



Parc à la carte

www.gruyerepaysdenhaut.ch

OFFRES ACCESSIBLES





Les offres du Parc

Chaque année, le Parc présente un programme annuel de sensibilisation à la nature et à la découverte de son territoire dans sa brochure *Parc à la carte*.

Des offres réellement adaptées aux personnes en situation de handicap ont été conçues et sont présentées dans les pages suivantes. Toujours ouvertes aux valides, ces activités encouragent la découverte de l'autre et l'entraide.

Certaines activités peuvent être organisées sur mesure pour des groupes. D'autres prestations peuvent compléter ces offres, comme un buffet, un pique-nique du Parc, une nuitée.

Chaque offre est accompagnée d'une fiche descriptive détaillée à télécharger sur le site du Parc www.gruyerepaysdenhaut.ch.

TARIFS

- Les tarifs sont précisés pour chaque offre.
- Les prix sont fixés au plus juste, de manière à rémunérer correctement des professionnels consciencieux.
- Un rabais de 10% est accordé aux membres de l'association du Parc par offre réservée.
- Pour certaines activités, un âge minimal est requis. Le tarif enfant s'applique selon l'âge indiqué dans chaque offre.
- Sur demande au moment de l'inscription, on peut payer une activité ou une commande avec des Grues, monnaie locale complémentaire (www.lagruue-mlc.ch).

INSCRIPTIONS

- Pour participer à une activité du Parc, il est nécessaire de **s'inscrire au plus tard deux jours avant le départ prévu, avant midi**.
- Le Parc se garde le droit d'annuler un événement en raison de la météo, par manque de participants ou pour toute autre raison indépendante de sa volonté.
- Les participants doivent être assurés contre les accidents.
- Sauf indications particulières, les chiens sont les bienvenus, mais tenus en laisse.

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

Symboles et légendes

REPÉRER EN UN CLIN D'ŒIL LES SPÉCIFICITÉS DE NOS ACTIVITÉS

NOUVEAUTÉ

Nouvelle offre *Parc à la carte* 2024-2025

FAMILLES

S'adresse particulièrement aux familles

GRATUIT

Activité offerte par le prestataire ou par le Parc

GROUPE

Peut être organisée sur mesure pour des groupes ou entreprises

TP

Activité idéale en transports publics

REPAS INCLUS

Repas compris dans le prix de l'activité

BOIS QUI CHANTE

Conférence en lien avec le *Festival du Bois qui chante*

ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Le Parc propose des activités adaptables ou spécialement conçues pour les personnes en situation de handicap. Les pictogrammes suivants indiquent les publics concernés. Plus d'informations sur les fiches consultables sur gruyerepaysdenhaut.ch ou en contactant le Parc.



Accessible ou partiellement accessible en fauteuil roulant



Offre en langue des signes (merci de s'annoncer au plus tard 10 jours ouvrables avant l'activité)



Activité adaptée aux personnes avec handicap de la vue



Activité adaptée aux personnes avec déficience intellectuelle

Les bons du Parc

Le Parc propose des bons à faire valoir sur ses offres d'une valeur de 20.-, 50.-, ou 100.- ou d'acheter des bons pour une activité spécifique.

Pique-nique du Parc

Un pique-nique, composé de produits labellisés *Produit des parcs suisses*, peut être commandé et dégusté lors d'une activité ou pour toute autre occasion.

Informations, inscriptions et commandes de bons ou de pique-niques du Parc : +41 (0)848 110 888, inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch



Randonnées

GRATUIT



Dimanche 9 juin 2024

RANDONNÉE SOLIDAIRE AUTOUR DE GRUYÈRES

Une randonnée sous le signe de la solidarité et du partage. Grâce au soutien de l'association *Différences Solidaires*, partir à la découverte de Gruyères et sa campagne environnante. Un itinéraire idéal pour la randonnée en *Joëlette* (fauteuil de randonnée pour personnes à mobilité réduite). Le parcours mène vers de magnifiques points de vue sur les Préalpes et le château de Gruyères, pour finir au cœur de la cité.

