

Carnet Famille Plus



*Un petit logo amusant
pour des services performants !*

Retrouve ce logo sur nos différentes brochures, il permet d'identifier les activités, restaurants, hébergements et animations adaptés aux familles.

Que vois-tu dans l'étoile du logo ?

.....



Ce guide t'appartient, inscris ton nom :

.....

Décris ta famille (papa, maman, frère(s) et/ou sœur(s)) :

.....

.....

.....

Tes dates de vacances :

La météo de ta semaine (tu peux la consulter tous les jours à l'Office de Tourisme, elle est affichée à l'extérieur comme le bulletin neige). ☁️ ☀️ 🌧️ ❄️

Samedi	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi



Tu es arrivé par la route principale de Grenoble. Au rond-point des Geymonds tu as peut-être déjà aperçu Gaston l'ours, notre mascotte ! Voici son histoire :

En ce temps-là, l'Ours "Gaston" régnait sur la forêt de la Loubière. Il était si grand et si fort qu'il ne craignait personne. L'hiver il s'endormait paisiblement à l'abri de la grotte de la Cheminée, dissimulée dans la plaine d'Herbouilly. Les trois fées pipelettes, Agathe, Sophie et Cochette

l'aimaient beaucoup et ne trouvaient pas drôle de se passer de sa présence pendant de longs mois. Elles décidèrent donc d'utiliser leur pouvoir et d'un coup de baguette magique elles le sortirent du royaume des songes pour profiter de sa riieuse compagnie. Ils jouèrent tant et plus dans les combes enneigées que de glissades en roulades joyeuses, leur course les mena tout droit sur la place du village. Intrigués puis rassurés par la bonhomie de "Gaston", les habitants l'adoptèrent rapidement. Il devint alors le meilleur ami des petits et des grands.

Tu pourras toi aussi le retrouver sur les animations de la station tout au long de ton séjour.

Le 1^{er} arrêt indispensable, l'Office de Tourisme, en plein centre avec la facilité de se garer pour tes parents. Pendant qu'ils récupèrent des informations, tu peux profiter du coin enfant. Des livres et des coloriages t'attendent. N'oublie pas de demander ta pochette de Bienvenue Famille Plus, tu découvriras en-dehors des informations pratiques un petit cadeau pour toi... Tes parents, quant à eux, repartiront de l'Office de Tourisme munis de tous les documents de la station, indispensables pour ton séjour !



Le paysage du Plateau des 4 Montagnes s'est ouvert devant toi, retrouve le nom des sommets qui t'entourent :

C'est le moment de t'installer dans ton nouveau chez toi. Tout le monde est fatigué par le voyage, vous décidez d'aller au restaurant (liste des restos Famille Plus dans le livret Famille Plus). Pour un soir de la semaine Gaston te propose d'aider ta maman à préparer la spécialité locale comme le gratin de ravioles au Bleu du Vercors Sassenage.

Le sais-tu ?

Le Bleu du Vercors-Sassenage est une appellation fromagère française désignant un fromage à pâte persillée de la région Rhône-Alpes élaboré avec du lait de vache. Sa dénomination provient du massif du Vercors et de la ville de Sassenage située au pied de ce massif. Ce fromage bénéficie d'une Appellation d'Origine Controlée depuis le 30 juillet 1998 et d'une Appellation d'Origine Protégée au niveau européen depuis 2001.



La noix de Grenoble bénéficie depuis 1938 d'une Appellation d'origine contrôlée (AOC) protégeant sa provenance et sa qualité. La noix de Grenoble regroupe plusieurs variétés : "franquette", "mayette" et "parisienne".

Gratin de ravioles au Bleu du Vercors-Sassenage

Temps de préparation 15 min

Temps de cuisson 25 min

Ingrédients (pour 4 pers.)

400 g de ravioles du Dauphiné surgelées
+ 200 g de fromage Bleu du Vercors-Sassenage
+ 200 g de lardons + 1 oignon + 50 cl de crème fraîche épaisse entière + gruyère râpé
+ poivre

