

Annalisa Porporato – Franco Voglino

ITINERARI IMPERDIBILI IN PROVENZA E CAMARGUE



Edizioni del Capricorno **altriturismi**

Sommario

Introduzione 6

Alpi dell'Alta Provenza	8	Sisteron	Manosque
		Les Mées (Les Penitents)	Reillanne
		Monastero di Ganagobie	Oppedette
		Lurs	Simiane-la-Rotonde
		Forcalquier	Banon
		Mane e il priorato di Salagon	Saint-Étienne-les-Orgues (abbazia di Lure)
		Dauphin e Saint-Maime	

Vaucluse	40	Avignon	Venasque
		Villeneuve-lès-Avignon	Plateau d'Albion
		Le Thor	Mont Ventoux - Bédoin
		Isle-sur-la-Sorgue	Vaison-la-Romaine
		Fontaine-de-Vaucluse	

Alpilles e Gard	68	Saint-Rémy-de-Provence	Beaucaire
		Les-Baux-de-Provence	Pont du Gard
		Fontvieille - Moulin de Daudet	Il ritorno tra storici borghi tra Gard e Avignone
		Tarascon	

Parc Naturel Régional de Camargue	88	Feria e arena (Arles)	Parc Ornithologique de Pont du Gau
		Museo della Camargue	Étang de Vaccarès
		Domaine départemental du Château d'Avignon	La Capelière
		La Petite Camargue: Aigues-Mortes	Étang de Fangassier
		La Petite Camargue: Le Grau-du-Roi	Salin-de-Giraud
		Saintes-Marie-de-la-Mer	Port-Saint-Louis du Rhône
		Digue à la Mer	Le Marais de Vigueirat

Parc Naturel Régional du Luberon	116	Cavaillon	Buoux, il forte
		Gordes	Lourmarin
		Roussillon	Abbaye de Silvacane
		Saint-Saturnin-Lès-Apt	Bonnieux
		Roustrou, Colorado Provençal	Lacoste
		Apt	Oppède-le-Vieux

Parc Naturel Régional du Verdon	138	Moustiers-Sainte-Marie	Castellane e il lato orientale del Verdon
		Plateau de Valensole	Verdon: Rive Gauche, Corniche Sublime
		Verdon: Rive Droite	

Gli itinerari



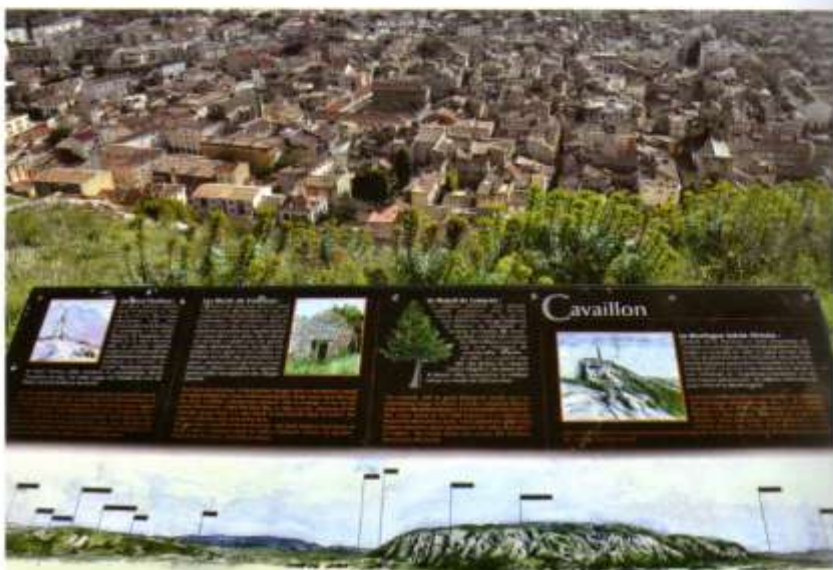


L Il parco regionale, istituito nel 1977, si trova diviso tra i dipartimenti del Vaucluse e quello delle Alpes-de-Haute-Provence, e ingloba quasi per intero il massiccio del Luberon, catena montuosa la cui massima cima raggiunge i 1100 metri. La forma del massiccio si presenta con un versante settentrionale ripido e irregolare, mentre il versante meridionale è secco e mediterraneo. Al suo interno si trovano 77 comuni, la maggior parte dei quali di piccole dimensioni, per cui la visita, più che storico-artistica, si svolge perlopiù tra stradine antiche dove si respira lo spirito del tempo andato e tutto «è illuminato», ammirando i panorami che si aprono dai castelli o dalle chiese poste in posizione dominante.