Gruyères, 9h-15h

Dès 10 ans

Minimum 3 personnes valides pour 1 personne en situation de handicap, 3 personnes en situation de handicap maximum (nécessitant des *Joëlettes*).

Activité offerte ; inscriptions obligatoires

NOUVEAUTÉ



Samedis 6 juillet et 24 août 2024

CANI-RANDO

Une randonnée sur un mode original et adapté à tous : le randonneur, à pied ou en chaise roulante, est tracté par des chiens polaires. La cani-rando est une activité accessible et enrichissante pour les personnes en situation de handicap, favorisant l'inclusion et le bien-être de tous les participants.

Plaine des Marches, 14h15-17h15

Dès 7 ans

Minimum 5 personnes, 12 personnes maximum

Tarif : 25.- (dès 7 ans) ; inscriptions obligatoires



Saison d'alpage

Depuis le 6 décembre 2023, la saison d'alpage est inscrite sur la liste représentative du patrimoine culturel immatériel de l'humanité. Une reconnaissance de l'UNESCO pour une activité qui se tient au cœur du Parc.

Derrière les toitures de tavillons, poyas et désalpes, caves à fromages, troupeaux de vaches ou moutons, les hommes et les femmes qui vivent de l'économie alpestre se retrouvent aujourd'hui face à de nombreux défis. Ils doivent constamment se réinventer entre nostalgie d'un passé idéalisé et conscience des enjeux actuels.

Les offres présentées dans ces trois pages vous invitent sur leurs lieux de vie et de travail pour mieux comprendre ce patrimoine vivant, dépasser le folklore, valoriser les richesses de cette relation avec la montagne, tout en s'émerveillant de la qualité des produits du terroir et des paysages caractéristiques des Alpes vaudoises et fribourgeoises.



Samedi 8 juin 2024

INITIATION À LA DÉGUSTATION DE FROMAGE

Patrizia Piccinali, ingénieure alimentaire et spécialiste en analyse sensorielle, donne toutes les clés pour apprendre à déguster le fromage dans les règles de l'art. Après une initiation à l'analyse sensorielle, la visite des caves de L'Étivaz permet de comprendre le processus d'élaboration et d'affinage. L'activité se termine en beauté par une dégustation de fromages du Parc. Une invitation à découvrir le monde du fromage en éveillant ses sens.

L'Étivaz, 12h45-16h

Dès 16 ans

Minimum 7 personnes, 15 personnes maximum

Tarif : (dès 16 ans) 45.- ; inscriptions obligatoires



Conférences

BOIS QUI CHANTE

GRATUIT



Mardi 1^{er} octobre 2024

LE POTENTIEL SONORE DU BOIS DE RÉSONANCE

Fusionner le savoir-faire traditionnel et les avancées technologiques du 21^e siècle, c'est ce que propose **Excelson**, spécialisé dans le matériel sonore électronique à base de bois de résonance. Après une brève explication historique et technique, la conférence propose une expérience sonore immersive et totale, l'occasion de tester tout le potentiel du bois de résonance.

Château-d'œx, CinEden, 19h30- 20h45

Entrée libre ; sans inscription

BOIS QUI CHANTE

GRATUIT



Mardi 5 novembre 2024

FORÊTS DU PAYS-D'ENHAUT: GESTION, ÉVOLUTION, VALORISATION

Les forêts rendent de multiples services dont la protection contre les dangers naturels, la préservation de la biodiversité ou l'approvisionnement en matériaux de qualité. Lors de cette conférence, **Frédéric Blum**, directeur du Groupement forestier du Pays-d'Enhaut, expliquera les différents moyens mis en place pour garantir la pérennité des fonctions de la forêt face aux changements climatiques. Il mettra notamment en lumière le concept de valorisation des résineux pour la production de bois de résonance.

