

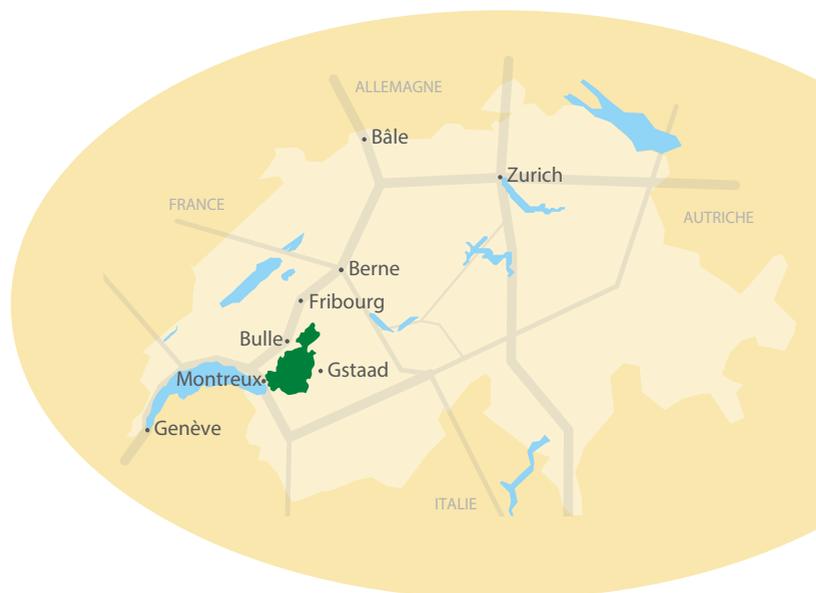
Edition 2017 – 2018

PARC À LA CARTE



PARC À LA CARTE

MAI 2017 - AVRIL 2018



Impressum

Parc à la carte, mai 2017 – avril 2018

Programme annuel de sensibilisation à la nature et découverte
du territoire du Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut
Edité en mai 2017

Responsables de l'édition : Florent Liardet et Patrick Rudaz

Coordination du Parc : François Margot et Patrick Rudaz

Photographies : Daniel Aubort, Grégoire Chappuis, Christophe Dutoit, Frédéric Grangier, Corrado Luvisotto,

Andreas Meyer, Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut, Suisse Tourisme / Marcis Gyger, Fabrice Wagner

Graphisme : Meo design et communication, Rossinière et Bulle, www.meomeo.ch

Contact : Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut, Place du village 6, 1660 Château-d'Œx

Secrétariat : +41 (0)26 924 76 93, info@gruyerepaysdenhaut.ch

Informations sur les animations et inscriptions : +41 (0)848 110 888

inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch | www.gruyerepaysdenhaut.ch

Document imprimé sur papier FSC, 100% recyclé, sans chlore

Au rythme du Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut

En ces temps agités, venez vous ressourcer dans le Parc, partager de nouvelles expériences, découvrir ou redécouvrir ses espaces magnifiques. Mettez-vous au rythme du *Parc à la carte*.

Un agenda au centre de la brochure vous présente en un coup d'œil toutes les activités et animations que le Parc a mis en place. L'étendue de l'offre illustre à merveille les richesses de son territoire d'exception : paysages, faune, flore, patrimoine, artisanat et savoir-faire.

Chacun trouvera son bonheur dans les activités réparties en cinq catégories : randonnées ; patrimoine et traditions vivantes ; conférences ; expériences ; découvertes et observations. Elles sont estampillées de sceaux (gratuit, familles, etc.).

Pour les groupes, tels que les écoles, les entreprises, des animations peuvent être adaptées sur mesure. Si un groupe de personnes cherche à exercer une journée de volontariat, elles pourront prêter main forte à des agriculteurs de montagne.

L'objectif de ce programme est de mettre à la portée de tous la découverte, la connaissance du Parc et de promouvoir une éducation à la nature et au développement durable.

Dans cette brochure vous trouverez la description des régions qui composent le Parc ainsi que quelques-unes de ses réalisations. Un de ses projets d'envergure est la valorisation des produits fabriqués sur son territoire. Vous pourrez les déguster dans des cornets de pique-nique à commander lors de vos activités sur le terrain.

La mobilité durable est également un projet important du Parc. Vous pouvez y contribuer en vous rendant aux activités en transports publics (presque toutes les animations se trouvent à proximité d'un arrêt de train ou de bus) ou en vous inscrivant pour du covoiturage.

Autre précaution essentielle : se mettre au rythme de la nature tout en la respectant.

Beaux partages !

L'équipe du Parc



Passeport La Gruyère

Ein Aufenthalt in La Gruyère · A break in La Gruyère



Hôtel, petit déjeuner et soirée fondue
 Hotel, Frühstück und Fondue-Abend · Hotel, breakfast and fondue night

Visites touristiques
 Touristische Besuche
 Entry to visitor attractions

Transports publics
 Öffentliche Verkehrsmittel · Public transport



2 nuits dès 125 CHF*
 2 Nächte ab · 2 nights from

LA GRUYÈRE

Online booking www.la-gruyere.ch/passeport · +41 (0)848 424 424

* Prix par personne : dès 2 nuitées avec petit déjeuner, 1 boisson de bienvenue, 1 soirée fondue, 1 pass avec visites touristiques et transports publics sur tout le réseau Frimobil d'une valeur de CHF 150.- inclus. Enfants : 0-5 ans gratuit, 6-10 ans 1/2 prix dans la chambre des parents. - Preise pro Person : ab 2 Nächte mit Frühstück, 1 Willkommens-Drink, 1 Fondue-Abend, 1 Pass mit kostenlosen touristischen Besuchen und Fahrt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln auf dem Frimobil-Netz, im Wert von CHF 150.- inbegriffen. Kinder: 0-5 Jahre kostenlos, 6-10 Jahre 1/2 Preis im Elternzimmer. - Price per person from 2 nights with Gruyère breakfast, welcome drink, fondue night and visitor attractions and Frimobil public transport pass worth CHF 150.- included. Children: 0-5 years free, 6-10 years 1/2 price in parents' room.



HERBORISTERIE DE MONTAGNE

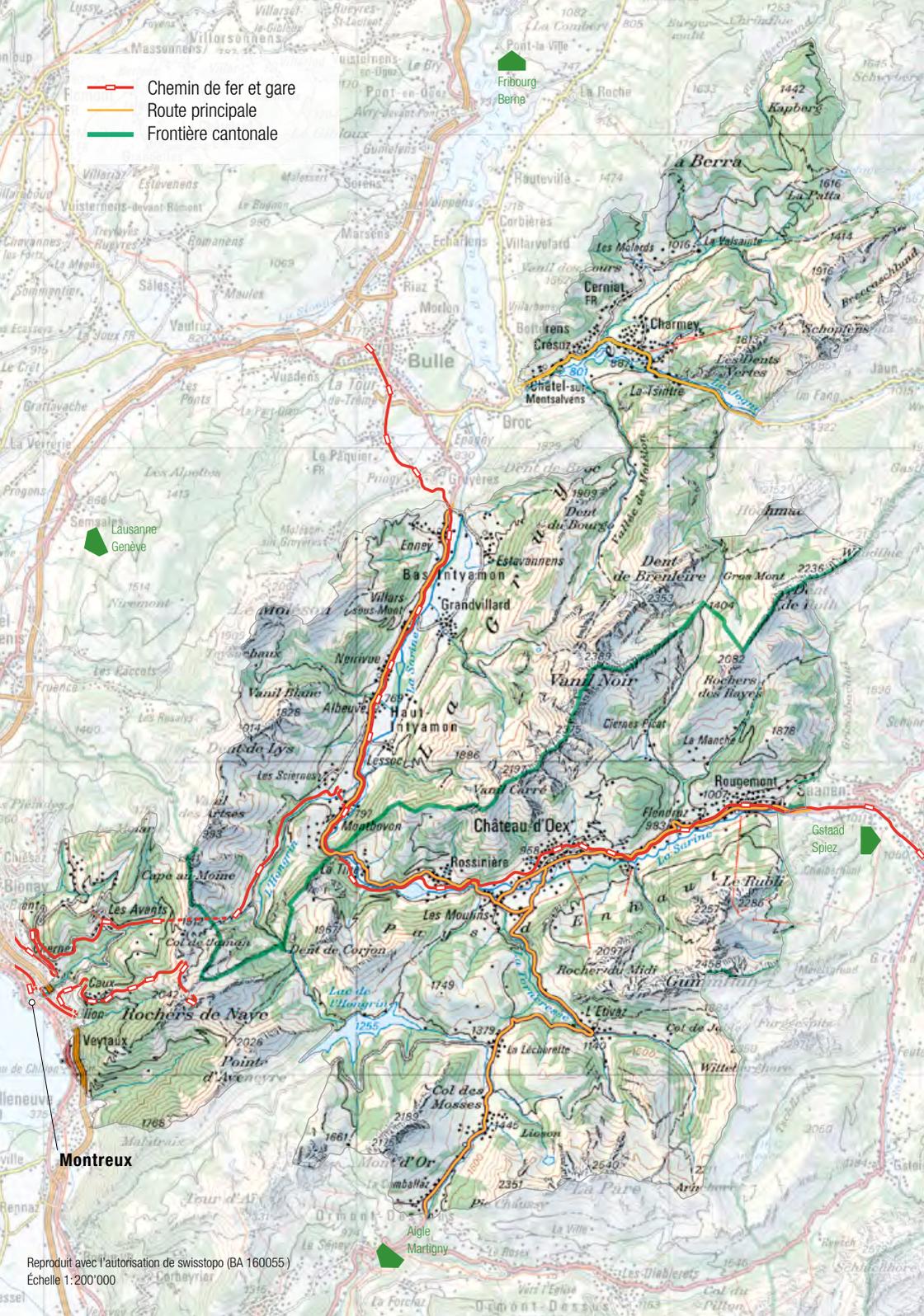
Perché sur un alpage du Pays-d'Enhaut, un jardin de senteurs.
 Fleurs et plantes cueillies et séchées au fil des saisons.
 Un savoir-faire de tradition. Des créations uniques.
 Ingrédients naturels et biologiques.

Fabriqué en Suisse www.jardindesmonts.ch



20 ans
 de passion pour
 les produits
 du Pays d'Enhaut

CHÂTEAU-D'OEX | ROUGEMONT | ROSSINIÈRE | L'ETIVAZ | WWW.PAYS-DENHAUT.CH



Vue depuis le col de Lys en direction du Léman

UN PARC À VIVRE ET À PARTAGER

Un lien fort entre l'homme, la nature et la culture

Le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut est situé sur les cantons de Fribourg et Vaud, entre Montreux et Bulle, entre Charmey et Rougemont. Il affirme une identité alpestre et rurale encore

503 km² et treize communes en quatre régions

préservée. Le paysage s'impose dans une belle diversité qui reflète des siècles d'activités humaines : les vallées, les prairies de l'agriculture de montagne, les forêts, les alpages, les parois rocheuses. De remarquables biotopes témoignent de zones préservées pour une faune et une flore

Vallée de la Jogne (Fribourg) : Châtel-sur-Montsalvens, Crésuz, Val-de-Charmey
 Vallée de l'Intyamont (Fribourg) : Bas-Intyamont, Grandvillard, Haut-Intyamont
 Pays-d'Enhaut (Vaud) : Château-d'Ex, Ormont-Dessous (Les Mosses), Rossinière, Rougemont
 Rochers-de-Naye (Vaud) : les hauts de Montreux, de Veytaux (avec le Château de Chillon) et de Villeneuve

riches et variées. Berceau d'une civilisation fromagère, le Parc se réclame de l'économie alpestre, de l'agriculture et de ses produits, d'un patrimoine bâti exceptionnel.