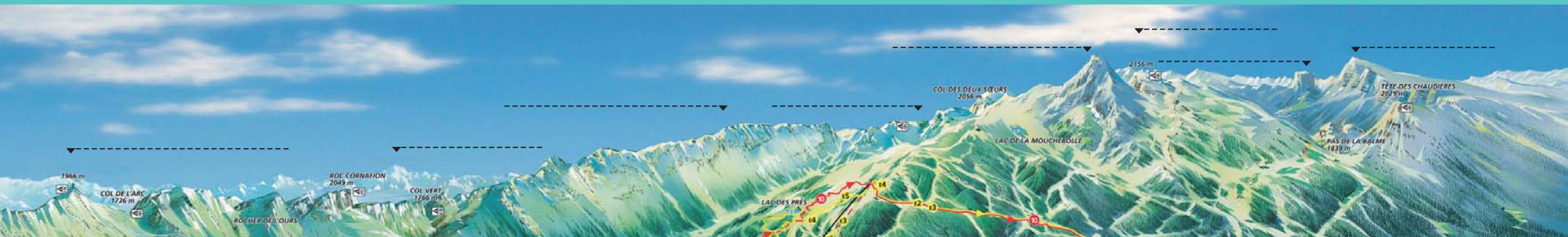
Préparation de la recette

Découper le fromage Bleu du Vercors-Sassenage en morceaux, émincer les oignons. Dans un plat, mettre les ravioles surgelées, les lardons, les morceaux de Bleu du Vercors Sassenage et les oignons.

Recouvrir la préparation de crème fraîche et poivrer. Parsemer de gruyère râpé. Enfourner 25 minutes dans un four préchauffé à 180 °C.

Les secrets de Gaston

Si vous n'avez pas pu trouver de ravioles surgelées détachées, congelez vos barquettes de ravioles fraîches une vingtaine de minutes, vous pourrez ainsi les détacher très facilement. Vous pouvez accompagner ce gratin de ravioles d'une salade verte.



Pour un séjour à la montagne réussi...

Proposition de balades : le Pont de l'Amour

Se rendre sur la place de la Libération (communément appelée place de l'ours) et prendre à gauche la rue piétonne qui monte.

Saviez-vous que sur cette place se trouve la Maison du Patrimoine ? Une des plus belles et des plus intéressantes visites que l'on puisse faire... Continuer tout droit jusqu'à l'intersection de deux routes (carrefour des laïches) et prendre la direction du Pont de l'Amour. Emprunter le chemin piéton. En haut de ce passage, prendre à droite le chemin de la Fauge. Suivre la direction cascade de la Fauge/chemin des Traces/Pont de l'Amour. Traverser le pont et prendre à droite le chemin en sous-bois (Bois Damier).

Traverser la route et suivre le chemin qui se poursuit en face au bout du parking du lycée climatique. Descendre jusqu'au hameau des Gauchets. Emprunter le pont et continuer jusqu'au bout de l'impasse des Gauchets. De là, tourner à gauche (rue du professeur Debré). Vous retrouverez alors, l'itinéraire de départ.

Une promenade agréable, dans le centre et autour du village, permettant d'apprécier le panorama sur l'ensemble du bourg.

Ce sentier alterne les passages ombragés et les grands champs découverts. Les amoureux, comme les enfants, s'arrêteront au Pont de l'Amour pour profiter de cet endroit magique.

Coche les vraies règles de bonne conduite

La montagne est un magnifique terrain de jeux ! C'est aussi un espace à préserver.

Les petits gestes de chacun d'entre nous, petits et grands, pour l'environnement. Un pas de géant pour la nature ! Pendant ta promenade en montagne...

- 1 Privilégie l'utilisation d'emballages biodégradables
- 2 Emporte avec toi un sac poubelle
- 3 Fais du feu pour brûler tes déchets
- 4 Dis à tes parents de ne pas jeter leur mégot de cigarette
- 5 Cueille les fleurs sauvages et protégées pour en faire un joli bouquet pour ta maman
- 6 Veille à ne pas détériorer la flore
- 7 Ne touche pas aux petits animaux qui pourraient ensuite être abandonnés par leurs parents.
- 8 Ne ramène pas d'animaux appartenant à une espèce protégée
- 9 Tu peux t'amuser à faire peur aux animaux
- 10 Suis les sentiers balisés
- 11 Veille à maintenir la propreté des sites

Réponse : 1-2-4-6-7-8-10-11

Les règles de conduite à la montagne l'été

Remplis les espaces dans le texte avec les mots suivants :
Chaudes/Crème solaire/Bouteille d'eau/Goûter/Pluie
Chapeau/Casquette/Lunettes de soleil/Chaussures

Lorsque tu pars en balade avec tes parents en montagne, il faut prévoir dans ton sac à dos de la _____ pour éviter les coups de soleil, une _____ pour bien t'hydrater et un _____ pour les gourmands. N'oublie pas aussi de te préserver de la chaleur en mettant sur ta tête un _____ ou une _____ et des _____ pour protéger tes yeux.

