

les
saisies
HAPPY ALTITUDE

Magazine

1650 m

ÉDITION 2025/26

#3



SÉJOURS À LA MONTAGNE



VENTE IMMOBILIÈRE



GESTION LOCATIVE ET
MANAGEMENT DE PROPRIÉTÉ



CIMALPES

La plus belle sélection
DE PROPRIÉTÉS DANS LES ALPES

Vous voulez séjourner à la montagne ?
Vous souhaitez vendre ou acquérir une propriété ?

Laissez-vous guider sur **cimalpes.com**
ou au **04 80 46 01 69**

Demain!

Aujourd'hui, la station des Saisies approche du terme de son aménagement et ouvre un nouveau chapitre: celui de la consolidation. Il n'est pas question de courir après un développement à outrance. Quelques projets limités sur des terrains cédés anciennement verront le jour. Notre objectif est de moderniser et de compléter certains équipements publics, d'œuvrer pour la diversification des activités et d'offrir à la population locale des opportunités d'installation. Un programme sage, pour une station à laquelle on souhaite un long et bel avenir.

Quant au domaine skiable il fait l'objet d'amélioration des équipements existants. Trois gros porteurs ont été inaugurés, le pas de tir du biathlon ainsi que le bâtiment nordique datant tous deux de 1992 ont été entièrement renouvelés depuis notre prise de fonctions. Les projets pour les années futures ne manquent pas : remplacement et modernisation des appareils les plus anciens, amélioration de la liaison avec Hauteluce. La diversification de la société de remontées mécaniques a commencé avec « le parc des Elfes », la gestion du « Bike Park », elle va continuer dès cet été avec un parc de jeux pour enfants.

La préservation de nos montagnes est un enjeu collectif qui servira les générations futures, afin qu'elles puissent continuer à en profiter et y vivre de manière responsable. Notre démarche vers une transition écologique s'est vue récompensée par l'obtention du label « flocon vert ». Jugé trop faible pour certains ou trop contraignant par d'autres, il n'est pas une fin en soi, mais juste le point de départ vers de nouvelles réflexions et de nouveaux comportements destinés à fédérer les acteurs du territoire.



Jean-Luc Combaz, Président du SIVOM des Saisies
Jean-Noël Berthod, PDG de la SPL domaines skiables des Saisies.

Vandaag is het station Les Saisies bijna helemaal klaar en begint een nieuw hoofdstuk: dat van de consolidatie. Het is niet de bedoeling om een buitensporige ontwikkeling na te jagen. Er zullen een paar kleine projecten op eerder overgedragen terreinen worden opgezet. We willen bepaalde openbare voorzieningen moderniseren en aanvullen, werken aan diversificatie van de activiteiten en de lokale bevolking kansen bieden om zich hier te vestigen. Een doordacht programma voor een skigebied dat we een lange en mooie toekomst toewensen.

Op het skigebied zal, worden de bestaande

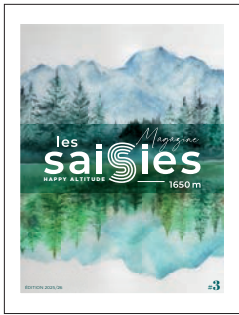
voorzieningen verbeterd. Er zijn drie grote liften in gebruik genomen en de biathlon-schietbaan en het noordelijke gebouw, beide uit 1992, zijn sinds onze start volledig gerenoveerd. Er zijn tal van projecten voor de komende jaren: vervanging en modernisering van de oudste liften, verbetering van

MORGEN!

de verbinding met Hauteluce. De skiliftmaatschappij is begonnen met het diversifiëren van haar activiteiten met "het Elfenpark" en het beheer van het "Bike Park". Deze zomer gaan ze verder met een speeltuin voor kinderen.

De bescherming van onze bergen is een gezamenlijke uitdaging die toekomstige generaties ten goede komt, zodat zij er verantwoord van kunnen blijven genieten en er kunnen blijven wonen.

Onze inspanningen voor een groene transitie zijn beloond met het label 'flocon vert' (groene sneeuwvlok). Sommigen vinden het te vrijblijvend, anderen te streng, maar het is geen einddoel, maar gewoon een beginpunt voor nieuwe ideeën en gedragingen die de mensen in de regio samenbrengen.



MAGAZINE LES SAISIÉS

Édité par l'Office de Tourisme des Saisiés.

Directeur

Olivier Reydellet / o.reydellet@lessaisies.com

Responsable Marketing - Communication

Fabienne Roux / froux@lessaisies.com

Conception et réalisation

ÉDITIONS COSY

SAVOIE Technolac

18, ALLÉE DU LAC ST-ANDRÉ

73382 LE BOURGET-DU-LAC CEDEX

Tél : 00 33 (0)4 79 65 46 10

Site Internet : www.cosy-editions.com

Directeur de publication / Rédacteur en chef

Claude Borrani - claud@cosy-editions.com

Cheffe de projet

Aude Pollet Thollier

Ont collaboré à ce numéro

Catherine Foulsham, Véronique Pilon,

Aude Pollet Thollier, Patricia Parquet

Direction Artistique & Maquette

Pauline Lebeau

Aquarelle couverture : Nan Zhong

Illustrations : Vicky Royer

Traduction : Serena Di Iorio

Conseillers en communication

Olivia Gontharet - olivia@cosy-editions.com

Fanny Marguet - fanny@cosy-editions.com

Yannick Mougel - yannick@cosy-editions.com

Périodicité : annuelle

Parution : été 2025

Dépôt Légal : à parution

ISSN 2418-0297

Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle par quelque procédé que ce soit des pages publiées dans le présent magazine faite sans l'autorisation de l'éditeur est illicite et constitue une contrefaçon. Seules sont autorisées, d'une part, les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, et d'autre part, les courtes citations justifiées par le caractère scientifique ou d'information de l'œuvre dans laquelle elles sont incorporées (art. L.112-4, L.112-5 et L.135-2 du Code de la propriété intellectuelle).

EDITIONS COSY



DÉCOUVRIR

*ONTDEKKEN

10/ La Neige
Les architectes de notre hiver
DE SNEEUW - De architecten van onze winter

18/ L'Eau
H₂O : 3 caractères aux pouvoirs extraordinaires
HÉT WATER - H₂O: 3 karakters met buitengewone krachten

20/ La Tourbière
Un écosystème sous haute protection
HET VEENMOERAS - Een streng beschermd ecosysteem

26/ La Forêt
Parlez-vous la langue des bois ?
HET BOS - Spreek jij de taal van het bos?

S'ACTIVER

*KOM IN BEWEGING

34/ Glisser
GLIJDEN

40/ Rouler
RIJDEN

44/ Marcher
WANDELEN

50/ Courir
HARDLOPEN

52/ Veiller
ZORGEN VOOR

SAVOURER

*GENIETEN

56/ La bière
Bier

60/ Le fromage
De kaas

64/ Les trésors
des sous-bois
De schatten van het kreupelhout

78/ OPTIMISER

*OPTIMALISEREN

Les bons plans
De beste tips

PRÉSERVER

*BESCHERMEN

70/ Filière bois
Houtsector

76/ Grenier à neige
Climsnow
De sneeuwschuur Climsnow

80/ Bilan carbone
CO₂-voetafdruk



LA NEIGE - L'EAU - LA TOURBIÈRE - LA FORÊT
DE SNEEUW - HET WATER - HET VEENMOERAS - HET BOS



*ONTDEKKEN

DÉCOUVRIR

Les architectes DE NOTRE HIVER

Nivoculteurs, pisteurs, dameurs... Rencontre avec ceux qui dans l'ombre, façonnent avec passion un tapis blanc immaculé, promesse de souvenirs inoubliables pour les skieurs impatients.

© Marie-Anselme Martin

Anatomie D'UN FLOCON

Un flocon de neige est un agrégat de cristaux de glace qui se forment dans les nuages, lorsque des gouttelettes microscopiques gèlent en s'accrochant à des microparticules en suspension. Des dentelles glacées sculptées par la nature, presque toujours composées de 6 branches, qui se ressemblent comme deux gouttes d'eau. Mais en réalité, chacun est unique. Ouvrez l'œil !



© Aude Pollet Thollier

DE ARCHITECTEN VAN ONZE WINTER

Sneeuwmakers, pistewerkers, pistepreparateurs... Ontmoet de mensen die achter de schermen met passie een smetteloos wit tapijt maken, een belofte van onvergetelijke herinneringen voor enthousiaste skiërs.

Anatomie van een sneeuwvlok

Een sneeuwvlok is een aggregaat van ijskristallen dat in de wolken ontstaat wanneer microscopisch kleine druppeltjes bevroren doordat ze zich hechten aan zwevende micropartikels. IJzige kantwerkjes, door de natuur bebeeldhouwd, die bijna altijd uit 6 armen bestaan en op elkaar lijken als twee druppels water. Maar in werkelijkheid is elke sneeuwvlok uniek. Houd je ogen open!

René Blanc-Gonnet Profession Sneeuwchef

René Blanc-Gonnet is de man die ervoor zorgt dat het witte tapijt het hele seizoen onberispelijk blijft. Daarvoor zet men niet in op riskante sneeuwdansceremonies, maar op een veel betrouwbaardere technologie: de productie van kunstsneeuw. Een beroep (dat van sneeuwmaker) dat hij in 1999 ontdekte toen het skigebied zijn eerste sneeuwkanonnen kreeg, en dat grondige kennis van hydraulica, mechanica en elektriciteit vereist. We moeten het weer in de gaten houden, de watervoorraden beheren en de productie optimaliseren om verspilling te voorkomen. Een werk dat uit 3 fasen bestaat; de productie van kunstsneeuw in november-december, het onderhoud van strategische zones zoals de sneeuwfronten en de pistes die terug naar het station leiden gedurende het seizoen, en het onderhoud van de uitrusting in de zomer. "Waterbeheer is superbelangrijk voor de technologie en er is flinke vooruitgang geboekt om het water- en elektriciteitsverbruik te verminderen en tegelijkertijd de sneeuwkwiteit te verbeteren", zegt René, die dit seizoen zijn laatste ronde doet voordat hij met pensioen gaat. Als hij terugkijkt, wat valt hem dan het meest op? "De lovende reacties van klanten over hoe goed mijn team werkt, en het geweldige voorrecht om elke dag in een schilderachtige omgeving te werken, midden in de natuur."



René Blanc-Gonnet PROFESSION CHEF DE LA NEIGE

René Blanc-Gonnet, c'est l'homme qui veille à ce que le tapis blanc reste impeccable toute la saison. Pour cela, il ne mise pas sur des cérémonies de danse de la neige hasardeuses, mais sur une technologie bien plus fiable : la production de neige de culture. Un métier (celui de nivoculteur) qu'il a découvert en 1999 lorsque la station s'est équipée de ses premiers enneigeurs, et qui nécessite de solides connaissances en hydraulique, mécanique et électricité. Il faut surveiller la météo, gérer les réserves d'eau, et optimiser la production pour éviter le gaspillage. Un travail qui comporte 3 phases ; la production de neige en novembre-décembre, l'entretien des zones stratégiques telles que les fronts de neige et pistes retour station durant la saison, et la maintenance des équipements l'été. « La gestion de l'eau est au cœur de la technologie, et des progrès significatifs ont été faits pour minimiser le besoin en eau et électricité tout en améliorant la qualité de la neige », explique René, qui fait cette saison son dernier tour de piste avant de raccrocher. A l'heure du bilan, ce qu'il retient avant tout ? « Les retours élogieux des clients sur la qualité du travail de mon équipe, et le privilège inestimable d'évoluer chaque jour au cœur d'un décor de carte postale au contact de la nature ».



L'ODYSSÉE de la neige de culture

L'eau, captée à la fonte des neiges dans des sources indépendantes du réseau potable, est stockée dans une retenue collinaire avant d'être envoyée dans l'une des six fabriques à neige des Saisies, où elle est filtrée et mise sous pression. Elle est ensuite acheminée vers un réseau d'enneigeurs disposés le long des pistes, qui, à l'image de petits nuages, pulvérisent des microgouttelettes. Au contact du froid, celles-ci se cristallisent en neige. Aujourd'hui, 38% du domaine est équipé d'enneigeurs, combinant perches haute pression et enneigeurs basse pression pour optimiser l'enneigement des

pistes. Une fois la neige fondue, l'eau retourne naturellement dans son cycle, alimentant à nouveau les nappes et cours d'eau.

BON À SAVOIR : Aux Saisies, sur les 4 retenues collinaires, **3 sont mises à disposition des agriculteurs en été pour faire boire leurs troupeaux en alpage.** Un partage des ressources bénéfique pour tous.

i Visite de la fabrique à neige :
1 fois / semaine en hiver.
Sur inscription à l'office de tourisme.

Neige de culture, SCIENCE OU MAGIE ?

De l'eau, de l'air et rien d'autre, voici la composition de la neige de culture. Une neige que les nivoculteurs surveillent comme le lait sur le feu via un ordinateur central, mais aussi en se rendant régulièrement sur les pistes pour analyser la neige produite.



DE ODYSSEE NEIGE VAN DE KUNSTSNEEUW

Het water, dat bij het smelten van de sneeuw wordt opgevangen in bronnen onafhankelijk van het drinkwaternet, wordt opgeslagen in een heuvelreservoir voordat het naar een van de zes sneeuwfabrieken van Les Saisies wordt gestuurd, waar het wordt gefilterd en onder druk gebracht. Ze wordt vervolgens naar een netwerk van sneeuwkanonnen geleid die langs de pistes zijn geplaatst en, als kleine wolkjes, microdruppeltjes verstuiwen. Bij contact met de kou kristalliseren ze tot sneeuw. Vandaag is 38% van het skigebied uitgerust met sneeuwkanonnen, waarbij hoge-druklansen en lage-druk sneeuwkanonnen worden gecombineerd om het besneeuwen van de pistes te optimaliseren. Als de sneeuw eenmaal gesmolten is, keert het water op natuurlijke wijze terug in zijn cyclus, en voedt opnieuw de grondwaterspiegel en waterlopen. **Bezoek aan de sneeuwfabriek: 1 keer per week in de winter. Inschrijving bij het Bureau voor Toerisme.**

Goed om te weten: In Les Saisies, op de vier heuvelreservoirs, zijn er in de zomer drie beschikbaar voor landbouwers zodat ze hun kuddes op de bergweide kunnen laten drinken. Een verdeling van middelen die iedereen ten goede komt.

Kunstsneeuw, wetenschap of magie?

Water, lucht en niets anders: dat is de samenstelling van kunstsneeuw. Sneeuw die de sneeuwmakers via een centrale computer nauwlettend in de gaten houden, maar die ze ook analyseren door regelmatig op de pistes te gaan om de geproduceerde sneeuw te beoordelen.



Profession MAÎTRE-CHIEN

Nathan Bochet est pisteur maître-chien (le seul de l'Espace Diamant) et agriculteur. Il vient d'ailleurs tout juste de reprendre une exploitation de 30 vaches laitières à Hauteluce. Avec Uno, son jeune Border Collie, il forme un binôme spécialisé dans les missions de secours en avalanche. Une fois par semaine, il propose de faire découvrir son métier en mettant en scène une simulation de recherche de victime d'avalanche. Grâce au flair exceptionnel d'Uno et au niveau de professionnalisme du duo – dû à un entraînement quasi-quotidien –, la victime est repérée et dégagée en un temps record. Un travail que le chien, par un système de récompense, assimile à un jeu. C'est aussi l'occasion pour Nathan de rappeler les bonnes pratiques et l'importance de posséder un équipement de sécurité (DVA, pelle, sonde) pour s'aventurer en hors-piste.

i Vis ma vie de pisteur secouriste : 1 fois / semaine.
Sur inscription au service des pistes.

BEROEP HONDENLEIDER

Nathan Bochet is pistewerker en hondenleider (de enige in Espace Diamant) en boer. Hij heeft zojuist een melkveebedrijf met 30 melkkoeien in Hauteluce overgenomen. Met Uno, zijn jonge Border Collie, vormt hij een duo dat gespecialiseerd is in lawinereddingsmissies. Een keer per week biedt hij aan zijn vak te laten ontdekken door een gesimuleerde zoektocht naar een lawineslachtoffer op te voeren. Dankzij Uno's uitzonderlijke reukzin en het professionele niveau van het duo – het

gevolg van een bijna dagelijkse training – wordt het slachtoffer in recordtijd opgespoord en bevrijd. Een klus die de hond door een beloningssysteem als een spel leert zien. Het is ook een gelegenheid voor Nathan om de goede praktijken en het belang van het hebben van veiligheidsuitrusting (DVA, schep, lawineproefstok) te benadrukken voordat je off-piste gaat. **Beleef mijn leven als pistewerker-redder: 1 keer per week. Inschrijving bij de pistediens vereist.**





LE BOSS des bosses

17h30 : Les pistes sont désertes. Embarquement pour un coucher de soleil aux premières loges avec Sébastien Delachaume, chauffeur de dameuse aux Saisies depuis 23 ans. Il garde toujours un œil sur son écran, qui lui indique en instantané la hauteur de neige à l'endroit où il passe. *« SNOWsat a révolutionné le métier, même si on connaît les pistes comme notre poche ! »* Sébastien, surnommé « Monsieur Bosses » car il dame les zones ludiques, ajuste la hauteur des bosses, adoucit une pente d'atterrissage, comble les creux de neige... Il contourne les modules, frôle les filets, modèle la piste avec adresse et précision. Il explique la « chimie » de la neige, comment il la travaille selon la température, le taux d'humidité, la pente... *« Il faut être passionné pour faire ce métier »*. Quand il rentre chez lui, la journée n'est pas finie, il est également agriculteur et exploite une chèvrerie. Papa de 3 enfants, l'une de ses filles veut suivre sa trace et conduire des dameuses. *« Il y a quelques filles dans le métier, qui sont plus précises, soigneuses. Ici, nous avons Eden Meilleur, vice-championne de France de damage »*. Le soleil disparaît, mettant en lumière le Mont Blanc en rose orangé. Sébastien ne se lasse pas du spectacle. *« On a un chouette bureau »* conclut-il en souriant.

DE BAAS der hobbels

17.30 u.: De pistes zijn verlaten. Stap aan boord voor een zonsondergang op de eerste rij met Sébastien Delachaume, al 23 jaar pistepreparateur in Les Saisies. Hij houdt zijn scherm altijd in de gaten, dat hem realtime de sneeuwhoogte aangeeft op de plek waar hij langskomt. *“SNOWsat heeft ons werk echt veranderd, ook al kennen we de pistes als onze broekzak!”* Sébastien, bijgenaamd “Monsieur Bosses” omdat hij de speelzones gladstrijkt, de hoogte van de hobbels aanpast, een landingshelling verzacht, sneeuwkuilen opvult... Hij omzeilt de modules, streelt de netten, modelleert de piste met behendigheid en precisie. Hij legt

de ‘chemie’ van sneeuw uit, hoe hij die bewerkt op basis van de temperatuur, de vochtigheidsgraad, de helling... *“Voor dit werk moet je echt een passie hebben”*. Als hij thuiskomt, is de dag nog niet voorbij, want daarnaast is hij ook boer en heeft hij een geitenhouderij. Als vader van drie kinderen wil een van zijn dochters in zijn voetsporen treden en pistes klaarmaken. *“Er zijn enkele vrouwen in het vak die preciezer en zorgvuldiger zijn. Hier hebben we Eden Meilleur, vice-kampioene van Frankrijk in pistepreparatie”*. De zon verdwijnt en baadt de Mont Blanc in roze-oranje licht. Sébastien raakt niet uitgekeken op het spektakel. *“We hebben een leuk kantoor”* besloot hij glimlachend.



DE L'ART du damage

Le tapis blanc qui se déroule chaque matin pour le bonheur des skieurs est tissé par les 18 artistes du damage, qui œuvrent de concert avec les pisteurs et employés des remontées mécaniques. *« Tous travaillent main dans la main. C'est toute une science »* explique Mathieu Bovolenta, responsable adjoint du Service des Pistes. Une science facilitée par SNOWsat, une solution numérique qui permet de gérer le

damage et surtout de mesurer et indiquer en temps réel la hauteur de neige sur chaque portion de piste grâce à un code couleur. *« Ce système est précieux pour optimiser notre capital neige »* poursuit Mathieu. Gain de temps, économie de carburant et de neige de culture, qualité de pistes optimale... le numérique a changé la donne, même si l'humain reste l'acteur principal.



DE KUNST VAN DE PISTEPREPARATIE

Het witte tapijt dat elke ochtend voor het plezier van de skiërs wordt uitgerold, wordt geweven door de 18 artiesten van de pistepreparatie, die samen met de pistewerkers en het personeel van de skiliften aan de slag zijn. *“Iedereen werkt hand in hand. Het is een hele wetenschap”* legt Mathieu Bovolenta uit, adjunct-verantwoordelijke van de pisteafdeling. Een wetenschap die door SNOWsat wordt vergemakkelijkt, een digitale oplossing die de pistepreparatie mogelijk maakt en vooral in realtime de sneeuwhoogte op elk deel van de piste meet en met een kleurcode aangeeft. *“Dit systeem is waardevol om ons sneeuwkapitaal te optimaliseren”* voegt Mathieu eraan toe. Tijdswinst, besparing op brandstof en productie van kunstsneeuw, optimale pistekwaliteit... digitalisering heeft het speelveld veranderd, hoewel de mens de belangrijkste speler blijft.

ON A PISTÉ les pisteurs

Huit heures du matin, c'est l'effervescence au service des pistes où afflue la trentaine de pisteurs employés par la SPL Domaines Skiables des Saisies. Dans la bonne humeur, on se prépare pour la journée à venir : 77 km de pistes à « ouvrir » avant les premiers skieurs qui trépignent déjà. Chacun est affecté à un secteur spécifique. Balises, signalisation et équipements de sécurité, ils scrutent chaque recoin à l'affût de tout danger ou

anomalie, avant de regagner leur poste de secours aux allures de uigie avec uue imprenable. Après un débriefing autour d'un café, chacun repart avec sa feuille de route pour la journée. Un rituel immuable.

i Une fois par semaine, les pisteurs vous invitent à les suivre. Sur inscription au service des pistes.

« Dans la bonne humeur, on se prépare pour la journée à venir : 77 km de pistes à « ouvrir » avant les premiers skieurs... »



DE PISTEWERKERS HEBBEN WE OPGESPOORD

Om acht uur 's ochtends heerst er bedrijvigheid bij de pisteafdeling, waar een dertigtal pistewerkers van de SPL Domaines Skiables des Saisies samenstroomt. In goede stemming maken we ons klaar voor de komende dag: 77 km aan pistes die "geopend" moeten worden voordat de eerste skiers al ongeduldig staan te trappelen. Iedereen is toegewezen aan een specifieke sector. Markeerpaaltjes, bewegwijzering en veiligheidsuitrusting: zij speuren elke hoek af, steeds op hun hoede voor gevaar of afwijkingen, voordat ze terugkeren naar hun reddingspost, een ware uitkijkpost met een adembenemend uitzicht. Na een nabespreking onder het genot van een kop koffie krijgt iedereen een route voor de dag mee. Een onveranderlijk ritueel. Eens per week nodigen de pistewerkers je uit om hen te volgen. Inschrijving bij de pistedienst vereist.



100% every
TURN



ARCADE 84

ALL MOUNTAIN REBORN.

Les skis Arcade 84 de Rossignol sont un mélange parfait de technologie de course et de construction freeride pour créer une nouvelle expérience de ski unique. La combinaison d'un rayon de virage plus court et d'un patin plus large de 84mm avec un rocker en spatule et au talon permet un carving progressif sur tous les terrains.



