

Ventoux, Dentelles de Montmirail et vignobles de Gigondas

FRANCE - PROVENCE



Véritable zone de transition entre Provence au Sud et Préalpes au Nord, entre terroir méditerranéen et ambiances préalpines, la région explorée permet de varier les plaisirs et révèle de nombreuses facettes : la cité de Vaison la Romaine au passé antique et médiéval remarquable, des vignobles prestigieux (Gigondas et Beaume de Venise AOC Côtes du Rhône), la culture de l'olive avec un terroir renommé (AOC Nyons), des ambiances naturelles et paysagères spectaculaires (Dentelles de Montmirail, le Mont Ventoux et son sommet, les Baronnies), une découverte de la faune locale originale (la colonie de vautours fauves de Rémuzat), des villages typiques de tradition provençale.

Le Mont Ventoux, de près ou de loin, reste toujours en fond d'écran de notre séjour, depuis sa face Nord toute proche quand on est à Buis aux plus lointaines montagnes des Baronnies.



7 jours / 6 nuits
6 jours de randonnée



6 à 12 personnes



Semi-itinérant



★★★



Hôtel



Code : 1385

LES POINTS FORTS :

- Un groupe réduit à 12, hôtels 2-3*
- Visite de la dernière scourtinerie (scourtins en fibres de coco)
- Le plus grand marché provençal (à Nyons)
- Observation des vautours fauves



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : VAISON LA ROMAINE

Accueil à 11h00 par le guide à la gare TGV d'Orange et transfert en bus public à Vaison.

L'après midi est dédiée à la visite de Vaison la Romaine, caractérisée par ses différentes époques (antique, médiévale et moderne), dont les traces anciennes sont encore bien visibles. L'antique capitale de la tribu gauloise des Voconces recèle de magnifiques vestiges romains de plus de 2000 ans d'âge que nous irons découvrir (tarif 9€/personne en visite libre, possibilité de guide conférencier). Son Pont Romain, à arche unique, est passé à la notoriété mondiale pour avoir résisté à la crue catastrophique de l'Ouvèze en 1992, présente dans toutes les mémoires. La cité médiévale (avec sa cathédrale du XVème siècle), perchée sur son promontoire de l'autre côté de la rivière et de la ville moderne, nous offre un splendide panorama sur les alentours et, déjà, une vue sur le Géant de Provence.

Hôtel 2* à Vaison la Romaine.

 6km, +100m de dénivelée

JOUR 2 : DENTELLES DE MONTMIRAIL

Après un court transfert, nous commençons la journée par une petite visite de Gigondas, célèbre village viticole aux vins classés, adossé au massif des Dentelles de Montmirail. Nous montons ensuite au col du Cayron puis nous rallions le belvédère du Rocher du Midi pour admirer l'immense plaine viticole de la basse vallée du Rhône. Par le col d'Alsau, nous pouvons approcher les fameuses Dentelles Sarrasines et le Grand Montmirail, l'ensemble des parois calcaires qui font la renommée du massif. En fond d'écran, le Mont Ventoux pointe son sommet blanc. C'est ensuite la descente vers Beaume de Venise, célèbre pour son vignoble et en particulier son vin de muscat. Avant d'arriver au centre village, nous passons d'abord par Notre Dame d'Aubune, chapelle romane du XIème siècle classée monument historique. Possibilité de visite de cave et dégustation à la cave Coopérative de Beaume de Venise.

Transfert Beaume de Venise - Buis les Baronnies en fin d'après midi (50mn) et installation à l'hôtel.

Hôtel 3* à Buis les Baronnies.

 12km, +350m/-450m de dénivelée.

JOUR 3 : TOUR DU ROCHER SAINT JULIEN

Nous démarrons la journée par la visite du centre village de Buis, avec ses rues à arcades et ses passages à soustet typiques. Nous montons ensuite en direction du Rocher Saint Julien qui domine le bourg. A l'image des Dentelles de Montmirail, il s'agit là aussi d'une immense dalle de calcaire dressée vers le ciel, en éventail. Elle fait le bonheur des grimpeurs, équipée de nombreuses voies d'escalade, ainsi que de plusieurs Via ferrata. Son contournement par l'Est nous permet de rejoindre un superbe belvédère avec vue imprenable sur la face Nord du Ventoux. Un avant-goût de l'étape du lendemain ! Le retour par le Serre Long nous ramène à Buis par le côté Sud du St Julien, après avoir admiré son côté Nord à la montée.

