



La

en Bouche

1/11

Carnet de séjour

2015

Activités organisées

Accro parc à Die et Menglon (pour les plus petits) : 0679 37 18 38

Location de kayacs : camping du glandasse : 0475 22 02 50 (20 à 25€/jour)

Location de VTC ou VTT (avec ou sans assistance électrique) : Twiner à Die : 0475 22 17 10 (16€/jour)

Office de tourisme (Die) : 0475 22 03 03

Parapente (Aurel – jeux d'ailes) 0665 50 66 90

Via ferrata : 0679 37 18 38

Ânesses

Faute de pouvoir réellement balader et travailler avec elles, nous avons pris la décision de donner les ânesses à une personne qui possède de grandes pâtures et qui pourra s'en occuper au quotidien. Nous sommes heureux que Gribouille et Joséphine vivent la 2ème moitié de leur vie dans un cadre enchanteur, même si elles nous manquent ...

Auteur

Jean-Claude a publié 3 ouvrages aux éditions Terre Vivante. En vente ici.

Le premier, publié en février 2009, traite des matériaux écologiques d'intérieur. Doublages thermique des murs extérieur, cloisons, revêtements de sol, murs, plafond, peintures, lasures et autres produits de déco, enduits, le matériau bois : quels sont les véritables matériaux écologiques proposés en négoce conventionnels et écologiques. « Matériaux écologiques d'intérieur », 192 pages, 27€ (ou 21€ pour la 1ère édition).

« Notre construction basse-consommation sera résolument écologique ». Tel aurait pu être le titre du 2ème ouvrage paru en jan 2011. Il nous conduit à une réflexion globale sur l'acte de construire. Sobriété énergétique, simplicité constructive, santé, solidarité : ces « 4 S » sont les critères de sélection des techniques et matériaux de construction pour que notre toit soit effectivement écologique et humainement responsable. Quelle solutions, quels matériaux choisir pour préserver notre santé et celle de la planète ? « La construction écologique, matériaux et techniques », 232 pages, 28€.

« Le guide de l'habitat sain et naturel » aux éditions terre Vivante, co-écrit par 4 auteurs.

Balades dans la vallée

Quelques idées parmi d'autres :

- Vous pouvez monter à Vachères par Saint Andéol. Visitez la bergerie et continuez votre balade jusqu'à « Prat des Rots ».
- Ou montez au col d'Anes, au dessus de Saint Etienne. De là haut, vue sur Glandasse et Die. Retour par le même chemin ou par Sainte-Croix.
- Vous pouvez également faire le tour de « notre » colline en empruntant le chemin derrière notre maison et revenir par St Andéol ou partir à la découverte d'un des nombreux hameaux de St Julien en Quint.
- Autres possibilités : monter sur le plateau d'Ambel par « Font d'Urles » et « Merclan ». Balades faciles et enthousiasmantes de par la qualité des paysages.
- Les tours de Quint, anciens vestiges de 3 tours qui barraient l'accès à la vallée de la Drôme. Accès par Sainte Croix, en face du parking situé près de l'école.
- Ou monter le bec pointu (1350m) : voir la rubrique « excursions ».
- Vous allez à Die en voiture ? Revenez par Marignac. La vue au col entre Marignac et St Julien nous ravit à chaque fois.

Biovallée

Ce grand projet vise à faire de la vallée de la Drôme une référence nationale en matière de développement durable. Cette vallée est riche de ses ressources naturelles, sols, eau, vent, soleil. Elles génèrent une biomasse avec une biodiversité quasiment unique au niveau européen à l'échelle d'une vallée de cette taille. Le pari est de préserver ces ressources tout en les utilisant pour satisfaire les besoins premiers de la population : eau potable, alimentation, logement, énergie, santé, qualité de vie sociale et culturelle... Nous sommes adhérents à la marque Biovallée depuis décembre 2012 et en sommes heureux.

Bistrot – guinguettes

Envie d'une frite croustillante ? Arrêtez-vous (de juin à septembre) chez Ve-Ro à Ste Croix. Cuites en 2 fois dans de la graisse de bœuf, comme dans le nord, vous apprécierez. Possibilité d'accompagner avec 1 saucisse, 1 côte de porc, 1 steak haché (bio) ou une salade. Ce n'est pas du tout bio ni très sain, mais diablement sympa !



La

en Bouche

2/11

Carnet de séjour

2015

Envie d'un verre de vin ? Le « vin de l'été » vous reçoit toute l'année à partir de 14h00 à Ponet St Auban. Bar et cave à vin. 90 % en bio et/ou demeter. Petite restauration (tartines salées, tapas, fromage) en accompagnement du vin. C'est à l'entrée du village. Ouvert le WE (téléphoner pour s'assurer de l'ouverture au 0426.588108. En plus c'est en face de la cave de Thierry Marcel (clairette bio).

Bruit

Malgré les grenouilles de l'étang, nous veillons à ce que le hameau soit généralement calme. Merci de canaliser les cris des enfants s'ils sont nombreux et vivants. Merci également après 22h00 de fermer les portes de la salle si vous faites la fête. Si d'aventure des bruits – le hameau compte de nombreux chiens - vous importunaient, n'hésitez pas à nous en parler.

Canicule et chaleur dans les chambres

Il fait chaud en été depuis 2003. Pour éviter la surchauffe des chambres, fermez portes et fenêtres dès que le soleil apparaît, tirez les tentures ou stores. Ouvrir les huisseries pendant la journée ne sert à rien, si ce n'est laisser entrer la chaleur et les mouches ... Aérez seulement le soir et la nuit (les nuits sont souvent merveilleusement fraîches).

Carline

La carline était le le nom d'une association de plus de 500 familles qui gérait une centrale d'achat de produits bio à Die. La Carline représente maintenant un magasin ouvert à tous du mardi au samedi et 9 emplois. Aucune adhésion n'est nécessaire. Pour vous y rendre, c'est à Die, au carrefour de la route de Romeyer, pas loin du cinéma et de la médiathèque. Le samedi, ouvert de 9h à 13h30.

