

Kit per la stampa

Destination Luberon Cœur de Provence

Isle sur la Sorgue Tourisme



ISLE S/LA SORGUE
TOURISME



DESTINATION
LUBERON
CŒUR DE PROVENCE

Editoriale

Una destinazione eccezionale nei pressi delle più importanti attrazioni del Luberon, dei Monts de Vaucluse e del Pays des Sorgues.



Seguite i nostri visitatori durante le diverse stagioni e mentre si dedicano alle loro passioni!



Il territorio del Luberon Coeur de Provence si inerpica sui massicci del Luberon e dei Monts de Vaucluse. Qui troverai un'infinità di luoghi da scoprire nella città di Cavailon, a Gordes e a Lourmarin, due dei più bei villaggi della Francia, e nei numerosissimi paesini arroccati sulle montagne o annidati in paesaggi di viti, di querce bianche o di olivi.

Non lontano sorge Ussle-sur-la-Sorgue, un angolo della Provenza ameno e piacevole dove potrai passeggiare a piedi o in bicicletta tra frutteti e vigneti. Oppure gironzolare in villaggi pieni di antiquari, rigattieri e mercati con prodotti gustosi e colorati. O ancora esplorare il patrimonio naturale e culturale della regione per scoprire le usanze e le tradizioni che hanno forgiato il carattere di questa terra e della sua gente...



Una destinazione

Come orientarsi nella zona del Luberon, dei Monts de Vaucluse e del Pays des Sorgues.

Situata a un'ora dall'aeroporto di Marsiglia Provenza e a 45 minuti dalle stazioni TGV di Avignone e Aix en Provence, questa zona confina a ovest con l'autostrada A7 e a sud con l'autostrada A51 per Pertuis. Il Luberon Coeur de Provence si trova nel territorio del Parco Naturale Regionale del Luberon ed è collegato ad Avignone dal Pays des Sorgues. Il Luberon offre un'esperienza turistica di qualità che vi inviterà a rallentare e assaporare ognuno dei momenti magici che vi regalerà: un giro in bicicletta, un mercato con prodotti contadini, un aperitivo con gli amici sulla piazza di un villaggio all'ombra di alberi centenari, una serata sotto le stelle ad un concerto all'aperto, un'escursione circondati da un paesaggio mozzafiato...

Benvenuto!



1 ora dall'aeroporto di Marseille Provenza



45 minuti dalle stazioni di TGV Avignone e Aix en Provence



A7 / A51
 > Avignone : 35 minuti
 > Marseille : 1 ora
 > Nice : 2h30



Indice



8 Primavera
Il paesaggio si
rinnova



12 Estate
Una festa di
colori



16 Autunno
L'estate indiana



20 Inverno
Calma e scoperta



24 Incontri
Idee per
interviste



26 Vari tipi di
soggiorno

Semplicemente Luberon...



Prendetevi il tempo necessario per esplorare le diverse stagioni e seguite altri avventurieri per lasciarvi ispirare e accompagnare nel vostro viaggio. Se cerchi ispirazione per il tuo viaggio, sfoglia i commenti di chi ha già visitato questo territorio e ha voluto lasciarci un feedback incantato e sincero.



Primavera

Il paesaggio si rinnova

La primavera è una stagione magica. Ai piedi del Luberon le temperature sono miti e il sole splende tutto l'anno. I primi tepori e le giornate che si allungano contraddistinguono la primavera come stagione del rinnovamento.

Questo è il momento ideale per:

- Ricaricarvi dopo l'inverno prendendovi cura di voi stessi.
- Visitare i mercati alla ricerca delle prime fragole e degli asparagi.
- Fare una passeggiata o un giro in bicicletta.
- Esplorare un villaggio collinare: ad aprile e a maggio le stradine dei villaggi sono decorate da fiori.



Céline, Marc, Mia et Joan

UNA VACANZA ALL'INSEGNA DEL GIOCO CON TUTTA LA FAMIGLIA

Una settimana di campeggio durante le vacanze di Pasqua.



- **INDIMENTICABILE!**
La passeggiata con gli asini!
- **DA PORTARE A CASA:**
Torte fatte in casa e marmellata.



Charles et Happy

UN SOGGIORNO A MISURA DI CANE

Tre giorni di avventura sui sentieri del Luberon.



- **INDIMENTICABILE!**
Mattinata sulla pista ciclabile nel cuore del paesaggio primaverile.
- **DA PORTARE A CASA:**
Olio essenziale di lavanda.

