDordogne

@valleedordogne



Document réalisé en juin 2023 par l'Office de Tourisme Vallée de la Dordogne
Édition 2023

Mise en page par Charlotte Heurtevent