



Contacts :

- > Occitanie Birgitte REIMERS - birgitte.reimers@crtoccitanie.fr - Mobile : +33 6 10 30 86 52
- > Toulouse Eleonora ALZETTA - e.alzetta@toulouseatout.com - Mobile : +33 6 24 49 33 56
- > Aveyron Audrey CARLES - presse@aveyron-attractivite.fr - Mobile +33 6 78 42 43 81
- > Lozère Julian SUAU - j.suau@lozere-tourisme.com - Mobile : +33 6 45 56 99 87

> **Journaliste :** Karin BECH
Support : La France

➔ *Si vous avez du retard, nous vous remercions de bien vouloir prévenir le contact indiqué dans le programme ci-dessous.*

Partagez votre séjour en Occitanie avec

#VoyageOccitanie #VisitezToulouse #AveyronEmotion #LozereTourisme #ExploreFrance

et suivez nous sur :

@Tourisme_En_Occitanie - https://www.instagram.com/tourisme_en_occitanie/

@VisitezToulouse - <https://www.instagram.com/visitezoulouse/>

@TourismeAveyron <https://www.instagram.com/explore/tags/aveyronemotion/>

@ LozereTourisme - <https://www.instagram.com/lozeretourisme/>

@ExploreFrance - <https://www.instagram.com/explore/france/?hl=fr>

•••

Toulouse – Aveyron - Lozère

Vendredi 16 juin

08h50 Départ de Copenhague via Bruxelles

12h50 Arrivée à Toulouse

13h20 Transfert en taxi à l'hôtel (réservé et facturé au CRTLO)

tourisme-occitanie.com

Installation ou dépose de bagages à l'hôtel Saint Sernin

- 2, rue Saint Bernard - 05 61 21 73 08 - www.hotelstsernin.com/fr/

15h ITW avec chercheur INRAE concernant le changement climatique, conséquences et solutions pour le vignoble d'Occitanie.

17h Visite libre des magasins Pastel au centre-ville :

- Graines de Pastel - 4 place St Etienne (Toulouse)
- Pastel& Violette - 10 rue saint Pantaléon (Toulouse)
- Aphy, Espace Pastel – 13 rue des lois (boutique d'Annette Hardouin) (Toulouse)
- Maison du Pastel Bleu par nature – 9 place d'Assézat (où a lieu le rdv le lendemain) (Toulouse)
- Boudoir Bleu par nature - 6 Rue de Rémusat (Toulouse)
- Terre de pastel - Museum du pastel/Spa et boudoir (Labège)

19h30 Rendez-vous avec Birgitte à l'hôtel. Départ à pied au restaurant (10 minutes de marche)

20h Dîner au **restaurant EMILE**

- 13 Place Saint Georges 31000 Toulouse - 05 61 21 05 56 - <https://www.restaurant-emile.com/>

Nuit à Toulouse

Samedi 17 juin

10h00 Rencontre avec Sandrine Banessy (co-fondatrice de *Terre de Pastel*) ou Marie Pacheco (chargée des visites) pour une balade/découverte au cœur de la ville, sur les traces de l'histoire du Pastel (Terre de Pastel)