Cartes

Nous possédons l'ensemble des cartes au 25.000ème de la région, ainsi que plusieurs topo-guides « randonnées ». Nous vous les prêterons volontiers. Prenez-en soin, d'autres pourront ainsi les utiliser plus tard. La vallée de Quint nécessite deux cartes : 3137OT et 3136ET.

Cigarettes

Tous nos locaux sont non fumeurs. Merci de ne fumer qu'à l'extérieur de vos chambres et jeter vos mégots dans les pots de sable ad-hoc.

Chantier

Nous rénovons les lieux en auto-construction, parfois aidés par un professionnel. Cela nous permet de ne pas nous endetter mais cela prend du temps ! Merci de votre compréhension.

Chauffage

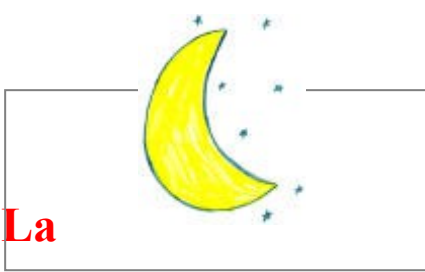
Notre chauffage est assuré par les panneaux solaires et une chaudière bois-bûches qui ne fonctionne pas en permanence. Si vous avez un peu froid, merci de nous le signaler en toute simplicité.

Circaète

Un couple de circaètes a élu domicile au fond du vallon de Ribière, à quelques centaines de mètres du hameau. Observés dès leur arrivée par José, nous les avons admirés de longs moments battre des ailes en vol stationnaire (c'est là une de ses caractéristiques), portés par les ascendances ou immobiles face au vent. Vu du dessous, il est blanc, finement moucheté de brun. Autres caractéristiques pour mieux le reconnaître (il est là de mars à septembre) : sa grosse tête est souvent sombre, ses ailes larges (près de 2m d'envergure), ses plumes au bout des ailes détachées et sa queue ronde. Nous espérons la naissance d'un p'tit Jean (le circaète est aussi appelé « Jean le blanc ») cet été à Ribière.

Clairette

Honneur à la clairette produite dans la vallée. Les familles Achard-Vincent (<http://domaine-achard-vincent.com>, 0475.21 20 73), à Sainte Croix, proposent une clairette bio très réussie, au pétillant léger et aux saveurs de muscat intenses. Arrêtez-vous et goûtez. Vous en emporterez ... Cuvée privilège : 6€90, tradition : 8€40. Vous pouvez également nous en demander : nous en avons toujours quelques bouteilles en réserve. Autres coups de cœur : Raspail à



La

en Bouche

3/11

Carnet de séjour

2015

Saillans (bio) et Thierry Marcel (Ponet St Auban), réussie et nettement moins chère que ses concurrentes bio (5,50€ à 6€20 suivant les quantités achetées). A tester également: la clairette Carod à Vercheny ! Les jeunes vigneron de Vercheny qui créent une clairette fine et sucrée à souhait. Dommage que sa culture ne soit pas exempte de (nombreux) pesticides. Vente à l'entrée de Die, sur la gauche (juste avant l'entrée de la « vieille » ville). Mais nous n'avons pas la prétention de connaître beaucoup de producteurs. Alors arrêtez vous à Aurel, Barsac, Vercheny... Rappelez vous toutefois que la culture non bio requiert en moyenne 15 à 20 traitements annuels à l'aide de pesticides ...

Cuisine

Notre salle et sa cuisine équipée sont à votre disposition. En juillet/août : une micro-épicerie sur place, pour l'approvisionnement alimentaire des hôtes, de plus en plus nombreux, qui nous rejoignent en train. Nous vous demandons de laver et ranger la cuisine après utilisation. Merci de ne pas jeter les déchets alimentaires à la poubelle. Un seau à compost est à votre disposition.

Déchets

Nous trions tous les déchets : papier, cartons, bouteilles plastiques, fer et dérivés, verre, piles. Des « containers » sont situés dans la cour intérieure, à droite de l'escalier. Merci de nous aider en triant vos restes alimentaires (tout ce qui est végétal), en triant vos « retours de balade ». Un gros bac à compost est à votre disposition au début du chemin qui mène vers les chambres. Toutefois, rappelons nous que la première source de non pollution est d'éviter les emballages.

Démarche territoriale exemplaire

Nous avons été lauréat du prix « démarche territoriale exemplaire » de la région Rhône-Alpes en 2011, qui a reconnu notre qualité écologique affichée depuis notre création.

Eau

L'eau de distribution provient d'une gigantesque source située en face sud du Vercors. Elle est très bonne, bien meilleure que ses équivalentes commerciales. Sa qualité dispenserait les gestionnaires de la source de traitements chimiques importants. Toutefois, la réglementation sanitaire et les milliers de moutons en estive sur le Vercors les obligent à quelques précautions. Une très légère odeur de chlore est parfois (mais très rarement) possible pendant les mois d'été, après un gros orage. Sauf exception, nous n'achetons pas d'eau en bouteille, ce qui nous paraît une hérésie financière et écologique.

Eau chaude sanitaire

L'eau chaude est produite par nos capteurs solaires. Dès avril, ou en été, lorsque le soleil est au plus fort, la T° dans le ballon solaire peut atteindre 75°. Nous avons placé un mitigeur entre le ballon et les douches et lavabos. L'eau est toutefois encore très chaude. Veillez à bien régler la T° de sortie de votre douche. Une chaudière bûches prend le relais lorsque le soleil est absent. Le remplissage se fait manuellement. Merci de nous signaler si l'eau de votre douche n'est pas suffisamment chaude. Nous ferions alors une flambée.