Voglia di natura?

Nel cuore del Parc Naturel Régional del Luberon

Una **NATURA INTATTA** dai paesaggi mitici, sentieri e luoghi tranquilli e rigeneranti, deliziosi profumi, il blu della lavanda e la pietra bianca presente ovunque (muri, capanni, falesie)... e due fiumi che scorrono dolcemente (la Sorgue e la Durance).



Territorio rurale fragile, famoso per la qualità della vita, dal ricco patrimonio e dagli splendidi paesaggi, il Parco si estende su 1 850 km² e la sua altitudine varia fra i 70 e i 1 125 m (alla sommità del Mourre Nègre, situato nel Grand Luberon). Il **PNRL** è uno dei 7 parchi naturali regionali della Provenza-Alpi-Costa Azzurra.

Andare in giro per il Luberon vuol dire accostarsi sia alla natura che alla storia. Imboccare sentieri di «petite randonnée» che attraversano il territorio in tutti i sensi. In versione famiglia, con gli amici o sportiva, esiste un gran numero di sentieri segnalati. E se siete tentati da veri trekking, il Luberon si attraversa da nord a sud e da est a ovest in due giorni.

Le Grandi Randonnées (GR) **6/91/97** oltre alla GR del **PAYS DES MONTS DE VAUCLUSE** e allo storico «**SENTIERO DELLA PESTE**» vi guidano attraverso i nostri paesaggi. Senza dimenticare i pellegrini di **SANTIAGO DI COMPOSTELLA** in direzione di Roma che seguono il cammino nella pianura...



UN LUOGO DA INCANTO - FONTAINE DE VAUCLUSE

Le recenti scoperte archeologiche attestano un importante culto reso a questa sorgente durante tutta l'antichità. Ai piedi di una straordinaria scogliera scolpita dall'erosione, sgorga il più bel fiume del dipartimento: la Sorgue de Vaucluse, ad alcune centinaia di metri dal pittoresco paese a cui la valle ha dato il nome.

Paradiso del ciclismo

Percorrere le stradine e i sentieri provenzali è un piacere da vivere da soli o con la famiglia. Il piacere che offre un itinerario in bici è davvero vario e ricco: paesaggi fuori dal tempo, villaggi di carattere tutti vicini (fra 3 e 10 km al massimo) da visitare e dove fare una tappa rilassante a bere qualcosa, l'aria pura sotto un cielo blu e sole garantito per oltre 300 giorni all'anno!



IL LUBERON IN BICICLETTA

L'itinerario turistico del **Luberon in bicicletta**, della lunghezza totale di 236 km attraversa il Luberon Monts de Vaucluse per 63 km. Privilegia del stradine che collegano i vecchi villaggi.

➤ www.velofoisirprovence.com

LA PISTA CICLABILE DEL CALAVON

Versione famiglia, l'itinerario della **Pista Ciclabile del Calavon** è una strada verde che segue il percorso della ex ferrovia situata sugli 8 km tra Robion e Les Beaumettes. Prosegue poi in direzione di Apt, per un totale di 36 km riservati alle biciclette o ai roller in totale sicurezza.

IN QUANTO ALLA MOUNTAIN BIKE

La **GRANDE TRAVERSATA DEL VAUCLUSE** passa per il territorio di Gordes e la **GRANDE TRAVERSATA DEL LUBERON** tocca diversi villaggi del Luberon Coeur de Provence. Itinerari tecnici destinati ai più esperti e allenati.

Escursioni nel luberon

Il Parc Naturel Régional du Luberon offre un gran numero di percorsi escursionistici, a piedi, a cavallo o a dorso d'asino: esplorate la nostra regione in tutta calma...

Troverete una moltitudine di sentieri per passeggiate di vario tipo (GR e GR de Pays). Sentieri brevi (contrassegnati in giallo) e sentieri lunghi (contrassegnati in rosso e bianco) attraversano il territorio in lungo e in largo. Scegliete l'escursione che preferite e adattatela al vostro ritmo, al vostro livello e alla temperatura esterna: da semplici passeggiate tranquille ai piedi delle montagne a lunghe escursioni sportive.

