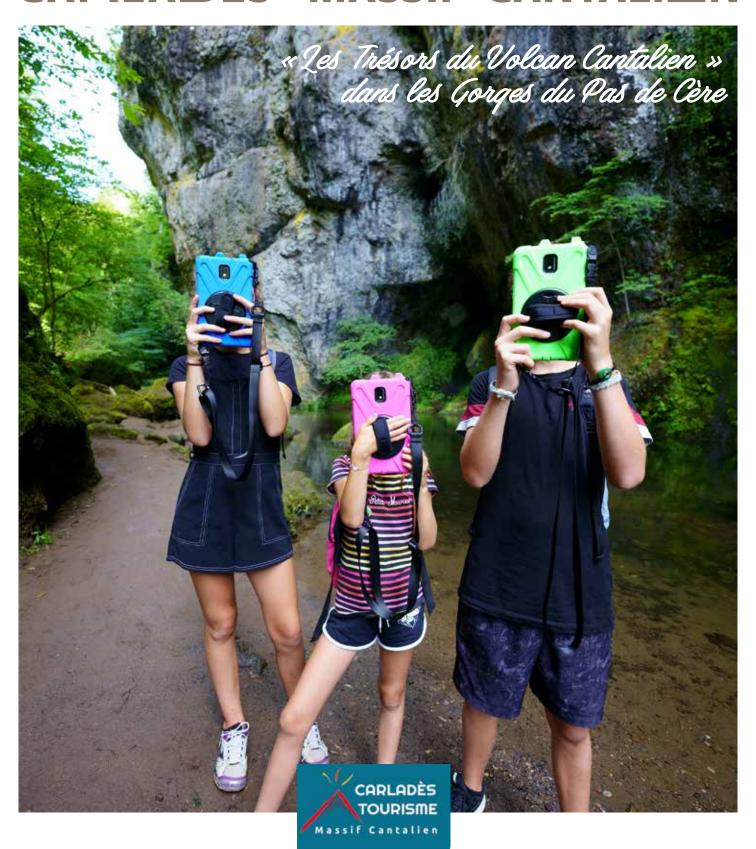
Cantal On wergne

GUIDE 2022/2023 LESSENTIEL

CARLADÈS - MASSIF CANTALIEN





SOMMAIRE

Carladès / Carladez kesako? D. 4 Prendre de la hauteur! p. 6 Comme un poisson dans l'eau! p. 8 Le coeur du volcan p. 10 CARTE DU CARLADÈS De crêtes en vallées, une faune et une flore remarquables p. 12 Les Gens d'ici p. 14 Terre d'aventures... pour des expériences pleine nature! p. 16 Les ambassadeurs du Carladès partagent leurs coups de cœur p. 20 Réveillez

vos papilles!

p. 22

LE CANTAL EST LE PLUS GRAND VOLCAN D'EUROPE...

...LE CARLADÈS EST SON BELVÉDÈRE!

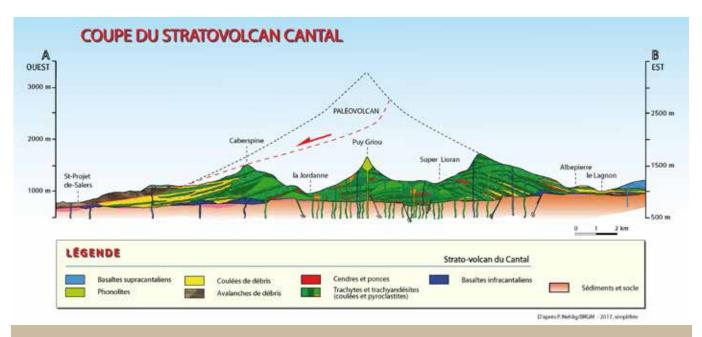
On l'appelle « stratovolcan »... des millions d'années d'activité volcanique, des éruptions, des coulées de lave, des magmas visqueux qui forment les plus hauts sommets des crêtes cantaliennes, puis de grands glissements qui entraînent des destructions successives du volcan...

Mais l'histoire ne s'arrête pas là : vient ensuite la formation des dômes de phonolithe comme l'emblématique **Puy Griou** ou de trachyte comme le **Puy Mary**, puis d'autres coulées de lave qui formeront les planèzes, les tables basaltiques de **Carlat** et **Ronesque**, les falaises de prismes comme à la **cascade de Faillitoux**.

Enfin, l'arrivée des glaciations qui vont éroder le vieux volcan et sculpter les sommets, mais aussi former des verrous glaciaires comme **le Pas de Cère...**

Finalement c'est vu du ciel qu'on aperçoit le mieux l'étoile des vallées glaciaires et l'étendue du grand volcan de plus de 70 km de diamètre et qui culminait à plus de 3000m d'altitude...





POUR EN SAVOIR PLUS SUR LE VOLCAN:



Exposition **« Le Volcan du Cantal »** à la Maison du Tourisme à Vic sur Cère.

Du Plomb du Cantal, point culminant du département à 1855m, à la table basaltique du Roc de Ronesque, en passant par les gorges du Pas de Cère ou les orgues de la cascade de Faillitoux : une dizaine de panneaux pour comprendre la formation des curiosités paysagères qui nous entourent.

Le carnet d'un géologue :



(2€ à l'Office de Tourisme)

Rassemblés dans un petit livret, l'Office de Tourisme vous propose d'embarquer les contenus de l'ex-

position dans votre poche!



Du Rocher des Pendus au Roc de Ronesque :

Découvrez la formation de la coulée de lave qui relie ces 2 sites : avec les panneaux installés sur place

ou en écoutant Frédéric, volcanologue sur l'appli Cirkwi pour une visite guidée passionnante!

CARLADÈS / CARLADEZ KESAKO ?

Le Carladès, c'est quoi?

C'est le nom donné à la communauté de communes Cère et Goul. Son origine remonte à une ancienne entité médiévale, la vicomté du Carladès avec pour place forte, une citadelle bâtie sur le rocher de Carlat. L'étendue du territoire formait une zone stratégique entre le Rouergue et l'Auvergne en pays d'Oc.

Pourquoi deux écritures pour un même nom?

En 1790 à la création des départements, le Carladès est partagé entre l'Aveyron et le Cantal. L'un a adopté l'écriture francisée avec un "z" final et l'autre a conservé l'écriture occitane avec un "s".

Quel rôle a joué la principauté Monégasque?

En 1641, Louis XIII signe le traité de Péronne qui place les Grimaldi de Monaco sous le protectorat Français, il leur accorde de nouveaux territoires. En 1643, la Vicomté du Carladès est érigée en Comté et passe sous la suzeraineté Monégasque jusqu'en 1791.

