



# La Commission des Pensionnés de la CMCAS Metz EDF vous propose

## UNE ESCAPADE

### Au Cœur du Colorado Provençal : Le Lubéron Du dimanche 12 juin au dimanche 19 juin 2022 Séjour de 8 jours / 7 nuits

Attention : être en forme et bonne santé est nécessaire.



## Votre programme

### JOUR 1 : BIENVENUE

Prise en charge du groupe à Montigny-Lès-Metz (à 6h00) en autocar grand tourisme 53 places, départ en direction d'Apt.

Déjeuner libre en cours de route. Arrivée du groupe en fin de journée. Cocktail de bienvenue et installation dans les chambres. Dîner au village vacances et soirée animée.

### JOUR 2 : VILLAGES DE PROVENCE (80 KM) ET GORDES ET LAVANDES (50 KM)

Le matin, départ vers Ménerbes, ce superbe petit village du Luberon, classé parmi les plus beaux villages de France, est bâti au sommet d'une colline et entouré de magnifiques paysages.

En visitant le village, vous vous apercevrez que Ménerbes a conservé de nombreux témoignages de son riche passé historique.

Arrivée à Lacoste, dominé par la masse imposante des ruines, partiellement relevées, d'un château ayant appartenu à la famille de Sade, racheté par Pierre

Cardin. Découverte pedestre du village.

De Lacoste, vous admirerez Bonnieux, un gros village pittoresque étagé sur un promontoire du Luberon, où subsistent de nombreux vestiges de remparts.

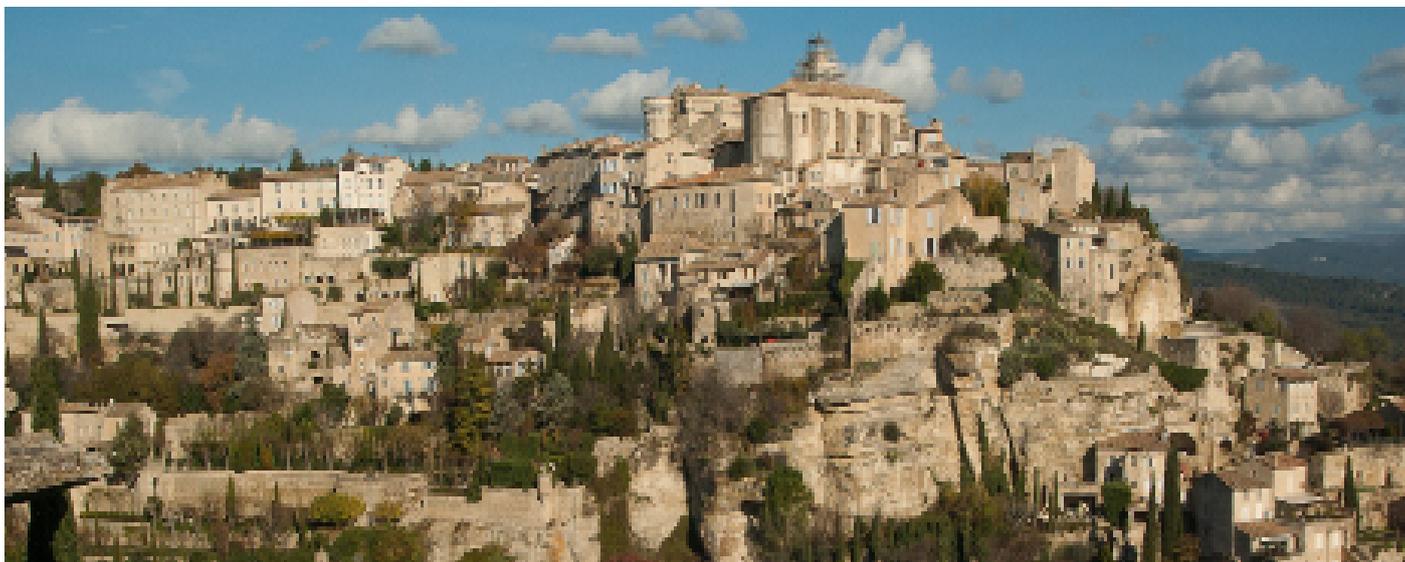
Arrêt au Pont Julien, construit sur la Via Domitia, la plus ancienne route de France et aménagée par les Romains pour relier l'Empire à ses conquêtes.

Déjeuner au Castel Luberon\*\*\*.

L'après-midi, départ vers Gordes. Gordes étagé de façon très pittoresque ses maisons sur une falaise terminant le plateau de Vaucluse et dominant la vallée de l'Imergue face au Luberon.