La Chartreuse de La Valsainte



▲ Cerniat, l'auberge
▲ Enney, la gare dans un remarquable style régionaliste



▲ Crésuz, une ferme fribourgeoise typique
▲ Grandvillard, la maison du Banneret



De la Jogne à l'Intyamou

Agriculture de montagne et chalets d'alpage

LES VALLÉES DE LA JOGNE ET DU JAVRO

A l'entrée de la vallée de la Jogne, Châtel-sur-Montsalvens bénéficie d'une situation géographique privilégiée, à flanc de coteau, qui offre une vue superbe sur les Dents Vertes et sur le Moléson. Crésuz se situe dans la pente au-dessus du lac de Montsalvens. L'église Saint-François d'Assise est un édifice de style baroque tardif avec deux intéressants autels latéraux. Niché au centre de la vallée de la Jogne, Charmey est un village préalpin situé à environ 900 mètres d'altitude. Sa population croît encore : l'endroit est prisé pour sa qualité de vie. On y trouve des traditions vivantes, une nature préservée avec de superbes paysages, de nombreuses activités sportives et des

activités culturelles. La vallée du Javro est caractérisée par son habitat dispersé (fermes) organisé autour du village de Cerniat, qui a été en partie reconstruit à la fin du 19^e siècle : école et auberge communale de style Heimatstil (toit à plusieurs pans et peinture murale extérieure). La *Chartreuse* de La Valsainte est un fleuron emblématique de l'architecture de cet ordre monastique.

Des paysages d'exception et des villages riches en patrimoine

LA VALLÉE DE L'INTYAMON

Estavannens et Enney recèlent des noyaux villageois denses et homogènes constitués de maisons en pierre et en bois du 16^e au 19^e siècle. La Sarine y offre d'intimes balades le long de ses rives, une zone alluviale protégée. Situé sur la rive droite de la Sarine, Grandvillard doit à son activité pastorale et à la commercialisation du fromage, la richesse de son tissu bâti. Le village se compose de rues étroites et de maisons cosuées avec façades de pierre, fenêtres et accolades de style gothique tardif. Connue loin à la ronde, la cabane de Bounavaux est un lieu apprécié. Située à l'entrée ouest de la réserve naturelle du Vanil Noir, elle offre un accès facile à ce site préalpin d'une

très grande beauté. Deux incendies à Albeuve (1876) et Neirivue (1904) ont permis un développement industriel de ces villages avec la construction d'usines et d'entrepôts (bois, meubles, tissus) qui aujourd'hui ont souvent changé d'affectation. Autour d'une place et de sa remarquable fontaine couverte, Lessoc s'organise sur deux axes réunissant en file maisons et fermes avec une forte présence de décors du gothique tardif. Montbovon est un nœud de communication surtout ferroviaire (une gare dans un pur style régionaliste) dès la fin du 19^e siècle entre Bulle, Montreux et Gstaad.



Les Mosses, le lac Liason



Caux, le Palace



▲ Rougemont, l'église
▲ Les Avants



Du Pays-d'Enhaut aux Rochers-de-Naye

Une vocation agricole et touristique dans un paysage préservé

PAYS-D'ENHAUT

Avec sa douzaine d'exploitations agricoles axées sur la production laitière, en particulier le fromage de L'Étivaz AOP, mais aussi de brebis et de chèvre, Rossinière est une commune rurale. A signaler, une exploitation bio particulière aux alpages du Mont avec production de fromages de chèvre et culture de plantes aromatiques. Située au cœur du village, la *Chapelle Balthus* est un espace permanent dédié à la mémoire du grand peintre.

A la double vocation agricole et touristique, Château-d'Œx intègre les villages et hameaux des Moulins, de L'Étivaz, de La Lécherette, de Gérignoz et des Granges. Entourée de trois chaînes de montagnes, la plus grande commune vaudoise abrite la magnifique

Réserve naturelle de la Pierreuse. A la belle saison, plus de 70 familles produisent L'Étivaz AOP au chalet d'alpage.

A Rougemont et Flendruz, on note un ensemble important de fermes et de granges aux façades sculptées ou peintes d'inscriptions d'inspiration religieuse. L'église Saint-Nicolas, construite par les moines de Cluny (fin 11^e siècle), témoigne de l'architecture romane, de la Réforme et de la présence bernoise.

Avec Les Mosses et le hameau de La Comballaz, la partie haute de la commune d'Ormont-Dessous est située sur le territoire du Parc. Nés d'un hameau agricole, Les Mosses connaissent une expansion touristique, dès 1870, et se singularisent par une

Pâturages et forêts avec vue plongeante sur le lac Léman

double vocation de village rural d'altitude et de petite station avec collège, église, auberges et restaurants.

LES ROCHERS-DE-NAYE

Sur la commune de Montreux, le Parc intègre les villages des Avants (968 m) et de Caux (1048 m), ainsi que Saumont et le vallon de Villard, Sonloup et le Cubly sans oublier l'exceptionnelle coulée verte des gorges du Chauderon. L'histoire touristique a laissé quelques superbes objets, en particulier dans les villages de Caux et des Avants qui ont connu un développement hôtelier important dès le milieu du 19^e siècle avec l'apparition des trains.

Veytaux s'élance du lac Léman jusqu'au sommet des Rochers-de-Naye, puis redescend jusqu'à la

rivière de l'Hongrin : une étroite bande de territoire de part et d'autre de la séparation des eaux entre Rhône et Rhin. Cette commune peut s'enorgueillir de posséder l'un des plus prestigieux monuments du pays, le Château de Chillon. Le belvédère des Rochers-de-Naye (2042 m) offre une vue incomparable sur tout le Léman et les Alpes suisses et françaises.

La partie haute de Villeneuve est intégrée au Parc, une surface composée essentiellement de forêts et de pâturages boisés. Deux châtaigneraies, véritables patrimoine rural, ont été restaurées.



AOP **Vacherin®**
Fribourgeois
SWITZERLAND

PUISSANT
par nature



www.vacherin-fribourgeois-aop.ch
/ VacherinFribourgeoisAOP



**9^e TRIENNALE
INTERNATIONALE
DU PAPIER**
28 mai - 8 octobre 2017

www.musee-charmey.ch

**m u s é e
m u s é e
m u s é e
m u s é e
CHARMEY**



ne passez pas inaperçu

M | e | o WEB · DESIGN · COMMUNICATION
Rossinière & Bulle | t. 026 924 36 33 | www.meomeo.ch

VOTRE JOURNAL



La Gruyère
LE JOURNAL DU SUD FRIBOURGEOIS
www.lagruyere.ch

JOURNAL LA GRUYÈRE
Rue de la Léchère 10 | Case postale 352
CH-1630 Bulle 1
T +41 26 919 69 00 | F +41 26 919 69 01
www.lagruyere.ch | info@lagruyere.ch

Cerf élaphe
Animal de l'année 2017

www.pronatura-fr.ch
www.pronatura-vd.ch



pro natura
Agir pour la nature, partout!

© Daniel Walther

VOTRE IMPRIMERIE



glasson
printbulle

GLASSONPRINT
Rue de Vevey 255 | Case postale 336
CH-1630 Bulle 1
T +41 26 919 88 44 | F +41 26 919 88 45
www.glassonprint.ch | info@glassonprint.ch



LES OFFRES DU PARC

Les conditions générales

Le Parc présente un programme annuel de sensibilisation à la nature et à la découverte de ce territoire. Il organise des animations, des visites guidées, des randonnées, des conférences, des offres touristiques. Il propose des buffets et pique-niques du Parc, des découvertes et expériences pour groupes, entreprises et écoles.

TARIF ET INSCRIPTIONS

Les tarifs sont précisés pour chaque offre. En aucun cas, ils ne comprennent les frais de transports (train ou autres) jusqu'au lieu de départ de l'activité. Un rabais de 5.- est accordé aux membres de l'association du Parc. Pour certaines activités, un âge minimal est requis. Le tarif enfant s'applique selon l'âge indiqué dans chaque offre. Un accent particulier a été mis sur le prix enfant afin de permettre aux familles d'accéder plus facilement à ces animations. Pour participer à une activité du Parc, il est nécessaire de s'inscrire au plus tard deux jours avant le départ prévu, à midi.

Le Parc se garde le droit d'annuler un événement pour des conditions météorologiques déplorables, par manque de participants ou pour toutes autres raisons indépendantes de sa propre volonté.

Le Parc tient à rémunérer correctement ses divers partenaires et prestataires. Il poursuit ainsi sa mission économique afin de générer des plus-values dans ses régions. Les accompagnateurs en montagne, les agriculteurs et tous les partenaires sont des professionnels consciencieux qui méritent un juste salaire pour leurs efforts avant et pendant l'animation. Globalement, les prix sont fixés au plus juste par rapport à l'offre proposée.

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

INFORMATIONS PRATIQUES

Pour les randonnées : s'équiper de chaussures de montagne (pas de baskets), habits chauds (prévoir la pluie). Jumelles recommandées. Pour les journées, emporter un pique-nique ou le commander directement au Parc. Les participants doivent être assurés contre les accidents. Sauf indications particulières, les chiens sont les bienvenus, mais tenus en laisse. Par respect de la nature, les parcours proposés par le Parc ont été validés dans le cadre du projet *respectez nos zones protégées et les espèces sensibles*.

Les lieux de rendez-vous de la grande majorité de nos offres sont accessibles en transport public. Le début et la fin des animations sont fixés en fonction des horaires des trains et des bus. Le Parc encourage l'utilisation de ces moyens de transport. Des propositions de covoiturage peuvent également être demandées lors de l'inscription.

Chaque offre est accompagnée d'une fiche descriptive détaillée que l'on peut télécharger sur www.gruyerepaysdenhaut.ch et qui donne toutes les informations nécessaires.

LES BONS DU PARC

Offrir la découverte de la nature, du territoire et du paysage. Le Parc propose des bons à faire valoir sur ses offres d'une valeur de 20.-, 50.-, ou 100.-. Autre possibilité : acheter des bons pour une activité spécifique.

Pour informations et commandes de bons : +41 (0)848 110 888, inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

MEMBRE DE L'ASSOCIATION

Devenez membre de l'association Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut. Soutenez un projet au service d'un magnifique territoire et d'envergure nationale et profitez de divers avantages. Vous bénéficiez de rabais sur les animations et activités, vous êtes informés régulièrement et pouvez participer à la vie du Parc. Membre individuel (40.-/an), couple (60.-/an), entreprise (80.-/an), membre collectif (association, groupement : 100.-/an).

Pour adhérer à l'association : s'annoncer au secrétariat (info@gruyerepaysdenhaut.ch, +41 (0)26 924 76 93) ou en ligne sur www.gruyerepaysdenhaut.ch



RANDONNÉES

20 mai 2017

Gratuit

LES ARBRES NAINS OU GÉANTS DU MONT BIFÉ

Partir à pied dans la douceur d'une journée de printemps à la rencontre d'arbres extraordinaires, accrochés aux flancs d'une arrête rocheuse, fièrement amarrés au milieu d'un pâturage ou blottis à l'orée d'une forêt. Tantôt nains comme des bonzaïs, parfois élancés vers le ciel tel une tour sans fin, enlacés autour d'un rocher ou suspendus au-dessus du vide. La nature comme une œuvre d'art. Cette randonnée est offerte dans le cadre de la *Fête de la nature*. Randonnée de montagne d'environ 4 heures de marche
Vallée de la Jogne, 9h05 – 15h45
Minimum 4 personnes, maximum 12 personnes
Tarif : dès 14 ans gratuit

21 mai 2017

Familles

SENTIER DES NARCISSES DES AVANTS

Le sentier des narcisses des Avants relie Sonloup à Fiandre, en passant par le Cubly. Il permet d'observer des prairies à narcisses qui figurent parmi les plus belles de la région. La balade se fera en compagnie de Kristian Stanimirovic, président de l'Association Narcisses Riviera, et de Claire-Lise Vuadens, membre du comité. Un apéritif est offert à la fin de la randonnée. Itinéraire de difficulté moyenne sur des sentiers balisés
Les Avants, 13h10 – 16h
Minimum 7 adultes, maximum 40 personnes
Tarif : dès 18 ans 30.- ; enfants (de 7 à 17 ans) 5.-