Rendez-vous devant la Maison du Pastel – Bleu par Nature

- 9 Place d'Assezat, 31000 Toulouse - www.terredepastel.com/fr/

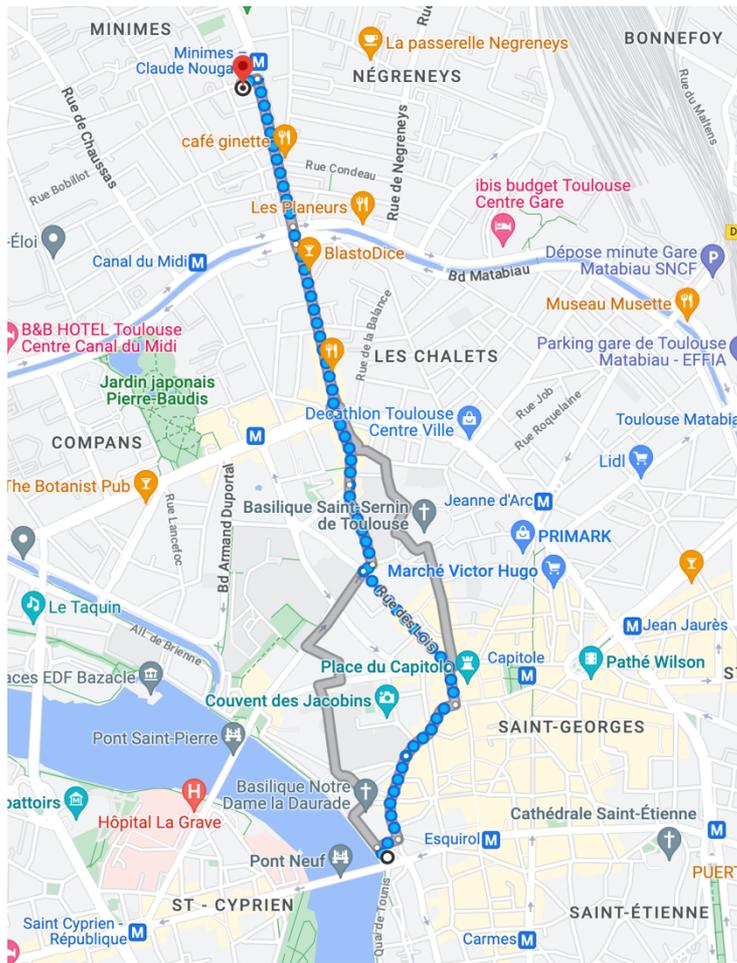
13h00 Déjeuner **BRASSERIE DES BEAUX-ARTS**

- 1 quai de la Daurade, 31000 TOULOUSE – T. +33 5 61 21 12 12 - <https://brasserielesbeauxarts.fr/>
Instagram : <https://www.instagram.com/brasserielesbeauxarts/>
Facebook : <https://www.facebook.com/brasseriesdesbeauxarts/>

Trajet pour aller au rendez-vous teinture au pastel à pied (30mn) ou en métro (20mn)

A pied :

tourisme-occitanie.com



En métro ligne B (2 tickets métro ont été donnés par Birgitte vendredi soir)

| Heures | Lignes | Description | Carte |
|--------|----------|--|-------|
| 14:57 | → | Partez de 1 Quai de la Daurade TOULOUSE | |
| 14:57 | 🚶 | Trajet piéton : 581 mètres - voir plus de détails | |
| 15:06 | ⇄ | Partez de l'arrêt Carmes TOULOUSE. | 📄 |
| 15:06 | B | Prenez le métro, ligne B , à destination de Borderouge TOULOUSE. | ⚠️ 📄 |
| 15:14 | ⇄ | Descendez à l'arrêt Minimes - Cl. Nougaro TOULOUSE. | 📄 |
| 15:14 | 🚶 | Trajet piéton : 111 mètres - voir plus de détails | |
| 15:15 | ↓ | Vous arrivez à 9 Rue du Caillou Gris TOULOUSE en 18 min. | |

15h30 Atelier de teinture approfondie avec Annette Hardouin (APHY) aux Minimes.

APHY

- 9 Rue du Caillou gris - 31200 Toulouse - <https://www.ahpy.eu/>

tourisme-occitanie.com

20h Dîner au restaurant 5 WINE BAR

- 5 Rue de la Bourse, 31000 Toulouse – T. +33 5 61 38 44 51 - www.le5winebar.fr
- Instagram : <https://www.instagram.com/le5winebar/>
@le5winebar

Nuit à Toulouse

Dimanche 18 juin

09h30 Taxi réservé pour aller à l'aéroport prendre la voiture de location à l'agence AVIS situé coté parking.
- Remettre le bon de transport au chauffeur.

- *Restitution de la voiture à l'agence le 22 juin à la gare Toulouse-Matabiau.*

- N'oubliez pas de présenter le bon de location AVIS (envoyé par e-mail), sinon vous devrez avancer les frais de location vous-même.

- Vous n'avez pas besoin de faire le plein d'essence à la fin de la période de location, ce qui est pris en charge par le Comité régional du tourisme d'Occitanie Tourisme.

A votre charge :

- Les frais de péage, les parkings, les amendes (excès de vitesse, stationnement, ...).

10h **Départ pour Millau (2h30 de route) - [Itinéraire via google](#)**

12h30 Déjeuner au Restaurant la Mangeoire à Millau

Déjeunez sous les voûtes de pierre des anciens remparts, illuminées par la vaste cheminée où le chef grille et flambe devant vous, viandes, poissons et pièces de gibier qui enchanteront vos papilles.