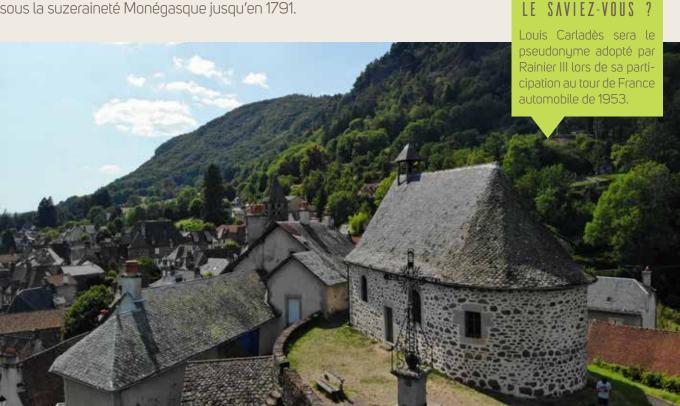
Vic sur Cère place administrative et judiciaire

Sous la suzeraineté Monégasque, et grâce à l'établissement dès 1561, d'un bailliage ou juridiction d'appel, Vic sur Cère est à son apogée. Les belles maisons que vous apercevez dans le vieux bourg, datent de cette époque.

Que s'est-il passé en 2014 ? Le prince Albert II de Monaco a été invité par le département du Cantal à l'occasion du centenaire de la rétrocession du rocher de Carlat à la principauté Monégasque dans le but de le préserver

La reine Margot

En 1585, la reine Margot quitte Agen précipitamment et s'installe environ 10 mois à Carlat, alors propriété de sa mère Catherine de Médicis. Elle tombe malade durant son séjour et prend les eaux minérales de Vic.





LA SOURCE ET LE KIOSQUE DES BUVEURS À VIC SUR CÈRE

En vous baladant dans Vic sur Cère, avez-vous remarqué ces demeures de style « belle époque », « art déco » pour certaines ? Ces nombreux hôtels ? Ici tout nous ramène aux eaux minérales et au développement thermal de la fin du 19ème siècle. Connues depuis l'Antiquité, puis perdues et redécouvertes au 16ème siècle, elles sont gazeuses, ferrugineuses et bicarbonatées... Célèbre pour ses vertues, l'eau de Vic était bue à la cour du Roi Louis XIV puis plus tard, elle sera même déclarée d'intérêt public!

Ya-t-il toujours des cures thermales à Vic sur Cère?

Non, l'activité thermale a progressivement décliné dès la 1^{ere} guerre mondiale, jusqu'à la fermeture définitive de l'établissement des "Bains" en 1965. Sa forte concentration en éléments minéraux, fait qu'aujourd'hui l'eau ne correspond pas aux normes en vigueur et ne peut plus être exploitée.

POUR EN SAVOIR PLUS SUR L'HISTOIRE DU CARLADÈS ET DE VIC SUR CÈRE :

Un plan de la ville de Vic sur Cère



avec un parcours de visite est disponible à l'Office de Tourisme.



Des visites audioguidées vous attendent sur l'appli Cirkwi, pour découvrir le Carladès avec ses ambassadeurs!



Des visites commentées de la ville sont proposées en saison estivale et pour

les groupes sur demande toute l'année.

Pour plus d'info contactez l'Office de Tourisme!

UN LIVRET JEU EST DISPONIBLE POUR LES ENFANTS!

Lilou la loutre les accompagne pour visiter Vic sur Cère et le Carladès à travers des petits jeux, des énigmes...

Pour découvrir tout en s'amusant!

PRENDRE DE LA HAUTEUR!

Du **Plomb du Cantal au Rocher de Ronesque,** en passant par la Bouguette ou le rocher des Pendus, un tour d'horizon des différents paysages qu'offre le Carladès : sommets, tables basaltiques, promontoires... 9 points de vue, avec table d'orientation réelle ou virtuelle pour une lecture du paysage ou profiter de magnifiques panoramas sur les sommets du Volcan Cantalien et les vallées environnantes. Que vous soyez randonneur averti ou non, vous trouverez assurément « chaussure à votre pied » !



Téléchargez l'appli et flashez le QRcode que vous trouverez sur les points suivants :



1 - Le Plomb du Cantal - 1855 m

Point culminant du département et un point de vue incontournable, hiver comme été!

L'origine de son nom « Pom du Cantal » signifie « pommeau » en raison de sa forme particulière.

POURYALLER:

- en randonnée (3 parcours au choix entre 3 et 4h de marche en boucle)
- en téléphérique depuis la Station du Lioran ouvert du 15 juin au 15 septembre et en saison hiver.



2 - Font de Cère



3 - La Bouguette



4 - Le Puy Griou - 1690 m

Sommet le plus emblématique par sa forme en cône : c'est un dôme de phonolite, dite la « pierre qui chante ».

POURYALLER:

- En randonnée (plusieurs itinéraires au choix entre 2h30 et 5h de marche).
- En télésiège depuis Font D'Alagnon Station du Lioran (ouvert juillet et août).

L'ascension pour atteindre le sommet est assez technique (non balisé). Si vertige, s'abstenir!



5 - L'Elancèze - 1571 m

Belvédère entre vallées de la Cère et de la Jordanne, où les principaux sommets du volcan cantalien s'offrent à vous : Puy Mary, Peyre Arse, Puy Griou, Plomb du Cantal...

POURYALLER:

- en randonnée par le GR 400 soit depuis Thiézac (5 à 6 h de marche aller/retour) soit depuis le Col du Pertus (2h de marche aller/retour).

Retrouvez les fiches papier de vos balades à l'Office de Tourisme, embarquez-les sur smartphone (GPX ou appli Cirkwi) à partir du site internet carlades.fr, des bornes tactiles du territoire ou encore de la table de rando 3D à l'accueil de l'Office de Tourisme.





6 - Rocher des Pendus - 1000 m

Table basaltique au sommet du Col de Curebourse.

POUR YALLER: en voiture jusqu'au Col de Curebourse (6 km de Vic sur Cère) puis à pied par un sentier en lisière de forêt – 1h aller/retour.

Stationnement obligatoire sur le parking réservé aux visiteurs du Rocher mais le départ du sentier se trouve sur le parking privé de l'Hostellerie St Clément.





INFO formation géologique : panneau et circuit audioguidé



7 - Roc de Ronesque - 750 m

Véritable curiosité naturelle, phénomène géologique d'inversion de relief, le rocher vu du ciel est en forme de cœur. Point de vue époustouflant sur le Massif Cantalien, sur l'Aubrac et l'Aveyron!