Rougemont, salle du Conseil, 19h15- 20h45

Entrée libre ; sans inscription

GRATUIT



Mardi 3 décembre 2024

TRÉSORS GÉOLOGIQUES DU PARC

En octobre 2022, le canton de Fribourg a publié l'inventaire des géotopes d'importance cantonale. Parmi les 92 sites recensés, près de la moitié se trouvent sur le territoire du Parc. Lors de cette conférence, **Quentin Vonlanthen**, géographe et co-auteur de cet inventaire, propose de découvrir les géotopes situés sur la partie fribourgeoise du Parc, véritables témoins de l'évolution paysagère et climatique. Les enjeux de protection et de mise en valeur de ce patrimoine encore largement méconnu seront également abordés.

Albeuve, Auberge de l'Ange, 19h- 20h30

Entrée libre ; sans inscription

GRATUIT



Mardi 4 février 2025

HORS-PISTE, SENSIBLE ET SAUVAGE

Explorer la sensation de liberté et d'évasion que procurent les sports de montagne tout en minimisant l'impact sur la vie sauvage, c'est ce que propose le film *Hors-piste, sensible et sauvage*, réalisé par Guillaume Collombet. Le film emmène le spectateur dans des paysages époustouflants et invite à mieux comprendre la faune sauvage qui y vit. La diffusion du film est suivie d'un échange avec **Michel Perreten**, surveillant des sites de protection de la faune du canton de Vaud.

Château-d'Œx, CinEden, 20h15- 21h45

Entrée libre ; sans inscription

GRATUIT



Mardi 4 mars 2025

DES VOLONTAIRES AU SECOURS DES BERGERS

La protection des alpages face au retour des grands prédateurs est essentielle pour la pérennité du système pastoral de nos régions. Grâce au programme de surveillance OPPAL, des volontaires viennent en aide aux bergers en assurant une surveillance continue du troupeau durant la nuit sur les alpages. **Jérémy Moulin**, directeur d'OPPAL, présente les différentes actions de l'organisation qui visent à améliorer la cohabitation entre les activités humaines et les grands carnivores.

Charmey, Hôtel Cailler, 19h15 - 20h45

Entrée libre ; sans inscription

GRATUIT

Mardi 1^{er} avril 2025

JARDIN-FORÊT, UNE NATURE FOISSONNANTE CHEZ SOI

Une conférence pour explorer l'art de créer des écosystèmes luxuriants, diversifiés et durables, inspirés par les forêts naturelles. Un expert de **l'Association Jardin-Forêt Suisse** partagera ses connaissances sur la conception, la gestion et les bienfaits des jardins-forêts, aussi appelées forêts comestibles. Des perspectives pour cultiver un lien harmonieux avec la nature dans son propre jardin.

Pringy, Maison du Gruyère, 19h15 - 20h45

Entrée libre ; sans inscription

Ces conférences sont gratuites et s'adressent à tous les publics. Sur demande, un interprète en langue des signes peut être engagé, il est nécessaire de s'annoncer au minimum 10 jours ouvrables avant l'événement.

Les conférences se déroulent aux lieux indiqués ainsi qu'en vidéoconférence (lien pour participer sur www.gruyerepaysdenhaut.ch). Aucune inscription n'est requise, des informations peuvent être obtenues au + 41 (0)848 110 888



Expériences et création

NOUVEAUTÉ

GRATUIT



Dimanche 15 septembre 2024

HERBORISTERIE AVEC ALPES EN FLEURS

Fanny et Sébastien Henchoz, agriculteurs de montagne, présentent leurs activités autour des fleurs et des herbes aromatiques. Dans un champ cultivé avec soin, les plantes se côtoient dans les meilleures conditions biologiques. Après la visite des jardins, réalisation d'une tisane que chacun peut emporter avec soi.

La Comballaz, 8h45-12h

Dès 16 ans

Minimum 4 personnes, 15 personnes maximum

Activité offerte ; inscriptions obligatoires



Découvertes et observation

NOUVEAUTÉ

GRATUIT



Du 24 au 28 juillet 2024

FESTIVAL AU PAYS DES ENFANTS

Le Parc anime un stand avec différents jeux qui permettent de reconnaître les traces et empreintes des animaux, les sons qu'ils produisent ou encore leurs besoins pour se déplacer dans la nature. L'odorat, le goût et le toucher seront aussi mis en éveil pour apprendre à identifier les plantes sauvages.