Mets à tes pieds tes plus belles _____ de randonnée pour partir à la conquête des chemins. Comme le temps change vite en montagne, dis à ta maman de ne pas oublier de mettre dans ton sac à dos un vêtement chaud pour te protéger de la _____. Viens t'informer des conditions météo à l'Office de Tourisme avant de partir. Rappelle bien à tes parents qu'il faut éviter de sortir aux heures les plus _____ de la journée (de 12h à 14h).

Le jeu des 7 erreurs



Ton nouvel environnement



Villard fait partie du Parc Naturel Régional du Vercors qui s'étend sur 85 communes de la Drôme et de l'Isère. Il se situe entre 1 000 et 2 300 mètres d'altitude dans le massif montagneux du Vercors. Avec une superficie de 186 000 hectares, ce parc offre un paysage d'une extraordinaire variété, tout en abritant une faune et une flore remarquables, avec ses 1 800 espèces végétales, ses 135 familles d'oiseaux et ses 65 espèces de mammifères sauvages.

Que représente le logo du Parc Naturel Régional du Vercors ?

(le têtard-Lyre et la tulipe sauvage)

Colorie Bleuette, notre mascotte de la Fête du Bleu



Le sais-tu ?

La Villard de lans ou Villarde, est une race bovine française originaire du massif du Vercors. Cette vache à la robe froment unie a longtemps été utilisée pour les travaux agricoles, le lait et la viande, avant que la Seconde Guerre Mondiale et



la spécialisation des races bovines entraînent son déclin. La sauvegarde de la race est entre-

prise à partir de la fin des années 1970 et aujourd'hui, les effectifs augmentent à nouveau lentement. Elle est principalement utilisée pour sa production laitière et fait partie des races autorisées pour la production du fromage AOC Bleu du Vercors-Sassenage.

Choisis tes activités selon tes envies !

Pour te simplifier les vacances, nous avons pensé à toi et à ceux qui te sont chers...

Club enfants 4 > 7 ans et **Club Ados** 8 > 12 ans. Pour t'amuser et te faire de nouveaux copains, club multi-activités sportives et ludiques : escalade, spéléo, sortie nature, accrobranche, tir à l'arc, golf, street golf, course d'orientation, jeux patinoire, beach sports, biathlon, grand splash à la piscine à vagues...

Activités encadrées par des moniteurs diplômés d'État. Ouvert du 11 juillet > 26 août : du lundi au vendredi 13h30 > 18h - Infos 06 83 11 60 21

Ou la patinoire de l'Espace Loisirs

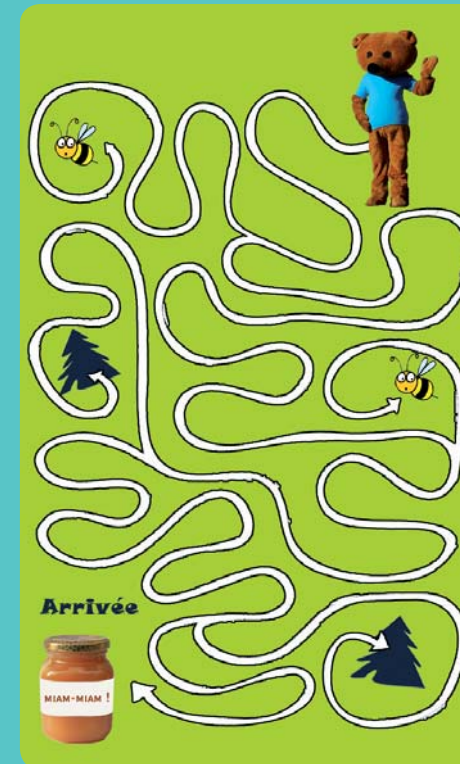
Viens passer des moments inoubliables à la patinoire. Animations, barbe à papa... les après-midis. Et pour ta petite sœur, initiation au patin le matin de 10h à 12h, des petites chaises sont à disposition pour faciliter son apprentissage.

Ou les toboggans de l'Espace aqualudique, sa piscine à vagues et son bassin extérieur.

Carte loisirs : accède toute l'année à toutes les activités sans contrainte à des tarifs privilégiés (patinoire, espace aqualudique, espace détente, espace forme). Infos Office de Tourisme.