POUR Y ALLER: en voiture jusqu'à Ronesque, puis en marchant quelques minutes pour accéder sur le Rocher.





Suivez les flèches qui vous mènent sous le roc.

INFO formation géologique : panneau et circuit audioguidé.



8 - Le Puy Gros - 1594 m

Sur le GR400 entre le Plomb du Cantal et la Tuillière, vestiges de l'ancienne chapelle « du Haut Cantal ».

POURYALLER:

- en randonnée plusieurs itinéraires au choix (entre 2h30 et 5h de marche).



9 - La Tuillière - 1337 m

Située sur le GR400, ancienne ferme d'altitude autour de laquelle s'étendent murets en pierres sèches et montagnes d'estives jusqu'au Plomb du Cantal.

POURYALLER:

- en randonnée : depuis Thiézac en empruntant le GR400 (stationnement dans le bourg de Thiézac ou au hameau de Lafon).
- en voiture jusqu'à proximité du buron de la Tuillière.

En hiver, la route communale n'est pas déneigée, accès pédestre seulement.

Présence de troupeaux de mai à octobre, chiens vivement déconseillés.



Téléchargez l'appli « Les Trésors du Volcan cantalien »

et profitez de tables d'orientation virtuelles!

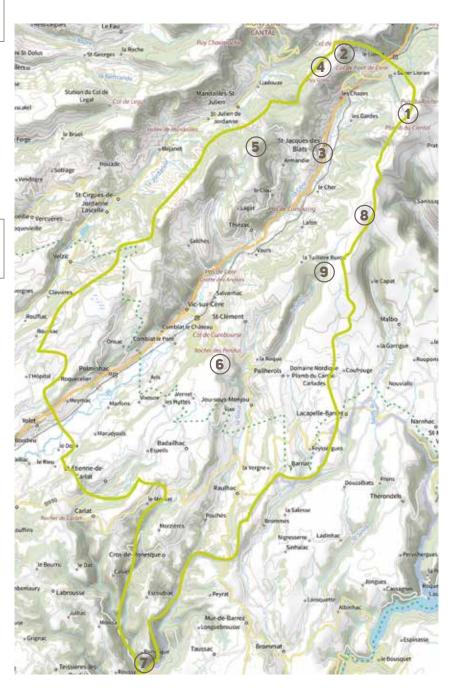
Sur chacun de ces points de vue, des QR Codes sont à flasher : vous pourrez ainsi mettre un nom sur les sommets qui vous entourent.



Le carnet d'un géologue

(2€ à l'Office de Tourisme)

Rassemblée dans un petit livret, retrouvez l'explication de la forma tion d'une dizaine de sites géologiques majeurs du secteur.



COMME UN POISSON DANS L'EAU!

CASCADES ET GORGES

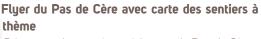


Les gorges du Pas de Cère et la cascade de la Roucolle :

Site naturel, classé Espace Naturel Sensible, le Pas de Cère vous invite à la contemplation, en toute saison, dans une ambiance forestière de bord de rivière.



Téléchargez l'appli « Les Trésors du Volcan cantalien » et partez en famille avec Lilou la loutre à la recherche du trésor caché des dragons!





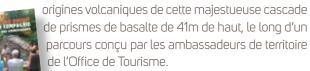
Découvrez les sentiers pédestres du Pas de Cère : « du belvédère au Pas de Cère » et « mystère au grand hôtel » et toutes les bonnes informations. Un livret explicatif est également disponible à l'Office de Tourisme en français et en anglais.

Le passage dans les gorges n'est pas toujours possible après de fortes pluies ou l'hiver.

Renseignez vous avant de vous engager!

Cascade de Faillitoux

Partagez l'histoire et la vie des gens du pays, ainsi que les

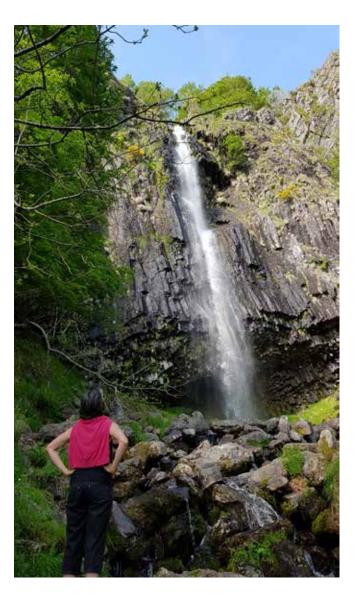


Boucle de rando de 1h30 depuis le hameau de Lasmolineries / Thiézac ou parking au-delà du

hameau (30 minutes A/R)

Livret carte, conte à écouter sur Cirkwi en français et occitan.





Cascade de la Conche

Accès près de l'église de Vic sur Cère par la rue Cap Del Lioc (1h A/R)



Autour du Carladès : cascades du Capat, du Saut de la Truite, gorges de l'Alagnon et gorges de la Jordanne

Retrouvez les fiches papier de vos balades à l'Office de Tourisme, embarquez-les sur smartphone (GPX ou appli Cirkwi) à partir du site internet carlades.fr, des bornes tactiles du territoire ou encore de la table de rando 3D à l'accueil de l'Office de Tourisme.

PRATIQUER DES ACTIVITÉS **AQUATIQUES ET NAUTIQUES**

Pour profiter de moments de détente au bord de l'eau ou s'éclater avec plein d'activités?

- Centre aquatique de Vic-sur-Cère : une pataugeoire, deux bassins de natation chauffés, un toboggan: un espace de détente idéal en famille (accessible au PMR)
- Lac de Saint-Etienne Cantalès (alimenté entre autre par la rivière Cère) : site incontournable de baignade avec des plages aménagées (Puech des Ouilhes, Rénac, Espinet), des piscines naturelles avec structures gonflables, un parcours aventure ou des visites pour plonger dans les entrailles du barrage (en été)
- Sur la Truyère qu'enjambe le Viaduc de Garabit (ouvrage Eiffel), différents sites sont aménagés : base de loisirs de Mallet (planche à voile, canoë, paddle....), presqu'île de Laussac (plage surveillée au creux des gorges en été)
- Sur la vallée de la Jordanne (lac des Graves) et sur la rivière Lot, vous pourrez pratiquer du stand-up paddle ou du canoë.

Envie de sensations en eau vive ? La randonnée aquatique ou le canyoning vous feront découvrir nos rivières en franchissant des obstacles : nager, sauter, glisser, descendre en rappel.... Demandez à l'office de tourisme la liste des professionnels spécialisés.