Éclairage extérieur

Notre hameau est exempt de pollution visuelle la nuit. Les nuits sont noires et le ciel délicieusement étoilé. Nous nous refusons de transformer le chemin d'accès et les abords des chambres en zone d'éclairage permanent. Même si nous avons posé des balises solaires, il est utile que vous emportiez une lampe de poche. Si vous n'en possédez pas, demandez à Françoise, elle en a toujours une en réserve.

Eco construction

Jean-Claude a créé en 2002 « Quint'essence », négoce de matériaux de construction écologiques. Cinq ans plus tard, l'entreprise a été vendue à Alain, qui travaillait avec lui depuis 2 ans. Jean-Claude s'est tourné vers l'écriture, toujours axées vers l'habitat sain. Si le sujet vous intéresse, il se fera une joie de vous parler des techniques constructives écologiques. Soyez toutefois prévenus : une fois lancé, difficile de l'arrêter de parler ... Voir également la rubrique « auteur ».

Eco hébergeurs

Nous sommes initiateurs du groupement des « eco-hébergeurs de la Biovallée ». Nous formons un groupe de propriétaires de gîtes et chambres d'hôte qui s'est créé autour des valeurs d'écologie et d'humanisme que nous



La

en Bouche

4/11

Carnet de séjour

2015

souhaitons partager avec notre clientèle. Nous avons comme objectif de travailler et de grandir ensemble, de fédérer les bonnes volontés, de promouvoir la bio et l'écologie dans nos territoires, d'échanger nos savoirs.

Nous nous retrouvons régulièrement pour allier nos moyens. Les compétences des uns et des autres sont variées : connaissance de la flore sauvage, cuisine végétarienne, jardinage biologique, confection de badigeons à la chaux, élevage de chèvres, etc. Tous adhérents à la Charte et à l'Association Biovallée, nous sommes également heureux de nous inscrire dans la dynamique de ce territoire qui associe l'économie, l'homme et l'écologie. <http://www.eco-hebergeurs-drome.fr/>

Étang

L'objectif est de créer un étang qui peut s'intégrer parfaitement dans le décor naturel de notre site. Sa profondeur maximale est d'un mètre cinquante.

Nous avons l'ambition de créer un lieu d'eau vivant (libellules, batraciens, plantes d'eau, ...) accessible aux baigneurs (téméraires ... sorry pour les adeptes de la piscine bleue ... nous n'utilisons ni algicides ni correcteur de PH, ni chlore ... vos pieds pataugent parfois dans l'argile ou les algues) possédant les particularités suivantes (mais est-ce un pari ? l'avenir nous le dira)

- Une oxygénation assurée par une alimentation (presque - sécheresses 2003, 2004, ..., 2012...) continue en eau de source.
- L'étanchéité assurée par de l'argile pure damée en 3 couches : pas de bitume, pas de béton ni plastique ou PVC.

Depuis mai 2007, nous avons une soudaine poussée de végétaux. Qui pourra nous aider à les combattre sans algicides ???

L'accès à l'étang n'est pas protégé. Nous vous demandons de veiller à ce que vos enfants n'y pénètrent pas sans votre accord et votre surveillance. Par respect pour les voisins, merci de ne pas vous baigner nus. Rappelez-vous également qu'il est possible de nager sans crier en collaborant au calme des lieux ... Et si vous ne vous baignez pas, allez admirer le vol des libellules ou des hirondelles en piqué.

L'étang récolte également l'eau de pluie de nos toitures et sert à l'arrosage extérieur (potager, plantations, ...).

Excursions

Nos coups de cœur :

- La cirque d'Archiane, sur la route du col de Menée. Laissez vous tenter par les fromages de chèvre de Pascal. Les plus vieux sont croquants comme du parmesan. Et les truites bio de Fanny ... Un régal ...
- Val Combeau, également sur la route du col de Menée. Au bout d'une rando facile, vue sur l'Isère, le Devoluy, le massif de l'Obiou et le mont Aiguille, l'Oisans et Belledonne. De là, départ possible vers le plateau.
- Bec pointu au départ du col de la Croix. Près de 600 m de dénivelé, parfois ardu, mais là haut, la vue sur les hauts plateaux, sur les trois becs et la vallée d'Ombrière vous laissera un souvenir intense. Et si vous partez très tôt, vous aurez peut-être l'occasion de croiser un chamois ou un chevreuil.
- Dans la vallée également, départ du point 1022 (on vous expliquera où laisser votre voiture) vers le pas de la couronne, retour en longent les crêtes vers font d'Urles et descende vers le parking. Compter +/- 7 heures.
- La vallée de la Gervanne et les chutes de la Drui. Balade souvent en couvert ; on traverse la Gervanne 15 fois (prévoir des souliers ad hoc) jusqu'aux chutes de la Drui. Départ : prendre la direction du col de la croix ; passer « l'Escoulin » ; après la distillerie et l'ancien moulin, laisser la voiture au parking sur la gauche à mi chemin entre la borne 5 et la 4 ; descendre à pieds le chemin de l'autre côté de la route 50m en amont ; vous croisez d'abord un ruisseau, la descendre sur 100m. Après quelques centaines de mètres, vous entendez le flux de la Gervanne ; suivre le sentier qui remonte la rivière. On peut facilement trouver des trous d'eau de plus d'1m de profondeur. En voiture, 14 km, départ Ribière. Marche : 1h45 à 2h00 aller jusqu'aux chutes, même temps pour le retour. Attention : ça glisse ...
- La remontée de la Brette, petit cours d'eau qui se jette dans la Roanne. Au bout d'une heure et demi d'emarche, de gros trous d'eau. Sympa et facile. Profitez-en, en été, pour monter à Aucelon à la fête du pain.
- La montagne de Glandasse par le pas de Chabrinel, en partant de Romeyer. Vous y verrez très certainement marmottes et chamois.
- A Marignac, petite montée sympa (250 m de dénivelé) vers la montagne de Desse. Voyage sur le crête, entre Marignac, Ponet et Die. Pique-nique sur le haut obligatoire !
- A partir du col du Rousset, col de Chironne, longer les crêtes jusqu'au col de Vassieux, retour par le même chemin ou par l'intérieur du plateau. Ou partir vers l'est vers « pré Peyret ». Dans les 2 cas , scruter le ciel à la recherche des vautours. Un point stratégique pour les observer en été : 9h30 à 10h30 entre le col de Chironne et le but de l'Aiglette, sur la crête orientée est, là où les vautours vont chercher leurs premiers thermiques matinaux.



