



Le dictons du mois :



Lien

A la Ste Giséle (7), mai frileux: an langoureux. mai fleuri: an réjoui. Mai venteux: an douteux



Mamie m'a dit

Découvrez les produits des alpes de provence

[lien](#)



Edito :

Bonjour,

À l'heure du coronavirus, à l'aube du déconfinement, pourquoi ne pas écrire une lettre d'info qui nous permette de nous évader... au lac d'Allos dans les alpes de haute provence, avec la découverte de mamie des produits régionaux alentour.

Je vous souhaite bonne lecture et je vous espère surtout en pleine forme. Prenez bien soin de vous.



L'info du mois

Mai

Les hommes ont su, grâce à un savoir-faire ancestral, extraire de ces terroirs contrastés des productions de qualité dont certaines sont légitimement reconnues par des signes officiels de qualité, tels que AOC, IGP et Label rouge.

Découvrez des produits de qualité sur un territoire d'exception :

- La lavande,
- le fromage de Banon,
- l'huile d'olive de Haute-Provence,
- l'agneau de Sisteron,
- le miel de Lavande et le miel de Provence,
- la truffe,
- les vins AOC Pierrevet,
- les herbes de Provence,
- les pommes des Alpes de Haute-Durance,
- le petit épeautre de Haute-Provence,

...

Où les découvrir ?

...dans les maisons de produits de Pays, sur les foires et marchés... Dans l'ambiance chaleureuse inimitable dont seuls les marchés provençaux sont emplis...

Le Lac d'Allos est le plus grand lac naturel d'altitude d'Europe. **A plus de 2 200 mètres**, au cœur du Parc National du **Mercantour**, vous serez saisis par la beauté de la nature protégée, le silence et le calme. En toute saison, il est facile d'y admirer une faune et une flore d'une très grande richesse.

Après vous être garés au parking du Laus, vous n'aurez plus qu'à attraper votre sac à dos rempli de bonnes choses (eau, pique-nique, barre chocolatée pour la pause, etc.) et vous voilà en route vers le lac d'Allos. **45 minutes de balade !**

L'espace, le ciel très pur, le mélange de couleurs, le bleu de l'eau avec les reflets des montagnes grises alentour, le vert des pelouses alpines et des mélèzes... On reste bouche bée !...

Après cette belle randonnée... vous pourrez au refuge, continuer votre contemplation en savourant une tarte aux myrtilles et en buvant un chocolat chaud sur la terrasse du refuge devant le lac... de mi-juin à mi-septembre.

Véronne...rit

A l'éternelle triple question toujours demeurée sans réponse :

"Qui sommes-nous ? D'où venons-nous ? Où allons-nous ?"

Je réponds : "En ce qui me concerne personnellement, je suis moi, je viens de chez moi et j'y retourne".

Pierre Dac

« Les mains de Véronne » vous massent du Lu au Je (18h_19h), Ve, Sa, Jours fériés toute la journée – 06 80 40 28 06

Au mois de Janvier, elles peuvent vous masser dès **le 11 Mai** :

À 18h ou 19h les : 12, 13, 14, 18, 19, 20, 25, 26 et 27 // **En journée** les : 16, 21, 22, 23 et 30