METTRE UN POISSON DANS SON ASSIETTE

Plus connu pour son fromage, le Cantal est aussi un paradis pour les pêcheurs : truites, écrevisses, brochets, sandres... raviront vos papilles!

Pratiquer la pêche en autonomie

- dans la Cère, le Goul... : des ruisseaux ou rivières de 1ère catégorie pour la pêche à la truite, aux écrevisses...;
- dans les barrages de St Etienne Cantalès ou de Sarrans... pour de la pêche aux carnassiers (sandre, brochet..)
- dans des lacs privés (se renseigner: réglementation spécifique)

Des activités encadrées

- pour une animation en famille : des après-midi pêches aux écrevisses proposées par l'office de tourisme
- des stages organisés par la fédération départementale et l'AAPPMA





Infos pratiques:

- vente des permis de pêche à l'office de tourisme du Carladès
- quide de la pêche dans le Cantal disponible à l'office de tourisme
- toutes les informations sur la pêche sur le site de la fédération www.cantal-peche.com

Se régaler sans effort

Pas besoin de prendre sa canne à pêche pour déguster une bonne truite : découvrez la pisciculture du Ganel à Polminhac (élevage et production de truite fario) ou les étangs de Marfon (pêche sans permis).

Et si vous ne savez pas comment la cuisiner, retrouvez la recette d'Eric Bouyssou, chef Toque d'Auvergne sur le site internet de l'Office de Tourisme https://www.carlades.fr/goutezspecialites-auvergnates/

LE COEUR DU VOLCAN



LE PUY MARY, GRAND SITE DE FRANCE®

Le Puy Mary, c'est le sommet le plus emblématique du Cantal. Sa forme de pyramide caractéristique et sa situation au cœur du plus Grand Volcan d'Europe en font un site incontournable.

Le sommet culmine à 1787m d'altitude, pas le plus haut du Cantal, mais un des plus spectaculaires par la vue qu'il offre. Tout autour du Puy Mary, ce sont 7 vallées glaciaires qui rayonnent en étoile : la Jordanne, l'Impradine, la Santoire, la Maronne, la Petite Rhue, le Mars, l'Aspre et la Bertrande. On vous le rappelle : pas de cratère dans le Cantal, mais vous êtes bien dans le Parc des Volcans d'Auvergne ! Le stratovolcan s'étend autour de vous, le paysage actuel est le résultat de millions d'années d'activité volcanique, de l'érosion et du passage des hommes...

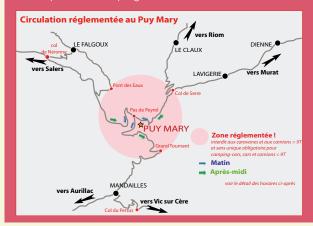
Petit mémo pratique

Ouvert de mai à octobre en fonction des conditions météo (se renseigner avant votre visite)

Comment y aller:

- en voiture depuis Mandailles, Dienne ou Salers (parking payant en saison au col du Pas de Peyrol)

- **L'après-midi** à partir de 12h45 : <u>descente</u> par Mandailles ou Murat
- L'après-midi à partir de 12h45 ou 18h du 15/07 au 31/08 : montée vers le Pas de Peyrol par Salers Pas de stationnement possible au Col du Pas de Peyrol en été pour les campings-cars



- ou navette en saison estivale depuis Mandailles, Dienne, le Claux ou le Falgoux
- infos et tarifs disponibles auprès de l'Office de Tourisme ou directement sur www.puymary.fr

Accès à la table d'orientation du sommet : 30 minutes d'ascension à pied depuis le Col du Pas de Peyrol.

LA STATION DU LIORAN



Côté hiver...

Au Lioran, on skie sur un volcan!

44 pistes vous attendent pour profiter au maximum du ski de descente et un réseau de 250 enneigeurs pour une garantie de neige toute la saison.

Et si vous aimez les nouvelles glisses, vous allez adorer le snowpark pour tous les niveaux ou le Big Air Bag pour apprendre à réaliser des figures de freestyle en toute sécurité. Sans oublier l'Espace Mouflets, le paradis des enfants! (3 champs de neige, 3 pistes de luges, 2 tapis roulants).

INFOS PRATIQUES

10 pistes vertes, 14 pistes bleues, 15 pistes rouges, 5 pistes noires.

18 Remontées mécaniques : 1 téléphérique, 8 télésièges, 6 téléskis, 1 télébaby, 2 tapis roulants couverts.

Infos et achats des forfaits : www.lelioran.com

La neige sans les skis

Et si vous profitiez de la neige autrement ? De la randonnée en raquettes, la patinoire, le ski joëring... Tout est possible au Lioran ! En période de vacances scolaires profitez aussi d'animations pour toute la famille. A vous de choisir ce qui vous fait plaisir!



BON PLAN: téléchargez l'appli du Lioran!

Elle permet de se géolocaliser sur le plan des pistes, de recharger son skipass, de consulter la météo et l'enneigement, de voir les animations et même de visualiser les webcams de la Station.

Le + : tentez le chrono! Vous pouvez retracer votre itinéraire, les kilomètres parcourus et votre vitesse.

Info navettes



- Accès à la station en navettes avec le bus des neiges (uniquement en février) depuis Polminhac, Vic sur Cère, Thiézac ou St Jacques des Blats.
- Profitez de l'offre Train + Ski depuis Vic sur Cère (réduction sur le forfait de ski avec votre billet de train)

Infos, horaires et tarifs disponibles à l'Office de Tourisme



LE TÉLÉPHÉRIQUE DU PLOMB DU CANTAL

Vue sur Puy Griou, Téton de Vénus, Bec de l'Aigle... des sommets à couper le souffle, avec ou sans neige! Le spot à ne pas manquer pendant vos vacances!

Infos pratiques: Départ toutes les 15 minutes environ. Ouvert aux mêmes dates que le domaine skiable en hiver et de mi juin à début septembre.



...Côté été

Le Lioran c'est un terrain de jeu parfait en été pour tous les amateurs d'activités de pleine nature! La Station du Lioran est un spot de départ de randonnées pédestres, de parcours de trails, de circuits VTT... Un spot incontournable pour votre séjour!

Les remontées mécaniques en été:

Le Téléphérique du Plomb du Cantal

Le Télésiège de Rombière

Le Télésiège du Remberter

Ouvertes en saison estivales pour faciliter la randonnée ou vous donner accès à des pistes VTT!

Infos et horaires d'ouverture disponibles à l'Office de Tourisme ou sur www.lelioran.com

Le petit conseil de l'Office de Tourisme :

En été, prenez le train avec ou sans votre VTT depuis Vic sur Cère jusqu'au Lioran (certains trains sont prévus pour le transport de vélo), montez au Plomb du Cantal en téléphérique puis redescendez la vallée de la Cère sur le GR400!