9 juin 2017

RANDOCROQUIS DANS LES PÂTURAGES DE CAUX

Le lieu-dit de Haut de Caux se trouve au pied des Rochers-de-Naye avec une vue à couper le souffle sur la Riviera et l'arc lémanique. Bastian Keckeis, accompagnateur en montagne et artiste, vous propose de dessiner les paysages contemplés. La technique de dessin de chacun s'aiguise en même temps que le sens de l'observation.
Marche sans difficulté
Haut de Caux, 9h45 – 16h30
Minimum 7 personnes, maximum 11 personnes
Tarif : dès 14 ans 50.-

10 juin 2017

EXCURSION BOTANIQUE : LES ORCHIDÉES

Randonnée avec Patrick Veya, l'un des auteurs du livre *Chercheurs d'orchidées*. A la fin du printemps, tape à l'œil ou discrètes, ces plantes étonnantes, à la biologie particulière, dévoilent leurs beautés ou leurs particularités dans les talus secs ou dans les prairies marécageuses.
Marche sans difficulté
Montbovon, 13h30 – 17h15
Minimum 8 personnes, maximum 15 personnes
Tarif : dès 14 ans 30.-

1 juillet 2017

LE VALLON DES MORTEYS EN RELIEF

A la découverte de la géologie et de la géomorphologie du vallon des Morteys. Une randonnée captivante avec Matthew Richards, géologue et accompagnateur en montagne. Il sera question du paysage, de ses reliefs caractéristiques des Préalpes.
Randonnée de montagne (T2), pour bons marcheurs
Val-de-Charmey, vallon des Morteys, 9h15 – 17h45
Minimum 6 personnes, maximum 10 personnes
Tarif : dès 14 ans 50.-

8 juillet 2017

Familles

UNE RACLETTE AU SOMMET, SOUS LES ÉTOILES

Une marche pour rejoindre un sommet qui offre une superbe vue sur la vallée de la Jogne. Guidés par l'accompagnatrice en montagne Rachel Rumo, vous cueillerez en chemin quelques plantes aromatiques qui viendront agrémenter la raclette, au feu de bois, à la lueur des bougies et sous la voûte étoilée. L'accompagnement est offert dans le cadre de la *Nuit de la randonnée*.
Randonnée de montagne nocturne d'environ 4 km
Charmey, Mont du Milieu, 19h15 – 24h
Minimum 6 adultes, maximum 12 personnes
Tarif : dès 18 ans 10.-, enfants (de 10 à 17 ans) 7.-

15, 29 juillet 2017

DES OISEAUX DANS LA MONTAGNE

Du passereau au grand rapace, les oiseaux sont légion dans le vallon de Bounavau. Guidée par Rachel Rumo, accompagnatrice en montagne, cette randonnée propose d'observer discrètement ce monde ailé qui s'agite, dès les beaux jours, au pied du Vanil Noir.
Marche de plus de trois heures sur des sentiers de montagne
Grandvillard, vallon de Bounavau, 7h15 – 13h30
Minimum 6 adultes, maximum 12 personnes
Tarif : dès 18 ans 50.-, enfants (de 12 à 17 ans) 10.-

12, 26 août 2017

AU PAYS DES MARMOTTES

La marmotte est certainement l'un des animaux les plus sympathique de nos régions. Guidée par Pascale Fesquet, accompagnatrice en montagne, cette randonnée propose la découverte de ce rongeur en milieu sauvage. La région des Rochers-de-Naye abrite une colonie composée de plusieurs familles de marmottes sauvages.
Pour marcheurs non sujets au vertige
Jaman, Rochers-de-Naye, 10h – 16h
Minimum 6 adultes, maximum 12 personnes
Tarif : dès 18 ans 50.-, enfants (de 12 à 17 ans) 10.-

19 août 2017

EXTRAORDINAIRES LAPIÈS DE FAMELON

Cheminer au cœur d'un paysage spectaculaire, presque lunaire, formé de lapiès de roches calcaires et d'une étonnante végétation. Trous, grottes et cannelures ont été façonnés au fil du temps par le ruissellement des eaux de pluie comme des ruines aujourd'hui oubliées. Cette randonnée guidée par Stéphane Currat, accompagnateur en montagne, propose d'en apprendre plus sur ces étonnantes formations géomorphologiques.
Pour marcheurs non sujets au vertige
Col des Mosses, Tour de Famelon, 9h25 – 16h30
Minimum 6 personnes, maximum 12 personnes
Tarif : dès 14 ans 50.-



9 septembre, 14 octobre 2017

FAUNE SAUVAGE AUX AURORES

Au cœur des Préalpes, la réserve naturelle de la Pierreuse abrite une faune sauvage riche. Chamois et bouquetins se partagent le calme des premières lueurs de l'aube. Guidée par Michel Perreten, accompagnateur en montagne et surveillant auxiliaire de la faune, cette randonnée matinale promet de belles rencontres avec la faune.

Marche d'environ 3h sur des chemins de montagne Château-d'Ex, réserve naturelle de la Pierreuse, 6h15 – 12h

Minimum 6 adultes, maximum 12 personnes
Tarif: dès 18 ans 50.-, enfants (de 8 à 17 ans) 10.-

4 novembre 2017

RUT DU CHAMOIS

Début novembre, les troupeaux ont quitté les alpages, le calme est de retour. Toutefois quelques pierres roulent, des chevrotements se font entendre et soudain deux chamois se poursuivent. Folle course entre les prétendants. Sans aucun doute le rut du chamois a commencé. Une échappée dans la région des Ciernes Picat en compagnie de Jean-Claude Roch, surveillant de la faune, pour assister à la période des amours folles du chamois.

Randonnée de montagne (T3) pour bons marcheurs Rougemont, 8h – 15h

Minimum 4 adultes, maximum 15 personnes
Tarif: dès 16 ans 8.-, enfants (de 10 à 15 ans) 5.-

21 septembre, 7 octobre 2017

LE BRAME DU CERF

En automne les cerfs vivent leur saison des amours. Cyrille Cantin, accompagnateur en montagne, permet l'observation de ces magnifiques animaux, plus faciles à apercevoir durant la période de rut. Le brame qui résonne dans les vallées, à la tombée de la nuit, est un appel qui ne s'oublie pas.

Marche sans difficulté Charmey, 17h15 – 21h30

Minimum 6 adultes, maximum 15 personnes
Tarif: dès 18 ans 50.-, enfants (de 12 à 17 ans) 10.-

2 décembre 2017

LES ANIMAUX À NE PAS DÉRANGER

En hiver, la faune sauvage est beaucoup plus exposée. La nourriture est rare et les déplacements sont plus difficiles. Une fuite au passage des skieurs ou des randonneurs occasionne une perte inutile d'énergie. Durant cette journée, Pascal Montealeone, accompagnateur en montagne sensibilise à cette question délicate.

Randonnée de montagne pour bons marcheurs Rossinière, Pointe du Chevrier, 9h – 16h

Minimum 8 adultes, maximum 15 personnes
Tarif: dès 18 ans 40.-, enfants (de 6 à 17 ans) 10.-



21 janvier, 18 mars 2018

CHASSE AU TRÉSOR AU COL DES MOSSES

Y-a-t-il quelque chose de plus excitant qu'une chasse au trésor? A chaque poste, observations et énigmes à résoudre en rapport avec la nature et ses mystères permettent d'obtenir de nouveaux indices sur l'emplacement du trésor. Munie d'une boussole et d'une carte l'équipe de jeunes explorateurs sera emmenée par Joëlle Bonnac Mottier, accompagnatrice en montagne. A la clef de superbes prix à ramener chez soi.

Bonne condition physique
Les Mosses, 9h45 – 16h
Minimum 5 enfants, maximum 10 enfants
Tarif: de 10 à 15 ans 30.-



11 mars 2018

RANDO-YOGA EN RAQUETTES

Une randonnée en raquettes dans le magnifique paysage du plateau de Pra Cornet est déjà en soi une activité de ressourcement extrêmement enrichissante. Mais profiter de ce panorama naturel d'exception pour pratiquer quelques mouvements de *Hatha Yoga*, c'est s'accorder un moment privilégié. L'accompagnatrice en montagne et professeure de *Yoga*, Joëlle Bonnac Mottier, propose de découvrir quelques techniques simples et adaptées à tous.

Marche sans difficulté
Les Mosses, Plateau de Pra Cornet, 9h45 – 16h
Minimum 5 personnes, maximum 8 personnes
Tarif: dès 18 ans 65.-



Patrimoine et traditions vivantes

3 juin, 1 septembre 2017

Familles

LES CAVES D'ALPAGE DE LA TZINTRE

Le hameau de la Tzintre, situé sur le territoire de la commune de Val-de-Charmey, est connu en premier lieu pour ses caves à fromage. Du 16^e au 18^e siècle, le commerce du fromage représentait la principale source de revenu pour la région. Aujourd'hui la *Coopérative fribourgeoise des producteurs de fromage d'alpage* poursuit ce savoir-faire qu'est l'affinage de fromages d'alpage. La visite des nouvelles caves de la Tzintre s'accompagne d'un apéritif dégustation.

Charmey, 16h30 – 18h

Minimum 6 adultes, maximum 20 personnes

Tarif : dès 18 ans 20.-, enfants (de 10 à 17 ans) 15.- (de 6 à 9 ans) gratuit

Familles

19 juillet, 17 août, 9 septembre 2017

AU FIL DE L'EAU, DE MONTSALVENS À ELECTROBROC

Source d'énergie, l'eau est une richesse naturelle dont nous tirons profit au quotidien pour des usages très divers, dont l'électricité. Lors d'une balade accompagnée, du barrage de Montsalvens à la centrale hydroélectrique de Broc via les gorges

de la Jogne, découverte sous divers angles du lien entre eau et électricité. Un zoom sur ce coin de la Gruyère, au travers de l'histoire, de la technique et de l'environnement.

Gorges de la Jogne et Broc, 13h30 – 17h

Minimum 5 adultes, maximum 15 personnes

Tarif : dès 17 ans 12.-, enfants (de 8 à 16 ans) 5.-

28 octobre 2017

UNE VIE DE TAVILLON, CHARMEY

Vincent Gachet, tavillonneur professionnel et passionné, présente son métier encore très vivant dans le Parc. Se promener dans le vieux village de Charmey pour y découvrir les constructions exemplaires, visiter une forêt à la recherche du meilleur bois et se réchauffer dans l'atelier pour s'essayer à la taille des tavillons.

Charmey, 13h15 – 17h15

Minimum 9 adultes, maximum 20 personnes

Tarif : dès 18 ans 45.-, enfants (de 6 à 17 ans) 5.-

Groupes

18 novembre 2017, 24 février, 24 mars 2018

LA FORGE DE LA TZINTRE

Découvrir le temps d'une visite l'ancienne forge de Charmey, un lieu exceptionnel, témoin de l'importance du hameau de la Tzintre au 19^e siècle. C'est ce que propose Frédy Roos, héritier des derniers forgerons installés dans la vallée, et l'association des amis de la vieille forge. Tous les équipements sont prêts à fonctionner comme si le forgeron avait quitté cette forge hier matin.

Charmey, forge de la Tzintre, 10h30 – 12h

Minimum 7 personnes, maximum 15 personnes

Tarif : dès 14 ans 20.-

Gratuit

25 novembre 2017

VISITE D'UNE SCIERIE DE MONTAGNE

Visiter une scierie de montagne, c'est comprendre comment l'arbre qui croît dans nos régions est transformé en bois de construction. La scierie Borcard ouvre ses portes à Grandvillard. Elle présente son histoire, ses produits et procédera à une démonstration de sciage. Après la visite de l'installation hydroélectrique qui alimente la scierie, le thé de l'amitié sera partagé.

Grandvillard, 10h – 12h

Minimum 6 personnes, maximum 30 personnes

Tarif : dès 6 ans gratuit



Les conférences du Parc

3 octobre 2017

MONTBOVON

Christian Campiche, écrivain et journaliste

Le roman *Montbovon* est le récit des tribulations d'un soldat polonais interné en Suisse en juin 1940, dans un campement à Gérignoz. A Montbovon, il entretient une liaison avec une jeune habitante des lieux. L'auteur racontera l'intuition poétique de laquelle a jailli l'idée du roman par un jour froid et pluvieux d'automne, alors que le MOB faisait halte dans l'Intyamon.