PERCORSI ESCURSIONISTICI DI LUNGA DISTANZA

I **GR DE PAYS** (sentieri regionali) si snodano per tutta la regione e vi permetteranno di percorrere degli itinerari storici (lungo il Muro della Peste, sul sentiero delle filatrici...). Nei dintorni di Gordes, **SONO STATI CREATI DUE PERCORSI** sul tema della resistenza: uno tra Gordes e l'Abbaye de Sénanque attraversando la valle di Sénanque, l'altro tra Gordes e Joucas, nelle Gorges de Véroncle e nei suoi dintorni.

Infine, nella **VALLE DEL CALAVON**, i pellegrini di Compostela attraversano Cavaillon e seguono la pista ciclabile del Calavon, riprendendo l'itinerario dell'antica strada romana, la Via Domitia - GR 653D.

IL CAMMINO DEI PARCHI

(A cura dei Parchi Naturali Regionali, Provenza Alpi Costa Azzurra, schede escursionistiche realizzate in collaborazione con gli uffici turistici locali). Su www.cheminsdesparcs.fr scegliete il vostro percorso e stampatelo oppure scaricate i percorsi GPX o KML e visualizzateli in 3D prima di partire per sapere esattamente cosa vi aspetta.



PERCORSO IN BICI NEI DINTORNI DELL'ISLE SUR SORGUE

La pista ciclabile «**De la Source à la Venise Comtadine**» è una facile pista ad anello di 20 km. Da L'Isle-sur-Sorgue a Fontaine-de-Vaucluse, passando per il villaggio arroccato di Saumane-de-Vaucluse, potrete godervi in bici i paesaggi scolpiti dal fiume Sorgue. Lungo il percorso troverete anche un collegamento per la pista ciclabile di Calavon.



Camminare nel Luberon Coeur de Provence significa poter abbracciare con lo sguardo i massicci più famosi della Provenza (**LUBERON, MONTS DE VAUCLUSE, ALPILLES E VENTOUX...**). Percorrendo i suoi sentieri, attraverserete boschi e vigneti, incontrerete paesaggi di lecci e ulivi e troverete anche scogliere calcaree popolate da numerose specie di uccelli e punteggiate da cedri centenari grigio-azzurri.



Estate Una festa di colori

L'estate si arricchisce dei colori vivaci della natura: nei campi di lavanda, nei cestini di frutta e verdura baciati dal sole, nella luce serale che si distende sulle sagome dei villaggi.

Questo è un periodo ideale per:

- Visitare il Museo della Lavanda di Coustellet e partecipare al laboratorio dei "cinque sensi".
- Gustare del buon cibo locale in un ristorante o godersi un bel picnic.
- Ascoltare un concerto sotto le stelle in un teatro all'aperto.
- Visitare il Castello di Lourmarin.



Lisa, Mélanie, Paul, Léo et Maé

VACANZE CON GLI AMICI VACANZE

Cinque giorni intensi e serate indimenticabili!



Oppède-le-Vieux



● INDIMENTICABILI !

Il picnic improvvisato sulle rive della Sorgue.

● DA PORTARE A CASA:

Deliziose ricette provenzali con i colori del sole e prodotti locali da condividere (paté di olive, olio d'oliva...).

Voglia di emozioni ?

Paesaggi a perdita d'occhio, alla velocità di una bicicletta o dei propri passi. Sentieri per itinerari tranquilli o più impegnativi. Dal trail alla mountain bike, passando per la canoa e la via ferrata con vista sulle più belle catene montuose della Provenza. Il potere di attrazione delle attività da praticare o da scoprire è davvero unico !

VIA FERRATA A CAVAILLON

La Via Ferrata è direttamente accessibile dal centro di Cavailon a piedi. Si divide in due itinerari (Via Natura e Via Souterrata).

PRENDERE QUOTA

Volare come un uccello tra Durance e Luberon grazie ad un volo in aliante... un ricordo indimenticabile. E potete anche scegliere la mongolfiera...

UN PICCOLO LATO RETRO IN 2CV

L'emblematica vettura francese del marchio Citroën. Con autista o in piena autonomia, due società offrono la possibilità di andare alla scoperta del territorio con vetture originali e colorate, per un souvenir indimenticabile : in coppia, con la famiglia, con amici, in gruppo, per team building... Da fare assolutamente, felicità e allegria assicurate.



Piaceri culinari?