La

en Bouche

5/11

Carnet de séjour

2015

• A partir du col de menée, montée vers le mont Barral. 500 m de dénivelé pas très dur. Et là haut, vue en 360° vers le Vercors (Mont Aiguille, Grand Veymont), la Chartreuse, Belledonne, l'Oisans, le Devoluy et autres montagnes plus au sud. Vous êtes à 1900 m et n'aurez vraisemblablement pas envie de redescendre ...

Et tant d'autres que nous n'avons pas décrites ou que nous n'avons pas encore expérimentées :

- Remuzat et le site de réintroduction des vautours dans les Baronnies
- Le col de la chaudière et la montée vers les 3 becs
- La vallée de la Roanne et ses nombreux trous d'eau, la remontée à pieds de la Brette
- Pour les plus courageux, la montée sur Glandasse par Châtillon ou Archiane

Vos impressions d'après balade nous intéressent ...

Événements dans le Diois

Nous possédons la liste des activités/événements organisés dans le Diois et environs : visites guidées, bals, concerts, spectacles, ... Demandez les nous.

Fromage de brebis

Jean-Louis et Danielle élèvent sur le plateau de Vachères-en-Quint un troupeau d'une centaine de brebis "lacaune". Cela donne, après passage par les doigts magiques de Danielle, des fromages fermiers goûteux au lait cru, certifiés bio. Ceux que nous aimons : la brousse (faite avec le petit lait), la petite tomme et le petit Quintou. Danielle est présente au marché de Die le mercredi matin et le samedi matin. Les fromages sont également disponibles à la vente à la ferme. Le fromage de Menglon, présent sur les marchés de Die vaut également largement le détour (gustatif). La tomme de Borne, malheureusement uniquement présente sur le marché de Chatillon, est notre coup de cœur.

Fromage de chèvre

Oda et Jochen élèvent à Vachères-en-Quint un troupeau d'une quarantaine de chèvres. Picodons et tommes de chèvre sont en vente au marché de Die le mercredi matin. Nos producteurs de picodons préférés.

Fromage de vache

Lien et David élèvent quelques vaches laitières à St Julien en Quint, au lieu dit « Serre de l'homme ». Cela donne des tommes, yaourts, faisselles ... Nos favoris : fromage blanc, yaourt, « petit Babette » et « saint Jules », petite tomme. Ouverture le soir de 18 à 19h00. Si vous passez par Lus-la-Croix-haute, arrêtez-vous à « La ferme de la Jarjatte » chez Philippe et Barbara et goûtez leurs fromages affinés. Plaisir assuré !

Grenouilles

Les croassements répétés de fin de printemps provenant de l'étang sont l'œuvre de grenouilles vertes mâles. Tentatives d'attirer l'attention d'autres vertes grenouilles, féminines celles là. A chacun son truc pour plaire ...

Impressions

Vos impressions, positives ou négatives nous intéressent. Faites nous part du plaisir que vous avez eu à être parmi nous mais également de vos insatisfactions. Nous apprenons notre nouveau métier et voulons profiter de vos avis et suggestions ... Certain(e)s d'entre vous s'étonnent qu'aucun livre d'or n'existe. A un document souvent très « positif », nous préférons un retour direct, en toute franchise. Et si vous avez aimé (ou détesté), pourquoi pas un petit mot sur les sites « Abritel », « Tripadvisor » et « petit futé » .

Internet

Un boîtier est disponible à la demande. Il vous permettra une connexion Internet via courant porteur (CPL). Cette technologie peu coûteuse ne génère pas d'ondes électromagnétiques puissantes. CPL fonctionne dans la salle. Nous vous demandons d'utiliser Internet en « bons pères de famille », c'est-à-dire d'éviter les téléchargements lourds qui handicaperaient les autres usagers. Attention, nous coupons les veilles informatiques la nuit, et notamment le très énergivore boîtier ADSL. Nous possédons également un boîtier Wifi pour les adeptes de la tablette, smartphone ...

Kaizen



La

en Bouche

6/11

Carnet de séjour

2015

Nous collaborons avec la revue Kaizen, qui se veut très largement positive. Elle ne témoigne que d'actions, de personnes qui œuvrent à un monde plus juste, plus humain, plus joyeux. Nous avons quelques exemplaires en vente. Demandez-les nous.

La lune en bouche ?

Le nom de notre structure vient d'un bon mot d'Elena, notre fille, alors âgée de 2 ans. En ce mois de mars 2002, Elena refusait de prendre ses pilules homéopathiques. Je lui ai alors raconté que les pilules rondes et blanches, une fois leur action thérapeutique terminée, quittaient notre corps, montaient au ciel ... C'est la réunion de toutes ces pilules qui avaient formé la lune. Et le lendemain, Elena nous glissa, au moment de sucer ses pilules "j'ai la lune en bouche". Le mot est resté. ...Au fait les pilules font "bip bip" en montant !

Livres

Des guides (Diois, Drôme, parc naturel du Vercors, guide des oiseaux de la Drôme, des fleurs de montagne,...) sont à votre disposition.