Neirivue, Auberge du Lion d'Or, 20h15

7 novembre 2017

PREMIÈRES LOGES

Film animalier de Vincent Chabloz

Un jour, un homme arrive au cœur d'une vieille forêt de montagne. Il y découvre, le temps d'un printemps, tout un petit peuple discret et méconnu. Certains animaux ont choisi le cœur même des arbres pour élever leurs progénitures. A la fin de la projection, le réalisateur raconte l'aventure du tournage de ce film sur plusieurs années.

Château-d'Œx, Hôtel de ville, 20h

5 décembre 2017

AUTREFOIS, LE TRAVAIL EN GRUYÈRE

Danielle Aeby-Magnin, auteure et journaliste

Quelle était la vie professionnelle des Gruériens au milieu du 20^e siècle? Réponses à travers les témoignages recueillis par Danielle Aeby-Magnin. Une quarantaine d'interlocuteurs lui ont raconté leurs conditions de travail entre les années 1940 et 1970. Leurs souvenirs et anecdotes ont fait l'objet du livre *Autrefois, le travail en Gruyère*.

Charmey, Hôtel Cailler, 20h15

6 février 2018

LE LOUP DANS LE SYSTÈME PASTORAL

Jean-Marc Landry, biologiste spécialiste du loup

La présence du loup dans nos régions, sujet d'actualité, est-elle véritablement incompatible avec le pastoralisme? Celui qu'on surnomme *Monsieur loup* œuvre aujourd'hui à ramener à la raison un débat où l'émotion prend souvent le pas. Il aborde la question de la coexistence du loup et du mouton en scientifique.

Château-d'Œx, Cinéma Eden, 20h

6 mars 2018

VERTUS DES PLANTES DE MONTAGNE

Claude Roggen, herboriste

A travers des portraits de plantes thérapeutiques de nos montagnes, il transmet son immense savoir acquis sur le terrain et par ses recherches. Ce narrateur hors pair, nourri à la lumière de la nature, a récemment rendu hommage à ses amies les plantes en leur offrant *Les secrets du druide*, un livre qui rencontre un vif succès.

Charmey, Hôtel Cailler, 20h15

3 avril 2018

LA VIE DANS LE SOL DE MON JARDIN

Dominique Ruggli, responsable de l'arboriculture fruitière, Grangeneuve

Bactéries, champignons, nématodes et autres protozoaires, un gramme de sol peut contenir jusqu'à 10 milliards de micro-organismes. Découverte de la vie dans le sol et de ses réseaux alimentaires.

Lessoc, Auberge de la Couronne, 20h



Ces conférences sont toutes gratuites et s'adressent à tous les publics. Aucune inscription n'est demandée, des informations peuvent être obtenues : + 41 (0)848 110 888



Expériences

15 juin, 13 juillet, 8 août, 13 septembre 2017

LES TISANES DE LA COMBALLAZ

Fanny et Sébastien Henchoz, agriculteurs de montagne, présentent leurs activités autour des herbes aromatiques. Découvrir leur univers, leurs propriétés et leur culture. Après la cueillette, réalisation des préparations, bases de délicieuses tisanes. Chacun part avec un mélange de plantes séchées.

La Comballaz, 8h30 – 11h30

Minimum 8 personnes, maximum 15 personnes

Tarif: dès 14 ans 45.-

14 septembre 2017

GOÛTS D'ALPAGE

Après la visite des caves à fromage de l'Étivaz, une marche d'un peu plus d'une heure conduit au chalet d'alpage de Pâquier-Mottier. On y déguste une soupe de chalet, accompagnée de délicieux produits laitiers et carnés. Le repas terminé, la famille Mottier présente son exploitation biologique dans ce discret et magique vallon de la Torneresse. Cette journée s'inscrit dans la *Semaine suisse du goût*. L'occasion pour le Parc d'offrir la journée et de présenter une gamme de produits de grande qualité qui portent son label. Ces produits sont fabriqués par des paysans respectueux de la terre et des artisans détenteurs de savoir-faire locaux.

L'Étivaz, 9h15 – 15h

Marche sans difficulté

Minimum 4 adultes, maximum 12 personnes

Tarif: dès 5 ans, offert par le Parc, inscription obligatoire



21 octobre, 25 novembre, 9 décembre 2017
20 janvier, 10 février, 10 mars 2018

FOUR DE L'ADDE, LES MAINS À LA PÂTE

L'odeur du pain cuit au feu de bois! Une des nombreuses sensations savoureuses à partager chez André Isenegger. Cet artisan passionné propose une initiation à la boulangerie selon d'anciens savoir-faire: des pains confectionnés sur la base d'une fermentation lente au levain naturel. Après des démonstrations, les participants mettront la main à la pâte pour pétrir le pain, préparer figasses, pizzas et autres tartes crémeuses qui seront partagées au repas. Puis viendra le temps d'enfourner et de défourner les pains. Chacun repartira avec une production variée de pain et un livret de recettes.

Cerniat, 15h30 – 21h30

Minimum 8 adultes, maximum 16 personnes

Tarif: dès 14 ans 100.-, enfants (de 5 à 13 ans) 45.-

15 novembre 2017

3 février, 10 mars 2018

À LA RENCONTRE DU CHEVAL DES FRANCHES-MONTAGNES

Visiter un élevage de franches-montagnes, apprendre l'histoire centenaire de la seule race de chevaux d'origine suisse, mieux comprendre les cycles de vie de ces équidés et s'adonner à l'équitation. C'est ce que propose la famille Schwenter lors de cette demi-journée passée dans sa magnifique ferme, à la Sciaz, proche de la Lécherette.

La Sciaz, 13h30 – 16h30

Minimum 3 adultes, maximum 6 personnes

Tarif: dès 14 ans 95.-, enfants (de 8 à 13 ans) 85.-



17 novembre 2017

19 janvier, 9 février, 17 mars 2018

LE DÉCOUPAGE DU PAYS-D'ENHAUT

Le découpage de papier du Pays-d'Enhaut est un art traditionnel encore bien vivant dans les Préalpes vaudoises. Lors de cet atelier d'initiation, la découpeuse Corinne Karnstädt, artiste confirmée, transmet avec passion ces gestes chirurgicaux nécessaires à la réalisation d'œuvres d'une finesse extraordinaire.

Il est possible d'accueillir des personnes handicapées (mobilité), prévenir au moment de la réservation.

Rossinière, 13h45 – 16h30

Minimum 4 personnes, maximum 8 personnes

Tarif : dès 10 ans 50.-

Handicap

10 décembre 2017

14 janvier, 4 février, 4 mars 2018

UN SPORT DES PRÉALPES : LE CURLING

Joyeux moments que d'apprendre à jouer du curling ! En plein air, sur la patinoire de Château-d'Œx et en bonne compagnie, le club du lieu propose une initiation à ce sport pratiqué depuis près d'un siècle au Pays-d'Enhaut. Une initiation centrée sur le plaisir du jeu.

Château-d'Œx, 9h45 – 12h

Minimum 4 personnes, maximum 40 personnes

Tarif : dès 14 ans 25.-

Groupes

16 décembre 2017

27 janvier 2018

CONTES D'HIVER

Au départ de la Valsainte, une marche aux flambeaux jusqu'à la ferme de la Cierne donne le ton de la soirée. A l'abri d'un vieil atelier empli d'objets d'époque, Sylvie Ruffieux conte des histoires de la Saint-Nicolas à Noël ou tout simplement des hommes et des femmes face aux frimas de l'hiver. Le tout s'accompagne d'un morceau de tresse et d'un thé à la cannelle revigorant.

Cerniat, 17h15 – 19h15

Minimum 6 adultes, maximum 20 personnes

Tarif : dès 14 ans 30.-, enfants (de 4 à 13 ans) 5.-

Familles

28 janvier 2018

L'HIVER EN JOUANT

Mandala, sculptures, jeux de pistes pour s'immerger dans la nature hivernale de façon ludique. Juliane Torrent, accompagnatrice en montagne, fait découvrir aux enfants cette saison sous un jour nouveau. Après une courte marche en raquettes, place au jeu pour s'amuser avec les mille visages de la nature enneigée.

Col des Mosses, 13h30 – 16h30

Minimum 6 enfants, maximum 10 enfants

Tarif : de 7 à 12 ans 30.-

Enfants



Parc à la carte : le calendrier des offres

DATE	OFFRE	PAGE
MAI 2017		
Sa. 20	Les arbres nains ou géants du Mont Bifé / vallée de la Jogne / 9h05 – 15h45	14
Di. 21	Sentier des narcisses des Avants / Les Avants / 13h10 – 16h	14
JUIN 2017		
Sa. 03	Les caves d'alpage de la Tzintre / Charmey / 16h30 – 18h	18
Ve. 09	Randocroquis dans les pâturages de Caux / 9h45 – 16h30	14
Sa. 10	Excursion botanique : les orchidées / Montbovon / 13h30 – 17h15	14
Je. 15	Les tisanes de La Combballaz / 8h30 – 11h30	22
Sa. 24	Concours prairies fleuries : découverte d'une prairie gagnante / La Lécherette / 10h – 12h	30
JUILLET 2017		
Lu. 01	Le vallon des Morteys en relief / Val-de-Charmey / 9h15 – 17h45	15
Sa. 08	Une raclette au sommet, sous les étoiles / Val-de-Charmey / 19h15 – 24h	15
Je. 13	Les tisanes de La Combballaz / 8h30 – 11h30	22
Sa. 15	Des oiseaux dans la montagne / Grandvillard / 7h15 – 13h30	15
Me. 19	Au fil de l'eau, de Montsalvens à Electrobroc / Broc / 13h30 – 17h	18
Sa. 29	Des oiseaux dans la montagne / Grandvillard / 7h15 – 13h30	15
Sa. 29 – Lu. 31	Vivre les traditions, du tavillon aux ballons / Festival au Pays des enfants / Château-d'Œx / 10h – 17h	30

DATE	OFFRE	PAGE
AOÛT 2017		
Ma. 01 – Di. 06	Vivre les traditions, du tavillon aux ballons / Festival au Pays des enfants / Château-d'Œx / 10h – 17h	30
Sa. 05	La micro-faune nocturne du col de Jaman / col de Jaman / 19h30 – 01h	31
Ma. 08	Les tisanes de La Combballaz / 8h30 – 11h30	22
Sa. 12	Au pays des marmottes / Col de Jaman / 10h – 16 h	16
Je. 17	Au fil de l'eau, de Montsalvens à Electrobroc / 13h 30 – 17h	18
Sa. 19	Extraordinaires lapiés de Famelon / Col des Mosses / 9h25 – 16h30	16
Ve. 25	Nuit des chauves-souris / Charmey / 20h – 22h	31
Sa. 26	Au pays des marmottes / Col de Jaman / 10h – 16h	16
Sa. 26 – Di. 27	Fête du tavillon / Charmey / 9h – 16h	18
SEPTEMBRE 2017		
Ve. 01	Les caves d'alpage de la Tzintre / Charmey / 16h30 – 18h	18
Sa. 02	Le Jardin des Monts / Rossinière / 10h – 17h	31
Sa. 09	Faunes sauvages aux aurores / La Pierreuse / 6h15 – 12h	17
Sa. 09	Au fil de l'eau, de Montsalvens à Electrobroc / 13h 30 – 17h	18
Me. 13	Les tisanes de La Combballaz / 8h30 – 11h30	22
Je. 14	Goûts d'alpage / L'Étivaz / 9h15 – 15h	23
Je. 21	Le brame du cerf / Val-de-Charmey, 17h15 – 21h30	17
Sa. 23	Les géants de la forêt / Les Mosses / 14h – 18h30	31



DATE	OFFRE	PAGE
------	-------	------

OCTOBRE 2017

Ma. 03	Montbovon par Christian Campiche / Nerivue / 20h15 – 22h	20
Sa. 07	Le brame du cerf / Val-de-Charmey, 17h15 – 21h30	17
Sa. 14	Faunes sauvages aux aurores / La Pierreuse / 6h15 – 12h	17
Sa. 21	Four de l'Adde, les mains à la pâte / Cerniat / 15h30 – 21h30	23
Sa. 28	Une vie de tavillon, Charmey / 13h15 – 17h15	18