Proprio così, i nostri prodotti sono buoni e coltivati con amore i nostri produttori sono persone simpatiche e piene di passione potrete trascorrere del tempo in alcune delle nostre fattorie e certamente troverete nei nostri mercati l'occorrenza per preparare pietanze squisite degne della Provenza più autentica! Frutta e verdura in abbondanza, olio, miele, fiori e vino (di tutti e tre i colori!). Insomma, non vi mancheranno le cose da assaggiare né i regali da portare a casa per imbandire una bella tavola e per ricordare la magia e la semplicità di questi momenti. E una visita ai nostri chef vi incoraggerà a scoprire sapori nuovi e vivaci grazie a combinazioni audaci ma deliziose!



ANDARE AL MERCATO

Grazie al sole delle Provenza, frutta e verdura ricchi di sapore vi aspettano nei mercati (mercati dei produttori a fine giornata, mercato di Coustellet la domenica mattina e il mercoledì sera in estate...), da alcuni contadini e dai ristoratori. Frutta e verdura raccolti al mattino stesso o al massimo il giorno precedente, per essere pronti sui banchi quando arrivano i primi clienti... frutta e verdura dal gusto speciale: pesche vellutate, ciliegie croccanti, fragole freschissime.. qui queste espressioni hanno davvero senso. I mercati dei produttori durano da aprile a fine dicembre per i più importanti.

GLI AGRICOLTORI AL VOSTRO SERVIZIO

La filiera corta e la gastronomia locale sono una presenza forte in tutto il Luberon e il Pays des Sorgues. I mercati contadini e le vendite direttamente in fattoria hanno luogo in quasi tutti i periodi dell'anno. Qui potrete acquistare gli asparagi e le fragole già ad aprile e le zucche tra settembre e ottobre, e decisamente NON troverete pomodori a dicembre, ma piuttosto patate, porri e mele... una lezione importante su come funziona la natura!

LA CUCINA DEL SOLE

I nostri campi sono pieni di verdure provenzali che non aspettano altro che di essere valorizzate a tavola. Pomodori freschi, tenere zucchine, melanzane delicate e i peperoni quadrati di Lagnes si combinano divinamente. Dall'emblematica ratatouille, passando per il famoso tian di verdure e fino alle paupiettes di vitello alla provenzale: felicità allo stato puro per le vostre papille gustative. E i nostri oli d'oliva aggiungono il tocco finale a questi piatti deliziosi.

Restoranti con una stella Michelin :

- LES BORIES
Gordes
- LE CHAMP DES LUNES - Lauris
- LE VIVIER
Isle sur la Sorgue
- LA FENIÈRE
Cadenet



Incontri...

UNA GUIDA NATURALISTICA

Scoprire il Luberon attraverso gli occhi e le conoscenze di coloro che ne hanno fatto un terreno di gioco quotidiano.

UNO CHEF

Conoscere la sua visione della cucina provenzale? I suoi abbinamenti preferiti? Ciò che lo ispira? Un momento ricco di sapori!

UN OLIVICOLTORE

Passeggiare tra gli oliveti, capire come si fa l'olio e le diverse fasi di maturazione delle olive...

UN ARTIGIANO ARTISTICO

Fare parlare un artigiano artistico che dà voce alla materia prima e la lavora traendo ispirazione dal territorio del Luberon.

UNA GUIDA TURISTICA

La storia della Provenza, e in particolare del Luberon, è talmente ricca e varia che sarete entusiasti di poterla approfondire con una persona appassionata.



Autunno L'estate indiana

La frenesia dell'estate è finita e si ritorna alla terra con l'inizio della stagione della vendemmia e della raccolta delle olive. Gli chef riscoprono con entusiasmo la cucina autunnale!

È un momento meraviglioso per passeggiare nei villaggi tranquilli, guardare le vetrine dei negozi e ammirare tramonti dai colori meravigliosi. Mentre esplorate le attrazioni più importanti della zona, come villaggi collinari e musei, potete concedervi una deliziosa pausa rigenerante con un tè o un caffè. E naturalmente sono da non perdere le viste dei vigneti che punteggiano il paesaggio e costeggiano le piste ciclabili con i loro colori scintillanti...



Sylvie et Jérôme

UN SOGGIORNO AUTENTICO E TRANQUILLO

Tra fine settembre e inizio ottobre ci concediamo una pausa di quattro giorni a metà settimana in un hotel di charme.



● **INDIMENTICABILE!**
L'ultima cena da uno chef stellato.

● **DA PORTARE A CASA:**
Olio d'oliva e tartufi per le nostre ricette future!

Voglia di scoperte?