H₂O

3 CARACTÈRES AUX POUVOIRS EXTRAORDINAIRES!

Deux atomes d'hydrogène,
un atome d'oxygène qui sont
l'essence même de la vie.

L'eau joue un rôle fondamental dans le bon fonctionnement de notre organisme: elle hydrate les cellules, favorise l'élimination des toxines, procure une sensation d'apaisement et de relaxation, et permet une activité physique douce, réduisant l'impact sur les articulations tout en améliorant la circulation sanguine et la tonicité musculaire. Des bienfaits à retrouver à l'**Espace Aqualudique du Signal**, déployé sur 5 000 m². Un passage obligé qui invite à une expérience unique où relaxation et activités ludiques et sportives se conjuguent harmonieusement. Au programme: un bassin ludique d'environ 200 m² comprenant un parcours d'hydromassage (banquette à bulles, geysers, rivières, cols de cygne) et deux couloirs de 20m avec contre-courant,



une pataugeoire d'environ 35 m², une plage avec des transats... ainsi qu'une palette d'activités aquatiques comprenant natation, aquabiking, aquagym, aquatraining (une succession d'ateliers combinant différentes disciplines aquatiques).

Pour une parenthèse plus intime, entre détente et relaxation, direction l'espace bien-être où saunas, hammam, jacuzzis, douches sensorielles, espace détente, modelages et soins du visage n'attendent que vous. Ne pas oublier d'inscrire sur sa "tout doux" liste une séance de Pédi Spa, confortablement installé sur un fauteuil avec hydro massages dédié aux soins spa manucure et spa pédicure, ou le soin Aemotio Spa qui se pratique sur un matelas à eau chauffant.

New!

Grâce à de nouveaux investissements, Le Signal optimise les bienfaits de l'eau: **le hammam** bénéficie désormais d'une vapeur plus homogène et enrichie en senteurs, pour une expérience de détente et de relaxation optimale.

Côté bassin, les filtres à sable ont été remplacés cet automne par des filtres à billes, une solution à la fois écologique et performante, garantissant une filtration plus fine tout en réduisant la consommation d'eau.

H₂O: 3 KARAKTERS MET BUITENGEWONE KRACHTEN!

Twee waterstofatomen, één zuurstofatoom — de essentie van het leven.

Het water speelt een fundamentele rol in het goed functioneren van ons lichaam: het hydrateert de cellen, bevordert de eliminatie van toxines, geeft een gevoel van kalmte en ontspanning en maakt zachte lichamelijke activiteit mogelijk, waardoor de belasting van de gewrichten vermindert terwijl de bloedcirculatie en de spiertonus verbeteren. Herontdek de voordelen in het **Espace Aqualudique du Signal**, verspreid over 5 000 m². Een onmisbare halte die uitnodigt tot een unieke beleving waarin ontspanning en speelse en sportieve activiteiten harmonieus samenkomen. Op het programma: een recreatiebad van ongeveer 200 m² met een hydromassageparcours (zitbank met bubbels, geysers, stroomversnellingen,

zwaanhalzen) en twee banen van 20 m met tegenstroomsysteem, een kinderbad van ongeveer 35 m², een strand met ligstoelen... en een reeks aquatische activiteiten waaronder zwemmen, aquabiking, aquagym, aquatraining (een reeks workshops die verschillende aquatische disciplines combineren).

Voor een intiemere onderbreking, tussen ontspanning en relaxatie, gaat u naar de wellnessruimte waar sauna's, hammam, jacuzzi's, sensorische douches, een ontspanningsruimte, massages en gezichtsbehandelingen op u wachten. Vergeet niet op uw "tout doux"-lijst een sessie Pédi Spa te zetten, comfortabel geïnstalleerd in een fauteuil met hydromassages gewijd aan spa-manicure- en spa-pedicurebehandelingen, of de Aemotio Spa-behandeling die wordt gegeven op een verwarmd watermatras.

New!

Dankzij nieuwe investeringen benut Le Signal optimaal de voordelen van het water: **de hammam heeft** nu een gelijkmatigere, met geuren verrijkte stoom voor een optimale ontspannings- en relaxervaring.

Naast het zwembad, de zandfilters zijn dit najaar vervangen door bolfilters, een zowel ecologische als performante oplossing die voor een fijnere filtratie zorgt en tegelijkertijd het waterverbruik vermindert.



UN ÉCOSYSTÈME SOUS HAUTE PROTECTION

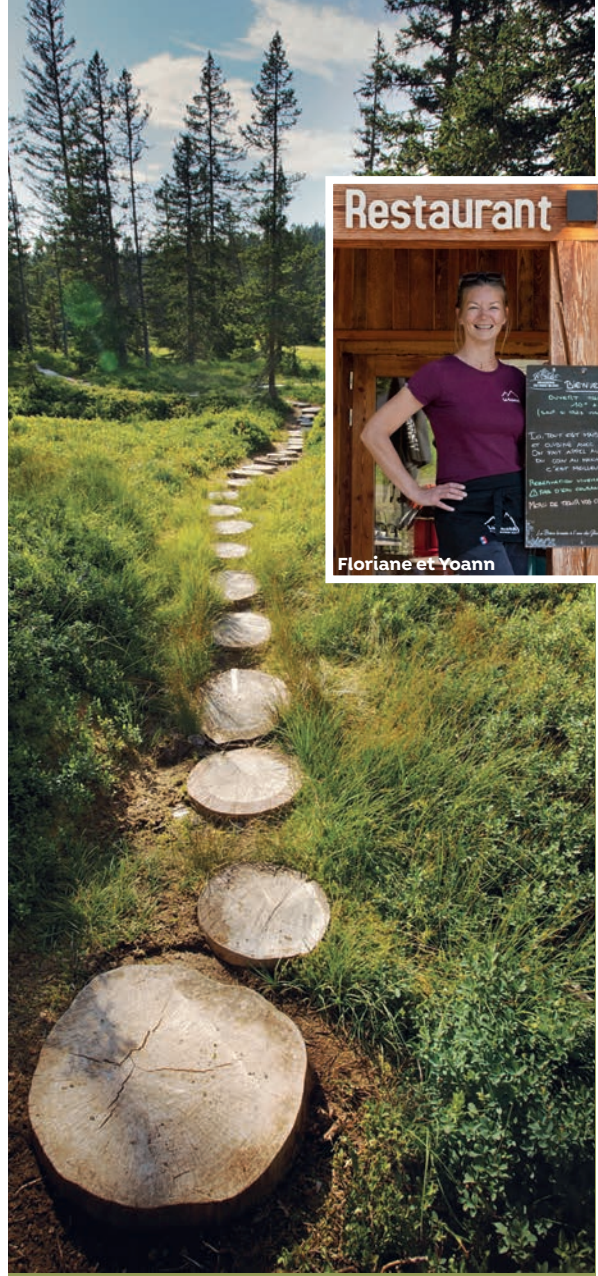
Aux Saisies, le plateau de la Palette (1 800 m d'altitude) offre hiver comme été des sentiers et pistes adaptés aux skieurs, randonneurs et amateurs de nature, au cœur d'un cadre préservé, à quelques enjambées de la Réserve naturelle régionale et de la tourbière des Saisies.

À ne pas manquer, la pause gastro-panoramique à la Bergerie de la Palette, chez Floriane et Yoann. Ils se sont rencontrés aux Barmes de l'Ours, à Val d'Isère, ont fait leurs armes dans des établissements renommés avant de céder à l'appel de la nature et à une forme d'authenticité retrouvée. « C'est lors d'une randonnée que nous sommes tombés sur la bergerie. Fraîchement rénovée, une note sur la porte indiquait « Recherche gestionnaire ». On a eu un coup de coeur, et les contraintes liées au projet (pas d'accès en voiture, ouverture saisonnière limitée, pas d'eau courante et obligation de proposer au moins 80 % de produits locaux), ne nous ont pas coupés dans notre élan ». Avec le sourire – qui ne la quitte pas durant tout le service-, Floriane détaille la carte, qui change chaque jour

selon les arrivages, raconte les producteurs, agriculteurs et artisans locaux, avec lesquels des liens se sont tissés. Une cuisine locale faite maison, une sélection de vins naturels et un accueil ultra chaleureux : leur repaire est bien plus qu'un simple lieu de passage, c'est un véritable haire de convivialité. À leur image, il reflète leur engagement pour un mode de vie durable et conscient.

i Psst !! Une petite surprise attend les enfants à la Bergerie de la Palette, qui abrite en ses murs une petite cabane secrète où vit un habitant mystérieux, le gardien de la forêt. S'il accepte les visiteurs, il faudra veiller à ne surtout pas le déranger.

© P. Sapalet



LE SENTIER DES ARPELIÈRES fait peau neuve

Le sentier des Arpelières, entièrement renouvelé, offre une immersion unique au cœur de la réserve naturelle. Ce parcours ponctué de nombreux passages sur caillebotis ainsi que sur des "pas japonais" et jalonné de panneaux éducatifs et ludiques (boîtes à toucher, maquettes 3D, quiz) permet aux familles de découvrir la richesse de la faune et de la flore locales tout en respectant cet écosystème fragile. « Afin de mieux préserver la tourbière face à l'augmentation de la fréquentation et aux aléas climatiques plus fréquents, nous avons changé et rajouté des caillebotis, ce qui améliore également le confort de visite », explique Pascal Philip, garde-animateur de la RNR. Une balade immersive et pédagogique dans un paysage évoquant les vastes étendues scandinaves à ne pas manquer.

i Accès libre, plusieurs parcours possibles, de 1h30 à 4h. Animations enfants gratuites – Visites grand public et visites nocturnes avec participation.



EEN ECOSYSTEEM ONDER STRIKTE

In Les Saisies biedt het plateau de la Palette (1.800 m hoogte) zowel 's winters als 's zomers paden en pistes die geschikt zijn voor skiërs, wandelaars en natuurliefhebbers, in het hart van een ongerept landschap, op slechts enkele passen van het regionaal natuurreervaat en van de tourbière des Saisies.

Niet te missen: de gastro-panoramische pauze bij de Bergerie de la Palette, bij Floriane en Yoann. Ze ontmoetten elkaar in Les Barmes de l'Ours in Val d'Isère, hebben hun strepen verdiend in gerenommeerde etablissementen voordat ze gehoor gaven aan de roep van de natuur en kozen voor een herwonnen authenticiteit. "Tijdens een wandeling kwamen we toevallig langs deze schapenboerderij. Net gerenoveerd, een briefje op de deur vermeldde "Beheerder gezocht ". We waren meteen verkocht, en de beperkingen van het project (geen toegang met de auto, beperkte seizoensopening, geen stromend water en de verplichting om minstens 80% lokale producten aan te bieden) hebben ons niet tegengehouden". Met een glimlach – die ze tijdens de hele service niet van haar gezicht laat verdwijnen – legt Floriane de kaart uit, die elke dag verandert afhankelijk van wat er binnenkomt, en vertelt ze over de lokale producenten, boeren en ambachtslieden waarmee ze banden heeft opgebouwd. Een huisgemaakte lokale keuken, een selectie natuurlijke wijnen en een bijzonder hartelijk onthaal: hun stek is veel meer dan een gewoon tussenstation; het is een waar toevluchtsoord van gezelligheid. Net als zij weerspiegelt het hun inzet voor een duurzame, bewuste levensstijl.

Psst!! Een kleine verrassing wacht de kinderen in de Bergerie de la Palette, die in haar muren een geheim hutje herbergt waar een mysterieuze bewoner woont: de boswachter. Als hij bezoekers ontvangt, moet je er vooral op letten hem absoluut niet te storen.

Het Sentier des Arpelières krijgt een opknapbeurt

Het Sentier des Arpelières, volledig vernieuwd, biedt een unieke beleving in het hart van het natuurreervaat. Deze route, met veel houten loopbruggen en "Japanse stapstenen", en met leuke en leerzame borden (voelboxen, 3D-modellen, quizen), laat gezinnen de rijke lokale flora en fauna ontdekken terwijl ze dit kwetsbare ecosysteem respecteren. "Om het veengebied beter te beschermen tegen het toenemende aantal bezoekers en de steeds vaker voorkomende klimaatveranderingen, hebben we de vlonders vervangen en uitgebreid, wat ook het comfort voor bezoekers verbetert," legt Pascal Philip, boswachter van het regionaal natuurreervaat, uit. Een meeslepende en educatieve wandeling in een landschap dat doet denken aan de uitgestrekte Scandinavische vlaktes, niet te missen.

Vrije toegang, verschillende routes mogelijk, van 1u30 tot 4u. Gratis activiteiten voor kinderen - Rondleidingen voor het grote publiek en avondrondleidingen met deelname.



« La Réserve naturelle régionale de la tourbière des Saisies est un espace exceptionnel qui abrite la plus grande tourbière acide à sphaigne (petite mousse) des Alpes. »

© Lauréenne Lavenu

**RNR : 3 LETTRES
SOUS HAUTE PROTECTION**

Située entre le Beaufortain et le Val d'Arly, la Réserve naturelle régionale de la tourbière des Saisies est un espace exceptionnel qui abrite la plus grande tourbière acide à sphaigne (petite mousse) des Alpes. Cette zone humide, alimentée par les eaux de ruissellement, les précipitations et la fonte de la neige, est un véritable réservoir de biodiversité. Elle s'est formée il y a environ 10 000 ans et s'étend aujourd'hui sur 600 hectares, entre 1 550 et 1 718 mètres d'altitude. Comparable aux paysages nordiques de Laponie, cet écosystème singulier et protégé, co-géré par l'Office national des Forêts (ONF) et le SIVOM des Saisies, joue un rôle clé dans la préservation de la faune et de la flore montagnardes. Son accès est strictement encadré pour limiter l'impact humain : les **35 000 visiteurs annuels**

peuvent emprunter des sentiers balisés ou opter pour des visites guidées entre mai et octobre. Ce site remarquable, qui accueille une faune discrète mais variée : cerfs, chevreuils, chamois, renards roux, tétras lyre, chouettes Chevêchette, pics ainsi que des espèces végétales rares comme la drosera, une plante carnivore qui se régale d'insectes, ou la canneberge à petit fruit, est aussi un terrain d'étude privilégié pour les scientifiques, qui y mènent des recherches sur l'évolution des écosystèmes montagnards et l'impact du changement climatique sur ces milieux sensibles.

RNR (Regionaal natuurreserveaat): 3 letters onder strikte bescherming

Het natuurreserveaat van Les Saisies ligt tussen Beaufortain en Val d'Arly en is een bijzondere plek met het grootste zure veenmoeras met veenmos (klein mos) in de Alpen. Dit vochtige gebied, gevoed door afstromend water, neerslag en het smelten van de sneeuw, is een echte schatkamer van biodiversiteit. Ze is ongeveer 10.000 jaar geleden ontstaan en beslaat tegenwoordig 600 hectare, op een hoogte tussen 1.550 en 1.718 meter. Vergelijkbaar met de noordelijke landschappen van Lapland, speelt dit bijzondere en beschermde ecosysteem, dat gezamenlijk wordt beheerd door het Office national des Forêts (ONF) en het SIVOM des Saisies, een sleutelrol bij het behoud van de bergfauna en

bergflora. De toegang is strikt geregeld om de menselijke impact te beperken: **de 35.000 bezoekers per jaar kunnen de gemarkeerde paden volgen of tussen mei en oktober kiezen voor begeleide bezoeken.** Dit opmerkelijke gebied, dat een terughoudende maar gevarieerde fauna herbergt: herten, reeën, gemzen, rode vossen, korhoenders, dwerguilen, spechten en zeldzame plantensoorten zoals zonnedauw, een vleesetende plant die zich tegoed doet aan insecten, of de veenbes, is ook een belangrijke onderzoekslocatie voor wetenschappers die er studies uitvoeren naar de evolutie van bergecosystemen en de impact van klimaatverandering op deze gevoelige omgevingen.

**PRÉSERVER
LA NATURE,
UN CAS D'ÉCOLE,
SAISON 2**

Dans la dernière édition, nous avions exploré le projet émergent d'aire terrestre éducative porté par les élèves de CMI et CM2 de l'école primaire d'Hauteluze, encadrés par leur institutrice Dominique Chamiot-Maitral et Pascal Philip garde-animateur de la RNR. Ils venaient d'identifier une parcelle boisée proche de l'école pour y mener leurs études. Entre temps, ils ont obtenu le Trophée Cimes Durables, une distinction à l'initiative de l'Association Nationale des Maires des Stations de Montagne qui récompense les actions exemplaires en matière de développement durable. Nos écoliers sont désormais passés à l'état des lieux, qui consiste à répertorier les enjeux liés à la faune, à la flore et au milieu naturel. Ils racontent : « Nous avons d'abord élu un bureau pour gérer le projet : président, secrétaire, trésorier, maître du temps... Puis nous nous sommes mis à la recherche d'un terrain adapté, avons envoyé des demandes d'autorisation

à des propriétaires - sans succès -, et présenté notre projet au conseil municipal, qui nous a proposé plusieurs terrains pour accueillir notre aire terrestre éducative. Nous avons tranché par un vote. Nous avons ensuite réfléchi à ce que l'on voulait mettre en place sur ce terrain : installer des pièges photos pour filmer des animaux, creuser un petit lac pour mettre des poissons, construire des petites cabanes pour les oiseaux ou pour nourrir les cerfs en hiver... ». Les idées fusent et l'enthousiasme est au rendez-vous. Un projet transversal qui apprend l'écoute, le respect et l'engagement écocitoyen qui sème des graines, puisque le collège de Beaufort souhaite s'en inspirer.

**LE LAC
DES SAISIES**

Si vous aviez prévu de piquer une tête dans le lac des Saisies, il faudra changer votre programme car ici, point de baignade ni même d'étendue d'eau mais une zone de tourbière protégée de 2 hectares, située à 2 kilomètres à vol d'oiseau du périmètre principal de la Réserve naturelle régionale. Une appellation trompeuse qui mérite

« Les idées fusent et l'enthousiasme est au rendez-vous. Un projet transversal qui apprend l'écoute, le respect et l'engagement écocitoyen qui sème des graines... »



quelques éclaircissements, car si l'eau est bien présente, elle est retenue dans les sols spongieux recouverts de tourbe (de la matière organique partiellement décomposée, issue de l'accumulation de végétaux) ce qui en fait un réservoir d'humidité et un régulateur écologique essentiel. Une zone tourbeuse remarquable désormais protégée par des aménagements : sentier, belvédère, panneaux pédagogiques, filets protecteurs, ainsi qu'un sentier de contournement plus éloigné de la réserve, permettant le passage des promeneurs et des cyclistes. La cueillette est également interdite sur l'ensemble du site.



© Cusin Jérémie ONF



Het meervan Les Saisies

Als je van plan was om een duik te nemen in het meer van Les Saisies, moet je je plannen aanpassen, want hier kun je niet zwemmen en is er zelfs geen water, maar een beschermd veengebied van 2 hectare, op 2 kilometer vogelvlucht van het belangrijkste deel van het regionale natuurreservaat. Een misleidende benaming die enige verduidelijking verdient, want hoewel er inderdaad water is, wordt het vastgehouden in sponsachtige bodems bedekt met veen (deels verteerd organisch materiaal, afkomstig van de ophoping van planten) wat het tot een vochtreservoir en een essentiële schakel in het ecologisch evenwicht maakt. Een opmerkelijk veenmoerasgebied dat nu door voorzieningen beschermd wordt: pad, uitkijkpunt, educatieve panelen, beschermende netten, evenals een omleidingspad verder van het reservaat, dat doorgang mogelijk maakt voor wandelaars en fietsers. Plukken is ook verboden op het gehele terrein.

Bescherm de natuur, een schoolvoorbeeld, Seizoen 2

In de vorige editie hebben we gekeken naar het nieuwe educatieve landproject van de leerlingen van groep 7 en 8 van de basisschool van Hauteluce, onder begeleiding van hun juf Dominique Chamiot-Maitral en Pascal Philip, begeleider van het natuurreservaat. Ze hadden net een bosperceel dicht bij de school aangewezen om er hun onderzoek uit te voeren. Ondertussen hebben ze de Trophée Cimes Durables gekregen, een onderscheiding op initiatief van de Nationale Vereniging van Burgemeesters van Bergstations die voorbeeldige acties op het gebied van duurzame ontwikkeling belooft. Onze leerlingen zijn nu begonnen met de inventarisatie, waarbij ze de uitdagingen rond de fauna, de flora en het natuurlijke milieu in kaart brengen. Ze vertellen: "We kozen eerst een bestuur om het project te beheren: voorzitter,

secretaris, penningmeester, tijdsbewaker... Daarna gingen we op zoek naar een geschikte locatie, stuurden we vergunningaanvragen naar eigenaars – zonder succes – en presenteerden we ons project aan de gemeenteraad, die ons verschillende percelen voorstelde om ons educatief terreestrisch gebied te huisvesten. We hebben door middel van een stemming beslist. We hebben daarna nagedacht over wat we op dit terrein wilden realiseren: wildcamera's installeren om dieren te filmen, een klein meertje graven om er vissen in te zetten, kleine hutjes bouwen voor vogels of om de herten in de winter te voeren...". De ideeën borrelen en het enthousiasme is groot. Een interdisciplinair project dat luisteren, respect en ecoburgerschap bevordert en zaadjes plant, omdat het collège van Beaufort zich ervan wil laten inspireren.





AGENCES LES SAISIES

* Vos deux agences **GSI by FONCIA** vous accueillent toute l'année !



Confiez à nos spécialistes la gestion de vos prochaines vacances, et trouvez votre logement idéal.

Profitez d'un large choix d'appartements disponibles.

OÙ NOUS TROUVER ?

390 Avenue des Jeux Olympiques,
73620 LES SAISIES
04 79 38 90 07
lessaisies@gsi.immo

97 Rue des Prés,
73620 LES SAISIES
04 79 89 45 10
armaillislessaisies@gsi.immo

SAS ALPIMO

PICCARD SPORTS

LE SPÉCIALISTE
DE LA LOCATION
AUX SAISIES

DE VERHUURSPECIALIST IN LES SAISIES

Meer dan 60 jaar geschiedenis & passie !

Alles begint in 1964, onder impuls van René Piccard, een streekgenoot uit de vallei van Hauteluce en een visionaire pionier. Hij komt uit een boerenfamilie, maar ontdekt zijn passie voor wintersport en wordt op zijn 18e een van de eerste skileraren van het skigebied. Tegelijkertijd richt hij een kleine skiwerkplaats in op een oppervlakte van 25 m². Zijn vrouw Eléonore voegt zich bij hem en het avontuur begint! Samen ontwikkelen ze hun winkel in het hart van het station des Saisies en bouwen ze een ongelooflijk familieverhaal rond hun zeven kinderen.

Een familie van kampioenen

Al snel zit wedstrijdschiën in het DNA van de familie! Franck Piccard wordt drievoudig olympisch medaillewinnaar, maar ook John, Ian, Leïla, Jeff en Ted zullen Frankrijk helpen uitblinken op het hoogste internationale niveau. Met diezelfde liefde voor skiën en service nemen de kinderen het stokje van de handel over.

6 winkels, een unieke expertise

Vandaag is Piccard Sports een onmisbare speler op het gebied van skiverhuur in Les Saisies. Met 6 winkels en bijna 3000 paar ski's en skischoenen wordt hun expertise gedeeld door een gastvrij en gepassioneerd team. Nog steeds gedreven door diezelfde passie, zomer en winter, is hun zaak toegetreden tot het Skiset-netwerk en garandeert ze een onwrikbare inzet voor het plezier van sporten in de bergen.

5 SKIWINKELS IN LES SAISIES
skiverhuur / diensten / MTB & fietsen / surfshop

PLUS DE 60 ANS D'HISTOIRE & DE PASSION!