- Retour à Vic sur Cère par le GR400 jusqu'à la Tuilière, puis par la route jusqu'au Col de Curebourse et enfin la D54 jusqu'à Vic.

CARTE DU CARLADÈS

DE CRÊTES EN VALLÉES, UNE FAUNE ET UNE FLORE REMARQUABLES









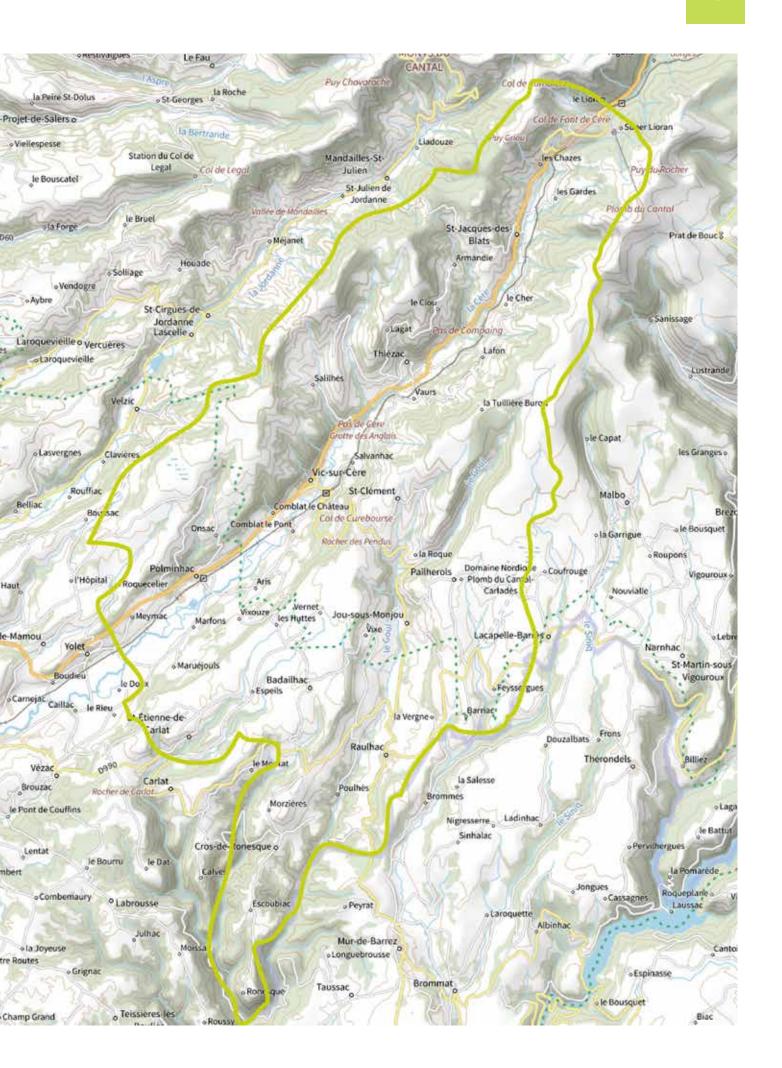












LES GENS D'ICI



"Les hommes d'ici que tu rencontreras sont issus de cette histoire. Tu seras surpris d'une certaine distance, d'une certaine froideur ; prends patience, creuse un peu et tu retrouveras la chaleur généreuse du volcan"

Extrait du conte "de Las Molineries à Faillitoux, les secrets de la Cascade"

LES AMBASSADEURS DE TERRITOIRE

Habitants passionnés, volontaires et bénévoles, ils participent à l'animation du territoire avec l'Office de Tourisme. Ils sont le trait d'union entre les nouveaux arrivants, les visiteurs et les gens d'ici

Venez à leur rencontre à l'occasion d'une visite de village, d'une église ... lors d'une démonstration de savoir-faire comme la mise à l'eau d'un moulin, ou bénéficiez de leurs conseils et de leurs coups de cœur pour expérimenter des vacances 100% locales. Retrouvez-les sur le site internet de l'Office de Tourisme : https://www.carlades.fr/rencontrer-les-gens-dici/

Découvrez nos deux premiers sentiers thématiques, mis en scène par un travail collaboratif avec les habitants, pour transmettre la mémoire des anciens, partager l'histoire de nos montagnes, de façon ludique à travers la balade, le conte, la rêverie...

- "Ma Montagne" à Pailherols (10 km 3h 295m de dénivelé)
- « Las Molineries à Faillitoux, les secrets de la cascade » à Thiézac (4,4 km - 1h30 - 253m de dénivelé)

Ma Montagne, œuvre de Camille Henrot à Pailherols

Hommage à ces milliers d'hommes emblématiques du Cantal : les buronniers, qui montaient les vaches en estive dans les pâturages et fabriquaient le fromage "au buron". Trente « sculptures dispersées s'inspirant de la forme des claies et, de fait, du concept de barrière objet universel du paysage agricole, tout en conservant l'idée qu'une limite peut se déplacer », explique cette jeune artiste. Empruntant un sentier de randonnée, les claies-sculptures rythment la montée jusqu'à un «parc» où vingt-cinq d'entre elles se dispersent. D'espace clos, le parc se transforme en carte du ciel et renvoie à l'infini.



Livret questions/réponses

réalisé avec les habitants et les ambassadeurs de territoire, disponible à l'accueil de l'Office de Tourisme ou aux Flocons verts à Pailherols.

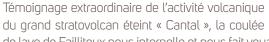


Un conte disponible sur l'application Cirkwi en français et en occitan le long de la balade. (Appli découverte gratuite).



De Las Molineries à Faillitoux, les secrets de la cascade

« Vagabondages volcaniques », tel est le nom bucolique de cette opération d'aménagement menée avec le Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne pour mettre en valeur le patrimoine géologique sur le sentier de la cascade de Faillitoux au départ du hameau de Lasmolineries.



de lave de Faillitoux nous interpelle et nous fait voyager dans le temps à la découverte des secrets de sa formation.



L'occasion de découvrir l'histoire des gens d'ici, leur adaptation à cet environnement, et leur langue ancestrale grâce à l'implantation de 7 panneaux d'interprétation, d'un livret et de supports audio et vidéo.

La Région

Boucle de rando de 1h30 depuis le hameau de Lasmolineries / Thiézac ou parking au-delà du hameau (30 minutes A/R) **Livret avec carte et conte** à écouter sur Cirkwi en français et occitan.