Una delle particolarità dai villaggi del **LUBERON** è che sono arroccati o appoggiati ai massicci del Luberon e dei **MONTI DI VAUCLUSE**. In tutti i villaggi che visiterete, vi ritroverete affacciati su una valle o circondati da ulivi, viti o querce spinose. Ogni villaggio offre un punto di vista per ammirare il panorama dei massicci più famosi del sud della Francia: il Luberon, il Monte Ventoso, le Dentelles de Montmirail, le Alpilles, talvolta la Montagna di Sainte Victoire...

Villaggi classificati fra « I più bei villaggi di Francia » (Gordes, Lourmarin, Roussillon...), la piccola città di L'Isle sur la Sorgue, al 2° posto in Europa per l'antiquariato, Fontaine de Vaucluse e la sorgente della Sorgue.



● **Castelli classificati come monumenti storici**

● **Lourmarin:**
tutto l'anno

● **Gordes:**
apertura alta stagione estiva



● **Musei d'eccellenza & contemporanei**

● **Museo della Lavanda Château du Bois**
www.museedelalavande.com

● **La Filaventure**
(Manifattura Brun de Vian Tiran)
www.lafilaventure.fr

● **Museo Pierre Salinger**
Ubicato nella proprietà che fu la sua ultima dimora in Provenza, il Museo Pierre Salinger ritraccia il percorso di un uomo fuori dal comune. Visita su prenotazione tutto l'anno.

● **Museo Campredon**
1746 ospita un centro artistico e accoglie molte esposizioni di pittura, scultura, durante tutto l'anno.

● **Olive oil Museum**
Per conoscere tutti i segreti del famoso olio mediterraneo.
www.royere.com

Le olive e l'olio

Coltivazione, degustazione e dieta mediterranea imparate come si coltivano gli ulivi passeggiando tra gli oliveti in estate, assaporatene i frutti tutto l'anno grazie ai corsi di degustazione specifici e visitate il museo dell'olio di oliva per capire le differenze tra i vari tipi di olive e coltivazioni nel mondo mediterraneo. Visitare i mulini, sentire il profumo dell'olio appena spremuto, andare a spasso fra gli uliveti, degustare la tapenade (pasta di olive attentamente mescolata con aglio, olio, acciughe e capperi)...



AGRITURISMO E OLIO D'OLIVA

In Provenza, le olive vengono coltivate da migliaia di anni. Pertanto questa terra vi propone moltissime opportunità di scoprire la storia, il gusto e la cultura di queste perle verdi, dal modo in cui vengono coltivate ai loro benefici per la salute. Potrete anche vedere da vicino come si produce l'olio d'oliva. Le fattorie Ferme les Callis e Mas Honorat offrono varie esperienze all'interno dei loro oliveti.

Le olive vengono raccolte fra novembre e dicembre. Verranno utilizzate sia per l'olio sia come olive da tavola. Occorrono fra 5 e 8 kg di olive per 1 litro d'olio. A inizio novembre, la spremitura delle olive regala l'olio « **FRUTTATO VERDE** ».

A fine stagione si ottiene un **FRUTTATO «MATURO»** o «**NERO**». La varietà di olive « Aglandau », la più coltivata sul nostro territorio, dona un olio dagli aromi intensi, decisi, pur rimanendo piuttosto dolce.



In quanto a tapenade, olive schiacciate e condite e altre delizie per l'aperitivo, provengono da diverse varietà di olive : **PICHOLINE**, **TANCHE** (olive di Nyons), **SALONENQUE** (Salon de Provence), **GROSSANE** (Baux-de-Provence)...

Un fiume e antiquari L'Isle-sur-la-Sorgue



SORGUE

Nato dalle acque della Sorgue, questo antico villaggio di pescatori è soprannominato la «**VENEISE COMTADINE**» (Venezia contadina). Dall'8 agosto 1467, era stato vietato di lavare la biancheria e inquinare il fiume sotto pena di 25 lire di multa. La Sorgue ha un posto di primo piano nella vita e nella storia di L'Isle. Lungo i moli, il vero patrimonio è l'acqua e tutta la storia che ne deriva. Il paese di pescatori si sviluppa e diventa una borgata: Saint-Laurent, l'attuale quartiere di «Villevieille». Vero è che se la città fu prospera grazie ad una molteplicità di laboratori e di fabbriche che sfruttavano la forza motrice della corrente, e grazie alla vendita dei pesci, seppe comunque divertirsi con l'acqua.