Tout commence en 1964, sous l'impulsion de René Piccard, enfant de la vallée d'Hauteluce et pionnier visionnaire. Issu du monde agricole, il découvre sa passion pour les sports d'hiver et devient à 18 ans l'un des premiers moniteurs de la station. En parallèle, il installe un petit atelier de skis dans un local de 25 m². Son épouse Eléonore le rejoint et l'aventure commence ! Ensemble, ils développent leur boutique au cœur de la station des Saisies et construisent une incroyable saga familiale autours de leurs 7 enfants.

Une famille de champions

Rapidement, le ski de compétition entre dans l'ADN de la famille ! Franck Piccard devient triple médaillé olympique, mais aussi John, Ian, Leïla, Jeff et Ted vont permettre à la France de s'illustrer au plus haut niveau international. Avec le même amour du ski et du service, les enfants vont reprendre le flambeau du commerce.

6 magasins, une expertise unique

Aujourd'hui, Piccard Sports est un acteur incontournable de la location de ski aux Saisies. Avec 6 établissements et près de 3000 paires de ski et chaussures, leur expertise est transmise par une équipe accueillante et passionnée. Toujours animée de cette passion, été comme hiver, leur enseigne a rejoint le réseau Skiset et garantit un engagement sans faille pour le plaisir du sport à la montagne.

location ski / services / vtt & velos / surf shop

5 MAGASINS DE SKI AUX SAISIES

www.piccardsports.com

GSI.IMMO

GSI^{*} by FONCIA

CONVERSER
AVEC LA
FORÊT.
**Parlez-vous
la langue
de(s) bois ?**



Une étude réalisée dans le cadre de l’Université de la Terre à l’Unesco révèle qu’un quart des Français passent moins d’une heure par semaine en pleine nature. Pourtant, la forêt, havre de sérénité, offre un refuge régénérant propice au bien-être. Plongée dans le labyrinthe sylvestre de la forêt des Saisies.

Immersion au cœur de ce sanctuaire de biodiversité avec Jérémie Cusin, technicien forestier territorial à l’ONF et garde technicien de la Réserve naturelle régionale des Saisies.

Quelles sont les principales essences d’arbres que l’on trouve aux Saisies ?

Comme toutes les forêts de montagne, la forêt des Saisies est majoritairement composée de conifères ; des épicéas pour la plupart, mais aussi des sapins. En descendant vers Villard-sur-Doron ou Hauteluce, le paysage s’enrichit de feuillus tels que les hêtres et les érables. Soumise à une fréquentation touristique croissante, à des hivers rigoureux et à des étés de plus en plus chauds et secs, elle subit de fortes pressions, rendant sa préservation d’autant plus essentielle.

Quels animaux peut-on croiser ?

La richesse exceptionnelle de l’écosystème, mêlant tourbières et forêts, abrite une grande diversité d’animaux. En hiver, les grands ongulés comme le chamois, le cerf et le chevreuil se regroupent sur les versants sud où la nourriture est plus facilement accessible. Au printemps et en été, la forêt s’éveille

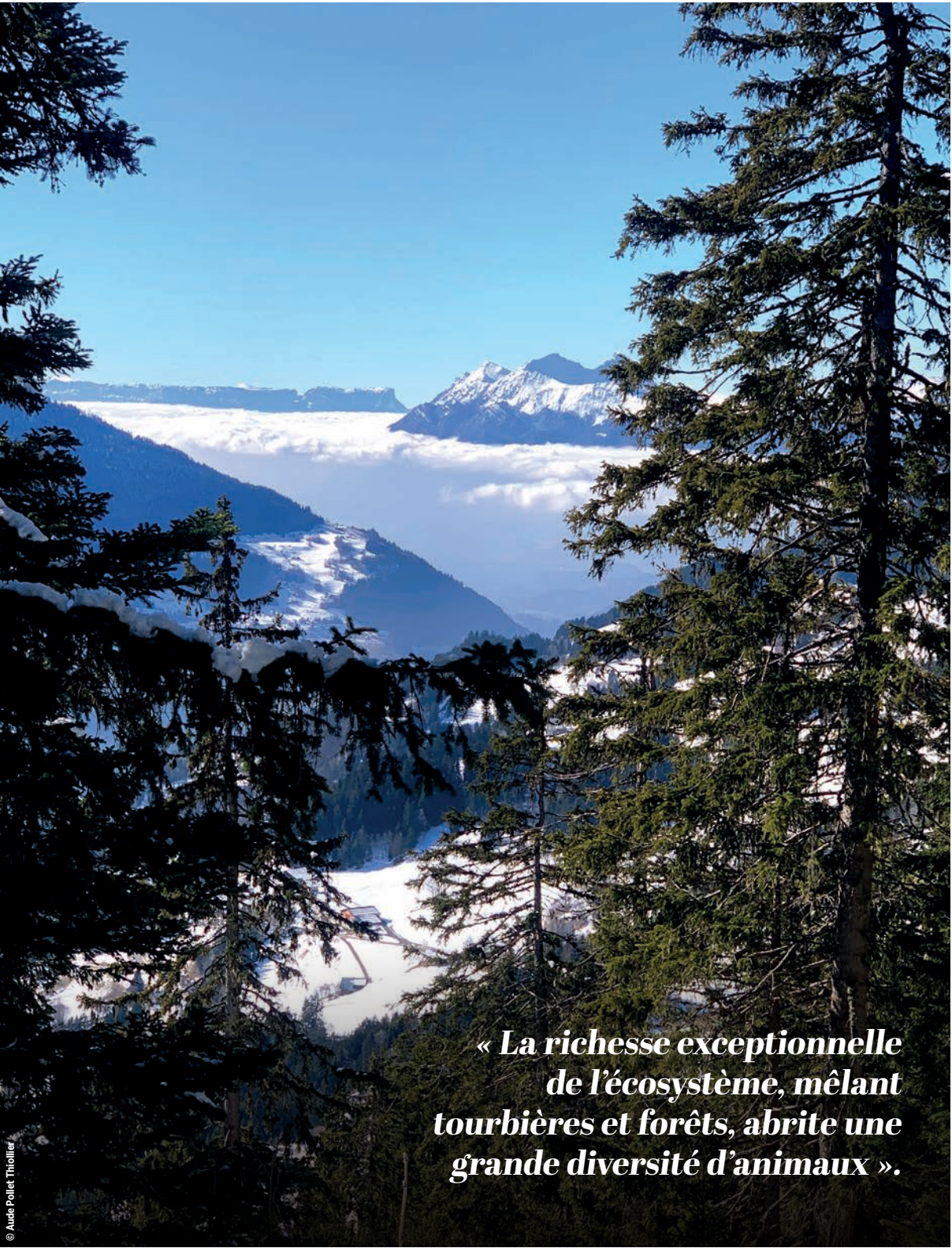
avec une multitude d’oiseaux : le Tétràs Lyre, les mésanges et la chevêchette d’Europe, espèce rare et protégée dont la présence atteste de la qualité exceptionnelle des écosystèmes. Les grands ongulés sont fidèles au poste, accompagnés de plusieurs espèces de pics, dont le pic noir et le pic tridactyle. En levant la tête, on peut aussi apercevoir de grands rapaces, comme la buse variable, l’aigle royal ou le milan royal qui survolent les forêts. Un écosystème unique qui permet d’observer une faune variée tout au long de l’année.

Un conseil pour profiter pleinement de la forêt tout en la respectant ?

Rappeler que l’on évolue dans un habitat riche et sensible et qu’il convient de se faire le plus discret possible : marchez lentement, écoutez le chant des oiseaux, le bruissement des feuilles sous vos pas et le murmure du vent dans les branches. Restez sur les sentiers pour préserver la flore fragile, tenez votre chien en laisse pour ne pas déranger la faune et emportez vos déchets.



Poursuivez cette conversation avec Jérémie et Pascal Philip, gardes-animateurs à la Réserve naturelle régionale des Saisies, qui vous convient au « casse-croûte du Forestier », une sortie guidée en forêt qu’ils organisent en juillet et août.



« La richesse exceptionnelle de l’écosystème, mêlant tourbières et forêts, abrite une grande diversité d’animaux ».

© Aude Pollet Thollier

EEN GESPREK VOEREN MET HET BOS: SPREEKT U DE TAAL VAN HET BOS?

Uit een studie die werd uitgevoerd in het kader van de Université de la Terre bij UNESCO blijkt dat een kwart van de Fransen minder dan een uur per week in de open natuur doorbrengt. Toch is het bos, een toevluchtsoord van rust, een herstellende plek die het welzijn bevordert. Duik in het boslabyrint van Les Saisies.

Dompel je onder in het hart van dit biodiversiteitssanctuarium met Jérémie Cusin, territoriaal bosbeheerder bij de ONF en technisch beheerder van het regionaal natuurreservaat des Saisies.

Wat zijn de belangrijkste boomsoorten die je in Les Saisies aantreft? Zoals alle bergbossen bestaat het bos van Les

Saisies grotendeels uit naaldbomen; meestal fijnsparren, maar ook zilversparren. Op weg naar Villard-sur-Doron of Hauteluce wordt het landschap verrijkt met loofbomen zoals beuken en esdoorns. Door een toenemende toeristische druk, strenge winters en steeds warmere en drogere zomers staat ze onder grote druk, waardoor het behoud ervan des te essentiëler is.

Welke dieren kun je tegenkomen? De uitzonderlijke rijkdom van het ecosysteem, waarin veenmoerassen en bossen samenkomen, herbergt een grote verscheidenheid aan dieren. In de winter verzamelen zich grote hoefdieren zoals gemzen, herten en reeën op de zuidhellingen, waar voedsel makkelijker bereikbaar is. In de lente en in de zomer ontwaakt het bos met een veelheid aan vogels: de korhoender, mezen en de Europese dwerguil, een zeldzame en beschermde soort waarvan de aanwezigheid getuigt van de uitzonderlijke kwaliteit van de ecosystemen. Grote hoefdieren blijven trouw aanwezig, vergezeld van meerdere spechtsoorten, waaronder de zwarte specht

en de drieteenige specht. Als je omhoog kijkt, kun je ook grote roofvogels zien, zoals de buizerd, de steenarend of de wouw die boven de bossen zweven. Een uniek ecosysteem waarmee je het hele jaar door een gevarieerde fauna kunt observeren..

Een tip om optimaal van het bos te genieten en het tegelijkertijd te respecteren? Onthoud dat je je in een rijke en kwetsbare omgeving bevindt en dat je je zo onopvallend mogelijk moet gedragen: loop rustig, luister naar de vogels, het ritselen van de bladeren onder je voeten en het ruisen van de wind in de takken. Blijf op de paden om de kwetsbare flora te beschermen, houd je hond aan de lijn om de fauna niet te storen en neem je afval mee.

Ga verder met dit gesprek met Jérémie en Pascal Philip, boswachters bij het regionale natuurreservaat Les Saisies, die je uitnodigen voor de “casse-croûte du Forestier”, een begeleide boswandeling die ze in juli en augustus organiseren.

LES ARBRES, SUPER-HÉROS DE LA NATURE

Troque CO² contre oxygène. L'offre est alléchante et pourtant bien réelle, puisque les arbres possèdent le super-pouvoir de détoxifier l'air en absorbant le CO² (particules fines, polluants gazeux...) et en recrachant de l'oxygène. Un processus naturel indispensable à toute forme de vie sur terre. L'invitation est lancée...

LES BIENFAITS DE LA FORÊT

«Après de mon arbre, je vivais heureux», des paroles de Georges Brassens qui n'ont jamais autant fait sens. Venu du Japon, le shinrin-yoku, aussi appelé sylvothérapie ou bain de forêt, repose sur le fait que les terpènes, des composés aromatiques sécrétés par les arbres, agissent sur notre système nerveux central en activant notre production de dopamine et de sérotonine. De quoi mettre K.O. stress, arthrose, insomnie, anxiété ou encore hypertension...Mais au fait, avez-vous déjà pris un bain de forêt ?

UN PARCOURS D'ÉVEIL DES SENS NOMMÉ SYLVATORIUM

Sur la commune de Queige, au cœur de la forêt de Molliessoulaz, un sylvatorium, concept innovant de lieu de ressourcement en forêt - le deuxième en France - a vu le jour. Un sentier de 1,6 km accessible en famille, jalonné de six baignoires en bois extra-larges, dédiées à l'éveil des cinq sens. Sous une canopée sylvestre on prend place dans l'une d'elles, puis on se laisse guider par les explications. Porté par l'ONF et soutenu par des financements publics et privés, dont l'entreprise Botanic, ce parcours invite à une reconnexion profonde avec la nature, au cœur d'une forêt réputée pour être particulièrement chargée en ions négatifs, connus pour favoriser bien-être et sérénité, et généreusement dotée en eau ; son nom, Molliessoulaz signifie d'ailleurs « soulier mouillé ».

Bomen, superhelden van de natuur

Ruil CO₂ voor zuurstof. Het aanbod is verleidelijk en toch heel reëel, want bomen hebben de superkracht om de lucht te ontgiften door CO₂ (fijnstof, gasvormige verontreinigende stoffen...) op te nemen en zuurstof uit te stoten. Een natuurlijk proces dat onmisbaar is voor elke vorm van leven op aarde. De uitnodiging is verstuurd...

De voordelen van het bos

"Bij mijn boom leefde ik gelukkig", woorden van Georges Brassens die nog nooit zoveel betekenis hebben gehad. Afkomstig uit Japan is shinrin-yoku, ook wel sylvotherapie of bosbad genoemd, gebaseerd op het idee dat terpenen, aromatische verbindingen die door bomen worden afgegeven, ons centraal zenuwstelsel beïnvloeden door de aanmaak van dopamine en serotonine te stimuleren. Voldoende om stress, artrose, slapeloosheid, angst of zelfs hoge bloeddruk K.O. te slaan... Maar trouwens, heb je al eens een bosbad genomen?

Een zintuigenpad genaamd sylvatorium

In de gemeente Queige, midden in het bos van Molliessoulaz, is een sylvatorium ontstaan, een nieuw soort plek om te relaxen in het bos - de tweede in Frankrijk. Een 1,6 km lang pad, geschikt voor het hele gezin, met zes extra brede houten badkuipen die de vijf zintuigen stimuleren. Onder een bosdak nemen we plaats in een daarvan en laten ons door de uitleg leiden. Dit parcours, dat wordt ondersteund door het ONF en gefinancierd door publieke en private middelen, waaronder het bedrijf Botanic, nodigt uit tot een diepe herverbinding met de natuur, midden in een bos dat bekend staat om zijn hoge concentratie aan negatieve ionen, die bekend staan om hun bevorderende werking op het welzijn en de rust, en dat rijkelijk voorzien is van water. De naam Molliessoulaz betekent trouwens 'natte schoen'.



©Cusin Jérémie ONF



« Je mets l’accent sur la respiration, la détente, la bonne posture pour améliorer la marche, la contemplation des petites choses, la beauté des paysages »

LES BAINS D’Hélène

Été comme hiver, Hélène Durand propose de vous initier à la pratique du bain de forêt, lors d’une balade d’environ 2 heures ponctuée d’ateliers : respirer, sentir, écouter, observer, toucher, marcher pieds-nus ou s’allonger ; des exercices qui favorisent une communication multisensorielle avec la nature. « Je mets l’accent sur la respiration, la détente, la bonne posture pour améliorer la marche, la contemplation des petites choses, la beauté des paysages », précise Hélène, qui est aussi professeur de yoga. « Chaque année, je reviens. Dix ans déjà, et toujours cette même sensation d’apaisement profond. Ici, le temps ralentit. On apprend à écouter le silence, à se connecter aux éléments et à ses propres sens. Marcher doucement, s’ancrer, respirer...l’harmonie entre l’être et la nature devient évidence. Et toujours cette joie. Celle d’être là et de vivre l’instant ». Muriel, 10 ans de pratique avec Hélène.

L’ARBORETUM DE Villard-sur-Doron

Un sentier en forêt pour découvrir environ 80 variétés d’arbres, résineux et feuillus des zones montagneuses, identifiables grâce à un QR code qu’il suffit de flasher pour lancer une courte vidéo explicative. On pourra approfondir la découverte au chalet pédagogique où vous apprendrez à reconnaître les espèces à leur feuillage, leur écorce et les lignes de leur bois. En accès libre toute l’année.

LE PARC DES Elfes

Grimper, ramper, sauter, rebondir, glisser... au Col des Saisies, les aventuriers arpentent trampoline, toboggans déliants, se déplaçant d’arbre en arbre, parfois perchés à plus de 7 mètres de hauteur sur un parcours sécurisé, constitué d’un maillage de filets tendus. Une parenthèse familiale féerique et rebondissante au cœur d’une forêt d’épicéas mystérieuse surplombant les alpages, étendue sur 7000 m². Accessible été comme hiver de mi mars à la fin de la saison.



@ G. Canova

De baden van Hélène

Zomer en winter nodigt Hélène Durand u uit om kennis te maken met bosbaden tijdens een wandeling van ongeveer twee uur, afgewisseld met ateliers: ademhalen, ruiken, luisteren, observeren, aanraken, blootsvoets lopen of neerliggen; oefeningen die een multisensorische communicatie met de natuur bevorderen. "Ik leg de nadruk op ademhaling, ontspanning en een goede houding om het wandelen te verbeteren, het aandachtig waarnemen van kleine dingen en de schoonheid van het landschap", zegt Hélène, die ook yogadocent is. "Elk jaar kom ik terug. Tien jaar alweer, en nog steeds datzelfde diepe gevoel van innerlijke rust. Hier vertraagt de tijd. Je leert naar de stilte te luisteren, je te verbinden met de elementen en je eigen zintuigen te gebruiken. Rustig wandelen, zich aarden, ademen... de harmonie tussen mens en natuur wordt vanzelfsprekend. En altijd die vreugde. Om er te zijn en het moment te beleven". Muriel, 10 jaar ervaring met Hélène.

Het arboretum van Villard-sur-Doron

Een bospad om ongeveer 80 boomsoorten te ontdekken, naaldbomen en loofbomen uit bergachtige gebieden, te herkennen aan een QR-code die je eenvoudig scant om een korte, informatieve video te starten. Je kunt je kennis verder uitbreiden in het educatieve chalet, waar je leert soorten te herkennen aan hun bladeren, schors en de lijnen in hun hout. Het hele jaar door vrij toegankelijk.

Het park van de Elfes

Klimmen, kruipen, springen, stuiten, glijden... op de Col des Saisies verkennen avonturiers trampolines en doldwaze glijbanen, bewegen zich van boom naar boom en bevinden zich soms meer dan 7 meter boven de grond op een veilig parcours dat bestaat uit een netwerk van gespannen netten. Een betoverende, gezinsvriendelijke en energieke ontsnapping in het hart van een mysterieuze sparrenbos met uitzicht op de bergweiden, verspreid over 7000 m2. Toegankelijk in zomer en winter van half maart tot het einde van het seizoen.

quizz express

1/ Pins, sapins, épicéas ; à quelle famille appartiennent-ils ?

Les conifères. Comme leur nom l'indique, leur fruit est un cône, comme la pomme de pin.

2/ Je suis le seul de la famille des conifères à perdre mes aiguilles en hiver. Qui suis-je ?

Le mélèze.

3/ Sapin ou épicéa ?

On vous aiguille !
Le sapin possède des aiguilles plates qui ne piquent pas. Elles ont un côté vert brillant et l'autre comporte deux bandes blanches. Ses cônes pointent vers le haut. Avec l'épicéa, qui s'y frotte s'y pique ! Ses aiguilles sont pointues, rigides et piquantes, et sont vertes des 2 côtés. Ses cônes pointent vers le bas. Épicéa pique, c'est facile à retenir !

1/ Dennen, sparren, fijnsparren; tot welke familie behoren ze?

De naaldbomen. Zoals de naam al aangeeft, is hun vrucht een kegel, zoals de dennenaappel.

2/ Ik ben de enige uit de familie van coniferen die in de winter zijn naalden verliest. Wie ben ik?

De lark's.

3/ Spar of fijnspar? Wij wijzen u de weg!

De spar heeft platte naalden die niet prikken. Ze hebben een glanzende groene kant en de andere heeft twee witte strepen. Zijn kegels wijzen omhoog. Met de fijnspar: wie zich eraan waagt, prikt zich eraan! De naalden zijn spits, stijf en scherp en aan beide zijden groen. De kegels wijzen naar beneden. Fijnspar prikt, dat is makkelijk te onthouden!

GLISSER - ROULER - MARCHER - COURIR - VEILLER
GLIJDEN - ROLLEN - LOPEN - RENNEN - WAKEN



*KOM IN BEWEGING

La vie EN BLEU

9h. Sommet de la **Légette**. Nous rejoignons Alexis Mongellaz, enfant du pays et moniteur aux Saisies. Les conditions sont exceptionnelles en cette journée de février ensoleillée. Le défi du jour ? Explorer l'Espace Diamant en empruntant des pistes bleues, pour démontrer que même avec un niveau intermédiaire les grands espaces s'offrent à tous.

C'est parti ! Nous descendons par **Blanchot**, pour aller vers **Bisanne**, puis empruntons les **pistes Ecureuils**, et liaison **Crest-Voland-Cernix**. Nous prenons ensuite le télésiège pour rejoindre le **Mont Lachat**...

10h. Nous voilà sur la **piste Bâches**, qui zigzague entre les sapins. Puis nous prenons les télésièges de **Nant Rouge** et **Covetan** pour monter au Chard du Beurre. Ici, nous déchaussons les skis. Une séance photo s'impose, avec un panorama à 360°C mis en valeur par des passerelles aménagées... Nous en profitons pour réviser les sommets. Mais il faut repartir, notre périple bleu n'est pas terminé. Nous nous élançons sur **Trolliers**, une piste large et longue qui s'ouvre sur un paysage époustouflant. Ensuite, direction **Bellecombe** par **Brichou** puis descente de la **piste Coudray** pour prendre le **télésiège de Douce**.

12h. Nous voici au sommet de l'**Espace Diamant** ! « Le domaine donne accès à des sommets même avec un niveau moyen. Les pistes sont longues avec des pentes progressives et de grandes parties en balcon ou en forêt. » explique Alexis.

13h30. C'est parti pour la **piste Vorès**, avec une petite pente un peu exigeante qui nous remet en jambes. Nous remontons par le **téléski du Plan Dessert** pour emprunter les pistes **Retour station** et **Thuile** jusqu'à **Bellecombe-Mont Rond**, que nous survolons dans les sièges qui montent au **Mont Reguet**. Direction **Flumet** par la **piste Renard**, puis **Gelinotte** jusqu'au **téléski du Lac**. De là, changement de couleur avec une **piste verte, Dahu** (où l'on n'en croise pas un seul ! Alexis nous dit qu'ils sortent plutôt la nuit). Sur la **piste bleue des Bernards**, nous dominons le village de **Praz-sur-Arly**. Nous voici au bout du domaine !

15h. Il est temps de retourner aux **Saisies**. Nous arrivons par le **télésiège du Crêt du midi** au sommet de Praz, pour redescendre sur **Serasson** et remonter par **Ban Rouge** et le **téléski des Trois Coins**, d'où nous nous élançons sur **Crozats**, une piste douce qui descend au **télésiège du Plan des Fours**. Retour au sommet de l'espace Diamant ! Nous glissons sur la **piste Borlat**, qui se déroule en balcon malgré un petit mur au début. Avec le **télésiège Grattary**, puis la piste bleue du même nom et une **verte, Plan Corbet**, nous voici à **Roche Blanche** pour remonter à la **Légette**. La boucle est bouclée ! Nous rejoignons les Saisies par les pistes **Coqs** et **Chenavelle**.

16h30. Mission accomplie !