Marchés

A Die, les marchés ont lieu les mercredi et samedi matin. Méfiez-vous des « véritables » saucissons d'Ardèche. Si vous entendez « venez goûter l'Ardèche » ou « venez goûter la qualité » ou si on vous tente par « 6 saucissons pour 10€ », fuyez, c'est aussi industriel et mauvais qu'un emmenthal plastique de grande surface. Passez outre des fromages de Savoie à plus de 40€ le kilo vendus par des messieurs en chapeau noir. De l'attrape-touristes en quête d'authenticité. Demandez-nous, nous vous indiquerons chez quels producteurs vous pourrez trouver des articles de qualité. Sont présents en permanence, été comme hiver : Mme Tosato et ses charcuteries, les fromages de brebis de Vachères et de Menglon, les fromages de chèvre de Vachères, les produits laitiers de St Julien-en-Quint, plusieurs producteurs ou négociants bio, le miel de la ferme de la Louine, les pains d'Aucelon, de Grimone et de la Motte-Chalancon.

A Chatillon, marché le vendredi matin.

A Saillans, marché le dimanche matin.

Marchés Bee Ô

Tous les jeudis d'été, du 10 juillet au 21 août, marchés de producteurs bio sur la place de Ste Croix. Les marchés sont festifs : animations toute la soirée (concerts, conteuses, ...). Bar et repas à base de produits bio locaux.

Médecins

Voici la liste des médecins généralistes opérant à Die.

Cabinet médical Brosse et Léger – rue Notre Dame – 0475.21 07 07

Dr Buffel : 0475,21 55 68 --- Dr Weber : 0475.21 34 31 --- Service de garde le week-end : 15

Miel

En attendant que nous produisions notre miel (été 2015), nous vendons le miel de la vallée de Quint produit par Jean-Louis Zarzoso à St Julien en Quint. Vente également sur place aux lieux dit « les Bayles ».

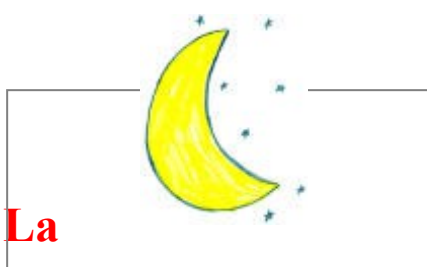
Milans

Nous assistons depuis 2 ans à une augmentation importante de milans noirs dans la vallée de Quint et de la Drôme. Vous les reconnaîtrez facilement : dessous brun assez uniforme, queue échancrée (en triangle, parfois prononcée). On les rencontre souvent au dessus d'un cours d'eau.

Office du tourisme

L'office de tourisme de Die est situé à la sortie de Die, direction GAP, sur la gauche, sur la place Meyrose située juste avant les pompiers. Le n° de téléphone est le 0475.220303. L'OT organise des activités pour tous âges. Celles-ci sont en permanence affichées à l'entrée du bâtiment. Horaires d'ouverture : lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h (sauf le vendredi à partir de 10h) - dimanches et jours fériés de 9h30 à 12h30. www.diois-tourisme.com. Pot de bienvenue dans les locaux les lundis d'été à 18h00.

Pain



L

en Bouche

7/11

Carnet de séjour

2015

Nous faisons en principe toutes les semaines. Sinon, Françoise s'approvisionne au marché ou à la Carline. Pains de Jean-Marc à Gigors, pains d'Aucelon (tous 2 nos préférés), de la motte Chalacon ou pains de Grimone, tous bio. Quelle différence avec les conventionnelles baguettes blanches, insipides et molles 8 heures après cuisson... Quelques infos pratiques si vous devez vous approvisionner :

- Pain d'Aucelon : sur le marché de Die les mercredi et samedi matin. Pré-commande de pains spéciaux : 0475.220156
- Pain de Grimone : en vente chez super U et Intermarché. Présent les 2 jours de marché à Die
- Pain de Gigors : est livré à la Carline à Die les mardi et vendredi vers 15h00
- Pain de la Motte : présent sur les marchés de Die (essayez le pain « mosaïque »).

Panda

Le label Panda est un hébergement situé dans un parc naturel auquel le [WWF](#) accorde son label et qui répond à 3 critères

- Être situé dans un environnement naturel de qualité
- Comporter un équipement d'observation de la nature et des documents d'information spécifiques
- Être géré par des propriétaires soucieux de la préservation de l'environnement

Il y a actuellement 300 hébergements Panda en France, dont « la lune en bouche » depuis juillet 2007. Nous sommes fiers de répondre aux valeurs que défend le WWF.

Parapente

Envie d'un biplace découverte. Parlez-en à Jean-Claude. Il vous guidera vers un professionnel et vous accompagnera vraisemblablement, quoi que il y a si longtemps qu'il a croisé des oiseaux en vol ...

Parc naturel du Vercors

Quand, à l'approche de Valence, les yeux se tournent vers l'est, une grosse masse s'impose à notre regard. Si on ferme les yeux, on imagine une forteresse, dernier bastion des Alpes du Nord. Un peu comme si, lassé du gigantisme des hauts sommets Isérois ou Savoyards, le Vercors voulait tisser un lien plus accessible entre les hommes et la montagne.

Comment préserver les parois et les hauts plateaux de cette extraordinaire masse de roche calcaire et son économie de montagne ? C'est en 1967 que fut créé à cette fin le parc naturel régional du Vercors. Car le Vercors est aussi fragile qu'il est majestueux. Pour voyager virtuellement dans le Parc Naturel du Vercors : <http://www.pnr-Vercors.fr>

Nous possédons de la documentation et la liste des activités organisées dans le parc du Vercors. Quelques exemples de points à découvrir : Le musée de l'eau à St Nazaire en Royans; Les grands et petits goulets; Le mémorial de la résistance. Il y en a bien d'autres. Nous vous aiderons à organiser une journée de vos vacances sur le plateau.

Nous avons obtenu la marque « parc naturel » et nous en sommes heureux, le parc véhiculant des valeurs intéressantes.

Parking

Nos parkings sont situés au pied de notre chemin privatif. L'accès aux chambres se fait à pieds (sauf chargement/déchargement), ce qui permet un calme apprécié de tous. Le 1er emplacement à droite à l'entrée de notre chemin privatif est réservé à notre voisine Anne. Merci de ne pas laisser votre véhicule au pied du grand talus ; une pierre pourrait s'en détacher.