GLI ANTIQUARI

Paradiso degli appassionati della brocante, l'Isle è il più grande centro della Provenza famoso per il mercato professionale degli antiquari e rigattieri. Un centro su scala Europea, il cui pubblico non ha cessato di rafforzarsi dalla creazione del primo villaggio degli antiquari nel 1978. Quindi, la città deve la sua fama ai 300 negozi di antiquariato aperti tutto l'anno dal venerdì al lunedì : mobili, quadri, oggetti d'arte, splendide stoffe, gioielli, libri, dischi, oggetti in ferro battuto. Si contano 500 espositori in occasione delle grandi manifestazioni (fiere internazionali). Professionisti dell'arredo, ricercatori esperti o semplici compratori di anticaglie sono sicuri di trovare sul posto il mobile o l'oggetto raro di cui sognano...



Inverno Calma e scoperta

Il sole ci sta regalando un bellissimo inverno e le temperature sono abbastanza fresche per godere dell'aria pura del Luberon.

Il protagonista dei mercati invernali è il tartufo. Nei ristoranti, gli chef lo cucinano in vari modi utilizzando dell'olio d'oliva appena spremuto! L'inverno è un periodo di grande tranquillità nel Luberon, ideale per chi ama ricaricarsi in strutture calde e accoglienti, alternando villaggi in collina e pause caffè. Approfittate dei negozi aperti tutto l'anno e delle mostre...



Myriam

UN SOGGIORNO PER PRENDERSI CURA DI SÉ

Fine settimana prolungata in occasione della festa di Ognissanti.



- **INDIMENTICABILI!**
Il corso di yoga all'aperto.
- **DA PORTARE A CASA:**
Cosmetici naturali.



Julia et Maxime

UNA VACANZA DA INNAMORATI

Tre giorni di vacanza lontano dalla città in una zona tranquilla



- **INDIMENTICABILE!**
Gallerie d'arte a Lourmarin.
- **DA PORTARE A CASA:**
Birra artigianale.

Un Natale provenzale

Ogni anno, le città e i villaggi del Luberon vibrano di un'atmosfera unica, animata dalle festività natalizie: danze popolari, fiere dei personaggi del presepe, luminarie, mercatini di Natale e cori... Il periodo si apre tradizionalmente con la festa di **SANTA BARBARA** (il 4 dicembre): una tradizione simbolica che consiste nel seminare del grano per valutare la prosperità dell'anno che verrà.

MERCATINI DI NATALE

A dicembre, in tutta la regione vengono aperti i mercatini di Natale. Molte città e villaggi preparano i loro mercatini di Natale, tutti splendidamente decorati e molto accoglienti. Qui potrete acquistare qualsiasi tipo di articolo natalizio mentre gustate un dolcetto e una bevanda calda. Se siete alla ricerca di bellissimi regali di Natale o di prodotti locali per i vostri pasti natalizi, i mercatini sono proprio il posto giusto!

I PERSONAGGI DEL PRESEPE PROVENZALE

I primi giorni di dicembre sono anche il momento ideale per fare il presepe. Questa decorazione tradizionale è una ricostruzione della vita rurale provenzale con i suoi simboli identificativi come il pozzo, il mulino, il forno comune, i pini... Per preparare il presepe si usano delle statuette di argilla fatte a mano chiamate "santoni" (dalla parola provenzale «Santoun»: piccolo santo).

ZOOM

I presepi dell'Hotel d'Agar

Ogni anno, nel periodo natalizio, l'Hotel d'Agar presenta un'eccezionale collezione di presepi provenzali e napoletani del XVIII e XIX secolo. Durante la visita guidata di questa residenza, potrete ammirare più di 200 statuette provenzali in cera e cartapesta con abiti d'epoca, un centinaio di statuette napoletane in terracotta e alcune figure in legno provenienti dalla zona di Genova.

13 dessert

Questa tradizione culinaria ha un simbolismo religioso collegato all'Ultima Cena che Gesù Cristo consumò in compagnia dei suoi 12 apostoli, da cui il numero 13 per i 13 commensali. Tradizionalmente, 13 dolci vengono serviti su un tavolo coperto da tre tovaglie bianche alla fine del pasto della Vigilia e devono rimanere sulla tavola per tre giorni. Gli ospiti assaggiano tutti i dolci in segno di cortesia verso il padrone di casa (Elenco dei 13 dolci natalizi: noci o nocciole, fichi secchi, uva sultanina, mandorle, brioche all'olio d'oliva, torrone bianco, datteri, torrone nero, torrone rosso, calisson d'Aix, arance o clementine, anguria, un frutto esotico).