REJOINDRE LES AMBASSADEURS



Et demain ? L'aventure entre l'Office de Tourisme et les habitants continue... avec d'autres conteurs d'histoires et de légendes locales, pour mettre en scène les pépites historiques, naturelles, patrimoniales de notre territoire, transmettre l'esprit des lieux à nos visiteurs d'un jour ou de toujours!

Amateur de photos, fan de pêche, conteur d'histoire, passionné de sport outdoor, animateur dans l'âme ou attaché au patrimoine, hébergeur proche de ses clients, commerçant aux petits soins...chacun d'entre eux reflète l'identité du Carladès et surtout aime le contact et le partage avec les visiteurs!

L'Office de Tourisme révèle leurs talents ! Rejoignez-nous !

Quelques recommandations : agir avec bienveillance envers les visiteurs et les autres ambassadeurs, suivre les conseils de l'OT sur la relation clients, participer aux rencontres de l'OT... Si vous vous sentez une âme d'ambassadeur, venez nous rencontrer et peut-être signer la charte des ambassadeurs!

TERRE D'AVENTURES... POUR DES EXPÉRIENCES PLEINE NATURE!







PAILHEROLS, LA STATION DE MONTAGNE 4 SAISONS



Côté hiver...

L'Espace Nordique de Pailherols en Carladès, c'est un domaine tranquille et familial, loin du tumulte des grandes stations de ski. Avec ses pistes tracées sur les chemins pastoraux et sa vue sur les sommets enneigés, Pailherols est apprécié pour son authenticité et pour l'accueil chaleureux de ses habitants. Le spot idéal pour se ressourcer et faire le plein d'activités de neige sereinement!

- 4 pistes de ski de fond : 4,7 km 7,4 km 11 km 12,2 km
- 2 pistes raquettes 6 km et 7 km de balade
- 1 piste de luge damée et sécurisée

Vous pouvez louer votre matériel (ski de fond, raquettes ou luge) auprès de l'accueil "les Flocons Verts"

https://www.nordic-massif-central.fr



... Côté été

- Balades et randonnées: Au départ du point d'accueil des « Flocons Verts », 8 sentiers balisés vous sont proposés de 2 à 24 km tous niveaux. Le GR 465 (itinéraire de grande randonnée entre les Monts du Cantal et les vallées du Lot) traverse Pailherols qui peut être lieu d'étape avec le gîte des Flocons Verts.
- **VTTAE :** https://www.pailherols-flocons-verts.com

Pour une découverte ludique du territoire en VTTAE, pratiquer le vélo devient facile, plus besoin de forcer sur les pédales, le vélo devient un plaisir pour tous! Location de VTTAE avec «vélo suiveur»: un parc de 18 vélos de différentes tailles et pour tous âges.

- **Equitation :** La ferme équestre des Burons vous emmène à la découverte d'une nature grandiose et préservée au rythme des chevaux et poneys.

Randonneurs, vttistes, trailers, cavaliers, envie de pratiquer des activités sportives de pleine nature ? Le Carladès en Massif Cantalien sera un véritable terrain de jeu pour vous!





N'oubliez pas de demander conseil à l'Office de Tourisme! Vous pourrez visualiser votre parcours en 3D sur la table tactile ou sur la borne, récupérer les fiches parcours sous forme papier ou GPX.



L'indispensable ! La carte des balades et randonnées du Massif Cantalien vous donnera un aperçu de tous les sentiers officiels, balisés et entretenus : de la balade familiale de - de 2h au circuit GR en itinérance de plusieurs jours en passant par les randos thématiques...



Ne vous perdez plus! Embarquez votre rando avant de partir et laissez vous guider, sans connexion, le long des parcours de randonnées grâce à l'appli Cirkwi gratuite Cirkwi (ou IGN rando).

Itinérance



Pour en savoir +:

https://www.carlades.fr/grande-randonnee-4/

Si vous partez avec le sac à dos pour plusieurs jours, nous vous conseillons:

- GR®400 : parcours emblématique qui chemine sur les plus beaux sommets des Monts du Cantal. Long de 140km, il se décompose en 5 boucles dont une sur la vallée de la Cère (2 jours, 39 Km) au départ du Lioran ou de Thiézac.
- GR®465 : Des Monts du Cantal à la Vallée du Lot sur un itinéraire de Murat à Conques avec un tronçon en Carladès allant du Plomb du Cantal, point culminant du département au village de Pailherols (4h - 15km), puis un tronçon de Pailherols à Mur de Barrez (4h - 15km)
- > Détails sur la site internet de la Fédération Française de Grande Randonnée: mongr.fr
- Via Arverna : variante du chemin de St Jacques de Compostelle sur un itinéraire reliant Clermont Ferrand à Cahors en traversant les Monts du Cantal, avec une étape de 2 jours en Carladès du Col de Font de Cère à Polminhac (33km).

Pour randonner à plusieurs

Les bureaux de guides accompagnateurs vous proposent des randonnées toute l'année, à la découverte de la faune, de la flore, du patrimoine ou de la gastronomie pour les individuels ou pour les groupes. Retrouvez les programmes à l'accueil de l'Office de Tourisme ou sur carlades.fr rubrique agenda.



INFOS PRATIQUES – CONSEILS SÉCURITÉ

Veillez à vous renseigner à l'Office de Tourisme avant de partir!

- demandez une fiche rando détaillée, une trace GPX, une carte IGN ou un topoquide de randonnée,
- renseignez vous sur les conditions météo, l'accessibilité des
- prévoyez les équipements adaptés à la montagne, la météo change très vite! (vêtements imperméables et chauds, chaussures de randonnée, protections solaires, eau et encas, petite pharmacie de 1er secours, sac poubelle).

Les itinéraires ont pu être modifiés pour diverses raisons (aménagements en cours, phénomènes naturels, retrait des droits de passage, etc.). Suivez toujours le balisage officiel et respectez les indications présentes sur le terrain.





N'hésitez pas à signaler tout problème rencontré auprès de l'Office de Tourisme ou sur l'application gratuite 'Suricate"

> En cas d'urgence : Pompiers 18, SAMU 15, Gendarmerie 17 ou 112

Attention troupeaux!



Les vaches en estive de mai à octobre sont très protectrices. Poussées par leur instinct maternel, elles n'hésitent pas à charger. Par sécurité, pour vous et votre entourage, n'emmenez pas votre chien sur les sentiers en montagne. Suivez les recommandations de l'Office de Tourisme.



Je respecte la nature et les habitants!