Découverte de la ville : le bourg, le belvédère et l'ancien hôpital. Départ par une route très pittoresque vers l'abbaye de Sénanque et arrêt photo. Au creux du petit canyon de la Sénancole qui s'ouvre dans le plateau du Vaucluse, apparaissent, dans un site austère, les harmonieux bâtiments de l'abbaye de Sénanque dans son écrin de lavande.

Continuation pour Coustellet et visite du musée de la Lavande. Vous découvrirez les différentes sortes de



lavande, apprendrez comment faire la différence entre lavande et lavandin. Vous découvrirez la distillation. Dîner au village vacances et soirée animée.

### JOUR 3 : DE SAINT-REMY AUX BAUX DE PROVENCE (120 KM)

Le matin, départ en direction des Baux de Provence, découverte accompagnée de ses petites places, ses terrasses, ses ruelles, ses maisons chargées d'histoire qui témoignent d'un riche passé. Le village, classé au patrimoine mondial de l'Unesco mais aussi aux « plus beaux villages de France », est un bonheur pour les yeux. Arrêt aux Antiques pour admirer deux magnifiques monuments : le mausolée et l'arc municipal. Continuation vers Saint Remy.

Déjeuner au restaurant.

Découverte accompagnée de Saint Remy avec ses boulevards ombragés de platanes, places ornées de fontaines, petites ruelles charmantes de la vieille ville... C'est aussi la porte des Alpilles, pays natal de Nostradamus, qui accueille le génie de Vincent Van Gogh. Route vers Fontvieille et le fameux moulin d'Alphonse Daudet (entrée non incluse).

Retour par Maussanne les Alpilles et par la chaîne des Alpilles. Dîner au village vacances et soirée animée.

### JOUR 4 : MONT VENTOUX ET VAISON LA ROMAINE (175 KM)

Le matin, départ par Sault pour le Mont Ventoux. Son sommet (1 912 m), aux pentes dénudées et caillouteuses, est couronné d'un observatoire, ce qui le rend reconnaissable à plus de 100 km à la ronde. C'est aussi une étape incontournable du Tour de France. Route pour Vaison la Romaine. Déjeuner dans un restaurant.

L'après-midi : visite de Vaison la Romaine avec ses champs de fouille (entrée non incluse), ses églises Saint-Quenin et Notre-Dame de Nazareth... Vaison vieille France, avec sa vieille ville perchée sur les rochers...

Vaison moderne, pleine de vie, de terrasses de cafés, de boutiques, et de marchands de produits du terroir. En route pour Apt, vous pourrez admirer les dentelles de Montmirail.

Cette « montagne admirable » (mons mirabilis) est une véritable sculpture naturelle s'élevant 755 mètres au-dessus de la Provence des papes. L'érosion a ciselé si finement le calcaire de ce massif que l'on imagine voir une majestueuse dentelle de pierre. Dîner au village vacances et soirée animée.

### JOUR 5 : DECOUVERTE D'APT & APRES-MIDI LIBRE (JOURNEE REPOS CHAUFFEUR)

Le matin, départ à pied du village vacances pour la visite de la cité d'Apt. Située au cœur du Parc naturel Régional du Luberon, Apt vous séduira par le charme qui se dégage des petites rues de la vieille ville avec ses fontaines anciennes, ses hôtels particuliers et ses petites placettes ombragées. Déjeuner au Castel Luberon\*\*\*.

Après-midi libre. Dîner au village vacances et soirée animée.

### JOUR 6 : AVIGNON (120 KM)

Le matin, départ vers Avignon, ville d'art et de culture, aux confins de trois départements, entourée de remparts et dominée par le rocher des Doms, où se trouve la Cité des Papes.

Découverte commentée en Petit Train pour un circuit inoubliable au cœur de la Cité des Papes en vous faisant découvrir ses plus beaux sites : le Palais des Papes, monument classé au patrimoine mondial de l'Unesco, le Rocher des Doms, ses rues médiévales et commerçantes, ses quartiers pittoresques sans oublier le fameux Pont. Déjeuner au restaurant.

Puis découverte de l'île de la Barthelasse. C'est un véritable paradis pour les citadins, havre de verdure et de fraîcheur. Avec ses 700 hectares dont 400 cultivables, elle constitue la plus grande île fluviale de France. Route pour Villeneuve-lez-Avignon où vous découvrirez la vue magnifique sur Avignon depuis le

fort Saint-André et la tour Philippe le Bel.

Visite libre du Palais des Papes : équipés de votre Istopad, visitez le Palais des Papes, la plus grande forteresse gothique du monde. Entrez dans l'univers des Papes au XIV<sup>ème</sup> siècle et découvrez au fil des salles, leur vie quotidienne et leurs fastes. Dîner au village vacances et soirée animée.