NOVEMBRE 2017

Sa. 04	Rut du chamois / Rougemont / 8h – 15h	17
Ma. 07	Premières loges, film de Vincent Chabloz / Château-d'Œx / 20h – 22h	20
Me. 15	A la rencontre du cheval des franchises-montagnes / La Sciaz / 13h30 – 16h30	23
Ve. 17	Le découpage du Pays-d'Enhaut / Rossinière / 13h45 – 16h30	25
Sa. 18	La forge de la Tzintre / Charmey / 10h30 – 12h	19
Sa. 25	Visite d'une scierie de montagne / Grandvillard / 10h – 12h	19
Sa. 25	Four de l'Adde, les mains à la pâte / Cerniat / 15h30 – 21h30	23

DÉCEMBRE 2017

Sa. 02	Des animaux à ne pas déranger / Rossinière / 9h – 16h	17
Ma. 05	Autrefois, le travail en Gruyère par Danielle Aeby-Magnin / Charmey / 20h15 – 22h	20
Sa. 09	Four de l'Adde, les mains à la pâte / Cerniat / 15h30 – 21h30	23
Di. 10	Un sport de Préalpes : le curling / Château-d'Œx / 9h45 – 12h	25
Sa. 16	Contes d'hiver / Cerniat / 17h15 – 19h15	25

DATE	OFFRE	PAGE
------	-------	------

JANVIER 2018

Di. 14	Un sport de Préalpes : le curling / Château-d'Œx / 9h45 – 12h	25
Ve. 19	Le découpage du Pays-d'Enhaut / Rossinière / 13h45 – 16h30	25
Sa. 20	Four de l'Adde, les mains à la pâte / Cerniat / 15h30 – 21h30	23
Di. 21	Chasse aux trésors au col des Mosses / 9h45 – 16h	17
Sa. 27	Un sport de Préalpes : le curling / Château-d'Œx / 9h45 – 12h	25
Di. 28	L'hiver en jouant / col des Mosses / 13h30 – 16h30	25

FÉVRIER 2018

Sa. 03	A la rencontre du cheval des franchises-montagnes / La Sciaz / 13h30 – 16h30	23
Di. 04	Un sport de Préalpes : le curling / Château-d'Œx / 9h45 – 12h	25
Ma. 06	Le loup dans le système pastoral par Jean-Marc Landry / Château-d'Œx / 20h – 22h	21
Sa. 09	Le découpage du Pays-d'Enhaut / Rossinière / 13h45 – 16h30	25
Di. 10	Four de l'Adde, les mains à la pâte / Cerniat / 15h30 – 21h30	23
Sa. 24	La forge de la Tzintre / Charmey / 10h30 – 12h	19

MARS 2018

Di. 04	Un sport de Préalpes : le curling / Château-d'Œx / 9h45 – 12h	25
Ma. 06	Vertus des plantes de montagne par Claude Roggen / Charmey / 20h15 – 22h	21
Sa. 10	Four de l'Adde, les mains à la pâte / Cerniat / 15h30 – 21h30	23
Sa. 10	A la rencontre du cheval des franchises-montagnes / La Sciaz / 13h30 – 16h30	23
Di. 11	Rando-yoga en raquettes / Les Mosses / 9h45 – 16h	17
Sa. 17	Le découpage du Pays-d'Enhaut / Rossinière / 13h45 – 16h30	25
Di. 18	Chasse aux trésors au col des Mosses / 9h45 – 16h	17
Sa. 24	La forge de la Tzintre / Charmey / 10h30 – 12h	19

AVRIL 2018

Ma. 03	La vie dans le sol de mon jardin par Dominique Ruggli / Lessoc / 20h – 22h	21
--------	--	----



Découvertes et observation

24 juin 2017

Gratuit

CONCOURS PRAIRIES FLEURIES 2016 : DÉCOUVERTE D'UNE PRAIRIE GAGNANTE

Cette visite prolonge le concours de prairies fleuries 2016, organisé par le Parc. Avec Roxane Stooss membre du jury et Joël Mottier lauréat vous comprendrez pourquoi cette parcelle située à La Lécherette a remporté le premier prix dans sa catégorie.

Marche de difficulté moyenne, la prairie se trouve en pente assez raide

La Lécherette, 10h – 12h

Minimum 6 personnes, maximum 20 personnes

Tarif : dès 8 ans gratuit

29 juillet au 6 août 2017

Familles

VIVRE LES TRADITIONS, DU TAVILLON AUX BALLONS

Le Parc sera présent au *Festival au Pays des Enfants*, à Château-d'Œx. Enfants et adultes partiront à la découverte des traditions vivantes par le jeu et des énigmes. On pourra s'essayer à la fabrication de tavillons.

Château d'Œx, 10h – 17h

Activités gratuites sur le stand du Parc

5 août 2017

LA MICRO-FAUNE NOCTURNE DU COL DE JAMAN

Lorsque les crêtes des montagnes disparaissent dans l'obscurité, tout une vie minuscule s'anime au col de Jaman. Un lieu idéal pour observer cette micro-faune parmi laquelle les papillons migrateurs nocturnes répondent au scintillement des étoiles. Paul André Pichard, photographe passionné et spécialiste de la prise de vue nocturne, propose une nuit d'observation et de photographies entre l'extrêmement petit et l'extrêmement grand.

Marche sans aucune difficulté

Col de Jaman, 19h30 – 01h

Minimum 10 personnes, maximum 15 personnes

Tarif : dès 14 ans 30.-

25 août 2017

Gratuit

NUIT DES CHAUVES-SOURIS

La nuit des chauves-souris propose un parcours composé de postes didactiques et ludiques qui traitent différentes thématiques comme l'écologie et la biologie des chauves-souris, les différentes espèces en Suisse, l'écoute et l'observation d'individus. Les postes sont tenus par des biologistes passionnés.

Marche sans aucune difficulté

Charmey, 20h – 23h30

Gratuit

26 - 27 août 2017

Familles

FÊTE DU TAVILLON

Une randonnée au départ de Vounetz à la découverte de huit chalets tavillonnés. Tout au long du chemin en direction de Charmey : fabrication du fromage d'alpage, tavillons, contes et légendes, dégustations et surprises.

Marche sans difficulté

Charmey, 9h – 16h

Gratuit

2 septembre 2017

LE JARDIN DES MONTS

Découverte de ce lieu particulier avec ses exploitantes Laetitia Jacot et Charlotte Landolt-Nardin. Visite des jardins avec initiation aux plantes aromatiques et médicinales, visite de la chèvrerie, dégustation de sirops et de fromages de chèvre. Repas du chalet à midi.

Marche d'approche pentue

Rossinière, 10h – 17h30

Minimum 5 adultes, maximum 15 personnes

Tarif : dès 14 ans 35.-, enfants (de 6 à 13 ans) 15.-

23 septembre 2017

Gratuit

LES GÉANTS DE LA FORÊT

La forêt des Communs de l'Hongrin, aux Mosses, inspire le respect. Laurent Berset, Nicolas Raymondon et Jean-Louis Gay, forestiers, font visiter un îlot de vieux bois protégé et informent sur l'importance du vieux bois et des forêts protectrices.

Marche sans difficulté, mais en dehors des sentiers

Les Mosses, forêt des Communs de l'Hongrin,

14h – 18h30

Minimum 6 personnes, maximum 30 personnes

Tarif : dès 10 ans gratuit



Sorties accompagnées pour les écoles

Le Parc propose des activités thématiques prévues pour s'insérer dans le plan d'études romand (PER). Chaque sortie se fait en compagnie d'un accompagnateur en montagne ou d'un spécialiste de la thématique. Un dossier pédagogique est fourni avant l'activité.

LE MONDE FASCINANT DES ABEILLES

Si l'abeille disparaît, l'humanité en a pour quatre ans à vivre; la phrase est provocatrice mais n'en est pas moins d'actualité. C'est pourquoi le Parc invite les écoles à rencontrer cet insecte aussi intrigant qu'important. Découvrir les trop méconnues abeilles sauvages, comprendre la relation homme – abeilles dans l'apiculture, ou apprendre à les protéger par des actions concrètes.

Les abeilles : le b.a.-ba

A proximité des villages cette sortie d'une demi-journée présente de manière générale les abeilles domestiques ainsi que la grande diversité d'abeilles sauvages. Elle permet d'appréhender le rôle des abeilles de pollinisation par des animations ludiques et de l'observation. La problématique du déclin des abeilles y est également évoquée (PER: tous les cycles FG, MSN, SHS et CT).

Au cœur de la ruche

Visiter un rucher en compagnie d'un apiculteur du Parc. Celui-ci présente en toute sécurité la ruche et ses habitantes. Cette visite permet de comprendre en quoi consiste son travail, son matériel ainsi que la vie des abeilles domestiques (PER: tous les cycles FG, MSN, SHS et CT).

Construisons un nichoir à abeilles sauvages

Apprendre à construire des nichoirs à abeilles sauvages, un geste concret et simple à réaliser pour les aider à trouver des lieux de vie propices. Les classes ont le choix de réaliser des modèles de petite taille que chaque élève peut amener chez lui, ou des nichoirs *hôtels à insectes* à construire en commun (PER: tous les cycles FG, MSN, SHS et CT).

AUTRES IDÉES D'EXCURSIONS THÉMATIQUES

L'eau, une ressource essentielle

Deux ateliers permettent de découvrir les cours d'eau à proximité des villages du Parc ainsi que l'utilisation de cette ressource essentielle. Réaliser des activités ludiques pour appréhender les propriétés physiques et biologiques des cours d'eau, ou découvrir différentes activités liées à l'utilisation de l'eau dans le Parc: gestion du réseau d'eau potable, station d'épuration,

centrales hydroélectriques, pisciculture, spéléologie, gestion des risques naturels liés à l'eau, loisirs en eaux vives, etc. (PER: tous les cycles MSN).

Du pis à la brique

Chemin faisant, les élèves seront amenés à observer et à réfléchir sur les liens unissant la vache et le paysage, sur les mystères de la fabrication d'une meule d'Étivaz ou de Gruyère, sur la vie en montagne, d'hier à aujourd'hui (PER: 2^e cycle MSN et SHS).

Paysages de montagne : mode d'emploi

Observations des milieux et des couleurs qui nous entourent. Qu'est-ce qui est naturel et où l'homme a-t-il laissé son empreinte? De l'élevage à l'exploitation forestière, de la perception du paysage à sa protection, avec des détours géologiques ou gustatifs (PER: tous les cycles MSN, SHS et CT).

TARIF

Journée: 400.- pour les classes hors Parc, 350.- pour les classes du Parc

Demi-journée: 300.- pour les classes hors Parc, 250.- pour les classes du Parc

Sur demande, le Parc organise d'autres activités pour les écoles. Randonnées à thèmes, mais aussi journée d'aide sur l'alpage ou selon désirs et attentes.

Renseignements et inscription: +41 (0)848 110 888, inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

L'ÉCOLE À LA FERME

D'où vient le lait? Avec quoi fait-on les chips? Comment la poule fait-elle un œuf?

Les enfants dès leur plus jeune âge consomment des produits qui n'ont plus de lien avec la chaîne de production alimentaire. Lors de l'achat, le produit est déjà transformé et son histoire ne débute qu'à son apparition dans les étagères. Le lien à la terre devient de moins en moins significatif, ce qui implique que les liens entre agriculture et société s'effritent.

L'école à la ferme (www.ecolealaferme.ch) est l'occasion unique de renouer avec les réalités du monde agricole, pour une meilleure compréhension entre la ville et la campagne, et afin de mieux comprendre d'où viennent les aliments que l'on retrouve dans son assiette. Dans le Parc, un tel programme est présent sur l'exploitation de Treilocrêt à Rossinière.