Plancha et Wok

Une plancha et un wok sont à votre disposition à l'extérieur, dans la cour intérieure. Demandez à JClaude de vous en expliquer l'utilisation.

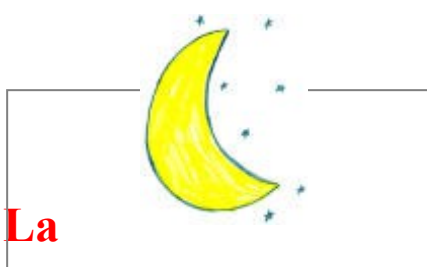
Portables

Les portables « passent » depuis peu assez bien (mais pas toujours!) à Ribière. Si problème, vous pourrez obtenir une connexion au réseau devant la salle, coté village, ou en cherchant un peu, sur le chemin privatif.

Projets d'aménagement

En projet pour 2015 à 2016 :

- L'augmentation de la surface du potager, ainsi que la création d'une petite serre agricole
- La décoration et les aménagements, tant intérieurs qu'extérieurs
- L'extension de l'entrepôt en bois pour y stocker nos outils
- L'aménagement des abords de l'étang, notamment en créant une zone plate et un jeu de boules
- Tout cela au fur et à mesure de notre temps disponible et de nos moyens financiers.



Carnet de séjour

La

en Bouche

8/11

2015

Poules

Nous possédons, suivant les saisons, de 2 à 6 poules, de race Sussex, Cochin et autres. Ce qui nous permet de vous offrir des œufs frais, si tel est votre désir. Nous espérons que le renard, les chiens de chasse ou la fouine n'en feront pas leur menu du jour (ou de nuit). Si vos enfants le demandent, nous nous ferons un plaisir d'aller les nourrir avec eux.

Produits de Quint

- Fromage de chèvre : Oda et Jochen Haun à Vachères. Présents le vendredi au marché de Chatillon et le mercredi au marché de Die.
- Fromage de vache et autres produits dérivés (fromage blanc, yaourts, ...) : Lien et David, au lieu dit « le serre de l'homme » à St Julien en Quint. Vous pouvez aller acheter à la ferme le soir de 18h00 à 19h30.
- Fromage de Brebis : Danielle et Jean-Louis Meurot à Vachères. Présents les mercredi et samedi au marché de Die.
- Plantes sauvages, tisanes : Marie-Pierre Lenoir à St Andéol.
- Essences, distillats et autres produits à base d'aromatiques et plantes sauvages, gemmothérapie : Nathalie et Florence à Vachères.
- Clairette et vin blanc : Achard à Sainte-Croix, Thierry Marcel à Ponet, tous 2 en bio.
- Miel : Zarzoto à St Julien en Quint

Randos accompagnées

Si vous le désirez, nous pouvons vous mettre en relation avec un guide nature et accompagnateur moyenne montagne, qui pourra vous faire découvrir le Vercors sud. La liste complète est disponible sur le site de l'office de tourisme ici : <http://www.diois-tourisme.com/les-accompagnateurs/language/fr.html>

Quelques exemples de randos possibles :

- *Le But de l'Aiglette par le col du Rousset*

En marchant le long des crêtes, vous avancerez vers ce sommet sauvage à vue panoramique sur Die et sa vallée, le Vercors et les Alpes. Un 360° à ne pas manquer!!!

Peut être aurez vous la chance de rencontrer des volatiles peu communs (voir lettre V) ?

500 m Temps de marche : 6 h. Niveau : facile

- *La Servelle*

Un autre sommet plus au sud, où l'alpage est le décor dans un espace infini. Ici aussi, dominant le Diois et les Baronnies, il offre un tour d'horizon complet à qui veut bien s'asseoir et prendre le temps.

Dénivelé : +900 m Temps de marche : 7 h. Niveau : facile à moyen

- *Les balcons de la vallée de Quint*

Dans la forêt, à mi-pente dans le plus grand cirque calcaire du Vercors Sud, ce sentier vous permet d'observer sans déranger la faune variée qui évolue dans et au pied des falaises.

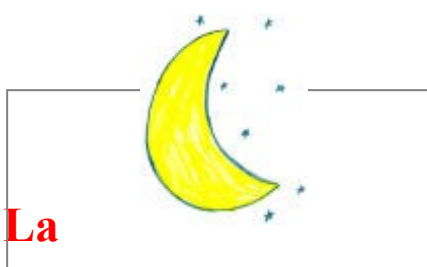
Dénivelé : +600 m Temps de marche : 6 h Niveau : facile (déconseillé aux personnes sujettes au vertige)

Repas – petit déjeuners (Formule « chambres d'hôtes »)

Nous sommes inscrits dans une démarche d'achat et de production de produits bios. Nous achetons si possible à des producteurs locaux (nous nous ferons un plaisir de vous orienter vers eux si tel est votre souhait) en qui nous avons confiance. Nous voulons manger et offrir des produits sains et goûteux, en refusant tous les produits "OGM", viandes d'animaux élevés en batterie, légumes traités chimiquement. Nous voulons également payer un prix décent aux agriculteurs et producteurs, si possible locaux, qui se donnent du mal pour produire sans chimie.

Nos partenaires :

- Viande de bœuf, de veau : Lien et David Toussein à ST Julien en Quint
- Viande de porc : Lien et David Toussein à St Julien, Oda et Jochen Haun à Vachères, ferme Tosato à Boulc
- Poulet : Caroline Dumas à Montlaur (ou « label rouge » en grande surface)
- Viande d'agneau : Serge et Béatrice Douel à Ponet
- Légumes : divers producteurs diois, dont Julien Blachon à Barsac
- Jus de fruits, fruits : T'air de famille à Loriol (ou « La carline ») ou la ferme des lamberts à Miscon ou grossiste bio (jus)
- Confitures : La ferme des lamberts à Miscon (ou « relais vert », grossiste bio)
- Pain : Pain d'Aucelon, de Gigors, de Grimone ou pain maison
- Vin (rouge, rosé et blanc) : Domaine des cèdres (Gard)
- Fromage de vache : Lien et David Toussein à St Julien, autres achetés à « La Carline »



La

en Bouche

Carnet de séjour

2015

9/11

- Fromage de brebis : Daniele Meurot à Vachères, fromage de Menglon
- Fromage de chèvre : Oda Haun à Vachères
- Produits secs, épicerie : relais vert (grossiste bio), « La carline »
- (Tous sont en bio, sauf la Ferme Tosato). Nous achetons parfois du poulet non bio, label rouge.