RIFERIMENTI TURISTICI

Parc naturel régional du Luberon: www.parcduluberon.fr.

Panoramica sulle terre dell'ocra.



Vista dall'alto di Cavaillon.

Lunghezza

Giro circolare, 150 km complessivi.

Località di partenza e arrivo

Cavaillon.

Da non perdere

- La vista che si gode dalla chiesa di Saint-Jacques sulla collina di Cavaillon.
- Gordes, il «prototipo» del borgo provenzale arroccato e caratteristico.
- Una passeggiata tra i colori e le sfumature del Sentier des Ogres.
- Il mercato festivo di Apt.
- Una camminata alla scoperta della città segreta all'interno di Fort de Buoux.
- La bellezza austera e silenziosa dell'abbazia di Silvacane.



• Una visita all'abbazia di Sénanque, la più fotografata della Provenza

per la scenografica lavanda che la circonda.

1. Cavaillon

Con 25.000 abitanti, **Cavaillon** si allunga pigramente lungo le rive della Durance; la città moderna abbraccia la zona vecchia, il cui cuore principale è **Place du Clos**, sede dell'antico mercato, caratterizzata dalla presenza delle vestigia romane dell'**arco Marius** del I secolo d.C. Curiosamente, questa non è la sua sede storica: un tempo l'arco si trovava nei pressi della cattedrale, dove venne inglobato al palazzo vescovile. In seguito alla demolizione di questo, fu smontato e ricostruito nell'attuale piazza.

Tra gli edifici storici va citata la cattedrale di **Notre-Dame-et-Saint-Véran**, edificio del XII secolo assai rimaneggiato nel Seicento. Saint-Véran, patrono dei pastori, fu eletto vescovo di Cavaillon nel 568, e dopo di lui la sede rimase vacante per quasi duecento anni. Narra una leggenda che liberò il paese da un dragone che lo infestava attirandolo fuori da una caverna e legandolo con una catena.

Altro edificio significativo è la **sinagoga**, che scavalca la piccola Rue Hébraïque; caratterizzata da una torre tonda, esisteva già nel XV secolo e venne ricostruita durante il XVIII secolo in stile barocco-provenzale. Adiacente a essa si trova un museo con oggetti legati alla vita e alla storia degli ebrei durante il pontificato avignonese.



Sentieri sulla collina di Saint-Jacques.



La chiesa di Saint-Jacques.

A dominare la città è la mole della **collina di Saint-Jacques**, sede dell'antico centro, abitato già in epoche antiche (Mont Caveau) e diventato importante durante il V secolo a.C. come *oppidum* fortificato. La sua importanza decrebbe durante il Medioevo, quando la popolazione si spostò verso la pianura più fertile. Solo in tempi più recenti la collina ha ripreso vita, con ville immerse nel verde. Dalla **chiesa di Saint-Jacques**, a picco sulla falesia, si apre una vista meravigliosa sulla valle della Durance, sul Mont Ventoux e sulle Alpilles. Sulla collina si allungano diversi itinerari a piedi, mentre è molto rinomata la sua

I meloni di Cavaillon

Cavaillon è considerata la città dei meloni, prodotto importato qui dall'India attraverso l'Italia grazie alla presenza dei papi ad Avignon nel XIV secolo, anche se la sua fama si è sviluppata soprattutto nel XIX secolo. Una curiosità legata al melone? Lo scrittore Alessandro Dumas padre (1802-1870, autore tra le altre opere di *Il conte di Montecristo* e del ciclo dei *Tre moschettieri*), nel 1864 fece dono alla città di Cavaillon di tutte le sue opere pubblicate, in cambio di una rendita vitalizia di 12 meloni all'anno. Il consiglio municipale emise un decreto in tal senso e la rendita fu corrisposta allo scrittore fino alla sua morte.