Château-d'Ex, tous les jours de 10h30 à 17h30

Tout public ; sans inscription

FAMILLES

GRATUIT



Dimanche 4 août 2024

JOURNÉE DE LOISIRS ACCESSIBLES À LA VIDEMANETTE

Capdenho, Différences Solidaires et Loisirs Pour Tous, en collaboration avec Bergbahnen Destination Gstaad AG et le Parc, s'unissent pour offrir cette journée de découverte des loisirs accessibles. Au départ de Rougemont, que l'on soit valide ou en situation de handicap, chacun est invité à dévaler en Cimgo les pentes de la Videmanette dans ces engins de descente encadré par des pilotes chevronnés.

La Videmanette (Rougemont), 10h-16h

Personne en situation de handicap (Cimgo) : dès 5 ans ;

accompagnant en mountain cart : dès 12 ans (bonne

condition physique), 25 personnes maximum

Activité offerte; inscriptions obligatoires



Offres à la carte pour groupes et entreprises



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. 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 la veille.

Tarif forfaitaire : 200.-, en groupe, jusqu'à 12 personnes
(maximum 2 groupes)

Durée : environ 2 heures



DE LA FABRICATION À L'AFFINAGE

La fromagerie de Charmey ouvre ses portes aux groupes qui souhaitent comprendre le processus de transformation du lait en fromage. Après avoir assisté à la fabrication, visite des caves de la fromagerie où sont affinées les meules de Gruyère AOP et Vacherin Fribourgeois AOP. Comme il se doit, l'activité se clôt par une dégustation.

Tarif : 20.- par adulte (dès 16 ans), 10.- par enfant (6 à 15 ans)

Durée : environ 1h30



LA CHOCOLATERIE DE GRUYÈRES : ATELIER CHOCOLAT ET VIN

Cet atelier propose de s'immerger dans les finesses du monde du chocolat. À la Chocolaterie de Gruyères, comprendre le processus de fabrication qui va voir la fève de cacao amère se transformer en délicieux chocolat. Chacun fabrique sa propre tablette et l'agrément en fonction de ses goûts. Puis découvrir les accords surprenants de vins associés à différents chocolats spécialement conçus à cet effet.

Tarif : pour un groupe dès 8 personnes, 40.- par personne
Durée : environ 2 heures



LE LEADERSHIP PAR LE CHEVAL

Sur une journée, Carine Morier, équitococh, vous accueille entourée par ses chevaux vivant en liberté. Ensemble, découvrez différentes formes de leadership. La journée s'articule entre travail aux côtés des chevaux et transmission de connaissances théoriques. La compréhension de la force et du fonctionnement du troupeau permet de renforcer la cohésion d'équipe en s'inspirant des chevaux.

Programme et tarif sur demande, selon les besoins et envies des groupes



FONDUE ACADEMY

Participez à un cours de cuisine inédit, au cœur de Gruyères, auprès d'un maître fromager. Une expérience inoubliable pour percer tous les secrets de la traditionnelle fondue moitié-moitié. À la fin du cours, un diplôme nominatif est décerné aux étudiants qui pourront dès lors porter à leur entourage les préceptes de la gastronomie et de la tradition gruérienne. Une activité à partager en famille, entre amis, ou comme sortie de team-building.

Durée : environ 2h
Tarif : 56.- par personne
Groupe dès 15 personnes



DÉGUSTATION DE FROMAGE

Affiner ses qualités de dégustateur de fromage tout en découvrant les délicieux produits labellisés *Produit des parcs suisses*. Caroline Rosat, cheffe de projet *Produits au Parc*, donne toutes les clés pour apprendre à déguster les fromages, en utilisant notamment la roue des saveurs dans les règles de l'art.

Durée : environ 2 heures.
Tarif : 20.- par personne
Groupe jusqu'à 25 personnes



www.gruyerepaysdenhaut.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

t. +41 (0)26 924 76 93 | info@gruyerepaysdenhaut.ch