BILAN

1 tour de l'Espace Diamant

16 pistes bleues

3 téléskis

13 télésièges

100% plaisir

Vue à 360°C

HET LEVEN IN BLAUW

9 u. Top van de **Légette**. We ontmoeten Alexis Mongellaz, een geboren en getogen inwoner en skileraar in Les Saisies. De omstandigheden zijn uitzonderlijk op deze zonnige dag in februari. De uitdaging van de dag? Ontdek Espace Diamant door blauwe pistes te nemen en toon dat zelfs met een gemiddeld niveau de uitgestrekte gebieden voor iedereen toegankelijk zijn.

Daar gaan we! We dalen via **Blanchot** af richting Bisanne, nemen vervolgens de **pistes Ecureuils** en de verbinding **Crest-Voland-Cernix**. We nemen vervolgens de stoeltjeslift naar de **Mont Lachat**...

10 u. We zijn op de **piste Bâches**, die zich tussen de sparren door slingert. Vervolgens nemen we de stoeltjesliften van **Nant Rouge** en **Covetan** om naar de Chard du Beurre te klimmen. Hier doen we de ski's uit. Een fotoshoot mag niet ontbreken, met een 360°-panorama dat extra tot zijn recht komt door aangelegde loopbruggen... We benutten het moment om de toppen nog eens door te nemen. Maar we moeten verder, onze blauwe tocht is nog niet voorbij. We schieten van start op **Trolliers**, een brede, lange piste die uitkijkt op een adembenemend landschap. Vervolgens richting **Bellecombe** via **Brichou**, daarna afdalen over de **piste Coudray** om de **stoeltjeslift van Douce** te nemen.

12 u. Hier zijn we op de top van **Espace Diamant**! "Het skigebied biedt toegang tot toppen, zelfs voor skiërs van gemiddeld niveau." De pistes zijn lang, met geleidelijke hellingen en grote gedeelten die balkonachtig zijn of door het bos lopen." legt Alexis uit.

13.30 u. We vertrekken naar de **piste Vorès**, met een kort, wat steiler stuk om de benen weer op te warmen. We gaan omhoog via de **sleeplift van Plan Dessert** om de pistes **Retour Station** en **Thuile** te nemen tot **Bellecombe-Mont Rond**, die we overvliegen terwijl we in de stoeltjes naar **Mont Reguet** omhoog gaan. Richting **Flumet** via de **piste Renard**, vervolgens **Gelinotte** tot aan de **sleeplift van Lac**. Vanaf daar verandert de kleur met een **groene piste Dahu** (waar je er geen enkele tegenkomt! Alexis vertelt ons dat ze eerder 's avonds vertrekken). Vanaf de **blauwe piste Les Bernards** hebben we uitzicht over het dorp **Praz-sur-Arly**. We zijn hier aan het einde van het gebied!

15 u. Het is tijd om terug te keren naar Les **Saisies**. We bereiken de top van Praz met de **stoeltjeslift van Crêt du Midi**, dalen af naar Serasson en klimmen weer omhoog via **Ban Rouge** en de **sleeplift des Trois Coins**, vanwaar we naar **Crozats** vertrekken, een gemakkelijke piste die afdaalt naar de **stoeltjeslift van Plan des Fours**. Terug naar de top van Espace Diamant! We glijden over de **piste Borlat**, die als een balkon loopt ondanks een klein muurtje aan het begin. Met de **stoeltjeslift Grattary**, gevolgd door de blauwe piste met dezelfde naam en een groene, **Plan Corbet**, komen we aan bij **Roche Blanche** om weer naar de **Légette** omhoog te gaan. De cirkel is rond! We bereiken Les Saisies via de pistes **Coqs** en **Chenavelle**.

16u30: Missie volbracht!

OVERZICHT
1 Toer van de Espace Diamant
16 blauwe pistes - 13 stoeltjesliften - 3 sleepliften
100% plezier - Uitzicht van 360°

Karine Meilleur, CONCENTRÉ D'ÉNERGIE À LA TÊTE DE L'ESF

Originaire de Villard sur Doron, Karine a pratiqué le ski de haut niveau pendant des années sur les circuits de coupe d'Europe et du monde. Monitrice à l'ESF depuis 2005, cette maman de 3 enfants, aussi à l'aise dans l'eau que sur la neige (elle est également maître-nageuse!) est la nouvelle directrice de l'ESF des Saisies. Rencontre.



Quelle impulsion voulez-vous donner à l'ESF ? J'ai pris ce poste en duo avec le directeur technique, Steven Lefever. Nous allons mettre l'accent sur l'accompagnement de nos futurs diplômés tout au long de leur formation, qui est de 5 ans minimum. Nous voulons aussi fidéliser et élargir notre clientèle. Cette année, nous avons étendu nos prestations en biathlon, une activité très demandée.

Quel est l'esprit de l'ESF des Saisies ? Nos 190 moniteurs de ski (toutes disciplines confondues) forment une équipe soudée, avec environ 80% de moniteurs locaux et une part féminine importante. L'esprit est très convivial, notre clientèle est familiale, avec beaucoup d'enfants et des débutants de tous âges.

Qu'est-ce qui distingue le domaine des Saisies ? Le domaine nordique est réputé pour l'enneigement, le décor et l'étendue. En ski alpin, avec un niveau intermédiaire on peut aller sur tout le domaine, on ne tourne pas en rond et on arrive facilement sur des sites spectaculaires. Nous avons beaucoup d'espaces ludiques et zones débutants, y compris sur le domaine nordique.

KARINE MEILLEUR, ENERGIEBOM AAN HET HOOFD VAN DE ESF

Karine komt uit Villard sur Doron en heeft jarenlang op hoog niveau geskied in de Europese en wereldkampioenschappen. Sinds 2005 is ze instructrice bij de ESF. Deze moeder van drie kinderen voelt zich net zo goed thuis in het water als op de sneeuw (ze is ook zweminstructrice!) en is de nieuwe directrice van de ESF in Les Saisies. Ontmoeting.

Welke impuls wil je aan de ESF geven?
Ik heb deze functie samen met de technisch directeur, Steven Lefever, op mij genomen. We leggen de nadruk op de begeleiding van onze

toekomstige afgestudeerden gedurende hun opleiding, die minimaal vijf jaar duurt. We willen ook de loyaliteit van onze klanten versterken en ons klantenbestand uitbreiden. Dit jaar hebben we ons biathlonaanbod uitgebreid, een zeer gewilde activiteit.

Wat is de geest van de ESF des Saisies?
Onze 190 skileraars (alle disciplines inbegrepen) vormen een hecht team, met ongeveer 80% lokale skileraars en een aanzienlijk aandeel vrouwen. De sfeer is erg gezellig; onze gasten zijn voornamelijk gezinnen, met veel kinderen en beginners van alle leeftijden.

Wat maakt het skigebied van Les Saisies zo bijzonder?
Het langlaufgebied staat bekend om zijn sneeuw, het decor en de uitgestrektheid. Bij alpineskiën kunt u met een gemiddeld niveau het hele skigebied verkennen; je blijft niet steeds op dezelfde pistes en bereikt gemakkelijk spectaculaire plekken. We hebben veel speelzones en beginnersgebieden, ook in het langlaufgebied.



RÉNOVATION DU STADE DE BIATHLON: TIR GROUPÉ !

Le stade de biathlon, qui datait des JO de 1992, avait besoin d'un coup de jeune. D'importants travaux ont été réalisés pour un investissement de plus de 2,1 millions avec pour objectif de remettre le site aux normes internationales, s'adapter aux demandes des clients et devenir une référence pour l'accueil des athlètes.

Les 30 lignes du pas de tir ont été élargies selon les normes actuelles. En partie renouvelée, la ciblérie d'origine a été conservée. « Nous avons équipé nos cibles de récupérateurs de plomb et pour l'instant ce système n'existe pas encore en ciblérie électronique, mais tous les réseaux sont prêts en attente de l'évolution du produit », explique Michael Tessard, Directeur des Domaines Skiables des Saisies. En périphérie, un local technique s'est construit et le bâtiment historique des JO a été entièrement repensé avec de nouvelles fonctions : vestiaires, sanitaires, salle vidéo pour réunir les comités de course ainsi qu'un espace dédié à la préparation des skis. « Ces équipements étaient importants pour avoir une offre clés en mains et s'adapter aux attentes des athlètes de haut niveau. Nous nous attendons à être sollicités l'année prochaine, notamment pour des camps d'entraînement avant les JO. », poursuit Michael. Avec une demande croissante des initiations au biathlon, les nouvelles installations étaient très attendues également par l'ESF. A présent le pas de tir peut même être éclairé pour des sessions en nocturne !

RENOVATIE VAN HET BIATHLONSTADION: SCHIET MAAR RAAK!

Het biathlonstadion, dat dateerde uit de Olympische Spelen van 1992, had een opknapbeurt nodig. Er zijn ingrijpende werkzaamheden uitgevoerd voor een investering van meer dan 2,1 miljoen, met als doel de site aan internationale normen te brengen, in te spelen op de wensen van de klanten en een toonaangevende referentie te worden voor de ontvangst van atleten.

De 30 schietlijnen van de schietbaan zijn volgens de huidige normen verbreed. De oorspronkelijke doelschijfinstallatie is bij gedeeltelijke renovatie behouden gebleven. "We hebben onze doelen uitgerust met loodopvangsystemen en voorlopig bestaat dit systeem nog niet in elektronische doelschijfinstallaties, maar alle netwerken zijn klaar in afwachting van de verdere ontwikkeling van het product", legt Michael Tessard uit, directeur van Domaines Skiables des Saisies. Aan de rand is een technische ruimte gebouwd en het historische Olympische gebouw is volledig heringericht met nieuwe functies: kleedkamers, sanitair, een videoruimte om de wedstrijdcomités te ontvangen en een ruimte gewijd aan het voorbereiden van de ski's. "Deze uitrustingen waren belangrijk om een kant-en-klaar aanbod te bieden en zich aan te passen aan de verwachtingen van topatleten. We verwachten volgend jaar benaderd te worden, vooral voor trainingskampen voorafgaand aan de Olympische Spelen", voegt Michael toe. Met de toenemende vraag naar biathloninitiatie keek ook de ESF reikhalzend uit naar de nieuwe voorzieningen. Vanaf nu kan de schietstand zelfs verlicht worden voor nachtelijke sessies!





CHAMPIONNATS DE FRANCE DE SKI DE FOND & BIATHLON : Un vrai travail d'équipe !

Commentateur officiel de toutes les coupes de France de biathlon, Thomas est élu à la mairie de Villard sur Doron et très impliqué dans la vie de la station. Il est à l'initiative de l'accueil aux Saisies de la compétition, qui a demandé une préparation colossale, débutée plus d'un an avant l'événement et réunissant tous les acteurs locaux. « C'était important pour moi que tout le monde soit impliqué, que ce soit un vrai projet station. »

Une compétition de cette ampleur demande une énorme organisation :
-Préparation des courses (pistes, agenda, déroulement...) en lien avec la FFS
-Accueil et hébergement des **300 athlètes**
-Sollicitation et accueil des **400 VIP** (FFS, partenaires, élus)
-Recrutement et organisation des **180 bénévoles** par jour
-Accueil des **10 000 spectateurs** avec restauration, aménagement du site (comme la création de tunnels qui passent sous la piste) et retransmission en direct des compétitions sur 2 écrans géants. « Nous voulons faire de cette compétition une belle fête, ne pas se cantonner à l'aspect sportif, pour que l'événement vive dans tout le village. »

Les 28, 29 & 30 mars 2025 Les Saisies recevaient l'élite du ski de fond et du biathlon pour les championnats de France. Une belle occasion d'inaugurer les nouvelles installations avec nos stars de la discipline, Julia Simon et Justine Braisaz-Bouchet. Un événement porté par toute la station sous l'égide de Thomas Bray, que nous avons rencontré peu avant le jour J.

FRANSEKAMPIOENSCHAPPENLANGLAUFEN & BIATHLON: ECHT TEAMWORK!

Op 28, 29 en 30 maart 2025 ontving Les Saisies de top van het langlaufen en de biathlon voor de Franse kampioenschappen. Een mooie gelegenheid om de nieuwe installaties in te huldigen met onze sterren van de discipline, Julia Simon en Justine Braisaz-Bouchet. Een evenement dat door het hele station wordt gedragen onder lei-

ding van Thomas Bray, die we kort voor de grote dag hebben ontmoet.

Thomas is de officiële commentator van alle Franse biathlonkampioenschappen, zit in het gemeentebestuur van Villard sur Doron en is super betrokken bij het leven in het skioord. Hij nam het initiatief voor de ontvangst van de wedstrijd in Les Saisies, wat een kolossale voorbereiding vergde die meer dan een jaar vóór het evenement begon en alle lokale betrokkenen bijeenbracht. "Het was voor mij belangrijk dat iedereen betrokken was, dat het een echt stationproject was."

Een evenement van deze omvang vergt een enorme organisatie:
- Voorbereiding van wedstrijden (pistes, agenda, verloop...) in samenwerking met de FFS
- Ontvangst en accommodatie voor de **300 atleten**
- Benadering en ontvangst van 300 VIP's (FFS, partners, gekozen vertegenwoordigers)
- Werving en organisatie van **180 vrijwilligers** per dag
- Ontvangst van **10.000 toeschouwers** met catering, inrichting van het terrein (zoals de aanleg van tunnels die onder de piste doorlopen) en live-uitzending van de wedstrijden op twee gigantische schermen. "We willen van deze competitie een echt feest maken, ons niet beperken tot het sportieve aspect, zodat het evenement in het hele dorp tot leven komt."



RANDONNÉE PIÉTONS : chacun son parcours

Les Saisies proposent 15 itinéraires balisés de randonnées soit 65 km environ (7 itinéraires piétons damés et 8 itinéraires raquettes). Voici les coups de cœur d'Anne-Marie Recollin, accompagnatrice en moyenne montagne et monitrice de ski de fond et de ski hok'.

LE + SPECTACULAIRE

LA CROIX DE COSTE DEPUIS BISANNE 1500

Un parcours qui offre une vue extraordinaire sur les Aravis, le Mont Blanc et même la Chartreuse et le Vercors !
⌚ : 3h00 ⚡ : -460 m

*Connaissez-vous le ski hok' ?

C'est un ski de randonnée court et large, avec talon libre et peau de phoque intégrée sur les 3/4 de la semelle pour l'accroche. Idéal pour monter et descendre des vallons en hors-piste et glisser entre forêts et alpages. A tester !

LE + SAUVAGE

LE BALCON DES CÔTES

Une balade réservée aux bons marcheurs qui serpente entre forêt, alpages et chalets, avec en prime la vue sur le Mont Blanc.
⌚ : 3h30 ⚡ : 350 m

LE + FAMILIAL

LE CIRCUIT DU NANT ROUGE

Un parcours d'orientation éducatif dans la réserve naturelle régionale. Super pour initier les enfants aux raquettes tout en cherchant les 24 balises qui jalonnent le parcours !
⌚ : 2h30 ⚡ : 100 m

LE + CONVIVAL

LA BERGERIE LA PALETTE

C'est un itinéraire piétons damé qui mène au point de rencontre des pistes de ski de fond, de ski alpin et de randonnée. Un parcours facile dans un cadre féérique, et l'occasion de réunir tous les sportifs autour de l'excellente table de la Bergerie la Palette.
⌚ : 2h15 ⚡ : 175 m

Pour découvrir le domaine au-delà des sentiers balisés, partez avec un(e) accompagnateur(trice) !
Possibilité d'emprunter des remontées mécaniques avec un forfait piéton pour accéder aux sommets et à des départs de randonnées.

WANDELTOCHTEN: IEDER ZIJN EIGEN PARCOURS

Les Saisies biedt 15 bewegwijzerde wandelroutes, ongeveer 65 km (7 platgetreden voetgangersroutes en 8 routes voor sneeuwschoenen). Dit zijn de favorieten van Anne-Marie Recollin, begeleider/gids in het middelgebergte en langlauf- en ski-hokinstructrice*.

HET MEEST SPECTACULAIRE

LA CROIX DE COSTE VANAF BISANNE 1500

Een route die een adembenemend uitzicht biedt op de Aravis, de Mont Blanc en zelfs de Chartreuse en de Vercors!
⌚ : 3u00 ⚡ : -460 m

DELIJKSTE

HET PARCOURS VAN DE NANT ROUGE

Een educatieve oriëntatieroute in het regionaal natuurreservaat. Perfect om kinderen te laten kennismaken met sneeuwschoenwandelen terwijl ze de 24 markeerpaaltjes zoeken die het parcours afbakenen !
⌚ : u30 ⚡ : 100 m

Mogelijkheid om skiliften te gebruiken met een forfait voor voetgangers om de toppen en de startpunten van wandelingen te bereiken.

HET WILDSTE

HET BALKON VAN DE HELLINGEN

Een wandeling voor ervaren wandelaars die zich slingert tussen bos, bergweiden en chalets, met bovendien uitzicht op de Mont Blanc.
⌚ : 3u30 ⚡ : 350 m

HET GEZELLIGSTE

LA BERGERIE LA PALETTE

Het is een platgetreden wandelpad dat naar het kruispunt van langlaufloipes, alpinskipistes en wandelpaden gaat. Een gemakkelijke route in een sprookjesachtige omgeving en de gelegenheid om alle sporters samen te brengen rond de

uitstekende tafel van de Bergerie la Palette.
⌚ : 2u15 ⚡ : 175 m

*Kent je het ski hok'?

Het is een korte, brede toerski met een vrije hiel en een geïntegreerd klimsysteem over 3/4 van de zool voor extra grip. Ideaal om off-piste door dalletjes op en af te klimmen en tussen bossen en bergweiden te glijden. Ideaal om te testen!

Ontdek het gebied buiten de gemarkeerde paden: ga op pad met een begeleider/gids!

LES COULISSES DU Bike Park

Geoffrey Souchet est responsable du Bike Park des Saisies depuis 3 ans. Il nous parle de son terrain de jeux, de son rôle et de la conception respectueuse des parcours.

En quoi consiste votre travail ?
Nous sommes une équipe de 5 personnes sur le Bike Park. Nous créons les parcours, les entretenons, assurons la sécurité. Nous sommes un peu les pisteurs de l'été ! Heureusement, il y a peu de secours à faire, nous sommes le plus souvent occupés à reboucher les trous, élaguer, remodeler les pistes.

Comment se crée un parcours ?
La première étape c'est de définir ce que l'on veut, le niveau de difficulté, le caractère de la piste. Ensuite il y a une part d'imagination, en fonction du site, on projette ce que l'on va créer, puis on prend des mesures pour que le parcours soit fluide, que les virages se connectent bien, on s'adapte à la topographie. Pour créer des modules, on sculpte la terre (un peu comme avec la neige sur les snowparks), ou on ajoute des éléments en bois.

Comment faites-vous pour respecter au maximum le paysage ?
Nous travaillons avec le terrain et pas contre lui. Il faut le

suivre et jouer avec le relief naturel, les arbres, les souches, composer avec ces éléments pour minimiser l'impact. Nous essayons de tracer avec le moins de pente possible pour éviter l'érosion, limiter le freinage pour prévenir l'usure du terrain et gérer au mieux l'écoulement de l'eau. L'eau creuse le terrain, donc il faut l'évacuer le plus possible de la piste, grâce à des tuyaux, des rigoles ou des planchers en bois pour faire passer l'eau dessous, ... Nous aimons bien aller sur le Bike Park quand il pleut beaucoup pour vérifier que nos systèmes fonctionnent. Quelquefois l'eau nous rend tout de même service ! Pour les stations de lavage des VTT, nous récupérons l'eau de pluie.

Faut-il être expert du VTT pour aller sur le Bike Park ?
Pas du tout ! Il y a des pistes pour tous les niveaux, un Ludo Park avec des parcours qui permettent d'aborder le VTT et de se perfectionner dans les manœuvres techniques avant de se lancer. Le Bike Park est vraiment adapté à toute la famille avec des itinéraires faciles et ludiques mais aussi des pistes plus techniques.

ACHTER DE SCHERMEN VAN HET BIKE PARK

Geoffrey Souchet is sinds drie jaar verantwoordelijk voor het Bike Park van Les Saisies. Hij vertelt ons over zijn speelterrein, zijn rol en het respectvolle ontwerp van de parcours.

Wat houdt je werk in?
We zijn een team van vijf personen op het Bike Park. Wij creëren de parcours, onderhouden ze en zorgen voor de veiligheid. We zijn een beetje de pistewerkers van de zomer! Gelukkig zijn er weinig reddingsacties te doen, meestal zijn we bezig met het opvullen van gaten, snoeien en het herprofilen van de pistes.

Hoe wordt een parcours gemaakt?
De eerste stap is bepalen wat we willen: het moeilijkheidsniveau en het karakter van de piste. Vervolgens komt er een stukje verbeelding bij: afhankelijk van de locatie beelden we ons in wat we gaan creëren, en daarna nemen we maatregelen zodat het parcours vloeiend loopt, de bochten

goed op elkaar aansluiten en we ons aanpassen aan de topografie. Om modules te creëren, bewerken we de grond (een beetje zoals met sneeuw in de snowparks), of voegen we houten elementen toe.

Hoe zorg je ervoor dat het landschap zoveel mogelijk gerespecteerd wordt?
We werken met het terrein en niet ertegen. Je moet het volgen en inspelen op het natuurlijke reliëf, de bomen, de stronken, en met deze elementen rekening houden om de impact te beperken. We proberen de route met zo weinig mogelijk helling aan te leggen om erosie te voorkomen, het afremmen te beperken om slijtage van het terrein te vermijden en de waterafvoer zo goed mogelijk te beheeren. Water erodeert de ondergrond, dus moet het zoveel mogelijk van de piste worden afgevoerd, via buizen, greppels of houten vloeren zodat het water eronder kan lopen, ... We gaan graag naar het Bike Park als het veel regent om te controleren of onze systemen werken. Maar soms helpt het water ons ook! Voor de MTB-wasstations vangen we regenwater op.

Ontdekking, plezier of adrenaline-kicks, wij weten er alles van!

- 15** Crosscountry- en elektrische MTB-routes voor alle niveaus over 175 km
- 2** Route voor het ontdekken en beoefenen van elektrisch mountainbiken
- 14** afdalingspistes toegankelijk via 3 skiliften
- 5** Enduroroutes
- 1** Ludo Park met een four-cross (speels parcours voor meerdere mountainbikers) en 1 beginners-zone met groene, blauwe en rode routes
- 1** Speels kennismakingsrondje crosscountry

Moet je een mountainbike-expert zijn om naar het Bike Park te gaan?
Helemaal niet! Er zijn routes voor alle niveaus, en een Ludo Park met parcoursen die je laten kennismaken met mountainbiken en je helpen je technische manoeuvres te perfectioneren voordat je eropuit trekt. Het Bike Park is ideaal voor het hele gezin, met makkelijke, speelse routes maar ook meer technische pistes.

DÉCOUVERTE, PLAISIR OU SENSATIONS FORTES, ON EN CONNAIT UN RAYON !

- 15** Parcours cross-country et VTTAE pour tous les niveaux sur 175 km
- 2** Parcours pour la découverte et la pratique du VTTAE
- 1** Ludo park avec un four-cross (tracé ludique pour plusieurs VTTistes) et 1 zone d'initiation avec des parcours uert, bleu et rouge
- 5** Itinéraires d'enduro
- 1** Pumptrack
- 1** Boucle d'initiation ludique crosscountry
- 14** Pistes de descente accessibles par 3 remontées mécaniques



CARREFOUR DES HEROS DU TOUR & des passionnés de cyclisme

CYCLO-IMMERSION :
Les Saisies propose une expérience inoubliable avec des séjours flexibles « tout compris » sur le thème du vélo. D'une durée de 2 à 7 nuits, ils comprennent un hébergement adapté aux cyclistes, une reconnaissance de l'Etape du Tour et la découverte d'autres itinéraires, le passage du Tour de France et même un moment détente au spa avec massage après l'effort !