Specialità locali sono lo *sirop au mimosa* (bevanda analcolica alla mimosa) e la *crème au melon* (dolce alla crema di melone).

via ferrata (si può raggiungere a piedi partendo dal centro abitato, circa 80 metri di dislivello, oppure in auto, percorrendo però l'ultimo tratto sempre a piedi).

RIFERIMENTI TURISTICI

Office de Tourisme
Luberon Monts
de Vaucluse: Place François
Tourel, Cavaillon,
tel. +33(0)4 90 71 32 01,
www.luberonmesvacances.com.



Il promontorio di Cavaillon.



2. Gordes

Lungo la strada che unisce Cavaillon a Gordes, si trova **Coustellet**, dove ha sede il **Musée de la Lavande** con un'esposizione, film e animazioni per scoprire tutto su questo prodotto tipico della regione (www.museedelalavande.com).

Issata su uno sperone calcareo dei Monts de Vaucluse, **Gordes**, 2000 abitanti, si presenta con le case di pietra chiara che si lasciano influenzare dalle diverse tonalità del sole, così che sembra mutare di continuo aspetto. Classificato come «uno dei più bei villaggi di Francia», s'inerpicca attorno al **castello**, che occupa la parte più alta. Edificio rinascimentale del 1525, sorto a sostituzione di una più antica fortezza

Annalisa Porporato – Franco Voglino

ITINERARI IMPERDIBILI IN PROVENZA E CAMARGUE

Da Petrarca a Van Gogh, dall'*Ussaro sul tetto* a *Un'ottima annata*, nel corso dei secoli Provenza e Camargue hanno ispirato generazioni di artisti, poeti e narratori. E si capisce perché: quest'angolo di Francia, incuneato tra le montagne e il Mediterraneo, vive immerso in un'atmosfera unica, in una luce che non si trova in altri luoghi: una luce dai toni caldi, che esalta i contrasti e satura i colori, il giallo dei girasoli, il viola della lavanda, l'ocra della terra, i riflessi dell'acqua. Borghi arroccati di sassi chiari, con le case che si stringono quasi a volersi difendere dal soffio del mistral; abbazie nascoste nel fondo di silenziose valli verdi; i segni del passaggio degli antichi Romani, che qui hanno piantato viti e ulivi; e ancora castelli abbarbicati sulle colline, da conquistare senza fretta camminando su antichi acciottolati; città immerse nella storia, come Avignone e Arles; ma anche spazi selvaggi, santuari di una natura incontaminata, come la zona del delta del Rodano o le gole del Verdon, sulle cui pareti nidifica l'avvoltoio. Un'inedita selezione di itinerari turistici fra paesaggi di struggente poesia, arte, storia e cultura, da visitare in tutte le stagioni. Per ogni itinerario, una scheda tecnica con tutte le informazioni utili e un ricchissimo apparato iconografico inedito. Per scoprire, con lentezza, la gioia di vivere di una terra in cui il sole splende 300 giorni l'anno.

Annalisa Porporato e Franco Voglino sono fotografi, appassionati trekker, collaboratori di riviste del settore escursionismo e viaggi quali *Plein Air*, *Natura*, *La Rivista del Trekking*, e di periodici per la famiglia come *Kids*, *Insieme*, *Giovani Genitori*. Per Edizioni del Capricorno hanno pubblicato *A spasso in città. 25 passeggiate con i bambini in Piemonte* (2013), *Tra aquile e balene. 25 passeggiate in Liguria con i bambini* (2013) e *Passeggiate in battello. Nord Italia, Savoia e Svizzera* (2016).

www.edizionidelcapricorno.com

www.facebook.com/EdizioniDelCapricorno

€ 9,90

ISBN 978-88-7707-294-8



9 788877 072948