Si la nature est un patrimoine commun, les chemins balisés traversent souvent des propriétés privées avec l'accord des propriétaires. Pour que ces chemins restent ouverts au public, veillez à

rester sur les chemins balisés, n'effrayez pas les troupeaux et refermez bien les clôtures et les barrières derrière vous!

Sur le Parc des Volcans d'Auvergne, le camping sauvage est interdit, seul le bivouac est toléré (du coucher au lever du soleil) dans le cadre d'une randonnée itinérante.

Ne cueillez pas les fleurs elles sont peut être protégées, et seront fanées avant votre retour!

Pensez à emporter vos déchets avec vous!





Carte des itinéraires de VTT et de cyclotourisme du Massif Cantalien pour connaître les circuits balisés, les bonnes adresses pour réparer, louer, recharger son vélo... (niveau de difficulté du vert au noir)



Retrouvez tous les parcours du Carladès sur l'application gratuite Cirkwi, embarquez votre rando avant de partir et laissez vous guider, sans Cirkwi connexion, le long des parcours.

Un parc de 18 VTT à assistance électrique de différentes tailles et pour tous les âges : location à l'aire du Pas de Cère (sur la RN122 près de Thiézac) ou sur le village de Pailherols (renseignements sur les périodes et tarifs à l'Office de Tourisme) De nouvelles boucles de VTTAE sont disponibles sur Cirkwi grâce à nos ambassadeurs vélo!

Autres pratiques possibles : bike park du lioran, descente du Plomb du Cantal à Thiézac, encadrement par des accompagnateurs diplômés, école de VTT, GTMC (Grande Traversée du Massif Central à vélo en itinérance).

Possibilité d'emprunter le train au départ de Vic sur Cère jusqu'au Lioran pour rejoindre les lieux de pratique. Montée possible en téléphérique jusqu'au Plomb du Cantal.

Cyclotourisme: Deux grandes boucles de 50 km sont proposées en Carladès pour sillonner vallées et plateaux.





A cheval:

Le Massif Cantalien offre de magnifiques randonnées équestres en liberté ou accompagné :

- le Tour du Grand Volcan Cantal pour une grande chevauchée sauvage de 3 à 8 jours
- l'Equustur, circuit européen de tourisme équestre avec une boucle en 3 étapes depuis Polminhac.

N'hésitez pas à contacter « Cheval Découverte » à Polminhac pour organiser votre séjour ou les centres d'hébergement qui pourront vous accueillir, vous et votre monture : Les Flocons Verts à Pailherols ou les Herbages à Badailhac.

Retrouvez tous les circuits GPX, les variantes, les hébergements sur le site de la Randonnée à Cheval en Auvergne : https:// tourismequestre-auvergnerhonealpes.fr/cantal/ ou sur l'appli mobile gratuite Equitopo.

Des activités équestres pour tous : balades à poneus pour les enfants, randonnées équestres à la journée ou demi-journée pour débutants ou confirmés, balade à dos d'âne, ski joering... Demandez tous les contacts à l'Office de Tourisme.





Le trail:

Là où certains randonnent tranquillement, d'autres jouent à sauter, foncer ou glisser sur les pentes de nos montagnes. Et c'est vrai que le Massif Cantalien est particulièrement adapté au trail, c'est même l'équipe de France qui le dit! Plusieurs dizaines de circuits permettent à chacun de trouver sa dose de plaisir et d'adrénaline.



Téléchargez l'appli **"Espace Nature Massif Cantalien"** et retrouvez tous les parcours et les défis!

Carte des itinéraires espace trail du Massif Cantalien pour repérer les parcours et leurs

difficultés, mais aussi découvrir les événements, les "défis", les "trails blancs" ou les "verticales" ! 14 circuits de tous niveaux (vert à noir)



Autres aventures en pleine nature!

Que vous soyez pratiquant passionné et autonome avec votre propre matériel,

Que vous ayez envie d'expérimenter une activité de pleine nature sécurisée par un professionnel,

Que vous soyez habitant à la recherche d'un club de pratique de randonnée, VTT, escalade, marche nordique, etc.

• 1 seule adresse : l'Office de Tourisme !! Nous tenons à votre disposition les informations détaillées sur les sites de pratiques, les encadrants, les associations...





TRAIL Rando
pêche CANOË-KAYAK
canyoning via ferrata
paddle ESCALADE
PARAPENTE Cyclo
Itinérance équitation
VTT



Visites tous les jours

de 10h à 19h

DU 14 JUILLET AU 19 AOÛT

LES Après-Midis DE PESTEILS

ANIMATIONS ENFANTS ET FAMILLES

COSTUMÉS EN GENTES DAMES **ET PREUX CHEVALIERS**

Programme sur www.chateau-pesreils-cantal.com



15800 Polminhac Tél. : **04 71 47 40 03** Mail: contact@pesteils.com







LES AMBASSADEURS PARTAGENT LEURS COUPS DE CŒUR

Qui mieux que les « gens d'ici » pour vous faire connaître et partager les pépites locales ? Les coins secrets ? Vous raconter le Carladès ? Nos ambassadeurs vous invitent : parcours audio-guidés ou visites commentées, demandez le programme à l'Office de Tourisme!



Raulhac, Petite Cité de Caractère

Une petite balade dans ses ruelles dévoile de superbes maisons et leurs toits en lauzes typiques de la région. En été, Elisa raconte son village et partage ses petites anecdotes! Visite libre grâce à l'application Cirkwi.



Pailherols

Dernier village avant la "Montada", transhumance des troupeaux vers les "estives".

Jean-Pierre, Sylvain ou Jean-Paul partagent les traditions, la langue et l'histoire des montagnes.



Niervèze - Thiézac

Le four, le moulin, le travail à ferrer, la chaumière rénovés dans le respect des traditions, donnent à ce hameau son caractère authentique. En été, Yves remet en eau le moulin pour partager ce savoir-faire et fabriquer la farine.



Chapelle Notre Dame de Consolation - Thiézac

Chapelle de pèlerinage édifiée fin 12e s. Levez les yeux vers le magnifique plafond peint au 17e s. Visites libres (clés à demander dans les commerces de Thiézac) ou commentées en été.







Rallye des clochers! Amusez-vous en famille ou entre amis et téléchargez l'application gratuite cirkwi pour réaliser l'un des parcours à énigmes imaginés par nos ambassadeurs!



A découvrir aussi : château de Pesteils (ouvert toute l'année et animations voir page 20), château de Messilhac (juillet-août), château de Valon, etc.

Retrouvez toutes les infos à l'Office de Tourisme!

RÉVEILLEZ VOS PAPILLES!