Au passage du Tour de France, le site emblématique qu'est le col des Saisies devient le théâtre d'une rencontre unique : celle des champions lancés à l'assaut de la montagne, des amateurs venus défier le mythe et des spectateurs qui, génération après génération font de cet événement une grande fête populaire.

ENTRER dans la légende

L'Étape du Tour offre aux amateurs chevronnés du monde entier l'opportunité de vivre l'expérience de la Grande Boucle dans les mêmes conditions que les coureurs professionnels. Pendant une journée, ils se mesurent sur une étape de montagne

du Tour de France. Les quelque 16000 dossards se vendent en quelques heures, pas facile de faire partie des privilégiés qui participent chaque année à cet événement mythique ! **Le 20 juillet 2025**, quelques jours avant le passage des pros, l'étape du Tour passe aux Saisies sur le parcours entre Albertville et La Plagne. Un événement inoubliable qui rassemble les passionnés de la petite reine dans une ambiance de folie.

VIBRER au rythme de la Grande Boucle

Le 25 juillet place au grand spectacle ! Le Tour de France traversera Les Saisies lors d'une étape alpine de **131 km** entre Albertville et La Plagne. Au programme : **4 500 m de dénivelé positif** et **5 ascensions** majeures dont le mythique col des Saisies. *Christian Prudhomme, directeur du Tour de France, s'enthousiasme : « Cette année, Le tour de France gravira le col des Saisies pour la quinzième fois. C'est toujours un plaisir de se retrouver dans cette station qui offre l'une des plus belles vues sur le Mont Blanc. Que l'on arrive par le Val d'Arly, le Beaufortain ou encore, comme en 2016 et 2018, en empruntant la montée de Bisanne, c'est un émerveillement renouvelé à chaque fois.*

Sans oublier que nous sommes en plein cœur de la zone d'appellation du beaufort, le fameux « prince des gruyères » qui donne à la fondue son goût inimitable. Il n'y a pas à dire, un jour il faudra que l'on s'y arrête, au moins le temps d'une soirée !

LE COL DES SAISIES ET LE TOUR DE FRANCE : UNE LONGUE HISTOIRE !

Première ascension du col des Saisies par le Tour de France en 1979 lors de l'étape Morzine-Les Menuires remportée par le néerlandais Henk Lubberding
Nombre d'ascensions du col (depuis 1947) : 15
> ledicodutour.com

SE MESURER à la montée de Bisanne ?

Cette redoutable ascension reprend la majeure partie de l'ascension du Signal de Bisanne qui culmine à 1930m. Pour accéder à son sommet, à 1723m, ce sont 12,4 km d'ascension à 8,2% qui vous attendent. Comptant parmi les montées du Tour les plus difficiles en termes de pente moyenne, elle a été gravie à deux reprises lors d'étapes, la dernière fois en 2018.

KRUISPUNT VAN DE HELDEN VAN DE TOUR & LIEFHEBBERS VAN HET WIELRENNEN

Wanneer de Ronde van Frankrijk passeert, verandert de emblematische plek die het col des Saisies is in het decor van een unieke ontmoeting: kampioenen die de berg bestormen, amateurs die het mythische komen uitdagen en toeschouwers die, generatie na generatie, van dit evenement een groot volksfeest maken.

Betreed de legende

De Étape du Tour biedt ervaren liefhebbers wereldwijd de kans om de ervaring van de Ronde van Frankrijk te beleven onder dezelfde omstandigheden als professionele renners. Gedurende één dag meten ze zich op een bergetappe van de Ronde van Frankrijk. Ongeveer 16.000 startnummers zijn binnen enkele uren uitverkocht — het is niet gemakkelijk tot de bevoorrechten te behoren die elk jaar aan dit legendarische evenement meedoen! **20 juli 2025**, enkele dagen voor de doortocht van de pros, komt de etappe van de Ronde van Frankrijk langs Les Saisies op het traject tussen Albertville en La Plagne. Een onvergetelijk evenement dat wiel liefhebbers samenbrengt in een dolle sfeer.

Beleef op het ritme van de Ronde van Frankrijk

Op 25 juli tijd voor het grote spektakel! De Ronde van Frankrijk zal Les Saisies doorkruisen tijdens een alpine etappe van **131 km** tussen Albertville en La Plagne. Op het programma: **4.500 m positief hoogteverschil** en **5 belangrijke beklimmingen**, waaronder de legendarische col des Saisies. Christian Prudhomme, directeur van de Ronde van Frankrijk, is enthousiast: "Dit jaar zal de Ronde van Frankrijk de col des Saisies voor de vijftiende keer beklimmen. Het is altijd een genoegen om terug te keren naar dit skioord, dat een van de mooiste uitzichten op de Mont Blanc biedt. Of je nu via het Val d'Arly of het Beaufortain komt, of, zoals in 2016 en 2018, de klim naar Bisanne neemt, het blijft elke keer weer een bron van verwondering. Niet te vergeten dat we ons midden in het beschermde herkomstgebied van de Beaufort bevinden, de beroemde "prince des gruyères" die de fondue haar onnavolgbare smaak geeft. Dat valt niet te ontkennen, ooit zullen we daar echt eens stoppen, al is het maar voor één avond!

DE COL DES SAISIES EN DE RONDE VAN FRANKRIJK: EEN LANG VERHAAL!

Eerste beklimming van de col des Saisies door de Ronde van Frankrijk in 1979 tijdens de etappe Morzine-Les Menuires gewonnen door de Nederlander Henk Lubberding Aantal beklimmingen van de col (sinds 1947): 15
ledicodutour.com

Jezelf meten aan de klim van Bisanne?

Deze geduchte beklimming volgt grotendeels de route naar de top van de Signal de Bisanne, die 1930 m hoog is. Om de top op 1723 m te bereiken, staat je een klim van 12,4 km aan 8,2% te wachten. Als een van de zwaarste beklimmingen van de Ronde van Frankrijk wat betreft gemiddelde hellingengraad is deze beklimming tijdens etappes twee keer bedwongen, de laatste keer in 2018.

Cyclo-immersion (fietsverblijven/ervaringsarrangementen):

Les Saisies biedt een onvergetelijke ervaring met flexibele "all-inclusive" verblijven rond het thema fietsen. Met een duur van 2 tot 7 nachten omvatten ze een accommodatie die is aangepast aan fietsers, een verkenning van de Etappe van de Ronde van Frankrijk en het ontdekken van andere routes, de doortocht van de Ronde van Frankrijk en zelfs een moment van ontspanning in de spa met een massage na de inspanning!

Des histoires pour nous faire marcher

Il était une fois la PIERRA MENTA

DE LA LÉGENDE À LA COURSE

Imaginée en 1986 comme une sorte de Paris-Dakar des neiges, la Pierra Menta s'est rapidement imposée comme **la course reine du ski alpinisme**. Exigeante, elle compte **quatre étapes techniques** à parcourir en binôme, parfois encordés, avec **plus de 2 000 mètres de dénivelé** à avaler chaque jour. Comme chaque année, du **12 au 15 mars** derniers, plus de 200 équipes d'amateurs triés sur le volet et de ténors de la discipline issus d'une quinzaine de nations se sont élancés d'Arêches-Beaufort encouragées par près de 4 000 spectateurs. Une course intense et exaltante qui célèbre l'esprit de cordée, cher au cœur des Beaufortaines et Beaufortains.



Infos : pierramenta.com

Elle est au Beaufortain ce que le mont Blanc est à Chamonix. Sommet mythique malgré une altitude somme toute très raisonnable (2714 m), la Pierra Menta – prononcez Pierra Minte – est située à la frontière entre le Beaufortain et la Tarentaise, sur la commune de Beaufort-sur-Doron. Graui pour la première fois en 1922, ce pic est aussi connu pour prêter son nom et ses pentes à l'une des plus mythiques courses de ski alpinisme au monde.

Une montagne NÉE D'UNE LÉGENDE

Ce joyau savoyard, dont le nom dérive directement du franco-provençal Perrâ mentâ, pierre montée, est constitué d'un énorme éperon monolithique au sommet d'une arête rocheuse.

La légende raconte que le géant rabelaisien Gargantua quittant son château des bords de Seine non sans avoir englouti un copieux petit-déjeuner se dirigea à grandes enjambées vers

Sommet mythique de la Savoie pour la randonnée pédestre, le ski-alpinisme et l'escalade, la Pierra Menta est aussi une terre de légende.

pas, prend de l'élan et donne un coup de pied magistral dans la roche qui lui barre la route. Projeté vers le ciel, l'énorme rocher se met à tourbillonner survolant gorges et vallons pour atterrir huit lieues plus loin (environ 30 kilomètres) et se ficher à côté du lac de Roselend, aux confins du Beaufortain et de la Tarentaise. Ainsi serait née la Pierra Menta, aussi appelée « Dent de Gargantua », ouurant du même coup un passage côté Aravis, que l'on appelle la porte des Aravis.

Pour les amateurs de belles histoires, une autre version, attribuée à l'abbé Joseph Amédée Plassiard, religieux, érudit et poète originaire du Beaufortain (1900-1992) raconte qu'« un géant fuyait les réprimandes de sa femme en courroux quand il rentrait trop tard. Il allait, grommelant des jurons méprisants,

l'Italie, via la Savoie. Arrivé au sommet des Aravis, tout géant qu'il soit, il se retrouve coincé par le mont Blanc. Après réflexion, il décide de le contourner par la droite mais se retrouve uite face à une imposante barrière rocheuse impossible à franchir. Furieux et bien décidé à se frayer un passage, il recule de quelques

abattant les maisons à travers la campagne. Et d'un grand coup de pied creusa dans la montagne ce trou qu'on nomme encore Brèche de Parozan. Le morceau détaché vint donc se planter là. Il reste le témoin des scènes de ménage qui troublèrent la terre au plus lointain des âges en laissant jusqu'à nous ce formidable éclat, la Pierra Menta. »

La Pierra Menta POUR TOUS

Depuis, la Pierra Menta, silhouette altièr couroonnant le massif du Beaufortain, n'a de cesse d'inspirer les amateurs de montagne. Il faudra pourtant attendre le 6 juillet 1922 pour que son sommet soit atteint par deux jeunes alpinistes grenoblois. Aujourd'hui, quelque 120 mètres de paroi verticale comptent une uingtaine de voies prisées par les grimpeurs, dont la plus parcourue, Dao Domi, offre un itinéraire royal et accessible pour monter au sommet après une marche d'approche de 2h30 (niveau 6a obligatoire). Par son rocher poudingue caractéristique, pour la beauté du paysage et la variété des itinéraires, la Pierra Menta se doit d'être gravie au moins une fois dans sa vie, affirment les amateurs. C'est justement le défi que s'est lancé l'an dernier Caroline Freslon. Accompagnatrice en montagne, fondatrice de

l'agence 5^{ème} Élément, elle a fait sa première ascension l'an dernier « C'est une belle escalade courte et vertigineuse mais relativement accessible », analyse-t-elle. Spécialiste du trail, elle accompagne les coureurs désireux de reconnaître le parcours de la version estivale de la célèbre Pierra Menta (4 au 6 juillet 2025). « Mais la découverte de cette montagne qui ressemble à une molaire vue des Saisies et une incisive quand on lui tourne autour, peut également se faire en mode contemplatif, souligne Caroline Freslon. Depuis le barrage de Roselend, j'aime prendre le sentier qui mène au lac d'Amour, le spot idéal pour bivouaquer, en veillant à respecter la nature, au pied de la dent rocheuse au milieu des linaigrettes duveteuses. » Une magnifique randonnée de deux heures à travers des paysages où les falaises aux arêtes tranchantes émergeant de paisibles prairies se reflètent dans des lacs perchés. « On peut également admirer la Pierra Menta depuis le col du Pré, le mont Clocher, l'un de sommets de l'arête qui s'étire de la station des Saisies jusqu'à l'Aiguille Croche, le barrage de Roselend ou encore le refuge de Presset au bord du lac du même nom », énumère Caroline Freslon.



5eme-element.fr - pierramenta-ete.com

Le bivouac est interdit à proximité des lacs. Installez-vous un peu plus loin en veillant à respecter la nature.



Refuge de Presset : Randonnée entre la Pierra menta et le lac du Presset dans le beaufortain

ER WAS EENS DE PIERRA MENTA

De Pierra Menta, mythische top van de Savoie voor wandeltochten, ski-alpinisme (skimo) en klimmen, is ook een legendarisch gebied.

Het is in Beaufortain wat de Mont Blanc voor Chamonix is. Mythische top ondanks een vrij redelijke hoogte (2 714 m) – spreek uit Pierra Minte – ligt de Pierra Menta aan de grens tussen het Beaufortain en de Tarentaise, in de gemeente Beaufort-sur-Doron. Voor het eerst beklommen in 1922, staat deze top ook bekend omdat hij zijn naam en hellingen geeft aan een van de meest legendarische ski-alpinismewedstrijden ter wereld..

Een berg geboren uit een legende

Deze Savoyaardse parel, wiens naam rechtstreeks afstamt van het franco-provençaalse Perrà mentà, wat "opgerichte steen" betekent, bestaat uit een enorme monolithische richel bovenop een rotskam. De legende vertelt dat de rabelaisiaanse reus Gargantua, die zijn kasteel aan de oevers van de Seine verliet en niet zonder eerst een stevig ontbijt te hebben verorberd, met grote stappen naar Italië trok, via de Savoie. Op de top van de Aravis aangekomen, hoe reusachtig hij ook is, zit hij ingesloten door de Mont Blanc. Na even nadenken besluit hij er aan de rechterkant omheen te gaan, maar al snel staat hij voor een imposante rotsbarrière die onmogelijk te passeren is. Woedend en vastbesloten zich een weg te banen, neemt hij een paar stappen achteruit, zet aan en geeft een meesterlijke schop tegen de rots die zijn pad verspert. De enorme rots wordt de lucht in geslingerd en begint te tollen terwijl hij kloven en dalen overvliegt, om ongeveer 30 kilometer verderop te landen en zich naast het Lac de Roselend vast te zetten, op de grens van het Beaufortain en de Tarentaise. Zo zou de Pierra Menta zijn ontstaan, ook genaamd

"Dent de Gargantua", en daarmee een doorgang aan de Aravis-kant hebben geopend, die men de Porte des Aravis noemt. Voor liefhebbers van mooie verhalen vertelt een andere versie, toegeschreven aan abt Joseph Amédée Plassiard, geestelijke, geleerde en dichter uit het Beaufortain (1900-1992), dat "Een reus probeerde de boze opmerkingen van zijn vrouw te ontlopen als hij te laat thuis kwam. Hij liep, mompelend minachtende vloeken, en verwoestte de huizen verspreid over het platteland. En met een ferme schop maakte hij een gat in de berg dat nog altijd Brèche de Parozan wordt genoemd. Het losgeraakte stuk kwam daar dus vast te zitten. Het is het blijvende getuigenis van de strijdtönen die de aarde in de verste tijden verstoorden en die ons dit indrukwekkende juweel, de Pierra Menta, hebben nagelaten.

La Pierra Menta voor iedereen

Sindsdien blijft de Pierra Menta, dat verheven silhouet dat het massief van Beaufortain bekroont, bergliefhebbers inspireren. Toch moest men wachten tot 6 juli 1922 voordat de top door twee jonge bergbeklimmers uit Grenoble werd bereikt. Vandaag telt een verticale rotswand van ongeveer 120 meter een twintigtal routes die geliefd zijn bij klimmers; de meest beklommen, Dao Domi, biedt een koninklijk en toegankelijk parcours om de top te bereiken na een 2u30 durende aanloopwandeling (niveau 6a verplicht). Dankzij zijn karakteristieke puddingsteenrots, de schoonheid van het landschap en de verscheidenheid aan routes moet de Pierra Menta volgens liefhebbers minstens één keer in een mensenleven beklommen worden. Dat was precies de uitdaging die Caroline Freslon zich vorig jaar stelde. Begeleider/gids in de bergen, oprichtster van het agentschap 5e Élément, ze maakte haar eerste beklimming vorig jaar "Het is een mooie, korte en duizelingwekkende klim, maar relatief toegankelijk", analyseert ze. Als trailspecialist begeleidt ze lopers die het parcours willen verkennen van de zomerversie

van de beroemde Pierra Menta (4 tot 6 juli 2025). "Maar je kunt deze berg, die er vanuit Les Saisies uitziet als een kies en als je eromheen loopt als een snijtand, ook gewoon heel rustig bekijken, benadrukt Caroline Freslon. Vanaf de Roselend-stuwdam neem ik graag het pad dat naar het Lac d'Amour leidt, de ideale plek om te bivakkeren, en ik zorg ervoor de natuur te respecteren, aan de voet van een rotsachtige tand temidden van donzig wollegras." Een prachtige twee uur durende wandeling door landschappen waar scherpgerande kliffen uit rustige weiden oprijzen en zich weerspiegelen in bergmeren. "Je kunt de Pierra Menta ook bewonderen vanaf de col du Pré, de mont Clocher, een van de toppen van de richel die zich uitstrekt van het station des Saisies tot aan de Aiguille Croche, de stuwdam van Roselend of het refuge de Presset aan de oever van het gelijknamige meer", somt Caroline Freslon op.

Info: 5eme-element.fr -
pierramenta-ete.com

Van legende tot race

Bedacht in 1986 als een soort Parijs-Dakar in de sneeuw, heeft de Pierra Menta zich snel gevestigd als **de koningin van het ski-alpinisme (skimo)**. Veeleisend, ze telt **vier technische etappes** die in tweetallen afgelegd moeten worden, soms gezekerd, met **meer dan 2.000 meter hoogteverschil** die elke dag overbrugd moeten worden. Zoals elk jaar, van **12 tot 15 maart** afgelopen, meer dan 200 zorgvuldig geselecteerde amateurteams en kopstukken van de discipline uit een vijftiental landen vertrokken vanuit Arêches-Beaufort, aangemoedigd door bijna 4 000 toeschouwers. Een intense en opwindende race die de geest van de touwgroep viert, zo dierbaar voor de inwoners van Beaufortain.

pierramenta.com

Het bivak is verboden in de buurt van de meren. Zet je kamp iets verderop op en respecteer de natuur.



DES ACTIVITÉS POUR TOUTE LA FAMILLE !



Pour tous les goûts, pour tous les âges, été comme hiver, vivez des expériences uniques et partagez avec nous vos meilleurs moments de vacances !

Un évènement à planifier ?
Nous saurons organiser celui dont vous rêvez !

ACTIVITÉS HIVER

- SKI-JOERING
- BALADE EN TRAÎNEAU
- BAPTÊME EN DAMEUSE
- FATBIKE
- MOONBIKES
- PONEY-LUGE
- SOIRÉE IGLOO

ACTIVITÉS ÉTÉ

- MOUNTAIN BOARD
- LOCATION DE VTT
- ECOLE DE VTT



www.lessaisies-aventures.com

Intersport Les Saisies Aventures
429 Avenue des Jeux Olympiques
73620 LES SAISIES

+33(0)4 79 38 91 28
contact@intersport-lessaisies.com

LA MARCHE de l'histoire

Aux Saisies, le Sentier des Crêtes est un véritable livre d'histoire à ciel ouvert que l'on feuillette chemin faisant.



Érigée en hommage à Erwin Eckl, pionnier visionnaire, la statue de 3,2 tonnes est l'œuvre du sculpteur Jean Dixmier, secondé par Grégory Revil Signorat.

Imaginez un sentier thématique de 3 kilomètres racontant 60 ans d'histoire. Ce parcours accessible été comme hiver, c'est le Sentier des Crêtes aux Saisies qui, en 1h30 aller-retour, offre une plongée dans l'histoire de la station. Sorte de frise du temps grande nature émaillée de cinq cabanes comme autant de chapitres du récit, la balade commence au pied des escaliers métalliques menant à l'espace Erwin Eckl, où, depuis novembre dernier, trône la statue du père fondateur de la station. Quelques kilomètres plus loin, dans la première cabane, Erwin Eckl, moniteur de ski autrichien, nous apprend comment il est arrivé à Hauteluce en 1935 pour enseigner le ski à la clientèle de l'hôtel du Mont Joly, et pourquoi il y est resté jusqu'à installer le premier téléski, en 1951. En poursuivant le chemin, on est transporté tour à tour en août 1944, au cœur des parachutages à destination de la Résistance ; en 1963 pour vivre la naissance des Saisies ; en 1989 pour accompagner le développement raisonné de la station et enfin en 1992, pour vivre les épreuves de ski nordique des JO d'hiver. Et comme les Saisies ne font pas les choses à moitié, entre deux cabanes on profite des vues époustouflantes sur la chaîne du mont Blanc, le massif des Aravis et le Beaufortain.

@ C. Foulsham



DE LOOP VAN DE GESCHIEDENIS

Aux Saisies is het Sentier des Crêtes een echt openluchtgeschiedenisboek dat je onderweg doorbladert.

Stel je een themapad van 3 kilometer voor dat 60 jaar geschiedenis vertelt. Deze route, in zomer en winter toegankelijk, is het Sentier des Crêtes aux Saisies dat in 1u30 heen en terug een duik in de geschiedenis van het station biedt. Een levensgrote tijdsfries, bezaaid met vijf hutten die elk een hoofdstuk van het verhaal vormen. De wandeling begint aan de voet van de metalen trappen die naar het Espace Erwin Eckl leiden, waar sinds november vorig jaar het standbeeld van de oprichter van het skigebied troont. Enkele kilometers verderop, in de eerste hut, vertelt Erwin Eckl, Oostenrijkse skileraar, ons hoe hij in 1935 in Hauteluce terecht kwam om de gasten van het Hôtel du Mont Joly skiën te leren, en waarom hij daar bleef totdat hij in 1951 de eerste sleeplift installeerde. Als je het pad verder volgt, word je beurtelings meegenomen naar augustus 1944, naar het hart van de parachuteringen bestemd voor het Verzet; naar 1963 om de geboorte van Les Saisies te beleven; naar 1989 om de doordachte ontwikkeling van het skigebied te volgen; en ten slotte naar 1992 om de langlaufwedstrijden van de Winterspelen mee te maken. En omdat Les Saisies geen half werk doet, geniet je tussen twee hutten van adembenemende uitzichten op de Mont Blanc-keten, het Aravis-massief en het Beaufortain.

Opgericht ter ere van Erwin Eckl, visionair pionier, is het 3,2 ton wegende beeld het werk van beeldhouwer Jean Dixmier, bijgestaan door Grégory Revil Signorat.



esf

LES SAISIES

LA MONTAGNE EST EN NOUS

PARTAGEONS-LA...

www.esf-lessaisies.fr
04 79 38 90 40

Ces rendez-vous QUI NOUS FONT COURIR !

Avec 17 itinéraires balisés sur 270km, Les Saisies offre un terrain de jeu immense et varié, idéal pour s'entraîner et pour accueillir des traileurs de tous niveaux lors de rencontres sportives. Voici 3 courses, 3 ambiances...

1

L'ULTRA TOUR DU BEAUFORTAIN

19 et 20 juillet 2025 - 110km - 7 800 D+

Ce trail est l'un des plus prisés de la discipline. Il faut dire qu'il est aussi technique que spectaculaire, avec 99% du parcours en montagne dans des paysages exceptionnels. Pour la session 2025, le parcours a été remanié pour renforcer son côté « sauvage et authentique ».