Voglia di essere zen ?

Rilassarsi, che piacere. Prendersi cura di se stessi fra il silenzio o il canto delle cicale, ascoltando gli uccellini al mattino dalla propria camera con vista su una natura luminosa. Un massaggio, un centro benessere, un corso di yoga all'aperto per un'esperienza ancora più perfetta...

Prendere il tempo di ritemperarsi in luoghi tranquilli che offrono lusso, quiete e spazio cocooning : una proposta così di attualità ! Spa, centri massaggi, spazi relax e corsi di yoga sono proposti in un gran numero di strutture.



UN CAFFÈ...

Oltre ai tanti i piccoli villaggi presenti sul nostro territorio e che bisogna assolutamente visitare per vivere al ritmo della Provenza. Alcuni vi offrono l'opportunità in più di andare in giro scoprire diversi negozi affascinanti e numerosi caffè o sale da thé per completare la vostra visita nel giorno del mercato o in qualsiasi altro giorno della settimana. Da non perdere.

SPAZI CONTEMPORANEI...

Hotel, concept stores e gallerie d'arte. Alcuni albergatori hanno fatto la scelta di un'architettura e di una decorazione decisamente contemporanea nel cuore della Provenza. Una maniera di viaggiare di totale immersione nell'ambiente della Provenza con soluzioni informali, chic e attuale.

Il tartufo

Cos'è il diamante nero della vaucluse ?

La riunione dei tartufai della vaucluse. Con un impegno importante nei confronti della qualità, della trasparenza e del rispetto, i tartufai della vaucluse hanno scelto di associarsi per promuovere il meglio che questo prodotto, il tartufo nero (*tuber melanosporum*), ha da offrire. Un'eccellenza assoluta in fatto di aroma.

LA VAUCLUSE, TERRA DEL TUBER MELANOSPORUM

La Vaucluse è la culla della coltivazione del tartufo. La Vaucluse è il primo dipartimento della Francia per la produzione di tartufi. Grazie al suo clima mediterraneo e al suo terreno calcareo roccioso, la regione di Vaucluse è la patria del miglior *tuber melanosporum*.

Anche se il nome comune del *tuber melanosporum* è « tartufo del Périgord », non lasciatevi ingannare: in realtà la coltivazione del tartufo è nata proprio nella Vaucluse.

➤ <https://diamantnoirvaucluse.fr/>

3 PROMESSE:

Freschezza

Più fresco è il tartufo, più forte è il suo aroma. Ecco perché ci impegniamo a datare i nostri tartufi e a mettere in vendita solo quelli che sono stati raccolti da meno di una settimana.

Maturazione

Il tartufo nero non è nero alla nascita. All'inizio è bianco, poi diventa grigio, poi grigio scuro e infine raggiungere il bel colore viola-nero di un tartufo veramente maturo. La forza del suo aroma dipende dal suo grado di maturazione. Questo è il motivo per cui offriamo solo tartufi veramente neri e siamo lieti di mostrarvene la sezione interna.

Qualità

Con la denominazione «DIAMANT NOIR DU VAUCLUSE» ci impegniamo a offrirvi solo i tartufi migliori e più gustosi della nostra regione.





ZOOM

Coppa del mondo di rugby 2023

La Coppa del Mondo di Rugby 2023 si svolgerà in Francia dall'8 SETTEMBRE AL 28 OTTOBRE, con partite giocate in 9 sedi in 9 città diverse e con la partecipazione di 20 squadre nazionali.

Il torneo è la decima Coppa del Mondo di Rugby per squadre maschili e la seconda a essere organizzata in Francia!

IMPEGNO SOCIALE E AMBIENTALE

La Coppa del Mondo di Rugby Francia 2023 mira a stabilire nuovi standard di responsabilità sociale e ambientale, di inclusione e di rispetto del patrimonio. Questo grande evento di rugby si focalizza su quattro pilastri fondamentali:

- Conformità a un'economia circolare e sostenibile;
- Impegno per l'istruzione, la formazione e l'occupazione;
- Rispetto e protezione dell'ambiente;
- Garanzia di inclusione e condivisione.