Nuit en hôtel 3* à Buis les Baronnies.

 8km, +350m/-350m dénivelé



JOUR 4 : ASCENSION (FACILITEE) DU MONT VENTOUX (1910m)

Transfert à la station du Mont Serein (50mn). Nous empruntons le GR4 pour gravir peu à peu le sommet du Géant. Nous empruntons un itinéraire permettant une ascension régulière et plus facile que par d'autres versants. Dans la montée, nous allons jeter un coup d'oeil à la superbe combe de Fontfiolle et son immense pierrier, en espérant observer quelques chamois, très à l'aise dans ces successions d'a-pics vertigineux. Au sommet (à 1910m), une vue à couper le souffle, des Alpes du sud à la Méditerranée. nous descendons par la chapelle Sainte Croix, refuge bienvenu lorsque le mistral et les bourrasques de neige se mettent de la partie en hiver. Puis nous enchainons par un sentier jouant en alternance avec les pistes de ski et le couvert forestier de pins à crochet puis de pins noirs. Visite de la petite station du Mont Serein au retour.

Liaison taxi ou minibus Mont Serein- Nyons (50mn) en fin d'après midi. Installation à l'hôtel à Nyons.

▲ 15km, +500m /-500m de dénivelée

JOUR 5 : MARCHE PROVENCAL DE NYONS - VILLEPERDRIX EN BARRONIES

Après un transfert en véhicule qui nous permet d'admirer les gorges de l'Eygues, nous atteignons le hameau de Villeperdrix. Très ancien lieu occupé par les Voconces, il se situait sur l'antique voie reliant les deux capitales de ce peuple gaulois, Luc en Diois et Vaison la Romaine. Un pont Romain datant de la fin du Ier siècle et classé Monument Historique atteste aussi de leur présence. Complètement abandonné pendant un temps, le bourg a été très joliment reconstruit au XXème siècle. Situé au pied de la montagne d'Angèle, sommet des Baronnies (1606m), il sera notre point de départ pour une belle boucle dont la partie en ligne de crête laissera apparaitre au loin le mont Ventoux.

Liaison taxi ou minibus fin d'après midi pour Nyons (30mn).

▲ 18km, +500m/-500m dénivelé

JOUR 6 : SAINT MAY - OBSERVATION DES VAUTOURS

Nous rallions en véhicule le hameau de St May au dessus des gorges de l'Eygues (30mn), puis la petite abbaye de Bodon, fondée au Vème siècle par l'abbé Marius sur un oppidum gallo-romain. L'objectif du jour est d'aller observer la colonie de vautours fauves, réimplantée dans les années 90 par l'association Vautours en Baronnies. Le succès de l'opération est tel (la colonie atteint aujourd'hui entre 300 et 400 individus) que l'on peut désormais admirer régulièrement plusieurs dizaines de ces magnifiques planeurs en plein vol. Dans un environnement qui leur convient parfaitement, fait de hautes falaises abruptes leur permettant de nidifier en paroi, le sentier qui nous conduit sur la ligne de crête vertigineuse du Rocher de St Auban, au dessus du village de Rémuzat, est un endroit idéal pour l'observation.

Liaison retour St May - Nyons (30mn).

▲ 15km, +400 /-400m dénivelée

JOUR 7 : NYONS

Visite de la ville et du musée de l'olivier.

Balade sur le sentier de l'olivier. Parcours pédagogique autour de la culture de l'olive. Le territoire nyonsais est le plus septentrional pour la culture oléicole, celle-ci est à la fois un marqueur géographique et climatique. Les olives et huile d'olive de Nyons ont été les premières AOC et AOP non viticoles obtenues en France.

Dispersion du groupe fin de matinée ou début d'après midi.

Transfert privé pour la gare d'Orange.

▲ 4km, +100m dénivelé.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.
- De juin à septembre, l'accès aux massifs provençaux peut être restreint ou interdit par la préfecture, pour la demi-journée ou la journée entière. Cette décision est liée au niveau de risque d'incendie (pour cause de grosse chaleur, de fort mistral, etc...), évalué la veille de chaque jour de randonnée par les autorités. Nos accompagnateurs sont habitués et formés, pour vous proposer une randonnée de remplacement le cas échéant, ou modifier l'ordre du programme lorsque cela est possible.