Informations:

Laurence et Alain Marmillod

marmiculture@bluewin.ch, +41 (0)79 385 87 38

Tarifs: 5.-/enfant pour une demi-journée,

10.-/enfant pour la journée



Offres à la carte pour groupes et entreprises

Partager la découverte d'une région, renforcer l'esprit d'équipe, tester son engagement dans une entreprise, découvrir la nature ou les produits du terroir, participer à une action volontaire. Fêter un événement, marquer un anniversaire, vivre en groupe une expérience inoubliable. Le Parc propose aux entreprises et aux groupes diverses activités sur son territoire. La majorité des offres proposées dans ce *Parc à la carte* peuvent être organisées à la demande. Il est aussi possible d'organiser une randonnée, un événement, une activité spécialement proposée pour une entreprise ou un groupe.

AIDE À L'AGRICULTURE DE MONTAGNE

Dans une région où l'agriculture de montagne joue un rôle extrêmement important, le travail ne manque pas. Prêter main forte à l'un des agriculteurs du Parc sur une ou plusieurs journées et découvrez une partie de son quotidien dans la réalisation de différentes tâches. Essertage, épierrage, rangement du bois, voici un aperçu des travaux qui vous attendent. Une expérience forte, qui pousse chacun à se dépasser pour un souvenir impérissable. Le repas de midi est offert par l'agriculteur en échange des services rendus et s'agrémenté d'excellents produits locaux. Selon le lieu, possibilité de prolonger par une nuit sur la paille. N'hésitez pas à nous contacter, nous nous ferons un plaisir de vous organiser une journée qui corresponde à vos attentes.

Informations et inscription :

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

SPÉCIAL GROUPES OU ENTREPRISES

Plusieurs offres sont particulièrement destinées aux groupes et entreprises. Elles s'adaptent fort bien à ce type de demande. Elles permettent aussi d'y joindre un buffet, un pique-nique du Parc, une nuitée dans une charmante chambre d'hôtes ou encore plus rustiquement sur la paille.

Informations et inscription :

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

LA FORGE DE LA TZINTRE

Découvrir le temps d'une visite l'ancienne forge de Charmey, un lieu exceptionnel qui a conservé son caractère d'atelier artisanal tel qu'il était dans les années 1919-1930. Le foyer de forge, l'enclume, les marteaux, les outils représentatifs de l'époque sont des témoins d'un riche passé d'artisans qui ont œuvré sans relâche au service du monde agricole. Tous les équipements nécessaires à l'ensemble de l'activité qui se déroulait dans ces murs noircis par la suie du charbon et la fumée dégagée lors des ferrages des

chevaux sont prêts à fonctionner comme si le forgeron avait quitté cette forge hier matin.

La visite est possible par groupe de 15 personnes au maximum.

Tarif forfaitaire : 150.-. Durée environ 2 heures.

LES CAVES D'ALPAGE DE LA TZINTRE

Le hameau de La Tzintre, situé sur le territoire de la commune de Val-de-Charmey, est connu en premier lieu pour ses caves à fromage. Du 16^e au 18^e siècle, le commerce du fromage représentait la principale source de revenu pour la région. Aujourd'hui la coopérative fribourgeoise des producteurs de fromage d'alpage poursuit ce savoir-faire qu'est l'affinage de fromages d'alpage. La visite des nouvelles caves de la Tzintre s'accompagne d'un apéritif dégustation.

Durée : environ 2 heures. Groupe dès 6 personnes. Programme et tarif sur demande.

FOUR DE L'ADDE, LES MAINS À LA PÂTE

André Isenegger, boulanger passionné, ouvre les portes de son four à pain à Cerniat. Confection de pains avec des farines biologiques et au levain (à emporter en fin d'atelier). Un apéritif et un repas. L'occasion de découvrir et de tester ensemble un ancien savoir-faire autour d'un four à bois. L'atelier se déroule dans un cadre d'exception. Au-dessus de Cerniat, dans la paisible vallée du Javro, où André Isenegger a construit un lieu de travail inspiré. Il y a installé un four à bois du 19^e siècle nommé *four à gueulard*. C'est là qu'il fabrique chaque fin de semaine des pains au levain.

Groupe jusqu'à 15 personnes. Programme et tarif sur demande.

UN SPORT DES PRÉALPES : LE CURLING

Ce jeu olympique a été inventé au 16^e siècle en Ecosse où il était autrefois réservé à l'aristocratie. Depuis cette époque le curling s'est largement démocratisé. Peu importe l'âge et la condition physique, c'est un sport pour tous. Le Curling Club de Château-d'Œx propose de s'essayer à ce sport par une initiation centrée sur le plaisir du jeu.

Le dimanche matin, groupe jusqu'à 40 personnes, programme et tarif sur demande.



Hotel Cailler
 Bains - Wellness - Montagnes
 Charmey en Gruyère

L'ETIVAZ
 FROMAGE D'ALPAGE
 AU FEU DE BOIS

CAVES DE L'ETIVAZ

- découverte des caves
- dégustation de fromages
- diaporama

Réervations conseillées

Plus d'infos:
 +41 26 924 70 60
 WWW.ETIVAZ-AOP.CH

PARCS SUISSES ENTRA PRÉCIS PARC NATUREL REGIONAL Gruyère Pays-d'Enhaut

LES VIAS DU FROMAGE
 DES RANDONNÉES À PORTÉE D'ÉCRAN

Innovez et parcourez deux itinéraires (*Via Le Gruyère AOP* et *Via L'Étivaz AOP*) avec une application mobile pour découvrir le patrimoine du Parc. Vous observez le territoire d'un œil attentif afin de résoudre des énigmes. Les Vias traversent les quatre régions du Parc: vallées de la Jogne et de l'Intyamou, Pays-d'Enhaut et Rochers-de-Naye.

www.gruyerepaysdenhaut.ch

Scannez votre QR code et randonnez avec plaisir!

Vous pouvez également rechercher **Les Vias du fromage** dans l'App Store ou Google Play.



Au rythme de la nature : marque Parcs Suisses



LABEL PRODUIT DU PARC

La marque *Parcs Suisses* avec sa croix et sa couleur verte crée un lien entre des valeurs typiquement helvétiques (qualité élevée, crédibilité, coopération) et les paysages et la nature des parcs. Ce label garantit que l'essentiel du processus de production se fait dans le cadre d'un parc, dans le respect du développement durable et des critères des marques régionales. Le Parc a signé des conventions avec plusieurs entreprises partenaires permettant de labelliser plus de 100 produits, des spécialités fromagères et laitières, de la viande, des sirops, des tisanes, des mélanges d'herbes pour l'assaisonnement.



par le savoir-faire de paysans qui respectent la terre en collaboration avec l'artisanat local et des recettes traditionnelles.

AU RYTHME DE LA NATURE

Le Parc présente sa gamme de produits labellisés sous le slogan *Au rythme de la nature* en collaboration étroite avec les *Produits du terroir du pays de Fribourg* et *Pays-d'Enhaut Produits Authentiques*. Ce label garantit que le producteur apporte une contribution supplémentaire à la valorisation de la biodiversité et des paysages et/ou à la durabilité de l'entreprise.

Plus d'informations : www.produitsduparc.ch



Les matières premières issues des fermes ou alpages du Parc sont transformées artisanalement dans le Parc. Les partenaires s'engagent à promouvoir la durabilité au sein de leur entreprise. Au rythme de la nature, de véritables sensations gustatives réapparaissent

LES ENTREPRISES PARTENAIRES

Une entreprise partenaire crée un produit du Parc (avec le label Parc suisse certifié par l'OIC pour les produits de terroir) et s'engage à contribuer aux objectifs de la charte du Parc dans le cadre d'une convention de partenariat.



Sébastien et Fanny Henchoz, à La Combballaz, présentent leurs tisanes de fleurs

Produits de terroir du Parc

Famille Delacombaz, fromagerie de Montbovon

Fromages, fondue et produits laitiers
+41 (0)26 928 11 43

Laurent Python, fromagerie de Grandvillard

Fromage et produits laitiers
+41 (0)26 928 11 40

Pierre Buchillier, fromagerie des Moulins

fromages, fondue et produits laitiers, bio
+41 (0)26 924 34 05

Michel Beroud, fromagerie Fleurette de Rougemont

Fromages, fondue et produits laitiers
+41 (0)26 925 82 10

Coopérative fribourgeoise des producteurs

de fromage d'alpage, Charmey
Fromages d'alpage, fondus
+41 (0)26 927 12 21

Coopérative des producteurs de fromage d'alpage

L'Étivaz AOP, L'Étivaz
fromages d'alpage
+41 (0)26 924 62 81

Jean-Robert Henchoz, Le Sapalet, Rossinière

Fromages fermiers, fondue et produits laitiers, bio
+41 (0)26 924 54 60

Tchivra, Rossinière

Fromages fermiers et produits laitiers, bio
+41 (0)79 708 97 12

Maurice Henchoz, ferme du Plan de l'Ouge, L'Étivaz

Fromage fermier et produits laitiers, bio
+41 (0)26 924 70 30

Michel Isoz, Ferme de La Sciaz, La Lécherette

Fromage fermier
+41 (0)79 230 77 03

Le Chalet, restaurant et fromagerie de démonstration, Château-d'Œx

Fromage, bio
+41 (0)26 924 66 77

Pascal Tercier, Charmey

Viande de bœuf et saucisses sèches, bio
+41 (0)79 230 74 28

Joël et Estelle Mottier, Ferme des Châbles, Les Moulins

Viande de bœuf et saucisses sèches, bios
+41 (0)26 924 44 93

Nicolas et Esther Mottier, Votre cercle de vie, Château-d'Œx

Viande de bœuf, saucisses et salamis, bios
+41 (0)26 924 44 93

Jardin des Monts, Rossinière

Sirops, bio
+41 (0)79 934 50 76

Fanny et Sébastien Henchoz, Alpes en fleurs, La Combballaz

Tisanes, sucre et sel aromatisés
+41 (0)79 653 28 29

Le Serpolait, Esther et Jean-Claude Ginier, La Combballaz

Fromage fermier au lait d'alpage
+41 (0)24 491 12 86

Herbolanne, famille Dutoit, Rossinière

Hydrolats bio
+41 (0)78 809 57 29

Bois du Parc

Scierie des Avants, Les Avants

Sciage, plaquettes et bois de feu
+41 (0)21 962 78 00

EPF Grandjean, Neirivue

Grumes, plaquettes et bois de feu
+41 (0)26 928 19 90

Scierie Jean-Philippe Blum, Gérignoz

Sciages, lame chalet, jeu de construction, petit bois et pellets
+41 (0)26 924 51 05



Préparation de la fondue du Parc lors de son lancement à Montbovon

UN FONDUE AMBASSADRICE

La nouvelle fondue du Parc naturel Gruyère Pays-d'Enhaut est née d'une idée de la commission Label Produit du Parc. Elle cumule les valeurs symboliques de notre parc régional: elle regroupe alpages et fromageries de village de la Gruyère et du Pays-d'Enhaut, dans un produit 100% AOP.

Après plusieurs essais sa composition a été fixée comme suit: 40% fromage d'alpage L'Étivaz AOP (coopérative de L'Étivaz), 20% Vacherin fribourgeois AOP d'alpage et 10% Gruyère AOP d'alpage (coopérative fribourgeoise des producteurs de fromages d'alpage, Charmey), 20% de Gruyère AOP (fromageries des Moulins et de Grandvillard) et 10% de Vacherin fribourgeois AOP (fromagerie de Montbovon).

Cette fondue a été conçue comme un produit unique, comme ambassadrice du Parc sur des marchés complémentaires, difficiles à atteindre par nos

producteurs. Nous sommes heureux que, dans un contexte de forte concurrence, la fondue du Parc naturel Gruyère Pays-d'Enhaut soit commercialisée par COOP. C'est le premier produit que ce commerce présente à la fois sous la marque Parc et sous sa propre marque *pro montagne* et, autre facteur positif, la fondue du Parc n'est pas proposée qu'en Suisse romande, mais directement sur le marché national.

A l'heure où le franc fort pèse sur le marché du fromage, c'est un bel exemple de ce que peut apporter le Parc en terme de potentiel économique, lorsque les produits sont de qualité et que les entreprises partenaires ont l'esprit d'entreprendre. Mais le défi ne fait que commencer: le succès commercial n'est pas encore acquis! C'est pourquoi nous allons poursuivre nos efforts pour accompagner la promotion de ce nouveau produit aux couleurs du Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut.