- 8, boulevard de la Capelle, 12100 Millau – 05 65 60 13 16

www.restaurantmillau.com/fr-fr#restaurant

Facebook : RESTAURANT LA MANGEOIRE - Instagram : restaurant_la_mangeoire_millau

14h **Départ Château de Peyrelade (30min) - [Itinéraire via google](#)**

14h30 Visite Château de Peyrelade

Majestueuse forteresse médiévale du XIIème siècle bâtie sur un éperon rocheux dominant la vallée et l'entrée des Gorges du Tarn.

- Barandelles, 12640 Rivière-sur-Tarn - 05 65 62 21 34

www.seigneurs-du-rouergue.fr/chateaux/chateau-de-peyrelade/

Facebook : Château de Peyrelade - Instagram : chateaupeyrelade

15h30-15h45

Départ pour Liaucous (15min) - [Itinéraire via google](#)

16h Via-ferrata à Liaucous

Rendez-vous au parking de Liaucous

A mi-chemin entre la randonnée et l'escalade, ludique et sportive à la fois, c'est une activité prisée des familles. Elle séduit les jeunes et les moins jeunes, les craintifs et les plus sportifs et téméraires.

tourisme-occitanie.com

20h/20h30

Dîner Hôtel de la Muse

Le chef propose une cuisine gouteuse et raffinée révélant la saveur et l'authenticité des meilleurs produits locaux.

- 12720 Mostuéjols - +33 5 65 62 60 01 - <https://hotel-delamuse.com/restaurant/>

Facebook : Hotel de la Muse et du Rozier - Instagram : hoteldelamuseetdurozier

Nuit à Hotel Doussière Alicanta à Le Rozier

Flore vous accueille dans une salle lumineuse donnant sur une terrasse qui surplombe la Jonte. Guillaume, Maître restaurateur, mitonne des plats raffinés et originaux faits maisons à prix raisonnable. Inscrit au BIB gourmand 2021 et idéalement situé à la confluence du Tarn et de la Jonte au Rozier, le restaurant de l'Hôtel Doussière, L'Alicanta, vous propose une pause de gourmandise et de détente. Vous prendrez place dans un cadre ravissant et agréablement agencé. Au menu, le Chef vous préparera une cuisine française riche et goûteuse. À travers la carte, vous découvrirez ou redécouvrirez les délicieux produits du terroir. Parmi les suggestions : filet de truite meunière, parmentier d'agneau ou encore la spécialité de la maison, la roulade de bœuf...

- Route de Meyrueis, 48150 LE ROZIER, +33 5 65 62 60 25

www.lozere-tourisme.com/restaurant-l-alicanta-hotel-doussiere/le-rozier/reslar048fs000w7

Lundi 19 Juin

09h L'Hermitage Saint Michel (3h30)

Une randonnée en toute point sublime, avec ses ruiniiformes emblématiques, sa vue sur la confluence du Tarn et de la Jonte, son panorama depuis l'ermitage

<https://rando.parc-grands-causses.fr/fr/trek/46084-L-Ermitage-Saint-Michel>

12h30 Déjeuner Auberge de Peyreleau

L'Auberge de Peyreleau est un endroit chaleureux et familial, parfait pour déguster un bon repas ou pour boire un coup entre amis ou en famille.

- Le Bourg, 12720 Peyreleau - [05 65 70 79 18](tel:0565707918)

www.facebook.com/AubergePeyreleau

Facebook : @Auberge de Peyreleau

14h Descente en canoë (1 par personne) avec L'alternative

Rendez-vous à la base : L'Alternative

- Route des Gorges du Tarn 12720 Mostuéjols

Les Vignes - Mostuéjols : 10 km de descente dans la partie la plus mouvementée des Gorges du Tarn. Alliant panoramas, nature et rapides et des spots incontournables comme les mini-Détroits, le hameau perché de La Sablière, la plage des Basaltes, le Pont Cassé du Rozier...

www.canoe-gorges-du-tarn.fr/fr-fr/accueil.aspx

Facebook : L'Alternative canoë - Instagram : alternativecanoe

tourisme-occitanie.com

17h30 Interview par téléphone du prestataire "Nuit en Falaise "

Contactez Vincent GOURBIERE (Aventures Occitanes) www.aventures-occitanes.fr/

Dîner et nuit à Le Rozier : Hotel Doussière Alicanta

Flore vous accueille dans une salle lumineuse donnant sur une terrasse qui surplombe la Jonte. Guillaume, Maître restaurateur, mitonne des plats raffinés et originaux faits maisons à prix raisonnable. Inscrit au BIB gourmand 2021 et idéalement situé à la confluence du Tarn et de la Jonte au Rozier, le restaurant de l'Hôtel Doussière, L'Alicanta, vous propose une pause de gourmandise et de détente. Vous prendrez place dans un cadre ravissant et agréablement agencé. Au menu, le Chef vous préparera une cuisine française riche et goûteuse. À travers la carte, vous découvrirez ou redécouvrirez les délicieux produits du terroir. Parmi les suggestions : filet de truite meunière, parmentier d'agneau ou encore la spécialité de la maison, la roulade de bœuf...