Voir également « Table d'hôtes ».

Restaurants

A notre avis, les (seuls ?) restos de Die qui ne sont pas globalement des « mélangeurs d'aliments préparés » sont le « Tchai-Walla » et « l'air de famille ». Nous espérons toutefois nous tromper.

- Le « Tchai-Walla » (0475. 21 00 94), rue Joseph Reynaud (non loin de la place de la cathédrale) : bio-végétarien. Laissez vous tenter par leurs saveurs goûteuses et leurs thés. Notre coup de cœur. Ouvert le midi (moins cher) et le soir. Pourquoi pas un repas en amoureux sous la tonnelle ? Admirez au passage les enduits chaux-chanvre d'Enzo. Un beau coup de patte ...
- Un « air de famille » (0475.214870), à côté du théâtre des aires. Choix entre plusieurs entrées, plats et desserts. Souvent goûteux. Moins cher le midi. Ambiance très familiale.
- La « fibule » (0475.221826), rue Buffardel : essayez la tajine.
- Le Mazel, à la place du Mazel. Les retours des hôtes sont souvent positifs, sans que la cuisine ne soit très élaborée.
- Envie d'une simple pizza à emporter ? Essayez le « pili-pili » à 50 m de la cathédrale. Vous pouvez la manger sur la place de Die, attablés au café de Paris. Autre resto-pizza intéressant : « Casa Pizza », rue Buffardel. Les pizzas y sont excellentes.
- « Au vieux sonneur », sur la place de la cathédrale. Les échos sont moyens à positifs suivant les jours. Menu pas très cher, en tout cas le midi. 04 75 22 17 02.
- Ou chez Aicha, rue de l'armellerie. Tentez la tajine. Ça coûte 7€50 et c'est souvent excellent.
- « l'écurie », à côté de la communauté des communes. Assiettes légères et assez chères. « Les meilleures frites de Die » se dit-il pourtant. 06 70 20 23 67.
- Pour une bonne crêpe, un seul conseil : Aurélie est présente de septembre à juin sur le marché mercredi et samedi à Die. Outre Aurélie, nous vous conseillons de passer votre chemin.
- Le midi, « le Voltaire » rue Buffardel. Un seul plat. Beaucoup de Diois s'y arrêtent.

Voir également « bistrot et guinguettes »

Plus loin ou plus cher ?

- A Pontaix, l'auberge de Pontaix. Nous n'y avons pas encore mangé.
- A Crest, la « tartine » (0475.251153) et surtout « le bal des arts » (04.75.40.23.63) valent le détour.
- A Saou, « Cerise et Vinaigrette », l'auberge de l'Etang et, plus cher, « l'oiseau sur la branche » vous raviront les papilles.
- A Cliousclat, pays des potiers, « La fontaine ».
- A Beaumont-en-Diois, « l'arbre à miel ». Le cadre est sympa. Les retours des hôtes qui ont testé sont positifs à très positifs.

Rossignol

Des chants d'oiseau au printemps après le coucher du soleil ? Il s'agit du rossignol, aussi mélodieux que haut perché.

Salles

La salle (47m²) et sa cuisine sont à votre disposition. Vous pouvez y cuisiner ou pique-niquer midi et soir. A votre disposition : frigo, cuisinière, lave vaisselle, chaîne hifi (et à la demande, moyennant une légère location, vidéo projecteur). Nous vous demandons d'utiliser la cuisine avec respect, de gérer votre vaisselle et les salissures comme vous le faites chez vous afin que les autres hôtes la découvrent comme vous l'avez trouvée.

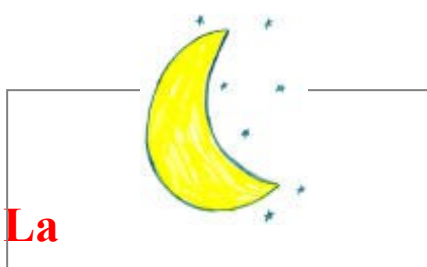
Intéressés par les peintures auto-formulées, par le chauffage par les murs, par les enduits à la terre ? Jean-Claude se fera un plaisir de vous en parler.

Une 2eme salle a vu le jour en 2014. Elle est réservée aux groupes en stage : Qi Gong, yoga, méditation, peinture ... 36 m² sous voûtes, éclairage par Leds, murs chauffants, plancher châtaigner.

Quelques indications pour votre séjour si nous sommes absents :

Électricité : les différentiels sont situés à droite du poêle derrière le « cadre » en bois. D'autres sont placés dans la cave « chaudière » à gauche au fond en rentrant. Le compteur général est lui placé en haut des escaliers qui mènent à notre maison, porte brun foncé de droite, dans le coin du fond à droite.

Eau : les 2 vannes d'arrêt (eau froide & chaude) sont situées dans la pièce « chaudière », porte brun clair en face de la salle, à gauche face à la chaudière.



La

en Bouche

10/11

Carnet de séjour

2015

Déchets : un seau à compost ainsi qu'un bac de tri des déchets recyclables (papier, conserves, briques, verre) sont placés sous l'évier. Le gros bac à compost (1m3) est situé à l'entrée du chemin qui mène aux chambres.

Stages et séjours

12 stages / séjours sont organisés tout au long de l'année 2015 : yoga, Qi Gong, méditation, jeûne et randonnée, plantes comestibles, parents « solidaires ». Infos sur notre site.