Nouveauté 2025 en faveur des femmes :

Un relais 100% féminin ou a minima mixte
Priorité aux femmes en liste d'attente
Toilettes et zones d'intimité sur les ravitaillements

DEZE EVENEMENTEN DIE ONS LATEN RENNEN!

Met 17 gemarkeerde routes over 270 km biedt Les Saisies een uitgestrekt en gevarieerd speelterrein, ideaal om te trainen en om lopers van alle niveaus te ontvangen tijdens sportevenementen.

Hier zijn 3 wedstrijden, 3 sferen...

DE ULTRA TOUR VAN BEAUFORTAIN
19 en 20 juli 2025 - 110 km - 7.800 D+
Deze trail is een van de meest gewilde in

de discipline. Je moet zeggen dat hij even technisch als spectaculair is, met 99% van het parcours in de bergen, te midden van uitzonderlijke landschappen. Voor de editie 2025 is het parcours herwerkt om het een wilder en authentieker karakter te geven

Nieuw in 2025 voor vrouwen:
Een 100% vrouwelijke estafette of minimaal gemengd
Prioriteit voor vrouwen op de wachtlijst
Toiletten en privacyzones bij de verzorgingsposten

KERSTTRAIL 7 december 2025 - 10 km (400 D+) en 20 km (750 D+)
Afspraak op geprepareerde paden in een droomdecor en een geweldige sfeer. Er worden 2 parcours aangeboden om jezelf uit te dagen

2

TRAIL DE NOËL

7 décembre 2025 - 10 km (400 D+) et 20 km (750 D+)

Rendez-vous sur sentiers damés dans un décor de rêve et une ambiance de folie. 2 parcours sont proposés pour se surpasser et surtout s'amuser ! L'esprit des fêtes plane sur cette course où s'invitent lutins et père Noël. Les participants sont priés de venir avec leur plus beau costume !

TRAIL DE LA BAMBÉE

6 juillet 2025 - 14 km (383D+) et 26 km (966 D+)

Parcours enfants de 450 m à 3km

Le plus cool des Trails propose 2 parcours roulants et panoramiques. Ouvert aux sportifs aguerris comme aux débutants, il est placé sous le signe de la convivialité et la bonne humeur. Les enfants entre 4 et 13 ans peuvent aussi participer à « la Bambée des Marmots ».

Bambée ? En Savoie, le terme désigne une promenade, une virée. Quand on parle d'une « sacrée bambée », c'est que la marche est haute !

en vooral om plezier te maken! De kerstsfeer hangt over deze race, waar kabouters en de kerstman te gast zijn. Deelnemers worden verzocht in hun mooiste outfit te verschijnen!

TRAIL VAN LA BAMBÉE
6 juli 2025 - 14 km (383 D+) en 26 km (966 D+)
Parcours voor kinderen van 450 m tot 3 km
De coolste van de Trails biedt 2 vloeiende, panoramische routes. Open voor zowel ervaren sporters als beginners; het staat in het teken van gezelligheid en goede stemming. Kinderen van 4 tot 13 jaar kunnen ook deelnemen aan "la Bambée des Marmots".

Wandeling? In Savoie betekent de term een wandeling, een uitje. Als we het over een "heel eind lopen" hebben, bedoelen we dat het een flinke wandeling is!

Un interlocuteur privilégié
pour préparer votre séjour

les saisies

RÉSERVATIONS 1650 m



VOS VACANCES SUR MESURE

À TARIF PRÉFÉRENTIEL

Un large choix d'hébergements



- Hôtels & chambres d'hôtes,
- Appartements,
- Chalets,
- Résidences de Tourisme,
- Villages vacances



Jusqu'à
-40%
sur vos
activités

- Forfaits de ski et VTT,
- Cours de ski,
- Location de matériel,
- Activités nature,
- Centre Aquasportif Le Signal,
- Pass multi-activités



+33(0)4 79 389 389



reservation@lessaisies.com



reservation.lessaisies.com

VEILLÉES de charme

Parce qu'on aimerait
que certaines semaines
ne finissent jamais, voici
quatre suggestions
pour profiter de vos
vacances jusqu'aux
dernières lueurs du jour.

NOTRE-DAME DE HAUTE LUMIÈRE Construite dans les années 2000, consacrée en 2002, la chapelle Notre-Dame de Haute Lumière semble veiller sur le Beaufortain depuis le col des Saisies. Quelles que soient ses convictions, on ne peut qu'apprécier son architecture contemporaine remarquable, sa toiture qui plonge vers le sol, ses vitraux signés Joël Mône, maître-verrier à Lyon, son autel et l'ambon que l'on doit à René Picard, fondateur de la première école de ski des Saisies, et sa magnifique charpente en bois. Un lieu à l'atmosphère singulière que l'on peut visiter toute l'année de 9 heures à 18 heures. Messe les dimanches à 18 heures.

DESCENTES AUX FLAMBEAUX C'est un incontournable des vacances à la montagne, à l'instar du chocolat chaud au retour des pistes ou de la soirée raclette. Tradition héritée du début du 20^e siècle, la descente aux flambeaux avait pour objectif de promouvoir les sports de neige auprès du grand public à une époque où le ski était réservé à une élite. Aujourd'hui, ces processions lumineuses dévalant les pentes à la nuit tombée sont devenues des rendez-vous festifs et populaires qui enflamment le cœur des vacanciers autant que les sommets. Aux Saisies, l'ESF et l'ESI sacrifient avec plaisir à la tradition chaque saison.

LE + : Le 20 février dernier, les Saisies s'est associée à la deuxième édition des « P'tits flambeaux », une descente aux flambeaux solidaire qui a rassemblé des milliers de skieurs dans plus de 150 stations, au profit d'associations dédiées aux enfants défavorisés ou malades. www.esf-lessaisies.fr

LES SAISIES EN CLAIR-OBSCUR Du ski au clair de lune sur l'Espace Erwin Eckl, les mardis de 17h15 à 19 heures (gratuit) ; des virées à la belle étoile en raquettes suivies d'une fondue ; des sorties raquettes nocturnes avec repas savoyard en refuge et l'été, des balades crépusculaires à la découverte de la faune de la tourbière... À l'heure où tout n'est que silence, calme et volupté, Les Saisies vous invite à découvrir une facette méconnue de la station.

NUITS MAGIQUES L'hiver, quand la nuit commence à envahir les pistes et la station, les sites emblématiques de la station s'illuminent offrant un spectacle féérique. Lasers, explosions de comète, pluie d'étoiles, artistes échassiers, musique planante... l'Odyssée des Lumières embarque les spectateurs pour une aventure futuriste et festive inspirée par les étoiles et les allumeurs de réverbères des temps jadis. Un univers poétique et digital gentiment déjanté qui sublime Les Saisies.



+ d'informations sur tous ces événements auprès de l'OT
04 79 38 90 33 - lessaisies.com



AVONDEN VOL CHARME

Omdat we zouden willen dat sommige weken nooit eindigen, geven we hier vier suggesties om van je vakantie te genieten tot het laatste daglicht.

NOTRE-DAME DE HAUTE LUMIÈRE

Begin jaren 2000 gebouwd en in 2002 gewijd, lijkt de kapel Notre-Dame de Haute Lumière vanaf de col des Saisies over het Beaufortain te waken. Wat iemands overtuigingen ook zijn, je kunt niet anders dan de opvallende hedendaagse architectuur waarderen: het dak dat naar de grond helt, de glas-in-loodramen van Joël Mône, meester-glaszetzer in Lyon, het altaar en de ambo die te danken zijn aan René Picard, stichter van de eerste skischool van Les Saisies, en de prachtige houten dakconstructie. Een plek met een bijzondere sfeer die het hele jaar door van 9.00 tot 18.00 uur te bezoeken is. Mis op zondagen om 18.00 uur.

LES SAISIES IN CLAIR-OBSCUR

Skiën bij maanlicht op het Espace Erwin Eckl, op dinsdagen van 17.15 tot 19.00 uur (gratis); tochten onder de sterren met sneeuwschoenen gevolgd door een fondue; nachtelijke sneeuwschoenwandelingen met een Savoyaardse maaltijd in een berghut en 's zomers schemerwandelingen om de fauna van het veenmoeras te ontdekken... In tijden van stilte, kalmte en genot nodigt Les Saisies je uit om een minder bekende kant van het skigebied te ontdekken.

AFDALINGEN MET FAKKELS

Het is een onmisbaar onderdeel van een bergvakantie, net als warme chocolademelk na het skiën of een raclette-avond. Als traditie uit het begin van de 20e eeuw had de afdaling met fakkels tot doel wintersporten bij het grote publiek te promoten, in een tijd waarin skiën voorbehouden was aan een elite. Tegenwoordig zijn deze lichtprocessies die bij het invallen van de nacht de hellingen afdalen uitgegroeid tot feestelijke en populaire bijeenkomsten die het hart van vakantiegangers net zo in vuur en vlam zetten als de bergtoppen. In Les Saisies volgen de ESF en de ESI elk seizoen graag de traditie. **Het + :** Op 20 februari deed Les Saisies mee aan de tweede editie van "Les P'tits flambeaux", een solidariteitsafdeling met fakkels waar duizenden skiers in meer dan 150 skigebieden aan meededen, om geld in te zamelen voor verenigingen die zich inzetten voor kansarme of zieke kinderen. www.esf-lessaisies.fr

MAGISCHE NACHTEN

In de winter, wanneer de nacht de pistes en het skidorp begint te overnemen, worden de iconische plekken van het station verlicht en bieden ze een betoverend schouwspel. Lasers, komeetexplosies, sterrenregen, steltenartiesten, zwevende muziek... de Odyssée des Lumières neemt het publiek mee op een futuristisch en feestelijk avontuur, geïnspireerd door de sterren en de lantaarnopstekers van weleer. Een poëtische en digitale, speels eigenzinnige wereld die Les Saisies doet stralen.

+ meer informatie over al deze evenementen bij het VVV
04 79 38 90 33 - lessaisies.com



LA BIÈRE - LE FROMAGE - LES TRÉSORS DES SOUS-BOIS
BIER - KAAS - DE SCHATTEN VAN DE ONDERGROEI

*GENIET VAN

SAVOURER

Soif de circuits courts

Dans le Beaufortain, bière et fromage se mettent d'accord pour offrir une expérience savoureuse aux épicuriens.



Savez-vous que si en France, on sert le fromage avec du pain et du vin, en Belgique ou au Danemark, on l'accompagne volontiers d'une chope. Une tendance à laquelle le Beaufortain succombe grâce à ses deux brasseries artisanales dont les breuvages ne demandent qu'à sublimer la production fromagère locale. **Première brasserie créée en 2019 à Arêches par David Bugand-Bugandet, Amélie Baptendier et David Gachet,**

la Birra Menta dont le nom fait écho à la mythique Pierra Menta. Le malt, ingrédient principal, est issu de circuits courts, l'eau de la montagne, une partie du houblon du jardin et le brassage se fait dans les anciens locaux de la Poste. À découvrir dans la plupart des **commerces et bars de Beaufort et des Saisies** ou directement à la brasserie, les mardis et vendredis de 17h30 à 19h30. La seconde, **la brasserie Pinpin** - en référence au surnom affectueux donné

ici aux touristes - tout juste créée par Rémy Berthod, moniteur/photographe/vidéaste et désormais brasseur, a posé ses cuves à Villard-sur-Doron. Prévue pour l'été 2025, sa première production comptera trois références: une blonde pils, une IPA en pression et une blanche.



À découvrir au Patafan, à l'Intermarché de Villard-sur-Doron et en bouteilles chez Cocottes aux Saisies

Conseils de dégustation

- 1- Sortir les fromages et les bières au moins 45 minutes avant de les déguster.
- 2- Prenez une bouchée de fromage (en commençant par le plus doux) puis une gorgée de bière.
- 3- Le **beaufort** fleuron du terroir, comme tous les fromages à pâte cuite, s'accommode à merveille d'une bière fruitée. Plus il est affiné, plus la bière sera forte.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.



Le goût de la montagne, l'authenticité en plus !

Au cœur de la station, **Le Gourmet Savoyard, Le Comptoir Du Gourmet et La Cave Du Gourmet** vous invitent à découvrir le meilleur de la Savoie : **Fromages de notre région, Charcuteries artisanales, spécialités locales** et une sélection pointue de **vins de terroir** soigneusement choisis.

Vivez une expérience gourmande sans contrainte. Grâce à nos pancartes QR code situé devant chaque magasin, commandez vos fondues et raclettes en quelques clics et

retrouvez en boutique la vraie saveur d'un repas savoyard, sans stress ni attente. Ici, chaque produit raconte une histoire. Une histoire de terroir, de passion et de savoir-faire. De l'accueil aux saveurs, tout est pensé pour vous offrir le meilleur de la Savoie, dans une ambiance chaleureuse et authentique.

L'expérience Gourmet, c'est ici : votre pause savoyarde commence maintenant.

Bienvenue chez vous !



LE GOURMET SAVOYARD : 458 Av. Des Jeux Olympiques | md73.garcia@gmail.com | Tel. 04 79 38 98 98/06 12 81 02 30
LE COMPTOIR DU GOURMET : 392 Av. Des Jeux Olympiques | Tel. 04 79 37 47 18 | **LA CAVE** : 07 71 77 07 37

gourmet-savoyard.com



////RESTAURANT
BAR-LOUNGE////
////APRÈS SKI



555 avenue des jeux olympiques, 73620 Les Saisies Hauteluce - 04 79 32 22 90 - LesFlammesduVery@gmail.com



T E R R O I R

ZIN IN ROUTES KORT

In het Beaufortain slaan bier en kaas de handen ineen om een smaakvolle ervaring te bieden aan culinaire nieuwsgierigen.

Wist je dat men in Frankrijk kaas met brood en wijn serveert, terwijl men het in België of Denemarken graag met een pul serveert. Een trend waaraan het Beaufortain toegeeft dankzij zijn twee ambachtelijke brouwerijen, waarvan de bieren de lokale kaasproductie perfect accentueren. **Eerste brouwerij, opgericht in 2019 in Arêches door David Bugand-Bugandet, Amélie Baptendier en David Gachet, Birra Menta**, wiens naam doet denken aan de mythische Pierre Menta. De mout, hoofdingrediënt, komt uit korte ketens; het water is bergwater, een deel van de hop komt uit de tuin en het brouwen gebeurt in de oude postlokalen. Te ontdekken in de meeste **winkels en cafés van Beaufort en Les Saisies** of rechtstreeks bij de brouwerij, op dinsdagen en vrijdagen van 17:30 tot 19:30.

De tweede, **brouwerij Pinpin** — een verwijzing naar de koosnaam die hier aan toeristen gegeven wordt — net opgericht door Rémy Berthod, instructeur/fotograaf/videomaker en inmiddels brouwer, heeft zijn ketels in Villard-sur-Doron gezet. Gepland voor de zomer van 2025 zal de eerste productie uit drie varianten bestaan: een blonde pils, een IPA van de tap en een witbier.

Te ontdekken bij Patafan, bij l'Intermarché in Villard-sur-Doron en in flessen bij Cocottes in Les Saisies.

SERVEERTIPS

– Haal de kazen en de bieren minimaal **45 minuten voordat je ze proeft**.

– *Neem een hapje kaas (begin met de mildste) en neem daarna een slok bier.*

– **De Beaufort**, kroonjuweel van het terroir, zoals alle gekookte kazen, past uitstekend bij een fruitig bier. Hoe langer hij gerijpt is, hoe sterker het bier zal zijn.

Overmatig alcoholgebruik is gevaarlijk voor de gezondheid.
Met mate consumeren.



Découvrez le goût
du Beaufortain



Rendez-vous dans nos magasins :

Crèmerie des Saisies
Fromagerie des Saisies

cooperative-de-beaufort.com



COOPÉRATIVE LAITIÈRE
DU BEAUFORTAIN

TRADITION & SAVOIR-FAIRE

BEAUFORT
l'âme du
terroir

C'est l'un des plus anciens fromages de montagne encore fabriqué de nos jours. Gardien d'une tradition ancestrale, le beaufort révèle les secrets des alpages et le savoir-faire passionné des bergers et des fromagers.

« À 5 heures du matin, quand nous arrivons à l'alpage pour traire les vaches, le silence est total. Nous prenons quelques minutes pour profiter de la vue sur le mont Blanc et la Pierra Menta. Nous avons l'impression d'être seules au monde. Quel bonheur d'être là ! », racontent Carole et Marie-Laure Chamiot Clerc. Ces deux sœurs agricultrices, mères de famille, passent leur été à l'alpage de Plan Périots, surplombant la station des Saisies. En observant leur troupeau, il est difficile d'imaginer que l'hiver venu, ce même alpage se transforme en pistes de ski. Leur vie, elles aiment la partager une fois par semaine avec les vacanciers lors de la traite du soir, été comme hiver. Leur plus grande fierté ? Préserver ces alpages et savoir que le lait récolté est transformé en beaufort par la coopérative, gérée collectivement par des agriculteurs.

CHALET d'alpage

Notre périple se poursuit au-dessus du barrage de Saint-Guérin. Nous atteignons le chalet du Darbelay à 2100m, à l'alpage verdoyant des Arolles, où vivent l'été Florent Perrier



Florent Perrier, fraîchement élu Président de la Coopérative Laitière du Beaufortain

Florent Perrier, fraîchement élu Président de la Coopérative Laitière du Beaufortain



© Laurent Madelon

et Mélanie Regazzoni. Débutée avant le lever du soleil, la traite de leurs vaches tarines, fières représentantes de la race locale, est déjà terminée. Dans l'atelier de fromage de Florent, la magie s'opère. Gorgé des arômes subtils de la flore alpine, le lait de la traite matinale chauffe dans l'immense cuve en cuivre. Florent s'apprête à transformer le lait en « beaufort chalet d'alpage » ; un fromage rare, à la robe dorée et au goût intense, fruit d'un travail méticuleux.

GESTES d'antan

Muni d'une baguette, d'un drap de lin autour du cou, Florent baisse la tête dans la cuve et extrait le lait transformé en grains, avec une précision héritée des anciens. Chaque étape, de l'essorage à l'égouttage jusqu'à l'affinage, s'effectue à la main. Les meules cerclées de bois sont mises sous presse pendant 24 heures. Chaque fromage de 40 kg est retourné 5 fois par jour. Florent perpétue les gestes traditionnels des chalets d'alpage, avec l'amour du travail bien fait. « *Fabriquer du fromage en alpage, c'est conserver une richesse territoriale formidable* », confie-t-il, le regard rempli de fierté.

ENTRETIEN des pâturages

Non loin de là, à l'alpage des Moillettes, au-dessus du lac de Roselend, on sent une certaine agitation. Tera, chienne de berger, court chercher les vaches pour la traite du soir. Entourée de ses bêtes, baptisées, Java, Macarena, Valse, Madison, Caroline Frison mène la danse. La jeune femme (5^e génération de berger) orchestre la traite de 85 vaches laitières qui participent à entretenir les pâturages. « *Il n'y a pas de bon fromage, sans bon berger !* », rappelle-t-elle, avec une énergie communicative. Fraîchement récolté, le lait chaud est ensuite acheminé par camion-citerne, à la coopérative de Beaufort-sur-Doron, où il connaîtra sa consécration.

L'ART de l'affinage

Les coopératives de la zone beaufort se chargent de transformer le lait cru et entier en fromage. Pendant des mois, les meules sont affinées dans une cave à 8°C. Comme un trésor, elles sont bichonnées, soignées tous les jours pour développer tous leurs arômes. De ce lent processus naît un fromage au goût unique, subtil et fruité, à la couleur ivoire à jaune pâle et à la texture ample. Un voyage gustatif au cœur des Alpes, une ode à la tradition et au terroir, rendu possible grâce à toute une filière, composée de femmes et d'hommes passionnés.



BON À SAVOIR

- C'est **entre 8 et 12 mois d'affinage** que le beaufort est le plus apprécié.
- La coopérative laitière du Beaufortain, située à Beaufort-sur-Doron, propose des visites, tous les jours et toute l'année : **coopérative-de-beaufort.com**
- Des **visites de la ferme du Gaec** Chamiot Clerc de Carole et Marie-Laure sont organisées. **Renseignements auprès de l'office de tourisme d'Hauteluce.**



TRADITIE & VAKMANSCHAP BEAUFORT DE ZIEL VAN DE STREEK

Het is een van de oudste bergkazen die vandaag de dag nog steeds worden gemaakt. Als bewaker van een eeuwenoude traditie onthult Beaufort de geheimen van de bergweides en het gepassioneerde vakmanschap van herders en kaasmakers.

Om 5 uur 's ochtends, wanneer we op de bergweide aankomen om de koeien te melken, is het helemaal stil. We nemen een paar minuten de tijd om van het uitzicht op de Mont Blanc en de Pierra Menta te genieten. We hebben het gevoel dat we alleen op de wereld zijn. Wat heerlijk om hier te zijn!", vertellen Carole en Marie-Laure Chamiot Clerc. Deze twee zussen, boerinnen en moeders, brengen hun zomer door op de bergweide van Plan Périots, met uitzicht op het station des Saisies. Als je hun kudde ziet, kun je je nauwelijks voorstellen dat dezelfde bergweide 's winters in skipistes verandert. Hun leven delen ze graag eens per week met vakantiegangers tijdens de avondmelkbeurt, zomer en winter. Hun grootste trots? Deze bergweides behouden en weten dat de ingezamelde melk door de coöperatie, collectief beheerd door boeren, tot Beaufort wordt verwerkt.

Chalet d'alpage (alpenhut).

Onze tocht gaat verder boven de dam van Saint-Guérin. We bereiken het chalet van Darbelay op 2100 m, op de groene bergweide van Les Arolles, waar Florent Perrier en Mélanie Regazzoni in de zomer wonen. De melking van hun tarinekoeien, trotse vertegenwoordigers van het lokale ras, die vóór zonsopgang was begonnen, is al afgerond. In het kaasatelier van Florent gebeurt de magie. Doordrenkt met de subtiele aroma's van de alpenflora, warmt de melk van de ochtendmelking op in de enorme koperen kuip. Florent gaat de melk omtoveren in "beaufort chalet d'alpage", een zeldzame kaas met een goudkleurige korst en een intense smaak, het resultaat van heel nauwkeurig werk.

Gebaren van veleer.

Gewapend met een stok en een linnen doek om de hals buigt Florent zijn hoofd over de kuip en schept de melk, die zich tot korrels heeft gevormd, eruit met een precisie die hij van de oudsten erfde. Elke stap, van het centrifugeren tot het uitlekken en de rijping, gebeurt met de hand. De met houten banden omcirkelde meules worden 24 uur lang onder druk gezet. Elke kaas van 40 kg wordt 5 keer per dag omgedraaid. Florent houdt de traditionele werkwijzen van de chalets d'alpage (alpenhutten) levend, met liefde

voor goed vakmanschap. "Kaas maken op de bergweide betekent het behoud van een geweldige regionale rijkdom", zegt hij, zijn blik vol trots.

Onderhoud van de weiden.

Niet ver daarvandaan, op de bergweide van Moillettes, boven het meer van Roselend, is een zekere bedrijvigheid voelbaar. Tera, een herdershond, rent de koeien bij elkaar voor de avondmelking. Omringd door haar dieren, met de namen Java, Macarena, Valse en Madison, zet Caroline Frison de toon. De jonge vrouw (5e generatie van herders) organiseert het melken van 85 melkkoeien die meehelpen de weiden te onderhouden. "Er is geen goede kaas zonder een goede herder!", zegt ze, met een aanstekelijke energie. Vers gemolken wordt de warme melk vervolgens per tankwagen naar de zuivelcoöperatie van Beaufort-sur-Doron vervoerd, waar hij zijn bekroning zal vinden.

De kunst van het rijpen.