PERSONNALISER SON VOYAGE :

Un autre séjour existe dans cette même région : [Tour du Mont Ventoux, au pays du géant de Provence](#)

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Régulier
Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière. Entre 3 et 5h de marche et +100m à 500m de dénivelée.

NIVEAU TECHNIQUE :

Sentiers caillouteux typiques de Provence.

ENCADREMENT :

Accompagnateur en moyenne montagne diplômé d'état.



HÉBERGEMENT :

Hôtels ou villages vacances de catégorie 2 et 3*

- Une nuit à Vaison La Romaine, en hôtel 2*, hébergement habitué à accueillir des groupes de randonneurs et de cyclistes. Ambiance familiale.
- Deux nuits à Buis Les Baronnies en hôtel - village vacances, occupant un cloître datant du XVIème siècle et situé au cœur du village de Buis-les-Baronnies.
- Trois nuits à Nyons, en hôtel 3*. Situé dans un bâtiment du XIXème siècle avec une terrasse bordée d'arbres, dans le centre de Nyons, les chambres sont décorées avec du mobilier d'époque.

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous portez uniquement les affaires de la journée.

GROUPE :

De 6 à 12 participants.

RENDEZ-VOUS :

Rendez vous Jour 1 le dimanche à 11h à la gare d'Orange avec le guide. Transfert en transport public à Vaison la Romaine.

Pour ceux qui arrivent en voiture,

En cas d'arrivée tardive, vous pourrez appeler notre accompagnateur pour qu'il vous donne un RV dans le centre ville.

Au préalable, vous déposerez vos bagages à l'hôtel prévu.

Pour les arrivées en voiture, consulter la rubrique Parking de notre fiche technique.

Pour les arrivées en train, vous pouvez consulter la rubrique « Moyens d'accès / Train » de notre fiche technique.

DISPERSION :

Le samedi suivant à 16h à la gare d'Orange.

MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

Depuis Paris : par l'autoroute A7 jusqu'à Bollène puis prendre la D8 et suivre la direction Vaison La Romaine

Depuis Marseille : par l'Autouroute A7 et prendre la sortie 22 en direction de Vaison la Romaine.

Itinéraire : www.google.fr/maps

➤ COVOITURAGE

De nombreuses personnes, se rendant au départ de nos randonnées par leurs propres moyens, se rendent compte, une fois arrivée sur place, qu'elles auraient pu faire le voyage ensemble. Il nous est très difficile d'organiser par nous même le covoiturage ne disposant pas toujours des coordonnées de tous les participants et ne connaissant pas leur mode d'accès au point de rendez-vous. De plus, la loi nous interdit la divulgation des coordonnées de nos clients et nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire. Cependant, soucieux de vous faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de la planète, nous vous incitons à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :

www.covoiturage.fr ou www.covoiturage.com ou www.easycovoiturage.com, etc.



PARKING

Parking le plus proche de la gare : parking Frédéric Mistral

Pour les informations Tarifs, cliquez sur le lien suivant : <https://www.ville-orange.fr/article42.html>



EN TRAIN

Gare d'accès : gare d'Orange

Gare Paris Lyon TGV INOUI n°6191 : Départ : 07h43

Gare D'Orange arrivée : 11h03.

Horaires de train à titre indicatif sous réserve de toutes modifications (il est indispensable de vérifier auprès de la SNCF Tél. : 36 35 ou www.sncf-connect.com).

Retour :

Gare d'Orange départ : 17h57 (TGV INOUI N°6198)

Gare de Lyon arrivée : 21h17

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -3%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 3%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé!

Remise FFRandonnée – remise -5%

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons – remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués – remise -8% à -15%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en hôtel 2 et 3*, en demi-pension
- Les pique-niques le midi (du jour 1 au jour 6 inclus)
- Les transferts prévus au programme

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les visites
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€ / personne.



EN OPTION :

Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : 280€ en avril et octobre, 290€ en juin et septembre 2024



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
 - ✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).
- Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.



VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible)
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo, jumelles (facultatif)

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.



FORMALITÉS

FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport
- Carte vitale
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone)

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour. (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant le début du séjour justifiée).
- Assurance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des contrats d'assurances envoyés sur demande.



NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 14/08/2023