

HAUTE-PROVENCE : HAVRE DE FRAÎCHEUR ENTRE LACS ET RIVIÈRES



Avec des températures estivales, la Haute-Provence offre de nombreuses opportunités pour contrer la chaleur grâce à ses richesses naturelles et notamment à l'eau qui est ici omniprésente. Située au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence, cette région est depuis toujours un territoire marqué par l'eau. Il y a des millions d'années, la mer recouvrait entièrement la région et les nombreux fossiles d'animaux marins mis au jour en sont les témoins. Aujourd'hui, les lagunes ont disparu mais l'eau est toujours présente : torrents, lacs et rivières façonnent les paysages. Il n'est pas rare de découvrir gorges ou clues majestueuses au détour d'une route ou d'un chemin. Au fil du temps, l'eau a façonné des paysages singuliers et a dessiné les traits d'une région forte en caractère.

En Haute-Provence, pas de surtourisme ! Ce qui garantit un séjour paisible et authentique. Chaque visiteur peut profiter d'une variété d'activités aquatiques ou simplement se ressourcer au bord de l'eau dans un cadre exceptionnel. Que vous soyez amateur de randonnées le long des cours d'eau ou passionné de sports nautiques, la Haute-Provence répond à toutes les envies. Chaque moment passé au bord de l'eau devient une parenthèse de bien-être et de fraîcheur, devenant ainsi le refuge parfait de l'été.

DES ACTIVITÉS POUR DÉCOUVRIR LA NATURE ENVIRONNANTE

Découvrir le lac de Sainte-Croix-du-Verdon

Les eaux vertes du Verdon et la proximité des célèbres Gorges du Verdon font de ce lac un spot incontournable du sud de la France. Impossible de ne pas venir naviguer, sauter, nager, ou encore pagayer dans ce lac pendant votre séjour en Haute-Provence. Le lac de Sainte-Croix-du-Verdon combine les loisirs de l'eau et du terroir avec pour trait d'union la lavande, le thym et le miel, dont les saveurs se mêlent agréablement aux senteurs des pins et des chênes truffiers.

L'arrivée sur le lac de Sainte-Croix-du-Verdon est toujours un moment exceptionnel qui opère comme un enchantement. Un paysage immense et coloré comme un tableau de Cézanne se dévoile progressivement. Quiconque en fait l'expérience tombe sous son charme éclatant et préservé.

Avec plusieurs bases nautiques au pied du village de Sainte-Croix-du-Verdon, dont l'Association Voile et Nautisme affiliée à la Fédération Française de Voile et d'Aviron, les vacanciers pourront s'initier aux plaisirs des sports aquatiques en famille ou entre amis. En canoë, kayak, aviron ou stand up paddle ; en bateau à voile ou à moteur électrique, toutes les aventures sont possibles sur le lac de Sainte-Croix !

Au-delà des activités nautiques, de nombreux "secret spots", plages et criques sont à découvrir autour du lac de Sainte-Croix-du-Verdon, permettant de profiter du soleil, d'une eau parfaitement pure et de la nature environnante, avec pour fond sonore le doux chant des cigales...

Quelle que soit la façon dont vous l'approchez, le lac de Sainte-Croix est un véritable coup de foudre !

[Site internet](#)

L'expérience à vivre : le Sunset Paddle sur la Durance

Le Sunset Paddle est une initiation au paddle avec l'objectif de parcourir 4 km dans la réserve ornithologique de Haute-Provence, en remontant cette célèbre rivière en profitant d'un coucher de soleil. Une manière de se reconnecter à la nature et de naviguer en apercevant peut-être quelques castors. Cette balade donnera l'impression de faire partie intégrante de cette nature forte au contact de l'eau, de la brise et des derniers rayons du soleil.

Profitez d'un moment convivial et d'échange autour de la pratique du paddle en famille !

[Site internet](#)



SPOTS DE BAINADE INCONTOURNABLES

Des Clues de Barles pour une baignade en eau fraîche en passant par le plan d'eau des Ferréols à Digne-les-Bains, sensations, dépaysement et éclaboussures assurés pour petits et grands ! Découvrez quelques lieux magiques à l'eau cristalline permettant de profiter d'un brin de fraîcheur à l'abri des regards.

Baignade en rivière

Le bonheur de se baigner en rivière est une expérience inégalable. Plonger dans les eaux claires et rafraîchissantes, sentir le doux remous caresser la peau apportent une sensation de légèreté et de liberté. Les rivières offrent un cadre naturel idyllique où l'on peut se ressourcer, loin du tumulte des sites touristiques très connus mais parfois sur-fréquentés.

Les Clues de Barles

En Haute-Provence, la vallée du Bès en direction de Barles est le lieu idéal pour s'adonner aux plaisirs de la baignade en rivière. Vous y trouverez forcément votre havre de paix et de fraîcheur en contrebas de la route. N'hésitez pas à explorer les recoins cachés de la rivière.

Le mot clue vient du latin "clausus" qui signifie "fermé". Une clue est donc un passage presque clos, ouvert généralement par le travail de sappe d'une rivière. Les clues de Barles ont été ouvertes par le Bès, dans une barre calcaire datant de la fin du Jurassique ou du début du crétacé inférieur, soit entre 155 et 140 millions d'années. La rivière s'est frayée un chemin à travers des strates rocheuses verticales.

L'été, c'est un spot idéal pour se rafraîchir dans un décor unique au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence et ses nombreux sites géologiques.

Détente et baignade sur le plan d'eau de Digne-les-Bains

Situés sur la route de Nice, à 2 km du centre ville et accessible par une piste cyclable ou un itinéraire pédestre, le plan d'eau des Ferréols propose de nombreuses activités. Ce site en accès gratuit est aménagé avec deux bassins distincts : l'un pour le canotage, la pêche et dispose d'une base de loisirs, l'autre pour la baignade. C'est le spot idéal pour profiter de l'été en famille !

Sur place, les vacanciers profitent de multiples activités en accès libre : mur d'escalade, tennis de table, parc fitness, terrain de boules, terrain de volley et beach volley, et pêche à la mouche no kill (avec carte de pêche...). Un minigolf, un trampoline, une structure gonflable, des karts à pédales et des bateaux électriques sont aussi disponibles.

[Site internet](#)



LE COIN FRAICHEUR

LE MUSÉE PROMENADE : L'APPEL DE LA NATURE

Le Musée Promenade propose une immersion captivante à travers le temps, éveillant les sens de ses visiteurs. Des figures artistiques de renommée internationale, telles qu'Andy Goldsworthy, Joan Fontcuberta, Sylvie Bussièrès et Agathe Larpent, y ont trouvé leur inspiration. Perché sur un piton de tuf dominant Digne-les-Bains, cet espace unique invite à la flânerie parmi des sentiers jalonnés de ruisseaux, cascades et œuvres d'art.

Avec ses parcours thématiques variés, tels que le sentier de l'eau, le sentier des Cairns, ou encore le sentier des papillons, le Musée Promenade est un lieu de calme, de découverte et de fraîcheur, idéal à parcourir par une chaude journée d'été. En effet, au milieu des arbres et agrémenté d'une cascade, le Musée Promenade est le refuge parfait pour une pause fraîcheur lorsque les températures s'élèvent.

Les sentiers conduisent ensuite au musée où plusieurs expositions temporaires mettent en scène les paysages et la biodiversité du Géoparc de Haute-Provence, offrant ainsi une expérience enrichissante et reposante.

[Site internet](#)



CONTACT PRESSE

Margot Chevallier
Agence RevolutionR
mchevallier@revolutionr.com
06 33 46 56 65