De coöperaties in de Beaufort-zone verwerken rauwe, volle melk tot kaas. Gedurende maanden worden de meules (kaaswielen) gerijpt in een kelder op 8°C. Als een schat worden ze vertroeteld, elke dag verzorgd om al hun aroma's te ontwikkelen. Uit dit langzame proces ontstaat een kaas met een unieke, subtiele en fruitige smaak, van ivoor tot lichtgeel van kleur en met een volle textuur. Een culinaire reis in het hart van de Alpen, een ode aan traditie en streek, mogelijk gemaakt door een hele keten van gepassioneerde vrouwen en mannen.

GOED OM TE WETEN

- Het is na **8 tot 12 maanden rijping** dat de Beaufort het meest gewaardeerd wordt.
- De zuivelcoöperatie van Beaufortain, gevestigd in Beaufort-sur-Doron, biedt dagelijks, het hele jaar door rondleidingen aan: **coopérative-de-beaufort.com**
- Er worden **bezoeken aan de boerderij van het Gaec** Chamiot Clerc van Carole en Marie-Laure georganiseerd. Informatie bij het toeristenbureau van Hauteluce.

Les trésors DU SOUS- BOIS



Champignons, myrtilles, quand nos cueillettes font recettes. Quelques conseils pour se délecter des trésors des sous-bois en toute sécurité.



CHAMPIGNONS: PRUDENCE & RECONNAISSANCE

Corinne Combaz, pharmacienne aux Saisies et formée en mycologie, rappelle quelques règles essentielles pour une bonne cueillette : « *Tout d'abord, il est important de privilégier un panier en osier plutôt qu'un sac plastique. Le panier permet une meilleure conservation des champignons en évitant qu'ils ne s'écrasent. De plus, cela permet de ne pas mélanger les espèces, ce qui est crucial pour éviter toute confusion entre champignons comestibles et potentiellement toxiques* ». Elle recommande aussi de se munir d'un couteau afin de couper proprement le pied des champignons et ainsi préserver le mycélium, garantissant la repousse des espèces l'année suivante. Lors de la cueillette, il est essentiel de bien identifier les espèces avant de les consommer. S'il

existe peu de champignons mortels, certains peuvent néanmoins provoquer des intoxications sérieuses. Elle invite donc les cueilleurs à venir lui montrer leur récolte complète avant toute consommation. Mieux vaut être prudent, car tous les champignons ne sont pas comestibles et une erreur peut avoir des conséquences sur la santé. Dans la région des Saisies, on trouve principalement des bolets (cèpes), des chanterelles (girolles), ainsi que d'autres espèces comestibles comme les russules et les sanguins, bien que ces derniers soient moins réputés pour leur goût. Enfin, il est primordial de respecter la nature et l'environnement lors de la cueillette : ne pas arracher inutilement la mousse, ne pas déranger les sous-bois et ne pas surexploiter les zones riches en champignons afin de préserver cet écosystème fragile. En suivant ces quelques conseils, chacun pourra profiter d'une récolte sécurisée et d'une dégustation en toute sérénité !

MYRTILLES : LES SECRETS D'UNE CUEILLETTE RÉUSSIE

Fragiles perles bleutées tapissant les sous-bois, les myrtilles se méritent autant qu'elles se savourent. Entre respect de la nature et gestes précis, voici quelques conseils de Jérémie Cusin, Technicien Forestier Territorial à l'ONF et garde technicien de la réserve naturelle régionale des Saisies, pour récolter ces bijoux sauvages sans abîmer leur précieux écrin.

« La cueillette des myrtilles, cadrée par le code forestier et par l'arrêté préfectoral de la Savoie, est tolérée dans les bois et forêts dans la limite de 5 litres par jour et par personne. L'usage du peigne est interdit avant le 15 août de chaque année. En effet, il abîme les myrtilliers, en les défeuillant, parfois en les arrachant. Il laisse



« Se munir d'un couteau pour couper proprement le pied des champignons et ainsi favoriser la repousse des espèces. »

Paddenstoelen: voorzichtigheid & verkenning

Corinne Combaz, apothekeres in Les Saisies en opgeleid in mycologie, herinnert aan enkele essentiële regels voor een goede pluk: "Allereerst is het belangrijk om te kiezen voor een rieten mand in plaats van een plastic zak. De mand zorgt ervoor dat paddenstoelen beter bewaard blijven en niet worden platgedrukt. Bovendien voorkomt dit dat soorten door elkaar worden gemengd, wat cruciaal is om verwarring tussen eetbare en mogelijk giftige paddenstoelen te vermijden". Ze raadt ook aan een mes mee te nemen om de steel van de paddenstoelen netjes af te snijden en zo het mycelium te behouden, waardoor de soorten het jaar daarop weer kunnen teruggroeien. Bij het plukken is het essentieel om de soorten goed te herkennen voordat je ze eet. Hoewel er maar weinig dodelijke paddenstoelen zijn, kunnen sommige toch ernstige vergiftigingen veroorzaken. Ze nodigt de plukkers dus uit om hun volledige oogst aan haar te komen tonen voordat ze die consumeren. Wees liever voorzichtig, want niet alle paddenstoelen zijn eetbaar en een vergissing kan gevolgen voor uw gezondheid hebben. In de regio Les Saisies vindt je voornamelijk boleten (cèpes), cantharellen (girolles), evenals andere eetbare soorten zoals russula's en sanguins, hoewel deze laatste minder bekend staan om hun smaak. Ten slotte is het van essentieel belang de natuur en het milieu te respecteren tijdens het plukken: trek mos niet onnodig los, verstoort het onderhout niet en oogst gebieden die rijk zijn aan paddenstoelen niet te veel om dit kwetsbare ecosysteem te behouden. Door deze tips te volgen kan iedereen genieten van een veilige oogst en met een gerust hart proeven!

Bosbessen: De geheimen van een succesvolle pluk

Tedere, blauwgetinte pareltjes die de ondergroei bedekken; bosbessen moet je verdienen en je kunt er evenzeer van genieten. Tussen respect voor de natuur en precieze handelingen volgen hier enkele tips van Jérémie Cusin, territoriaal bosbouwtechnicus bij de ONF en technisch boswachter van het regionaal natuurreservaat Les Saisies, om deze wilde juweeltjes te verzamelen zonder hun kostbare omgeving te beschadigen.

DE SCHATTEN VAN HET ONDER-HOUT

Paddenstoelen, bosbessen – wanneer onze pluktochten recepten inspireren. Enkele tips om in alle veiligheid van de schatten uit de ondergroei te genieten.

door ze uit te trekken. Hij laat weinig vruchten aan de planten over doordat hij te systematisch te werk gaat. Toch is de bosbes een essentieel vruchtvoedsel voor het bergwild: korhoenders, hazelhoenders en zelfs reeën. Het is dus belangrijk om niet alle bosbessen op één plaats te plukken". Enkele voorzorgsmaatregelen zijn ook nodig om zich te beschermen tegen alveolaire echinokokkose, een asymptomatische ziekte die in de natuurlijke omgeving voornamelijk door de vos via uitwerpselen wordt overgedragen. "Het is belangrijk te vermijden de vruchten te plukken die het dichtst bij de grond liggen, of langs de rand van een pad of langs een dierenloop, omdat ze mogelijk verontreinigd zijn door dierenuitwerpselen. Het is beter om bosbessen gekookt te eten, bijvoorbeeld als jam. Alleen een verhitting van fruit en groenten boven 60°C kan het besmettingsrisico wegnemen en blijft de enige huishoudelijke manier om de parasiet te verwijderen". Echinokokkose is een zeldzame maar ernstige ziekte, dus kun je beter deze eenvoudige maatregelen nemen om jezelf effectief te beschermen! En het beste voor de 'honger' met het authentieke recept voor bosbessentaart van La Chocolatine, de bakkerij-banketbakker-chocolaterie van Les Saisies, waarvan de etalage een vuurwerk is van zoete verleidingen die de ogen evenzeer doen fonkelen als de smaakpapillen. Hartelijk dank aan Yoann Debray, de gastheer, voor het delen!

Elke zomer vergeet het gehucht Bisanne 1500 niet dit lichtblauwe, friszure juweel te viëren tijdens het **Fest van de bosbes**. Een klein besje, een bondgenoot voor onze gezondheid, boordevol voordelen: **rijk aan vitamine C en A, flavonoiden, kalium, fosfor en magnesium**. Tussen proeverijen, workshops en feestelijke animaties, waaronder een reuzentaart, komen fijnproevers volop aan hun trekken. Afspraak op zondag 3 augustus.

Plukken is verboden in het regionaal natuurreservaat (paddenstoelen, bessen, bloemen, enz.).



« *Fragiles perles bleutées tapissant les sous-bois, les myrtilles se méritent autant qu’elles se savourent.* »



peu de fruits sur les plants en étant trop systématique. Pourtant, la myrtille est un fruit essentiel dans l’alimentation de la faune de montagne : téttras lyre, gélinotte des bois ou encore le chevreuil. Il est donc important de ne pas cueillir toutes les myrtilles sur un site ».

Quelques précautions sont également nécessaires pour se prémunir contre l’échinococcose alvéolaire, une maladie asymptomatique véhiculée essentiellement par le renard en milieu

naturel via les excréments. « Il est important d’éviter de cueillir les fruits les plus proches du sol, ou en bordure d’un sentier ou d’une coulée d’animaux, susceptibles d’être souillés par des déjections animales. Mieux vaut consommer les myrtilles cuites, en confiture par exemple. Seule une cuisson supérieure à 60°C des fruits et légumes permet d’éliminer le risque de contamination et demeure l’unique mode d’élimination domestique du parasite ». L’échinococcose est une maladie rare mais sérieuse, alors mieux

vaut adopter ces gestes simples pour se protéger efficacement !

Et le meilleur pour la « faim » avec l’authentique recette de tarte aux myrtilles de La Chocolatine, boulangerie-pâtisserie-chocolaterie des Saisies dont la vitrine est un feu d’artifice de tentations sucrées qui fait pétiller les pupilles autant que les papilles. Un grand merci à Yoann Debray, maître des lieux, pour ce partage !

Chaque été, le hameau de Bisanne 1500 ne manque pas de célébrer ce trésor bleuté acidulé lors de la **Fête de la Myrtille**. Une petite baie alliée de notre santé qui regorge de bienfaits : **riche en vitamine C et A, flavonoïdes, potassium, phosphore et magnésium**. Entre dégustations, ateliers et animations festives, dont une tarte géante, les gourmands seront rassasiés. **Rendez-vous le dimanche 3 août.**



POUR 6 PORTIONS

APPAREIL
À FINANCIER
(280G.)

- 80 g. de poudre d’amande
- 70 g. de sucre
- 70 g. de blancs d’œufs
- 15 g. de fécule
- 70 g. de beurre fondu

PÂTE SUCRÉE

- 100 g. de beurre
- 50 g. de sucre glace
- 50 g. de poudre d’amande
- 45 g. d’œufs
- 200 g. de farine
- 1 g. de sel



Tarte myrtille

PÂTE SUCRÉE Mélanger un à un le beurre à température ambiante et le sucre glace. Ajouter la poudre d’amande, les œufs petit à petit, puis terminer par ajouter la farine et le sel préalablement mélangés. Une fois le mélange homogène, réserver au frais filmé minimum 1 heure. Etaler et foncer 6 moules à tartelettes ou grand plat à tarte.

APPAREIL À FINANCIER Mélanger la poudre d’amande, le sucre et la fécule. Y ajouter le beurre fondu, puis les blancs d’œufs. Verser 40 grammes dans les fonds de pâte sucrée, ou 280 grammes si vous avez choisi de faire une tarte pour 6 personnes. Cuire à 180°C environ 16/18 min. pour des tartelettes et 26/28 min. pour une grande tarte. Temps et température à adapter selon votre four.

MYRTILLES Remplir la tarte de myrtilles à votre convenance, on compte à peu près 100 grammes de myrtilles par personne. On peut aussi mettre un nappage sur le dessus, ce qui permet de protéger les myrtilles, de les faire briller et de les sucrer un peu si elles ne le sont pas assez naturellement.

Bosbessentaart, voor 6 porties

Zoet zanddeeg:

- 100 g boter
- 50 g poedersuiker
- 50 g amandelpoeder
- 45 g eieren
- 200 g bloem
- 1 g zout

Financierbeslag

- (280 g.)
- 80 g amandelpoeder
- 70 g suiker
- 70 g eiwitten
- 15 g zetmeel
- 70 g gesmolten boter

Zoet zanddeeg Meng de boter op kamertemperatuur beetje bij beetje met de poedersuiker. Voeg het amandelpoeder toe, voeg de eieren beetje bij beetje toe en voeg tot slot de vooraf gemengde bloem en het zout toe. Als het mengsel homogeen is, minimaal 1 uur afgedekt koel bewaren. Rol het deeg uit en bekleed 6 taartvormpjes of een grote taartvorm.

Financierbeslag Meng het amandelpoeder, de suiker en het maïszetmeel. Voeg er de gesmolten boter aan toe, daarna de eiwitten. Giet 40 gram in de deegbodems van

het zoete zanddeeg, of 280 gram als je hebt gekozen voor een taart voor 6 personen. Op 180°C bakken: ongeveer 16–18 min. voor taartvormpjes en 26–28 min. voor een grote taart. Tijd en temperatuur aanpassen aan uw oven.

Bosbessen Vul de bosbessentaart naar eigen smaak; reken op ongeveer 100 gram bosbessen per persoon. Je kunt ook een nappage over de bovenkant aanbrengen, zodat de bosbessen beschermd worden, gaan glanzen en een beetje gezoet worden als ze van nature niet zoet genoeg zijn.



*BESCHERMEN

PRÉSERVER

PRO- ME- NON- NOUS- DANS LES BOIS

Matériau ancestral et durable omniprésent dans le Beaufortain, le bois est une richesse patrimoniale jouant un rôle essentiel dans l'économie alpestre comme en matière de préservation du milieu naturel.

© Julien Dorol

Il suffit de se promener dans les Saisies pour constater l'importance du bois en montagne. Véritable marqueur des paysages et de l'architecture, sa production joue un rôle majeur dans l'économie alpestre. Quant aux forêts dont il est issu, elles assurent une fonction sociale et récréative évidente.

DU BOIS DONT on se chauffe

On vient y chercher la fraîcheur en été, des myrtilles et des champignons à l'automne, et le silence des décors immaculés en hiver, mais les forêts et sous-bois de montagne offrent aussi des

écosystèmes produisant une matière première durable : le bois. Première source de chaleur renouvelable, locale et écologique, l'utilisation du bois comme énergie est largement répandue aux Saisies et dans le Beaufortain. Pour preuve, à Villard-sur-Doron, une chaufferie de bois déchiqueté alimente, depuis janvier 2024, les bâtiments communaux, les logements de l'Opac et des résidences. À Beaufort, plusieurs bâtiments et locaux techniques sont alimentés par une chaufferie approvisionnée par la forêt communale, qui s'étend sur plus de 2 400 hectares. Soucieuse d'informer les habitants sur les enjeux financiers et environnementaux à utiliser le chauffage au bois, l'Association Beaufortaine du bois (ABB) organise

régulièrement des réunions publiques. Et même des formations au maniement de tronçonneuse animées par Thibaut Besson, bûcheron de métier, pour ceux qui souhaitent bénéficier de la possibilité d'obtenir du bois d'affouage, c'est-à-dire du bois de forêt communale réservée à l'usage domestique des habitants.

DONT on fait des chalets...

Le bois local est aussi valorisé dans le secteur de la construction comme en témoignent les nombreux chalets traditionnels accrochés aux pentes qui composent l'identité du territoire. Très typés ils sont coiffés d'un toit à deux

pans recouvert de tuiles de bois appelées « ancelles ». Variante locale des tavaillons, la production d'ancelles permettait d'utiliser les épicéas locaux à raison de 4 ou 5 épicéas pour recouvrir un chalet de dimension moyenne. Aujourd'hui remplacées par des tôles ou des tuiles mécaniques, on en trouve un bel exemple dans le centre de la station sur le magasin de sport Piccard dont la toiture est entière recouverte de ces tuiles traditionnelles. Avec le retour aux chalets à l'ancienne, des charpentiers et artisans locaux tentent de faire revivre le travail du bois comme Sophie et Clément Blanc-Gonnet, dans la station voisine d'Arêches. Propriétaires de l'une des dernières scieries du Beaufortain (qui n'est plus en activité), ils organisent des visites pour faire

comprendre comment la construction d'un chalet participe à entretenir les forêts. De son côté l'interprofession FIBRA fait la promotion de l'usage du bois local dans la construction. « *Alors que les forêts du Beaufortain et du Val d'Arly produisent des essences d'épicéas communs de très belle qualité, recherchées pour la menuiserie, la charpente et l'ossature, leur usage se raréfie pour des raisons de coûts, par méconnaissance ou par habitude des porteurs de projet* », regrette Jérémie Cusin, agent de l'Office national des forêts (ONF) et garde technicien de la réserve naturelle régionale des Saisies. Conséquence ? « *La majorité des nouvelles constructions en bois du territoire font appel à des bois d'origine d'Europe de l'Est ou des pays nordiques.* »

...ET de la neige

Aux Saisies, le bois est également utilisé pour préserver la neige d'une année sur l'autre. Cette technique du snowfarming consiste à conserver des milliers de mètres cubes de neige sous une épaisse couche de sciure de bois. Bien à l'abri tout le printemps, l'été et l'automne, elle ne perd que 30 % de volume et, à l'entrée de la saison hivernale, elle est utilisée pour créer jusqu'à 2 km de pistes sur le domaine de ski nordique, majoritairement situé sur la plus grande tourbière de montagne des Alpes. Dans ce sanctuaire de 300 hectares, protégé en tant que Réserve naturelle régionale, et occupé aux deux-tiers par des milieux forestiers, des épicéas et hêtres séculaires côtoient des bouleaux nacrés et des sorbiers flamboyants. D'un potentiel de production de bois estimé à 10 000 €/an, ses forêts ne sont plus exploitées

aujourd'hui, leur végétation constituant un réservoir de carbone intéressant, contribuant à 2% du stockage de carbone total de la zone.

UNE RESSOURCE, fragile

Jouant un rôle essentiel pour la fixation du carbone atmosphérique et en matière de préservation du milieu naturel, le bois nécessite une gestion durable et raisonnée pour préserver sa biodiversité, stabiliser les sols, préserver la qualité de l'eau et limiter les risques d'incendie. C'est là qu'intervient Jérémie Cusin, agent de l'Office national des forêts (ONF) et garde technicien de la réserve naturelle régionale des Saisies dont l'une des missions consiste à sensibiliser le public à l'importance cruciale de la préservation de la biodiversité et des

écosystèmes forestiers fragilisés par le changement climatique. « Par exemple, sur notre territoire, les épicéas sont fortement touchés par les attaques de scolytes, un insecte qui pond ses larves sous l'écorce, bloquant tout le système vasculaire de l'arbre et entraînant sa mort en quelques semaines. On reconnaît ces arbres à leur feuillage brunissant l'été, puis par la chute des aiguilles au sol. Nous sommes impuissants face à ses épidémies et le seul remède consiste à extraire rapidement de forêts les bois atteints pour enrayer la contamination », déplore Jérémie Cusin. De plus, de nombreuses études européennes démontrent que l'épicéa scolyté conserve ses propriétés mécaniques s'il est extrait rapidement de la forêt. Et si le bois marqué par le passage de l'insecte comporte des taches bleues ce qui entraîne une dévalorisation du prix, il peut parfaitement être utilisé, défend Edouard Meunier, maire de Queige.

1 ASSISTER À LA FÊTE DU BOIS & DU BÛCHERONNAGE DES SAISIES

13 juillet 2025, une journée festive d'animations autour du bois : jeux, fabrication d'objet en bois, démonstration de bucheronnage, conférences et ateliers sur la biodiversité des forêts, marché des artisans, buvette et restauration...
> lessaisies.com



5 OPTIONS POUR TOUT SAVOIR SUR LA FORÊT & LE BOIS

2

PARTICIPER À UN CASSE-CROÛTE FORESTIER

en compagnie de techniciens forestiers de l'ONF pour découvrir les enjeux de la gestion forestière.



À partir de 6 ans.
> lessaisies.com

3

VISITER L'ARBORETUM DE VILLARD-SUR-DORON

pour faire connaissance avec plus de 80 espèces d'arbres et d'arbustes adaptés à la montagne
> arboretumuillard.fr

4

EMPRUNTER LES SENTIERS PÉDAGOGIQUES

- en bois - pour percer les secrets de la Réserve naturelle régionale Tourbière des Saisies
> reserve-regionale-tourbiere-des-saisies.com



5

S'INITIER AUX BASES DE LA VANNERIE lors d'un atelier animé par Agathe Bourdenet.
> aabeaufortain.org



Nouvelle Golf eHybrid

On rêve tous d'autonomie.

Jusqu'à 142 km d'autonomie en mode 100 % électrique.*



Golf. C'est pour la vie.

Modèle présenté : Nouvelle Golf GTE, certains équipements sont en option. Plus d'informations sur volkswagen.fr
* Jusqu'à 142 km d'autonomie en mode 100 % électrique combiné WLTP pour une Nouvelle Golf Style eHybrid, 204 ch. L'autonomie, réelle en mode tout électrique dépend de nombreux paramètres dont l'équipement, le style de conduite et la vitesse. Plus d'informations auprès de votre Partenaire.

Cycles mixtes de la gamme Nouvelle Golf eHybrid (l/100 km) WLTP : 0,3 - 0,4. Rejets de CO2 (g/km) WLTP : 7 - 8. Valeurs au 15/02/2024, susceptibles d'évolution. Plus d'informations auprès de votre Partenaire. Depuis le 1er septembre 2018, les véhicules légers neufs sont réceptionnés en Europe sur la base de la procédure d'essai harmonisée pour les véhicules légers (WLTP), procédure d'essai permettant de mesurer la consommation de carburant et les émissions de CO2, plus réaliste que la procédure NEDC précédemment utilisée.

Volkswagen Group France - SAS au capital de 198 502 510 € - 11, av. de Boursonne, Villers-Cotterêts, RCS Soissons 832 277 370.

A 8 g CO2/km



LATEN SAMEN IN HET
BOS WANDELEN

Als een eeuwenoud en duurzaam materiaal, overal aanwezig in het Beaufortain, is hout een waardevol erfgoed dat een cruciale rol speelt in de alpiene economie en bij het behoud van de natuurlijke omgeving.

Het volstaat om in Les Saisies te wandelen om het belang van hout in de bergen te zien. Markant kenmerk van het landschap en de architectuur, de productie ervan speelt een belangrijke rol in de alpine economie. Wat de bossen betreft waar het vandaan komt, vervullen ze een duidelijke sociale en recreatieve functie.

Hout waarmee men zich verwarmt

Men komt er in de zomer voor de koelte, in de herfst voor bossen en paddenstoelen, en in de winter voor de stilte van ongerepte landschappen, maar bergbossen en het onderhout bieden ook ecosystemen die een duurzame grondstof leveren: hout. Als belangrijkste hernieuwbare, lokale en ecologische warmtebron is het gebruik van hout als energiebron wijdverbreid in Les Saisies en in het Beaufortain. Ter illustratie: in Villard-sur-Doron voorziet sinds januari 2024 een houtsnipperketel in de verwarming van de gemeentelijke gebouwen, de woningen van de Opac en residenties. In Beaufort worden meerdere gebouwen en technische lokalen verwarmd door een verwarmingscentrale die wordt bevoorraadt door het gemeentebos, dat zich uitstrekt over meer dan 2 400 hectare. Om de inwoners te informeren over de financiële en milieu-impact van verwarming met hout, organiseert de Association Beaufortaine du bois (ABB) regelmatig openbare bijeenkomsten. En zelfs opleidingen in het gebruik van de kettingzaag, gegeven door Thibaut Besson, beroepshouthakker, voor degenen die willen profiteren van de mogelijkheid om brandhout te verkrijgen — dat wil zeggen hout uit het gemeentelijke bos bestemd voor huishoudelijk gebruik door de bewoners.