#### JOUR 7 : OCRE ET ROUSSILLON (45 KM) / FORCALQUIER (90 KM)

Le matin, départ en direction de Rustrel pour découvrir le Colorado provençal illuminé par la féerie des jaunes foncés, rouges, verts et violets foncés.

Continuation vers Saint-Saturnin-les-Apt. La route traverse de riches plaines de cerisiers.

Puis découverte de Roussillon, l'un des plus beaux villages du Luberon, avec ses falaises d'ocre aux teintes variant du jaune au rouge. Promenade dans le village pour admirer ses façades. Attention : l'ocre étant très salissant, nous vous conseillons de vous munir de chaussures et vêtements adaptés et confortables.

Déjeuner au Castel Luberon\*\*\*.

L'après-midi, départ pour Forcalquier, ancienne capitale de Provence. Construite autour d'une fontaine sur un plateau calcaire, c'est cette « font calquier » qui lui a donné son nom. À égale distance du Rhône, des Alpes et de la mer, à mi-hauteur entre plaine et montagne, à la rencontre du monde alpin et méditerranéen, le pays de Forcalquier est une Provence du milieu. Dégustation de pastis et de liqueurs de Provence, tradition plusieurs fois millénaire. Dès le Moyen Âge, les ramasseurs d'herbes aromatiques s'en font colporteurs. Au XIX<sup>ème</sup> siècle, certains deviennent pharmaciens, d'autres distillateurs, puis se spécialisent dans la production de liqueurs et d'apéritifs. Dîner au village vacances et soirée animée.

#### JOUR 8 : IL FAUT DÉJÀ SE QUITTER

Petit-déjeuner et départ du groupe. Retour à Montigny Les Metz (vers 20h00) – Déjeuner libre.

BULLETIN D'INSCRIPTION  
SEJOUR AU LUBERON - 8 jours / 7 nuits  
PRIX PAR PERSONNE EN CHAMBRE DOUBLE 830 €  
(Base 30 personnes)

Supplément chambre individuelle : 126€

**Acompte de 250€ par personne à l'inscription, le solde à régler avant le 30 avril 2022.**

Assurance : en cas d'annulation avant le départ, le client est remboursé par l'assurance des frais de dédit retenus par ULVF, déduction faite d'une franchise de 50€ par personne, il faut bien sûr que le dossier médical soit validé par le médecin de l'assurance.

PRIX ET CONDITIONS  
PRIX PAR PERSONNE, Base 30 personnes minimum :  
JUIN 2022

BASE 30 PERSONNES	830€
BASE 40 PERSONNES	790€
BASE 50 PERSONNES	750€

#### INCLUS :

- Le transport Aller-Retour et sur place suivant le programme.
- Le logement base chambre double standard au village de vacances le CASTEL LUBERON
- La pension complète du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 8,
- Les boissons : eau à table, vin à discrétion aux repas et café le midi,
- Le linge de toilette et de table fourni, lits faits à l'arrivée,

- Les visites mentionnées au programme (droits d'entrée, visites, les restaurant...),
- Un accompagnateur ULVF pendant les excursions,
- L'utilisation des structures du village de Vacances
- Les animations en soirée,
- Un cocktail de bienvenue,
- L'assurance annulation, rapatriement et l'extension COVID
- La taxe de séjour.

#### NON INCLUS :

- Les dépenses personnelles,

Coupon réponse à retourner  
accompagné de votre règlement  
Avant le 15 septembre 2021 à la  
CMCAS Metz EDF - BP 30824 -57958 MONTIGNY-LES-METZ  
Commission des Pensionnés « Séjour au Luberon 2022 »

Nom et prénom de l'Ouvrant Droit : .....  
.....  
Téléphone fixe : .....  
Téléphone portable : .....  
Mail: .....

Participants Ouvrants Droit et Ayants-Droit

Nombre ..... x 250 € = .....€  
Nom - Prénom .....  
Nom - Prénom .....  
 Chambre individuelle : 126 €

Participants invités

Nombre ..... x 250 € = .....€  
Nom - Prénom ..... Date de naissance .....  
Nom - Prénom ..... Date de naissance .....  
 Chambre individuel : 126€

Ci-joint un chèque libellé à l'ordre de la CMCAS EDF/GDF de Metz Lorraine  
(mettre au dos du chèque la mention « Séjour au Lubéron 2022»)

Important : en cas d'inscription d'invités, faire des chèques séparés  
(1 pour Ouvrant/Ayant Droit et 1 pour les invités).