Infos piscine patinoire au 04 76 95 50 12

Aide Gaston à retrouver son pot de miel



Amuse-toi à retrouver le logo Famille Plus sur les vitrines des restaurants, hôtels et chez les prestataires d'activités



Aujourd'hui, on profite en famille de la nature au rythme de la marche

Tu peux faire des randonnées avec des professionnels, des sorties ludiques et thématiques sont à découvrir quotidiennement (voir livret Famille Plus à l'Office de Tourisme).

Ou tu peux entraîner ta petite sœur et tes parents sur les chemins balisés de Villard (voir guide balades à l'Office de Tourisme).

Traces d'animaux

-  Le chevreuil est l'ongulé sauvage le plus commun du Vercors.
-  Le lièvre vit en forêt ou dans les champs. Les mâles au printemps, se livrent à de véritables combats de boxe pour gagner la faveur des femelles.
-  La belette est un carnivore si petit qu'il poursuit les campagnols jusqu'au fond de leurs galeries.
-  Le renard est un auxiliaire précieux de l'agriculture car il consomme chaque année plusieurs milliers de petits rongeurs.
-  L'écureuil bien que diurne, est un acrobate souvent difficile à observer.

Gaston l'ourson te propose d'autres activités plus tranquilles

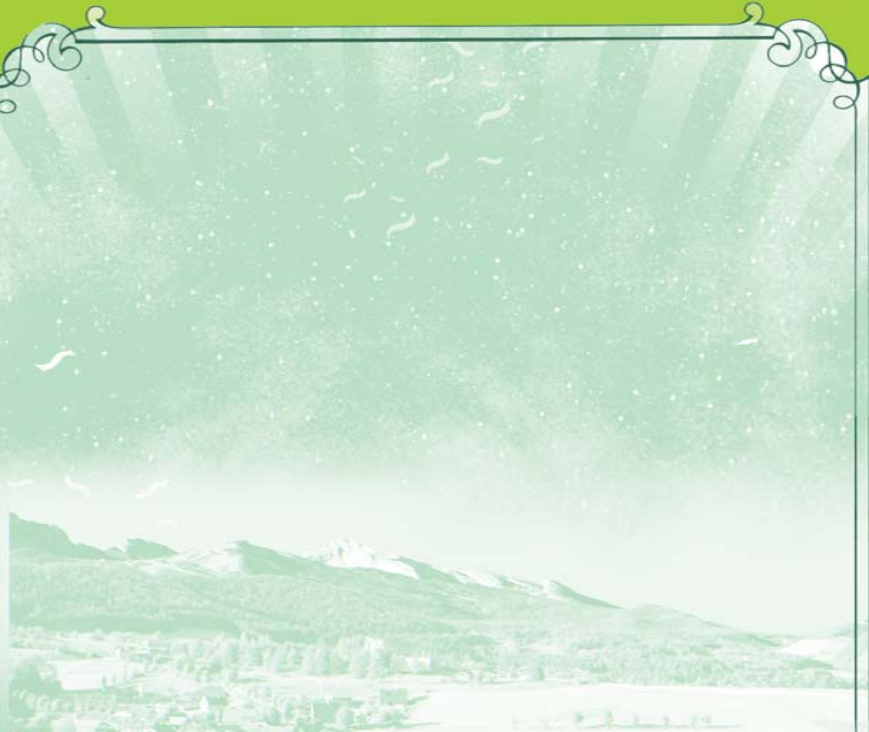
Aller chercher des livres à la bibliothèque (Georges Pérec), jouer avec d'autres enfants à la ludothèque "Entrez dans le jeu", se faire un p'tit ciné (Le Rex), visiter les grottes de Choranche (à 18 km de Villard par la magnifique route des gorges de la Bourne), apprendre ce qu'était la vie à Villard de Lans au siècle dernier (Maison du Patrimoine 04 76 95 17 31). Horaires et renseignements à l'Office de Tourisme.

Ou faire une heure de tennis (réservation au 04 76 95 03 69). Et pourquoi pas s'initier à l'équitation ou se balader à poney (infos Office de Tourisme 04 76 95 10 38).

Pense à utiliser ce carnet pour ton exposé en classe de retour de vacances !

Abonne-toi à la newsletter et à la page Facebook de Villard de Lans/Corrençon en Vercors.

Ecris ton meilleur souvenir de vacances



*Retrouve les bons plans de la station avec Gaston sur notre page Facebook
Villard de Lans - Corrençon en Vercors*