Waarvan we chalets maken...

Het lokaal hout wordt ook gewaardeerd in de bouwsector, zoals blijkt uit de talrijke traditionele chalets die aan de hellingen hangen en de identiteit van het gebied vormen. Zeer typerend: ze zijn gedekt met een zadeldak bekleed met houten dakspanen, genoemd "ancelles". Als lokale variant van tavaillons maakte de productie van ancelles (houten dakspanen) het mogelijk lokale sparren te gebruiken: 4 of 5 sparren waren nodig om een chalet van gemiddelde grootte te bedekken. Tegenwoordig vervangen door platen of mechanische pannen, vind je een mooi voorbeeld in het centrum van het skigebied bij de sportwinkel Piccard, waarvan het dak volledig bedekt is met deze traditionele dakspanen. Met de heropleving van de traditionele chalets proberen lokale timmerlieden en ambachtslieden het houtambacht nieuw leven in te blazen, zoals Sophie en Clément Blanc-Gonnet, in het naburige Arêches. Eigenaren van een van de laatste zagerijen in de Beaufortain (die niet langer in bedrijf is) organiseren rondleidingen om uit te leggen hoe de bouw van een chalet bijdraagt aan het

onderhoud van de bossen. De brancheorganisatie FIBRA promoot op haar beurt het gebruik van lokaal hout in de bouw. " Terwijl de bossen van het Beaufortain en het Val d'Arly zeer hoogwaardige stammen van gewone sparren opleveren, gewild voor schrijnwerk, timmerwerk en draagconstructies, raakt het gebruik ervan zeldzamer om redenen van kosten, door gebrek aan kennis of uit gewoonte bij de initiatiefnemers", betreurt Jérémie Cusin, medewerker van het Office national des forêts (ONF) en technisch beheerder van het regionaal natuurreservaat des Saisies. Gevolg? "De meerderheid van de nieuwe houten bouwwerken in het gebied maakt gebruik van hout afkomstig uit Oost-Europa of de Noordse landen."

...En sneeuw

In Les Saisies wordt hout ook gebruikt om sneeuw van het ene jaar op het andere te bewaren. Deze snowfarming-techniek houdt in dat duizenden kubieke meters sneeuw worden bewaard onder een dikke laag houtzaagsel. Beschermd gedurende de lente, zomer en herfst verliest ze slechts 30% van haar volume en bij de start van het winterseizoen wordt ze gebruikt om tot 2 km pistes te creëren in het skigebied voor langlaufen, dat grotendeels gelegen is op het grootste bergveenmoeras van de Alpen. In dit heiligdom van 300 hectare, beschermd als regionaal natuurreservaat, en voor tweedeerde bedekt met bos, staan eeuwenoude sparren en beuken naast glanzende berken en vurige lijsterbessen. Met een geschat houtproductiepotentieel van €10.000 per jaar worden de bossen tegenwoordig niet langer geëxploiteerd; hun begroeiing vormt een belangrijk koolstofreservoir en draagt bij aan 2% van de totale koolstofopslag in het gebied.

Kwetsbare hulpbron

Hout speelt een essentiële rol bij de vastlegging van atmosferische koolstof en bij het behoud van het natuurlijke milieu; het vereist duurzaam en doordacht beheer om de biodiversiteit te beschermen, de bodem te stabiliseren, de waterkwaliteit te waarborgen en het risico op brand te beperken. Daar komt Jérémy Cusin in beeld, medewerker van het Office national des forêts (ONF) en technisch beheerder van het regionaal natuurreservaat des Saisies, wiens taak onder andere is het publiek bewust te maken van het cruciale belang van het behoud van de biodiversiteit en van bosccosystemen die door de klimaatverandering verzwakt zijn. " Bijvoorbeeld, in ons gebied worden sparren zwaar getroffen door aanvallen van bastkevers, een insect dat zijn larven onder de schors legt, het hele vaatstelsel van de boom blokkeert en binnen enkele weken tot de dood van de boom leidt. Men herkent deze bomen aan hun loof dat in de zomer bruin wordt en aan de naalden die op de grond vallen. We staan machteloos tegenover deze epidemieën en het enige middel is het aangetaste hout snel uit de bossen te verwijderen om de besmetting te stoppen", betreurt Jérémy Cusin. Bovendien tonen talrijke Europese studies aan dat de door bastkevers aangetaste spar zijn mechanische eigenschappen behoudt als hij snel uit het bos wordt gehaald. En als het hout dat door het insect is aangetast blauwe vlekken vertoont, wat een waardevermindering van de prijs tot gevolg heeft, kan het perfect worden gebruikt, verdedigt Edouard Meunier, burgemeester van Queige.

5 OPTIES OM ALLES TE WETEN
OVER HET BOS & HET HOUT

1 Bezoek het Houffeest & van de houthakkersdemonstratie van Les Saisies 13 juli 2025 , een feestelijke dag met activiteiten rond hout: spelletjes, het maken van voorwerpen uit hout, houthakkersdemonstratie, lezingen en workshops over de biodiversiteit van de bossen, ambachtsmarkt, drankgelegenheid en catering...
> lessaisies.com

2 Deelnemen aan een boslunch in gezelschap van bosbouwtechnici van de ONF om de uitdagingen van het bosbeheer te ontdekken. Vanaf 6 jaar.
> lessaisies.com

3 Neem de educatieve paden – van hout – om de geheimen van het regionaal natuurreservaat Tourbière des Saisies te ontdekken .
> reserve-regionale-tourbiere-des-saisies.com

4 Bezoek het Arboretum van Villard-sur-Doron om meer dan 80 boom- en struiksoorten te ontdekken die geschikt zijn voor de bergen.
> arboretumvillard.fr

5 Maak kennis met de basis van mandenvlechten tijdens een workshop onder leiding van Agathe Bourdenet.
> aabeaufortain.org



Vous allez aimer
la montagne l'été !

Profitez de l'air pur des Alpes pour un séjour club en famille :

- Formules demi-pension et pension complète
- Clubs enfants de 4 mois* à 17 ans
- Piscine chauffée extérieure et espace bien-être
- Rénovation du restaurant, de l'accueil et création d'un spa et d'une terrasse en rooftop
- Pass loisirs** inclus dans votre séjour : descente de mountain twister, parc des Elfes pour les enfants, espace aqua ludique etc.

Réservation
sur **Belambra.fr**



*Club poussins de 4 à 36 mois payant et sur réservation. **Pass loisirs soumis à conditions, voir à l'accueil de votre club. Belambra Clubs au capital de 10.000.000€. RCS Nanterre : 322 706 136. Siège social : Centralis, 63 avenue du Général Leclerc - 92340 Bourg-la-Reine. Crédit : Jérôme Foulet / ABACA

VOUS DÉROULER LE TAPIS BLANC

Une alchimie particulière due à son altitude, son exposition et la proximité avec le Mont Blanc apporte à la station des Saisies autant de neige que les stations de haute altitude, d'où son surnom de « grenier à neige ».

En 2022, Climsnow a réalisé une étude prospective pour les Saisies. Se basant sur les spécificités de notre territoire (météo, enneigement naturel, capacité de production de neige de culture) et sur l'évolution du climat selon le GIEC, Verdict ? A l'heure actuelle, on constate qu'une saison sur cinq connaît un déficit de neige naturelle et d'ici 2050 ce sera une saison sur deux. Toutefois, l'étude conclut que nous permettrons à notre clientèle de skier 130 jours par an grâce à nos installations de neige de culture et notre microclimat que beaucoup nous envient !

CLIMSNOW EST UN PARTENARIAT ENTRE MÉTÉO-FRANCE, L'INRAE ET DIANEIGE (CABINET SPÉCIALISÉ DANS L'AMÉNAGEMENT DES STATIONS DE MONTAGNE) QUI RÉALISE DES RECHERCHES AFIN DE QUANTIFIER L'IMPACT DU CHANGEMENT CLIMATIQUE SUR L'ENNEIGEMENT EN STATIONS D'HIVER.

LES DICTONS MÉTÉO, UNE SCIENCE (PRESQUE) EXACTE

Comme les anciens, peut-on se fier à la nature, aux animaux ou même au calendrier pour prévoir ses vacances au ski ? Bien sûr ! Dès l'été, si les guêpes envahissent votre terrasse, et que les gentianes poussent haut, vous pouvez déjà réserver votre moniteur, l'hiver sera froid ! Quand l'automne arrive, préparez vos Moon Boots si la pie entre s'abriter dans la ferme et les oignons ont plusieurs couches de pelure, ils annoncent froid et neige en abondance. Fartez les skis si en novembre il neige à la Saint-André car elle peut « 100 jours durer », de même que la neige à la Saint-Nicolas « donne froid pour 3 mois ». Vous avez encore une chance le 7 janvier, quand il tombe des flocons à la Saint-Raymond, « l'hiver sera long ». Enfin, rassurez-vous, car tout au long de l'hiver aux Saisies, « Si vous avez envie d'une fondue, il va neiger dru ! »

JEROLT HET WITTE TAPIJT UIT

Door de hoogte, de ligging en de nabijheid van de Mont Blanc is er een bijzondere chemie ontstaan, waardoor het skigebied Les Saisies net zoveel sneeuw krijgt als skigebieden op grote hoogte. Daarom wordt het ook wel de 'sneeuwschuur' genoemd.

In 2022 heeft Climsnow een toekomststudie uitgevoerd voor Les Saisies. Gebaseerd op de specifieke kenmerken van ons gebied (weer, natuurlijke sneeuwbedekking, capaciteit voor productie van kunstsneeuw) en op de klimaatontwikkeling volgens het IPCC. Oordeel? Op dit moment zien we dat één seizoen op vijf een tekort aan natuurlijke sneeuw heeft, en

tegen 2050 zal dat één seizoen op twee zijn. De studie concludeert echter dat we dankzij onze kunstsneeuwinstallaties en ons door velen benijd microklimaat onze klanten 130 dagen per jaar kunnen laten skiën!

Climsnow is een partnerschap tussen Météo-France, l'Inrae en Dianeige (een bureau gespecialiseerd in de inrichting van bergstations) dat onderzoek uitvoert om de impact van de klimaatverandering op de sneeuwbedekking in skigebieden te kwantificeren.

Weerwijsheden, een (bijna) exacte wetenscha

Net als vroeger: kun je je op de natuur, op dieren of zelfs op de kalender verlaten om je

skivakantie te plannen? Natuurlijk! Al in de zomer, als wespen uw terras overnemen en gentianen hoog groeien, kunt u uw skileraar alvast reserveren — de winter wordt koud! Wanneer de herfst komt, maak je Moon Boots klaar: als de ekster naar de boerderij komt om te schuilen en uien meerdere lagen schil hebben, voorspellen ze veel koude en sneeuw. Wax je ski's als er in november op Sint-Andries sneeuw valt, want die kan "100 dagen blijven liggen", net zoals de sneeuw op Sint-Nicolaas "drie maanden kou brengt". Je hebt nog een kans op 7 januari, wanneer er op Sint-Raymond sneeuwvlokken vallen, "data betekent dat de winter lang zal zijn". Maak je geen zorgen, want in Les Saisies geldt, "als je zin hebt in een fondue, dan sneeuwt het stevig en crul!"

LES SAISIES FUTÉ !

DES BONS PLANS TOUTE L'ANNÉE

LES SAISIES TOUT COMPRIS

Pratique et économique le Pass Loisirs estival, disponible en 3 formules, promet une déclinaison infinie de sensations

- **Le Pass Funny Day** à 20 €
(une journée, 3 activités) / 9€ d'économie
- **Le Pass Crazy Week** à 35 €
(une semaine, 5 activités) / + de 20€ d'économie
- **Happy Holiday** à 50 €
(2 semaines, 5 activités + forfait piéton et navette Col'ette en illimité).
/+ de 80€ d'économie.

Renseignements : Office de Tourisme, points de vente aux Carrets et au Mountain Twister et au pied du télésiège du Chard du Beurre.

GLISSER SANS COMPTER

Si la montagne vous gagne en toutes saisons, investissez dans un **forfait annuel Espace Diamant**, incluant l'accès saison alpin aux **192 km de pistes de l'Espace Diamant**, l'accès saison nordique Les Saisies, l'accès saison piéton Les Saisies (Hiver + été), l'accès saison **Bike Park, Snowfarming** illimité, **3 journées ski en Haute-Savoie** et 1 entrée **Aqualudique** au Signal (hors forfait offert). **À partir de 672€.**

Mieux : **pour 4 forfaits annuels achetés, vous bénéficiez d'une réduction de 100 € sur votre panier.**

PARC DES ELFES - VILLAGE DES ELFES

Le Forfait Saison été Parc des Elfes & Village des Elfes à **90 €**
Accès illimité tout l'été. Pass nominatif, ouvert à tous, sans limite d'âge

PIÉTONS BIENVENUS

Les Saisies propose un forfait piéton illimité valable été comme hiver. Un sésame qui donne accès aux télésièges du Chard du Beurre, de Bisanne, de la Légette, à la télécabine des Rosières, aux 20 km de sentiers piétons et aux 45 km de sentiers raquettes.

Tarifs : 150 € la saison / 70 € les 6 jours / 18 € la journée / 10 € le trajet (gratuit - 5 ans)
skipass.lessaisies.com

LES SAISIES SLIM! VOODELIGE AANBIEDINGEN HET HELE JAAR DOOR

LES SAISIES, ALLES INBEGREPEN:

Handig en voordelig, de Pass Loisirs estival is verkrijgbaar in 3 formules en belooft een eindeloze variatie aan sensaties

- **Le Pass Funny Day** voor €20
(een dag, 3 activiteiten) / Bespaar €9
- **De Pass Crazy Week** voor €35 (een week, 5 activiteiten) / bespaar meer dan €20
- **Happy Holiday** voor 50 € (2 weken, 5 activiteiten + forfait voor voetgangers en onbeperkte Col'ette-shuttle). / + meer dan €80 bespaard.

Informatie: Toeristenbureau, verkooppunten bij Les Carrets en de Mountain Twister en aan de voet van de stoeltjeslift Chard du Beurre.

ONBEPERKT GLIDJEN: Als de bergen je het hele jaar door betoveren, investeer dan in een **jaarabonnement Espace Diamant**, inclusief seizoenstoegang voor alpineskiën tot **de 192 km aan pistes van Espace Diamant**, seizoenstoegang voor langlaufen in Les Saisies, seizoenstoegang voor voetgangers in Les Saisies (winter + zomer), seizoenstoegang tot het Bike Park, snowfarming onbeperkt, **3 skidagen in Haute-Savoie** en 1 toegang tot het Aqualudique in Le Signal (niet inbegrepen in het aangeboden abonnement). **Vanaf €672.** Beter: **bij aankoop van 4 jaarabonnementen krijgt u €100 korting op uw winkelmandje.**

ELFENPARK - DORP VAN DE ELFEN: Zomerseizoenpas Parc des Elfes & Village des Elfes voor **€90 Onbeperkte toegang de hele zomer.** Persoonsgebonden pas, open voor iedereen, zonder leeftijdsgrens.

VOETGANGERS WELKOM:

Les Saisies biedt een onbeperkt forfait voor voetgangers, geldig in zomer en winter. Een pas die toegang geeft tot de stoeltjesliften van Chard du Beurre, Bisanne en La Légette, tot de gondelbaan van Les Rosières, en tot 20 km wandelpaden en 45 km sneeuwschoenroutes.

Prijzen: €150 per seizoen / €70 voor 6 dagen / €18 per dag / €10 per rit (gratis tot en met 5 jaar) skipass.lessaisies.com

NOOIT ZONDER MIJN STAM: Bij Les Saisies speelt het groepsgevoel al vanaf 4 skiërs. Met het gezin, met vrienden, met collega's... het aanbod "pack tribu" garandeert je meer plezier en minder kosten dankzij een **10% korting** op de prijs van de zesdaagse Espace Diamant-skipas bij gelijktijdige aankoop van vier aangekochte skipassen. (duur, data, eenmalige betaling). skipass.lessaisies.com

EERSTE AFDALINGEN, EERSTE SKIPAS: Omdat je in het begin de tijd moet nemen, heeft Les Saisies een **beginnerspas van 1 uur** ingevoerd. Voor €12 per uur kunnen ze 6 skiiften gebruiken die toegang geven tot zones afgestemd op hun niveau, waaronder de nieuwe beginnerszone van L'Aiglon aan de voet van het station. skipass.lessaisies.com

Wist u dat?

Met de bedoeling vakantiegangers tevreden te stellen, is het Office de Tourisme des Saisies gecertificeerd met **Qualité Tourisme™**. Dit staatskeurmerk wordt toegekend aan professionals in het toerisme als erkenning voor de kwaliteit van hun ontvangst en dienstverlening.

Le savez-vous ?

Attentif à satisfaire les vacanciers, l'Office de Tourisme des Saisies est labélisée **Qualité Tourisme™**. Cette marque d'État est attribuée aux professionnels du tourisme en récompense de la qualité de leur accueil et de leurs prestations.



JAMAIS SANS MA TRIBU

Aux Saisies, l'effet groupe joue **dès 4 skieurs**. En famille, entre amis, avec des collègues... l'offre « **pack tribu** » vous garantit plus de fun et moins de frais grâce à une **réduction de 10%** sur le prix du forfait 6 jours Espace Diamant pour tout achat simultané de 4 forfaits payants. (durée, dates, paiement unique).
skipass.lessaisies.com

BILAN CARBONE

Soucieuse de préserver son environnement et de réduire ses émissions de gaz à effet de serre, la station des Saisies a choisi de regarder les choses en face et d'établir son bilan carbone afin de savoir où et comment agir.

47,04 kg

43%

47,04 kg équivalent CO₂. C'est le « poids » d'un skieur qui passe une journée à dévaler les pistes des Saisies. Soit grosso-modo l'équivalent de l'impact carbone d'un smartphone sur l'ensemble de son cycle de vie*. Pour s'adapter à la nouvelle donne en matière de climat, la station, qui a obtenu le Flocon Vert en novembre 2023, a dressé son bilan carbone et mis en place une série d'actions visant à réduire ses émissions. Conclusion ? Contrairement à une idée répandue, ce n'est pas la production de neige de culture, le traitement des déchets ou les remontées mécaniques qui impactent le plus le bilan carbone mais bien **le transport jusqu'à la station qui représente 43 % des émissions**. D'où une forte incitation à la mobilité douce avec amélioration continue du transport au sein de la destination via, entre autres, un système de navettes gratuites.

« La préservation de nos montagnes est un enjeu collectif qui servira les générations futures afin qu'elles puissent continuer à en profiter et y vivre de manière responsable.

Le label Flocon Vert n'est pas une fin en soi, rappelle Jean-Luc Combaz, président du Sivom des Saisies.

C'est le point de départ vers de nouvelles réflexions et de nouveaux comportements destinés à fédérer les acteurs du territoire.

*Apple évalue l'empreinte moyenne de ses derniers iPhone de 50 à 76 kg de CO₂ quand Samsung parle de 22 à 70 kg et Huawei de 60 à 85 kg.

©Thuria

La réussite de vos
vacances aux Saisies !

VENTE - LOCATION - GESTION - SERVICES
LES SAISIES SUR MESURE

Pour vos **vacances**
ou vos **projets**
immobiliers,
vaste choix
d'appartements,
chalets & services


agence du
GRAND MONT
grand-mont.com

199 Au des JO 73620 Les Saisies - 04 79 38 90 90 - infos@grand-mont.com

École
de
ski
ESI
LES SAISIES

180, Av. des Jeux Olympiques
73620 Les Saisies
Tel : 04 79 38 95 94
E-mail : esi.saisies@glissepassion.fr
Site : glissepassion.fr


LE SIGNAL
CENTRE AQUATIQUE DES SAISIES
saisies

Espace aquatique | Espace bien-être | Espace sport

149 Rte du Col, 73620 Les Saisies - Tél : 04 79 31 43 48

PARTENAIRE :
CARTI
FOLLINET


LE 1650
BRASSERIE | BAR | BOWLING
saisies

BRASSERIE
BAR
BOWLING

169 Rte du Col, 73620 Les Saisies - Tél : 04 79 32 84 92

47,04 kg
in CO₂

43 %

CO₂-VOETAFDruk

Met het oog op het behoud van haar omgeving en het verminderen van haar broeikasgasemissies heeft het station des Saisies ervoor gekozen de realiteit onder ogen te zien en zijn CO₂-voetafdruk op te stellen om te weten waar en hoe te handelen.

47,04 kg CO₂-equivalent. Het is het 'gewicht' van een skiër die een dag de pistes van Les Saisies afdaalt. Dat is ruwweg het equivalent van de CO₂-voetafdruk van een smartphone over zijn volledige levenscyclus*. Om zich aan de nieuwe klimatologische realiteit aan te passen, heeft het skigebied, dat in november 2023 het Flocon Vert behaalde, zijn CO₂-voetafdruk opgemaakt en een reeks maatregelen ingevoerd om zijn uitstoot te verminderen. Conclusie? In tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht, is het niet de productie van kunstsneeuw, de afvalverwerking of de skiliften die het meeste invloed heeft op de CO₂-voetafdruk, maar wel **het vervoer naar het skigebied dat 43% van de uitstoot vertegenwoordigt**. Daarom wordt sterk ingezet op duurzame mobiliteit, met voortdurende verbetering van het vervoer binnen de bestemming, onder meer via een systeem van gratis pendeldiensten.

"Het behoud van onze bergen is een collectieve opdracht die toekomstige generaties ten goede zal komen, zodat zij er kunnen blijven van genieten en er op verantwoorde wijze kunnen blijven wonen. Het Flocon Vert-label is geen doel op zich, zegt Jean-Luc Combaz, voorzitter van het Sivom des Saisies. Het is het startpunt voor nieuwe denkbelden en nieuw gedrag om de lokale actoren te verenigen."

*Apple schat de gemiddelde voetafdruk van zijn nieuwste iPhones op 50 tot 76 kg CO₂, terwijl Samsung 22 tot 70 kg en Huawei 60 tot 85 kg noemt.

CRÉATEUR DE SÉJOURS À LA MONTAGNE

RÉSIDENCE AMAYA****
LES SAISIES

SPA MONTAGNES DU MONDE®
Ouvert à la
clientèle
extérieure*



RÉSERVEZ VOTRE APPARTEMENT SUR
MGM-HOTELS-RESIDENCES.COM



* 1 heure d'accès offerte au Spa pour la réservation d'un soin de 50 minutes ou plus
03/2025 - © MGM - Crédit photos : Studio Bergoend - Shutterstock - Nadya Eugene

PROGRAMME NEUF
NEW DEVELOPEMENT

📍 Les Saisies 1650, au pied des pistes



SAIRENA LES SAISIES

Appartements neufs du 2 au 4 pièces
APARTMENTS FROM 2-BEDROOM TO 4-BEDROOM

Résidence haut de gamme avec services hôteliers
HIGH-END RESIDENCE WITH HOTEL SERVICES



**Devenez Propriétaires de
l'appartement de vos rêves
aux Saisies !**

*Become the Owner of Your Dream
Apartment in Les Saisies!*

Demande d'informations
INFORMATION REQUEST
+33 (0)6 44 28 52 12
clo@cgh-residences.com



CHALET
NORDÉTOILE

CHALET
ZÉPHYR

CHALET
AURORE

CHALET
CIMESUD