Tutti valori essenziali che rispecchiano la nostra mentalità. Più di un quarto delle partite della competizione si svolgeranno nella regione Provence Alpes Côtes-d'Azur, a meno di un'ora di macchina dal Luberon. Approfittate di questo evento per venire a scoprire questa zona, un vero gioiello del Sud della Francia...



GLI "SPRINGBOKS"

Gli «Springboks», i giocatori della squadra sudafricana, risiederanno a Tolone durante il periodo del torneo e giocheranno due volte a Marsiglia (raggiungibile in auto in meno di un'ora). Una posizione geografica ideale per poter assistere a ben due partite della Coppa del Mondo di Rugby 2023.

UNA PAUSA NEL LUBERON...

Il Luberon è una destinazione dalle mille sfaccettature grazie al suo territorio eccezionale e all'incredibile ricchezza del suo patrimonio culturale e naturale. Una destinazione da esplorare in tutte le stagioni: che siate sportivi, buongustai o appassionati di storia, questo territorio saprà soddisfarvi con la moltitudine di attività offerte nel cuore del suo Parco Naturale Regionale doppiamente riconosciuto dall'UNESCO.

ZOOM GLI ALLOGGI

Sistemazioni di qualità nel cuore di una natura protetta:

Il Luberon ospita numerose strutture ricettive di grande fascino che non solo si trovano nel cuore di un territorio eccezionale ma offrono anche servizi di qualità: ville e cottage in affitto nel cuore dei vigneti, hotel di charme Relais & Château, ecc.

Vari tipi di soggiorno...

- Visite guidate dei paesi più belli del Lubéron;
 - Passeggiate a piedi nel cuore del Parco Naturale Regionale;
 - Giornate di scoperta (prodotti tipici, gastronomia, vini);
 - Attività sportive o rilassanti.
- Altri prodotti su richiesta.



BENESSERE E NATURE:

Segui la guida per una giornata per scoprire la flora e fauna locali. Scoprire paesaggi multipli, a volte aridi, a volte verde, macchia, steppa, foresta, la ricchezza di Il Luberon si offrirà a te. A pranzo un « sano » picnic da uno chef locale sarà offerto. Un momento amichevole per recuperare energia per continuare.

La giornata si concluderà con una lezione di Yoga, per rilassarsi ma anche per andare alla fine del ringiovanimento e lasciare sereno e zen verso nuove avventure!

91€/pers

VIAGGIO NEL PAESE DEL ORO BLU:

Per la mattina visita de una tenuta agricola. A pochi chilometri da Lourmarin vieni a scoprire lavanda e altre piante emblematiche della Provenza. Origini, usi, aromaterapia o cucina saprai tutto quello che c'è da sapere ...

Pranzare lì. Dopo scoprite le tecniche di distillazione di ieri e di oggi ed altri segreti... senza dimenticare una degustazione olfattiva dell'olio essenziale, usata da sempre. Per voi, l'oro blu della Provenza non avrà più segreti!

75€/pers



DESTINATION LUBERON CŒUR DE PROVENCE

Bianca OGEL,

Promozione e Marketing

✉ incoming@luberoncoeurdeprovence.com

+33 (0)6 08 94 83 01

Franck DELAHAYE, Direzione

✉ f.delahaye@luberoncoeurdeprovence.com

CAVAILLON

Place François Tourel

+33 (0)4 90 71 32 01

GORDES

Le Château

+33 (0)4 90 72 02 75

LOURMARIN

Place Henri Barthélémy

+33 (0)4 90 68 10 77

SERVIZIO RICETTIVO

Soggiorni per gruppi e individuali sono organizzati in collaborazione con enti e strutture locali. Altri possono essere organizzati a richiesta.

Numero di registrazione : IM084170001

✉ www.luberon tourisme.com

✉ www.luberoncoeurdeprovence.com



ISLE SUR LA SORGUE TOURISME

Xavier FEUILLANT, Direzione

✉ xfeuillant@islesurlasorguetourisme.com

+33 (0)6 08 94 83 01

CONTATTO STAMPA

Lucie LAQUET,

Responsabile Comunicazione,

Marketing ed Eventi

✉ lilaquet@islesurlasorguetourisme.com

+33(0)6 63 59 19 03

ISLE SUR LA SORGUE

13 Place Ferdinand Buisson

+33 (0)4 90 38 04 78

FONTAINE DE VAUCLUSE

4 Route de Cavailon

LE THOR

41 Place du Marché

✉ www.islesurlasorguetourisme.com