• Route de Meyrueis, 48150 LE ROZIER, +33 5 65 62 60 25

www.lozere-tourisme.com/restaurant-l-alicanta-hotel-doussiere/le-rozier/reslar048fs000w7

Mardi 20 Juin

40 min de route

9h30 à 12h30

Initiation ornithologique avec Jane

RDV au Roc des Hourtous

Venez observer vautours, pics, mésanges et tant d'autres, depuis le Causse Méjean et avec un grandiose panorama sur les Gorges du Tarn. A travers différents milieux, cette balade de 2.8km au départ du Roc des Hourtous est adaptée aux petits et grands. Je vous propose une immersion rythmée par le chant des oiseaux, par groupe restreint de 6 personnes, afin de profiter au maximum de l'expérience. Tout le matériel nécessaire vous est fourni pour une initiation en bonne et due forme.

• Panorama du Roc des Hourtous, lieu-dit le Rieisse, 48210 LA MALENE

www.lozere-tourisme.com/les-initiations-ornitho/la-malene/asclar048v50db1n

20 min de route

13h00-14h30

Déjeuner au restaurant le Manoir de Montesquiou

Au cœur des Gorges du Tarn et au bord du Parc National des Cévennes, le Manoir de Montesquiou vous propose 12 chambres de charme, aussi différentes et atypiques que romantiques. Découvrez également sa table conviviale et chaleureuse autour de produits du terroir et de vins régionaux que vous pourrez déguster les soirs d'été sur la terrasse du Manoir face aux contreforts des causses.

• Château de La Malène, 48210 LA MALENE

+33 4 66 48 51 12

www.lozere-tourisme.com/manoir-de-montesquiou/la-malene/hotlar048000075

tourisme-occitanie.com

1 min de marche !

15h à 16h30

Balade avec les Bateliers des Gorges du Tarn

Avant la création de la route en 1905, ce moyen de transport servait autrefois aussi bien pour les hommes que les animaux et les marchandises. Aujourd'hui, il permet aux visiteurs de découvrir la plus belle partie des Gorges. Au départ de la Malène, les bateliers vous embarquent au fil des 8 km d'eau turquoise profilée au coeur de la partie la plus escarpée de ce célèbre canyon.

- 48210 LA MALENE - +33 4 66 48 51 10

www.lozere-tourisme.com/les-bateliers-des-gorges-du-tarn/la-malene/loilar048v5049v8

20 min de route

17h à 18h30

Visite autonome de la cité médiévale de Sainte-Enimie labellisée "Plus Beaux Villages de France"

Possible de le faire à l'aide de l'application Baludik, durée 1h30. Application à télécharger sur votre smartphone, disponible sur le play store et apple store.

C'est l'un des plus beaux villages de France grâce à son côté médiéval et son adaptation aux gorges qui l'entourent, Sainte-Enimie est tout en vieilles ruelles pavées et en passages voûtés, parsemé de larges escaliers et de jolies terrasses qui participent généreusement à son charme. De son ancien monastère vous pouvez voir le réfectoire, belle salle capitulaire romane. L'église romane Notre-Dame-du-Gourg, du XI^e siècle, a subi quelques transformations. Admirez la belle voûte de son abside et la statue de sainte Anne, côtoyant des céramiques contemporaines illustrant l'histoire de la fondation du bourg. Le vieux village a conservé une halle au blé et sa mesure à grains.

- 48210 - www.cevennes-gorges-du-tarn.com/sainte-enimie

GORGES DU TARN CAUSSES

[https://baludik.fr/balades/fiche_balade_parcours-b1475-la legende de sainte enimie-sainte enimie-lozere-48](https://baludik.fr/balades/fiche_balade_parcours-b1475-la_legende_de_sainte_enimie-sainte_enimie-lozere-48)

www.lozere-tourisme.com/cite-medievale-de-sainte-enimie/gorges-du-tarn-causses/pcular048fs0001v

15 min de route

Nuitée et Dîner à la Chambre d'hôte 5 épis "Le Manoir du Charme" à Blajoux (résa ok)

Venez vous ressourcer dans notre « Manoir Du Charme » au cœur des Gorges du Tarn, vous découvrirez un paysage idyllique, montagne, rivière, plage galet, grotte, cascade et des paysages a vous couper le souffle !