PAQUETS DE SPÉCIALITÉS

Que ce soit pour faire découvrir les saveurs de nos régions à des amis, ou simplement pour se faire plaisir, le Parc vous propose deux paquets de spécialités à 40.- chacun (hors frais de port).

Le paquet du Pays-d'Enhaut: 200g de Gruyère bio AOP*, rebibes de L'Étivaz AOP*, une tomme Fleurette*, une tomme du Sapalet*, une saucisse de bœuf*, caramels à la crème.

Le paquet de la Gruyère: 200g de Gruyère AOP*, 200g de Vacherin fribourgeois AOP*, Préfleuri*, une saucisse sèche à l'ail, mini-meringues, pains d'anis, caramels à la crème.

*produits avec le label Parc

BUFFET DU PARC

Gruyère AOP, Vacherin AOP, Rebibes de L'Étivaz AOP, tomme Fleurette, saucisson sec, pain.

120 grammes par personne.

Tarif: avec boisson (vin blanc et rouge, sirop, jus de pomme), par personne 12.-; sans boisson, par personne 9.-

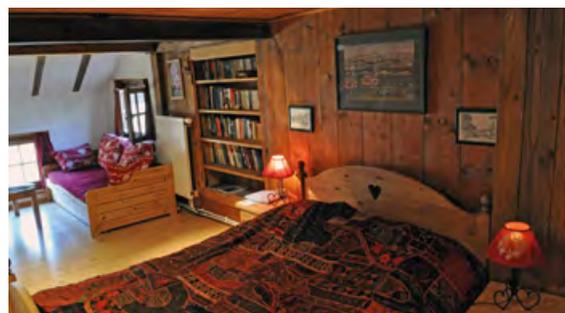
PIQUE-NIQUE DU PARC

Dans un charmant sac du Parc, un pique-nique du terroir avec des produits labellisés et de la région peut être commandé lors d'une activité Parc au prix de 18.-.

Du Gruyère bio AOP des Moulins* (100g), du Vacherin fribourgeois AOP* (100g), une tomme* (100g), saucisson (100g), un ballon de pain et un fruit.

* produits avec le label Parc

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



▲ Accueil à la ferme de la Combaz d'Amont à Montbovon
 ▲ Une chambre à la Combaz d'Amont



Au col de Chaude avec vue sur le lac Léman



▲ Le chalet d'alpage du Col de Chaude
 ▲ Huguette Yersin au travail

Deux coups de cœur

LA COMBAZ D'AMONT, MONTBOVON NICOLE ET JEAN-MARC MANTEL

Entre Montbovon et Allières, sur l'arête d'une combe discrète, tout au bout de l'Intyamon, se situe une jolie ferme, La Combaz d'Amont. Nicole Mantel et son époux Jean-Marc y tiennent chambre d'hôtes. Le couple est arrivé dans cet îlot de tranquillité voici quarante-deux ans. Agriculteurs à la retraite, les époux Mantel collaborent avec Michaël Amey, agriculteur à Allières, qui utilise l'écurie pour ses génisses suivant les saisons. Ce qui permet aux hôtes de passage d'être toujours près du monde agricole.

Été comme hiver, à La Combaz d'Amont, les hôtes dorment dans trois chambres décorées avec soin. Nicole Mantel a soigné une ambiance rurale et familiale. Toutes sortes de locataires s'y succèdent : des familles qui reviennent passer leurs vacances

chaque année en passant par les couples jusqu'aux marcheurs qui apprécient ce lieu propice à de multiples randonnées.

Plus d'informations
 Nicole et Jean-Marc Mantel
 La Combaz d'Amont
 1669 Montbovon

+41 (0)26 928 16 79
 +41 (0)79 375 52 02
 info@combazdamont.ch

CHALET D'ALPAGE DU COL DE CHAUDE HUGUETTE ET OLIVIER YERSIN, VILLENEUVE

L'alpage de Chaude est niché à plus de 1'400 mètres d'altitude. On peut y accéder à pied depuis Villeneuve ou Les Rochers-de-Naye. En son centre, trônent deux très beaux chalets, aux toits tavillonnés dans les règles de l'art. C'est dans ce paysage alpestre magnifique, à deux pas de la Riviera, qu'offrent Huguette et Olivier Yersin. Ils tiennent un important train d'alpage de quelque 60 vaches et 20 porcs. Les visiteurs y verront également une chèvre et ses cabris. Ils pourront passer la nuit dans ce cadre rustique (réservation recommandée) et assisteront, le matin, à la traite des vaches, puis à la fabrication du fromage sur feu de bois, de L'Étivaz AOP.

Huguette et Olivier Yersin organisent la mi-été au chalet de Chaude. En 2017, la fête est prévue pour les

22 et 23 juillet (samedi, soirée raclette, et dimanche, broche dans une ambiance folklorique).

L'endroit est accessible à la belle saison, de juin à septembre. Il est conseillé de s'y rendre par beau temps, si l'on désire déguster une petite restauration sur la terrasse qui offre une vue royale sur les montagnes alentours.

Plus d'informations
 Huguette et Olivier Yersin
 +41 (0)79 230 30 77



Espèces sensibles, zones protégées et comportement responsable

Respectez nos espèces sensibles et nos zones protégées

ESPÈCES SENSIBLES

La pratique d'activités en nature nous amène parfois à traverser des zones habitées par des animaux sensibles au dérangement. Notre présence peut provoquer leur fuite, les obliger à abandonner leur couvée, s'exposer à des prédateurs tout en perdant une précieuse énergie, ce qui, en saison hivernale, peut conduire à l'épuisement et à la mort de l'animal. Le Parc s'est doté d'une carte de sensibilité de la faune au dérangement afin que ses activités ne nuisent pas à la faune dans les zones sensibles.

DES FICHES POUR TOUT SAVOIR

Certaines activités de plein air sont soumises à une autorisation administrative ou à des restrictions légales. Le Parc a réalisé un travail de recensement des règles et zones ayant une incidence sur les loisirs en montagne. Il a établi des fiches par type de zone protégée avec le règlement correspondant pour l'ensemble des activités de plein air : la pratique de la randonnée estivale, la randonnée hivernale (raquettes à neige et ski de randonnée), le VTT, les sports aériens (parapente et deltaplane) ainsi que la randonnée en compagnie d'un chien. L'ensemble de ces fiches est disponible sur www.gruyerepaysdenhaut.ch.

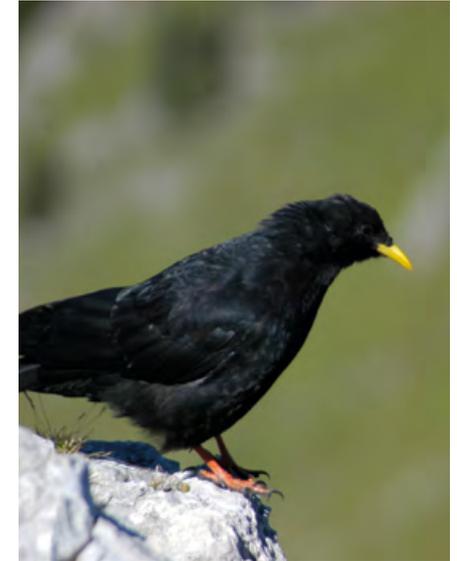
EN ÉTÉ

Comportement responsable envers la nature et l'agriculture

Lors d'activités de plein air, il est recommandé d'adopter un comportement responsable, en suivant les quelques règles de base suivantes :

- Se conformer à la signalisation : rester sur les sentiers balisés et respecter les prescriptions des zones de protection de la nature (informations spécifiques sur le site du Parc)
- Ne pas déranger les animaux sauvages
- Refermer les barrières
- Ne pas piétiner les prairies et les pâturages
- Utiliser les endroits aménagés pour faire des grillades
- Emporter ses déchets

Ces recommandations sont aussi valables pour les randonneurs à vélo, à qui il est en outre demandé, de ralentir à proximité des promeneurs (priorité aux piétons sur les sentiers étroits).



CHARTRE D'ENGAGEMENT VOLONTAIRE

Les offices du tourisme et des accompagnateurs en montagne ont signé une charte qui les engage au respect des espèces sensibles et des zones protégées, afin que leurs clients et hôtes puissent découvrir nos paysages sans compromettre les objectifs de protection de la nature. Par cette signature, ils s'engagent pour le développement d'un tourisme responsable et durable.

LES SIGNATAIRES

Offices du tourisme

Charmey Tourisme
+41 (0)26 927 55 80, www.charmey.ch
La Gruyère Tourisme
+41 (0)848 424 424, www.la-gruyere.ch
Montreux-Vevy Tourisme
+41 (0)848 86 84 84, www.montreuxriviera.com
Pays-d'Enhaut Tourisme
+41 (0)26 924 25 25, www.chateau-doex.ch
Office du tourisme les Mosses – la Lécherette
+41 (0)24 491 14 66, www.lesmosses.ch

Accompagnateurs en montagne

Joëlle Bonnac Mottier, +41 (0)79 386 91 52
Véronique Borcard-Pury, +41 (0)79 487 82 75
www.djouleescapade.com
Caril Capt, +41 (0)79 293 70 22
Corrine Bezençon +41 (0)79 507 18 34
www.soufflenature.ch

Cyrille Cantin, +41 (0)79 634 55 31, www.aoxy.ch
Stéphane Currat, +41 (0)79 605 51 70
www.natureaventures.ch
Pascale Fesquet, +41 (0)78 606 12 90
www.aster-rando.ch
Aline Hayoz-Andrey, +41 (0)79 374 06 79
www.montagne-aventure.ch
Bastian Keckeis, +41 (0)79 635 91 43
www.latrachebleue.ch
Pascal Monteleone, +41 (0)79 669 95 63
www.plaisirando.ch
Jean-Marie Pasquier, +41 (0)79 390 99 53
Matthew Richards +41 (0)79 412 90 63
www.walkandtalk.ch
Michel Perreten, +41 (0)79 372 19 20
www.guides-nature.ch
Rachel Rumo, +41 (0)79 467 75 18, www.aoxy.ch
Juliane Torrent, +41 (0)76 561 47 13
www.oeil-emerveille.ch



Chiens de protection

La présence de grands prédateurs dans les Préalpes a conduit les éleveurs à utiliser des chiens de protection. Voici quelques règles de conduite à observer lorsque l'on doit traverser un alpage protégé par un chien :

- Garder son calme et éviter de provoquer les chiens avec un bâton ou par des mouvements brusques
- Essayer d'éviter le troupeau en le contournant et en le dérangeant aussi peu que possible
- Maintenir son chien en laisse et le tenir sous contrôle
- Pour les personnes à vélo ou à la course, s'arrêter et dépasser lentement (au pas) le troupeau
- Ne pas caresser les chiens, éviter de jouer avec eux ou de les nourrir
- Ignorer le chien s'il vous suit pendant que vous vous éloignez ; il retournera auprès de son troupeau

Informations complémentaires sur www.protectiondestroupeaux.ch

SUR LES ALPAGES

Les traversées d'alpages et les visites de chalets exigent un comportement responsable : respect du travail des armaillis, des paysages, de la faune et de la flore. Les armaillis sont reconnaissants quand les portails et les barrières sont refermés, les troupeaux ne sont pas dérangés, les chiens sont tenus en laisse et ne se baignent pas dans les abreuvoirs, que leurs déjections sont ramassées et jetées dans des poubelles (sinon risque d'intoxication pour le bétail). Ils apprécient aussi quand les visiteurs suivent les sentiers et ne foulent pas les prairies de fauche. Les chalets d'alpage sont des lieux accueillants et des propriétés privées, le visiteur veille à y faire preuve de courtoisie (demander la permission d'y entrer, signaler sa présence, respecter la vie privée des armaillis et observer les consignes données). Les périodes de production ainsi que les activités proposées peuvent varier d'une année à l'autre. Les armaillis se feront un plaisir d'accueillir les visiteurs, mais ils ne peuvent pas toujours être aussi disponibles qu'ils le souhaiteraient.