Table d'hôtes (formule « chambres d'hôtes ») :

Fruits, légumes et produits du terroir ou du potager en très grande majorité bio. Le samedi soir uniquement.

Un repas d'hôtes simple et goûteux. Par personne : apéritif et son accompagnement, salade folle, plat chaud & légumes du jour, pain, vin rouge, dessert et tisane. Un exemple de plat chaud : tajine de poulet aux 4 épices et aux légumes de saison. Le tout en bio, bien sûr. Et si possible en approvisionnement local.

Tarifs :

Nos tarifs en chambre d'hôtes sont les suivants, par chambre

• 1 personne : 52€ ; 2 personnes : 62€ ; 3eme personne dans la même chambre : 12€ / par nuit, petit déjeuner compris.

Notre tarif pour la location des murs (nettoyage assuré par nos soins) sans repas (2 nuits consécutives minimum) : de 16 à 24€ par personne et par nuitée suivant la durée du séjour et la saison

Téléphone

Un téléphone public est installé à St Andéol, à l'entrée du village derrière la fontaine. Il accepte des cartes France Telecom que vous pourrez acheter dans les bar-tabac ou librairie-tabac.

Tisanes

Nous fabriquons nos propres tisanes. Si vous désirez acheter un produit local, merci de prendre contact avec notre voisine Marie-Pierre au 0475.212155.

Train et vélo

Pour l'accès en train vers Die à partir de Valence,

consulter http://telechargement.ter-sncf.com/Images/Rhone_Alpes/Tridion/64_aff_V2_tcm-31-19896.pdf

Vous avez décidé de passer des vacances sans voiture. Super, contactez, nous, nous vous aiderons à organiser votre projet : nous venons vous chercher à la gare de Die ou vous envoyons un taxi (coût : 2,50€/pers). Nous vous louons notre voiture (20€/jour, 100km max, 30€/jour 100 à 200km) ou des vélos (5€/jour ou 30€/semaine). Voir à ce sujet notre document « venez nous rejoindre en train ». Nous vous offrons de plus une (deux) nuitée(s) pour tout séjour « en train » de 6 (12) nuitées et plus.

Urgences

L'hôpital de Die possède un service des urgences, que nous vous souhaitons de ne pas connaître ... Toutefois, par mesure de précaution, notez leur n° de téléphone : 0475.22 55 00.

Vautours

Les vautours fauves ont été ré-introduits dans les baronnies (Remuzat) et dans le Vercors (Chamaloc, col du Rousset). Pour (espérer) admirer le vol des vautours du Vercors, monter au col du Rousset. Laisser la voiture au parking avant le tunnel et emprunter à gauche le GR93 vers « but de l'Aiglette » et le col de Chironne, face à leur aire de décollage que vous atteindrez après 1 heure de marche. Nous vous montrerons sur la carte où vous rendre vers 9 heures du matin (sur place) les jours sans vent pour avoir une chance de les voir déboucher en vol de pente sous vos pieds.

Vélos électriques

Nouveau à Die, une location de vélos électriques à la demi-journée, journée complète, semaine. Belle initiative avec laquelle nous avons démarré un partenariat. Vous venez en train nous rejoindre pendant 1 semaine, vous voyagez entre la gare de Die et la lune en bouche en taxi, 2 vélos électriques sont mis à votre disposition pour la durée du séjour, vous avez accès à notre micro-épicerie bio à prix sympa, nous vous emmenons à Die les jours de marché



Carnet de séjour

La

2015

en Bouche

11/11

(Me et Sa). Vous pouvez partager nos repas d'hôtes le samedi (21€/pers) ou utiliser la cuisine gratuitement. En chambre d'hôtes, petit déjeuner compris. 605€, pour 2 personnes logeant dans la même chambre. Autre possibilité : en juin et septembre, nous vous louons 2 VAE au prix de 20€/jour, soit pratiquement le prix de location de vélos sans assistance.

Vendre'Die

En été, du 17 juillet au 22 août, les places de Die s'animent autour d'un thème : spectacles, peinture, jazz, rock ... programme exact à l'OT de Die (0475 22 03 03).

Vin

Nos coups de cœur dans les vins locaux :

- La cave Cornillon à Saint Romans. Essayez également leurs divins (« divin d'épine », « divin de pissenlit », par exemple).
- La cave Maupas à Saint Romans également (depuis peu en vente également à la cave Jaillance à Die). Le rosé et le blanc sont sympas.
- Raspail à Saillans pour son crémant, bien moins cher qu'un champagne.
- Le vin de l'été à Ponet St Auban. Voir également « bistrots et guinguettes »

Nous achetons notre vin « de tous les jours » en cubi au « Domaine des cèdres » bio. L'AOC Côtes du Rhône rouge ou le rosé nous plaît, est léger en sulfites et son prix est très raisonnable. Voir également « bistrots et guinguettes »

Visites guidées de Die

Pendant l'été, l'OT de Die organise des visites guidées de la ville

- De juin à août, les lundis à 10h30 : visite guidée de Die en néerlandais (rues, ruelles et cathédrale sans la montée au clocher)
- Lundi de juillet et août à 17h : visite guidée de Die en français (rues et ruelles, chapelle St Nicolas et cathédrale avec la montée au clocher). Duré approximative : 2 heures
- D'avril à septembre, les samedis à 14h30 : visite du « Patrimoine Caché » (chapelle St Nicolas et Salon Chinois).

Voiture

Roulez doucement dans la vallée.

Beaucoup de ses (jeunes) habitants s'y promènent à pieds ou à vélo. Partagez le même respect. Calmez votre voiture fougueuse. Et pourquoi ne pas enfourcher votre vélo, le meilleur moyen de goûter aux charmes des bords de Sûre.

Quand vous approchez de notre chemin privatif, merci de rouler au pas. Une voiture ou un piéton venant en sens inverse ne se voit qu'en dernière seconde.