MARCHÉS

Vic sur Cère : mardi et vendredi matin de 8h à 12h30 sur la

place du Carladès

Polminhac : marché de pays le vendredi soir en été **Saint Jacques des Blats :** dimanche matin en été

LES PRODUCTIONS LOCALES

La Tarte à la Tome :

Spécialité locale à base de lait caillé, pressé et égrené, mélangé à du sucre et des œufs, trouve son origine sur la commune de Raulhac. Sa couleur doré foncé est reconnaissable dans les vitrines de nos boulangers.



2

La truite :

La truite fario - souche Cantal - est élevée localement à la pisciculture du Ganel sur la commune de Polminhac. Truite de qualité, appréciée pour la saveur de sa chair fine et généreuse, elle se déguste à la pôele au lard ou bien en papillote. Vente sur place ou bien sur le marché de Vic sur Cère.

Sa cousine, la truite Arc en ciel se pêche aux étangs de Marfon également commune de Polminhac.



Les fromages :

On raffole des **5 fromages AOP d'Auvergne** (Appellation d'Origine Protégée) : **Cantal, Saint-Nectaire, Fourme d'Ambert,**

Bleu d'Auvergne et Salers sont issus de savoir-faire ancestraux et ont la saveur et le caractère de nos terroirs volcaniques.

Mais dans le Cantal, on a bien sûr un faible pour le fromage qui porte le nom de notre département, et pour le Salers, du nom de notre plus beau village de France!

400, c'est le nombre de litres de lait nécessaires à la fabrication d'une fourme de Cantal ou de Salers de 40 kg !

Le Cantal est fabriqué avec le lait récolté toute l'année, à la ferme ou en coopérative. Il est affiné au minimum 1 mois pour



le "Cantal Jeune" jusqu'à plus de 8 mois pour le "Cantal Vieux" dont le goût est beaucoup plus prononcé.

Le Salers a une zone de production beaucoup plus réduite et se fabrique uniquement du 15 avril au 15 novembre. Fabrication avec du lait cru exclusivement sur des exploitations fermières et dans une gerle en bois, il est affiné au minimum 3 mois! Les vaches sont nourries uniquement à l'herbe sur les prairies d'altitude. Si on vous parle de "Salers Tradition", sachez que c'est le seul à être fabriqué à base de lait de vaches Salers uniquement!

NOS AUTRES PRODUCTIONS:

Production Bio et locale de tommes de Brebis Production Bio de fromages de chèvres. Production de la bière "la Vicoise"

Le territoire bouge et s'est mis en marche vers une production et une consommation responsable et locale. En tant qu'habitant, il est possible d'adhérer à l'AMAP (Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne). Vous pouvez aussi retrouver les productions locales dans les magasins locaux, dans la boutique de l'Office de Tourisme ou en direct chez les producteurs (liste sur demande à l'accueil)...

LA GASTRONOMIE DU CANTAL, GÉNÉREUSE ET VARIÉE

- le **pounti**, sorte de terrine de porc et de verdure aux pruneaux servie froide ou chaude avec une salade verte
- le chou farci à l'auvergnate
- les **tripoux** de la maison Cambon, à Polminhac ;
- l'incontournable **truffade**, à base de pommes de terre et de tome fraîche ;
- le bœuf salers et aubrac :
- les lentilles blondes et les pois blonds de Saint-Flour
- le **cornet de Vic,** garni de chantilly, de châtaigne ou de fruits rouges ;
- la **tarte à la tome du Carladès,** une spécialité sucrée de Raulhac à base de lait caillé
- la tarte aux myrtilles
- et bien d'autres!





BOUTIQUE DE L'OFFICE DE TOURISME

A ra

A ramener dans sa valise!

Envie de ramener un petit souvenir ? Le Carladès est riche de producteurs de qualité et c'est une évidence de retrouver une sélection de produits phares et identitaires de notre territoire dans la boutique de l'Office de Tourisme. C'est aussi un soutien envers nos commerces locaux.

Voici quelques idées gourmandes, ludiques ou pratiques :

- une sélection de produits gourmands sucrés (biscuits, confitures, miel, sirops...) ou salés (pâtés, terrines, et autres productions de nos artisans bouchers/charcutiers)
- des boissons locales : l'incontournable Avèze, produit Parc des Volcans, bières et apéritifs locaux, liqueurs et crèmes aux fruits
- des créations artisanales
- pour faire plaisir aux enfants : notre mascotte Lilou la loutre côtoie une belle gamme de peluches et autres souvenirs (livrets de coloriage, jeux de 7 familles ...)
- pour découvrir en toute sécurité : cartes IGN, topoguides de randonnée.

Des services toute l'année!

- Boutique de produits locaux et artisanaux
- Billetterie pour réserver vos animations et vos sorties
- Location de matériels : porte-bébés, raquettes à neige, luges
- Accès libre à la borne tactile, à la table numérique 3D pour visualiser les parcours, à l'application "idées de visite", à la salle d'expositions, aux vidéos, à l'espace enfants, à l'espace wifi...
- Des applications gratuites à embarquer : tables d'orientation virtuelles, jeu d'énigmes, visites audio-guidées, applications de quidage en randonnée...
- Des livrets découverte : le carnet de Lilou pour les enfants, le carnet du géologue, le livret du Pas de Cère...
- Des brochures personnalisées à la demande sur les activités, les restaurants, les hébergements, les animations, les commerces et productions locales, les services...



Une équipe experte de la destination vous accueille dans un Office de Tourisme dernière génération, ouvert et accueillant : écoute, sourire

et conseils personnalisés qui font toute la différence. Venez nous rencontrer!



Accès : le Carladès, une situation idéale pour vos vacances dans le Cantal!

Le Carladès se situe à 20mn d'Aurillac, Préfecture du Cantal et à 20mn de la Station du Lioran.

Il bénéficie d'un accès direct vers le Puy Mary par le col du Pertus et Mandailles.

Il est limitrophe de l'Aveyron.

En avion : Clermont-Ferrand (1h45 de Vic sur Cère) Aurillac (25mn de Vic sur Cère)

En train : Gare à Vic sur Cère et au Lioran

En voiture :

Clermont-Ferrand (1h45 par l'A75 puis RN122) Limoges (2h30 par l'A20 puis D120)







CARLADES TOURISME -

MASSIF CANTALIEN
Office de Tourisme du Carladès

Avenue André Mercier - 15800 VIC SUR CERE 04 71 47 50 68

www.carlades.fr tourisme@carlades.fr

Ouvert toute l'année du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h

+ dimanches et fériés printemps et été Horaires détaillés disponibles sur carlades.fr



CARLADÈS TOURISME







Sur Instagram et Facebook





Carladès Cantal

@carlades_cantal_tourisme