EN HIVER

Comportement responsable envers la faune sauvage

En hiver, avec le froid et la neige, la nourriture est rare et les animaux sauvages vivent en partie sur leurs réserves. La perte d'énergie liée à une fuite causée par des randonneurs peut, dans certains cas, être fatale. C'est pourquoi il existe quelques recommandations simples contribuant à préserver la faune des régions traversées :

- Respecter les zones de tranquillité et les sites de protection de la faune
- En forêt, rester sur les sentiers et suivre les itinéraires recommandés
- Éviter les lisières de forêt et les surfaces non enneigées
- Tenir son chien en laisse, en particulier en forêt
- Emporter tous ses déchets, y compris pelures et restes de nourriture

RESPECTER C'EST PROTÉGER



Le Parc est partenaire de la campagne nationale *Respecter c'est protéger*. Des informations supplémentaires, dont la localisation des zones de tranquillité, sont disponibles sur www.respecter-cest-protoger.ch.

Dans le périmètre du Parc, il existe plusieurs itinéraires balisés pour les randonneurs en raquettes. Ceux-ci peuvent être parcourus sans préoccupation particulière au niveau du risque d'avalanche ou du dérangement de la faune. Les points de départ principaux sont : Allières, Charmey, Château-d'Œx, La Lécherette, Les Mosses, Les Avants, Les Moulins, Les Sciernes-d'Albeuve et Rougemont. Se renseigner auprès des offices du tourisme.



Découverte du Parc et mobilité douce

La mobilité douce est un moyen privilégié de découvrir le Parc. De la fenêtre d'un train ou d'un bus, à pied ou à vélo, les paysages montagneux diversifiés défilent progressivement, permettant à chacun, à son rythme, d'en apprécier les reliefs, les couleurs, les odeurs et d'en déguster les produits. Pour les inconditionnels de la voiture, signalons que le Parc est traversé par l'itinéraire du *Grand tour of Switzerland* et possède désormais deux bornes de recharge pour voitures électriques (Charmey et Château-d'Ex).

tous les jours de l'année. Cette desserte bénéficie à la fois à la population résidente, aux pendulaires et aux visiteurs.

Les lignes de train qui ont permis le démarrage du tourisme ont plus d'un siècle d'histoire. Si le confort et la cadence ont bien évolué, l'attractivité des paysages traversés reste intact. La montée aux Rochers-de-Naye en train par exemple est une expérience unique.

Les offres de bus se sont aussi développées. La ligne de bus Charmey – Cerniat – La Valsainte dans la vallée du Javro a été développée grâce à un partenariat entre la *Fondation Bus alpin*, *Car postal*, la commune de Val-de-Charmey et le Parc.

EN TRANSPORTS PUBLICS : DES TRAINS DE LA BELLE ÉPOQUE AU BUS ALPIN

Le Parc est bien desservi par des lignes de train (MOB et TPF) et de bus (Car postal et TPF) reliant la majorité des villages avec une cadence horaire

Elle fonctionne en semaine toute l'année ainsi que les fins de semaine et jours fériés de mai à octobre. Elle dessert la célèbre Chartreuse et offre de belles possibilités de randonnées telles que le sentier agricole Charmey – La Valsainte.

À PIED : VIAS DU FROMAGE ET GRAND TOUR

La marche constitue le moyen par excellence de découvrir les paysages et villages du Parc. Que ce soit par les hauteurs (*GRAND TOUR* qui deviendra prochainement *Grand Tour des Vanils*) ou par les vallées (*Vias du fromage*), des itinéraires permettent de passer d'une région à l'autre du Parc. Pas de soucis si vous ne souhaitez pas revenir sur vos pas, les transports publics vous permettront de rejoindre votre point de départ, dans la majorité des cas, sans efforts (mais avec un minimum d'anticipation, tous les horaires sur www.cff.ch). Un exemple s'y prête particulièrement bien : le sentier muletier historique entre Montbovon et Allières (aller à pied, 1h30 de marche, et retour en train).

À VÉLO : TOUR DE L'ANCIEN COMTÉ DE GRUYÈRE (2 JOURS)

Le vélo, en particulier sa variante électrique, constitue un moyen très agréable pour découvrir le Parc à la belle saison. Une boucle de 85 km avec environ 1000 mètres de dénivellation, entièrement sur des parcours balisés *SuisseMobile*, donc majoritairement en marge des routes à grand trafic, permet de traverser les trois régions du Parc qui faisaient partie de l'ancien Comté de Gruyère : l'Intyamon, le Pays-d'Enhaut et la vallée de la Jogne. Le parcours, facilement réalisable en deux jours, emprunte l'itinéraire national N° 9 *La route des lacs entre Gruyères et Saanen* et l'itinéraire régional N° 59 *Alpes vaudoises – Pays de Fribourg* entre Saanen et Broc. Les vélos à assistance électrique (e-bike), en location à Charmey, Château-d'Ex et Saanen, rendent ce parcours accessible à un large public, en particulier le col du Mittelberg (1617 m).



L'énergie un produit du Parc

Le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut est reconnu pour ses paysages, ses traditions vivantes, la grande richesse de ses sites naturels d'exception, ses produits du terroir, sa production de bois ou encore son tourisme. Mais, c'est aussi un important territoire producteur d'énergie.

Le Parc s'engage à promouvoir l'efficacité énergétique et la production d'énergie renouvelable sur son territoire avec le projet *L'énergie, un produit du Parc*, dans le cadre du programme *Région-Energie* de l'*Office fédéral de l'énergie*. Un bilan énergétique territorial du Parc, réalisé en 2016, le démontre, les ressources naturelles de notre environnement permettent d'envisager l'autonomie énergétique.

- **Electricité** : le territoire est déjà largement exportateur, grâce principalement à sa production hydroélectrique. Il a la possibilité de renforcer encore ses diverses productions d'électricité

renouvelables (potentiellement quatre fois les besoins régionaux). Le solaire photovoltaïque représente une partie de ce potentiel facilement réalisable.

- **Chaleur** : les ressources renouvelables du territoire couvrent un tiers des besoins. Il peut cependant viser l'autonomie thermique en exploitant davantage les ressources locales (bois, solaire thermique, pompes à chaleur), sans oublier les importants gains potentiels au niveau de la rénovation des bâtiments.
- **Mobilité** : le Parc est actuellement très largement dépendant des énergies fossiles. Pourtant vu la forte production d'électricité, il existe un potentiel énorme pour y développer une mobilité électrique alimentée par une production renouvelable locale. La production électrique exportée aujourd'hui suffirait pour environ 50'000 véhicules, alors qu'il y a quelques 7'000 véhicules immatriculés dans le Parc.

De tels développements devraient renforcer l'image, l'identité et l'économie d'une région en marche vers l'autonomie énergétique, avec une nature davantage préservée des émissions liées aux énergies fossiles.

Ceci nécessite un engagement de longue haleine de tous les acteurs du territoire, avec des actions concrètes au quotidien. Quelques exemples des actions en cours dans le Parc.

ECONOMIES D'ÉNERGIE SUR LE LIEU DE TRAVAIL

Ce sont 16 communes et institutions dans le Parc qui se sont engagées depuis fin 2015 à économiser de l'énergie sur leur lieu de travail, en particulier dans les administrations ou bâtiments publics. Interrupteurs multiprises pour éviter les standby, changement d'ampoules, gestion du matériel informatique, économie d'impression, achat de courant vert, les possibilités sont nombreuses pour diminuer l'impact au niveau énergétique. Ces gestes permettent, en moyenne, d'économiser environ 10% de sa consommation sans grands efforts. Il suffit de prendre de bonnes habitudes!

ECONOMIES D'EAU ET RÉDUCTION DES ÉMISSIONS DE CO₂

Cette mesure se focalise sur les établissements avec hébergement collectif chauffés au mazout (EMS, locatifs, hôtels, hôpitaux, centres de vacances) afin

de les intégrer au programme *Economies d'eau chaude pour protéger le climat en Suisse* proposé par *MyClimate*. Cette action, relayée par le Parc, consiste en l'installation de réducteurs de débit pour robinets et pommeaux de douche, permettant une diminution de la consommation d'eau et par là, des économies énergétiques et financières. Un ménage de quatre personnes, peut par exemple économiser environ 200 litres de mazout par an rien qu'avec cette mesure.

EFFICACITÉ ÉNERGÉTIQUE EN AGRICULTURE

Le Parc encourage les agriculteurs à prendre des mesures d'économie d'énergie. Grâce au programme *AgroCleanTech*, il existe des soutiens pour l'installation de récupérateurs de chaleur sur les tanks à lait ainsi que pour l'installation de variateurs de fréquences sur les systèmes de traite. Le Parc promeut également des mesures d'économie d'énergie liées au séchage du foin en grange.

JOURNÉE DE L'ÉNERGIE

Enfin, pour impliquer de manière plus large la population, une journée de l'énergie intitulée *L'énergie un produit du Parc* sera mise sur pied samedi 11 novembre 2017 à Charmey. L'événement s'annonce ludique et interactif. Il traitera des économies d'énergie, mais aussi de la production d'énergie renouvelable et de la mobilité électrique.

Découvrez le
PAYS-D'ENHAUT

70 LA NUIT*
—

+ 1 CARTE
PÉDESTRE**

* dès 2 nuits

** 390 km de sentiers



RÉSERVEZ SUR
ENHAUT.CH

design: macmeo.ch

Les partenaires du Parc

Les offices du tourisme

CHARMEY TOURISME

+41 (0)26 927 55 80, www.charmey.ch

LA GRUYÈRE TOURISME

+41 (0)848 424 424, www.la-gruyere.ch

MONTREUX-VEVEY TOURISME

+41 (0)848 86 84 84, www.montreuxriviera.com

OFFICE DU TOURISME

LES MOSSÉS – LA LÉCHERETTE

+41 (0)24 491 14 66, www.lesmosses.ch

PAYS-D'ENHAUT TOURISME, CHÂTEAU-D'OËX

+41 (0)26 924 25 25, www.chateau-doex.ch

PAYS-D'ENHAUT TOURISME, ROSSINIÈRE

+41 (0)26 924 25 21, www.chateau-doex.ch

PAYS-D'ENHAUT TOURISME, ROUGEMONT

+41 (0)26 925 11 66, www.chateau-doex.ch

Transports publics

TRANSPORTS PUBLICS FRIBOURGEOIS

+41 (0)26 351 02 00, www.tpf.ch

GOLDENPASS

+41 (0)21 989 81 90, www.goldenpass.ch

CFF

+41 (0)900 300 300, www.cff.ch

CAR POSTAL

+41 (0)58 341 24 00, www.carpostal.ch

Autres partenaires

CHARMEY AVENTURES

+41 (0)79 693 44 77, www.charmeyaventures.ch

CHÂTEAU DE CHILLON

+41 (0)21 966 89 10, www.chillon.ch

ESPACE BALLON, CHÂTEAU-D'OËX

+41 (0)78 723 78 33, www.espace-ballon.ch

LA MAISON DE L'ÉTIVAZ

+41 (0)26 924 70 60, www.etivaz-aop.ch

LA CHAPELLE BALTHUS, ROSSINIÈRE

+41 (0)26 924 42 42, www.fondation-balthus.com

LES BAINS DE LA GRUYÈRE, CHARMEY

+41 (0)26 927 67 67, www.bainsdelagruyere.ch

MUSÉE DE CHARMEY

+41 (0)26 927 55 87, www.musee-charmey.ch

MUSÉE DU VIEUX PAYS-D'ENHAUT, CHÂTEAU-D'OËX

+41 (0)26 924 65 20, www.musee-chateau-doex.ch

PAYS-D'ENHAUT, PRODUITS AUTHENTIQUES

+41 (0)26 924 72 80, www.pays-denhaut.ch

PRO NATURA FRIBOURG

+41 (0)26 422 22 06, www.pronatura-fr.ch

PRO NATURA VAUD

+41 (0)21 963 19 55, www.pronatura-vaud.ch

PRODUITS DU TERROIR DU PAYS DE FRIBOURG

+41 (0)26 467 30 30, www.terroir-fribourg.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
+41 (0)26 924 76 93 | info@gruyerepaysdenhaut.ch

www.gruyerepaysdenhaut.ch