Nous disposons de 2 Chambres d'hôtes. Par la cour intérieur du Manoir, vous aurez un accès extérieur privé à votre Chambre directement, vous disposerait d'une entrée et d'une terrasse privée, d'un hall avec toilette privatif, puis votre Chambre avec salle de Bain (Douche, lavabo). Sur votre terrasse privée, sous une pluie étoilée et vue sur la montagne vous pourrez profiter de votre bain finlandais chauffer privatif le soir en illimité.

- Poujols, Bajoux, 48320 GORGES DU TARN CAUSSES, +33 6 86 65 28 33

www.lozere-tourisme.com/manoir-du-charme/gorges-du-tarn-causses/hlolar048v50fjiz

tourisme-occitanie.com

1h de route

10h-10h30

Découverte du Point Sublime

Situé à 870 m d'altitude, le site classé du "Point Sublime" est un des endroits dans les gorges du Tarn les plus fréquentés. Situé sur le Causse de Sauveterre, le Point-Sublime est un belvédère qui offre aux visiteurs le spectacle de ces merveilleuses falaises ocre plongant dans les eaux émeraude du Tarn. Au pied, soit plus de quatre cents mètres plus bas, le Tarn fait un virage à angle droit et ce 'caprice' permet au visiteur de prendre les gorges en enfilade, et vers l'est, et vers le sud. En face, les corniches abruptes du causse Méjean donnent la touche finale au caractère des lieux et complètent ce magnifique tableau digne des plus grands artistes.

- 48500 MASSEGROS CAUSSES GORGES

www.lozere-tourisme.com/panorama-du-point-sublime/massegros-causses-gorges/pnalar048fs0000d

Départ pour Marcellac Vallon (1h15 de route)

[Itinéraire via google](#)

11h45-12h

Arrivée à Salles La Source

Situé entre Rodez et Conques, découvrez ce petit coin de fraîcheur au cœur du joli village de Salles-la Source, accroché à la falaise sur 3 étages.

www.tourisme-conques.fr/fr/experiences/un-moment-a-salles-la-source

12h-12h30

Déjeuner Restaurant Cascade

26 cour de la filature, 12330 Salles-la-Source, +33 (0)5 65 67 29 08

www.instagram.com/cascade.restaurant/

Départ de Salles-La-Source pour Valady – [voir l'itinéraire](#) (15minutes de route)

Rencontre et ITW avec Kasper Ibfelt (directeur Vignerons du Vallon) + balade séance photos dans les vignes. **résa en cours- horaire à préciser**

- RD840 12330 Valady, Tél +33 (0)5 65 72 70 21 - www.vigneronsduvallon.com/

Diner et nuitée Les Jardins d'Ana

Chambres et table d'hôtes de charme dans une demeure de fin du 18ème au centre de 3000m² de terrain au cœur d'un village authentique...

- Cougousse, Chemin du mas, 12330 Salles-la-Source - <https://lesjardinsdana.wordpress.com/>

tourisme-occitanie.com

Jeudi 22 Juin

14h Restitution de la voiture de location à l'agence AVIS de la gare Toulouse-Matabiau avant 14h

Fin de programme en Occitanie et départ pour la Loire-Atlantique (accueil du 23 au 26 juin)

Nous espérons que vous avez apprécié votre séjour !

Ce voyage de presse a été organisé en partenariat avec Comité Régional du Tourisme et des Loisirs d'Occitanie, Toulouse Tourisme, Tourisme Aveyron, Lozère Tourisme, et nous vous remercions de bien vouloir mentionner nos sites dans vos futurs articles :

Destination Occitanie : www.tourisme-occitanie.com

Toulouse Tourisme : www.toulouse-visit.com

Tourisme Aveyron : www.tourisme-aveyron.com/fr

Lozère Tourisme : www.lozere-tourisme.com

tourisme-occitanie.com



Offices de
Tourisme
de France
POLE REGIONAL
OCCITANIE

Site de Montpellier (siège)

64, rue Alcyone • CS 79507 • F • 34960 Montpellier Cedex 2
Tél : +33 (0)4 30 63 84 20 • contact@crtoccitanie.fr

N° SIRET 83203963000013 - APE 7990Z

Site de Toulouse

15 rue Rivals • CS 78543 • F • 31685 Toulouse Cedex 6
Tél : +33 (0)4 30 63 84 20 • contact@crtoccitanie.fr