

ALPES
IS HERE

LE MAGAZINE
SOURCE DE HAUTEUR

#14

ÉTÉ 2024

OFFERT

En Isère, jetez-vous à l'eau !

En famille

LA BELLE VIA : À VÉLO
DANS LA VALLÉE DE L'ISÈRE

Évasion

LA VALLÉE DU HAUT-BRÉDA :
SOUS LE SIGNE DE L'EAU VIVE

À deux

VERTRIEU, UNE ESCAPADE
ROMANTIQUE AU BORD DU RHÔNE

isère
LE DÉPARTEMENT

Pour ce numéro spécial « eaux », la rédaction donne la parole à la grenobloise Laura Tarantola, championne olympique d'aviron.

« Glisser sur l'eau le matin dans un décor magique. »

©Antony Benoît



Laura Tarantola

Arrivée à Grenoble à l'âge de deux ans, en 1996, cette native d'Annemasse était encore au collège quand elle a commencé à ramer sur l'Isère au sein de l'Aviron grenoblois en 2008. Un sport qui est devenu très vite une passion ! Médaillée d'argent aux Jeux Olympiques de Tokyo en 2020 avec Claire Bové, vice-championne du monde (médaillon de bronze) en 2023 dans sa catégorie (couple de deux poids léger), Laura espère maintenant obtenir son ticket pour les JO de Paris en juillet avec sa fidèle coéquipière : leur bateau devra arriver dans les deux premiers aux régates de Lucerne (Suisse), le 21 mai prochain.

En seize ans de pratique, j'ai pu découvrir de nombreux bassins d'aviron dans le monde. Mais c'est sur l'Isère que j'ai donné mes premiers coups de pelle à l'âge de quatorze ans. Et ce bassin reste mon terrain de prédilection, celui où je m'entraîne tous les matins, par tous les temps, où j'ai pu développer toutes mes sensations.

Avec la brume au-dessus de l'eau et les montagnes alentour, le décor est assez magique : entre le pont d'Oxford et le barrage de Saint-Égrève, il offre cinq kilomètres de glisse d'affilée, ce qui est rare. Le courant étant assez fort, c'est aussi un bassin exigeant qui permet de cultiver ses performances : le débit variant d'un jour sur l'autre, on ne garde pas le nez sur le chronomètre. Quand on prend de la vitesse, on a parfois des papillons dans le ventre !

J'ai découvert ce sport à l'âge de quatorze ans un peu par hasard, pour être avec les copines : j'ai adoré l'ambiance de camaraderie, le fait d'être dehors, la sensation de glisse. À huit sur un bateau, neuf avec le bateleur, on est tout de suite unis par l'esprit d'équipe !

L'Aviron grenoblois est devenu pour moi une seconde famille. Par chance, c'est aussi l'un des meilleurs clubs de France. Comme nous étions un bon groupe de filles, la compétition est venue naturellement : deux ans après avoir débuté, j'étais championne de France junior sur un bateau de quatre. Et je ne me suis plus jamais arrêtée...

“EN ISÈRE, PLEIN LES YEUX,”

DOSSIER

- 8 L'Isère : histoires d'eaux.
- 14 Au temps des mariniers de l'Isère.



- 16 La légende du serpent et du dragon.
- 17 Grand'Maison : la plus grande centrale hydraulique de France.



NATURE

- 18 Crustacés et poissons de nos rivières.
- 22 Les étangs et mares : des trésors de vie.



Le Magazine

56 PAGES POUR S'INSPIRER,
RESPIRER, SAVOURER...

ÉVASION

- 20 Cinq cascades en Isère.
- 24 Glisser et voler au lac de Monteynard.



- 28 Au bord du Rhône à Vertrieu.
- 32 La vallée du Haut-Bréda : sous le signe de l'eau vive.



- 36 Journée fraîcheur dans le Vercors, entre grottes et canyons.
- 40 Au fil du Guiers, en Chartreuse.

DÉCOUVERTES

- 46 Les trésors engloutis des chevaliers-cavaliers de l'an mil.



FAIT EN ISÈRE



- 50 La Pierre d'Antan : des fontaines durables et responsables

SAVEURS D'ISÈRE

- 51 Le Petit Monétéron, des glaces à la ferme.



ONT PARTICIPÉ À CE MAGAZINE



Directrice de la rédaction : Vanessa Peregrin / Coordination : Véronique Granger et Sophie Battaglia / Rédaction : Annick Bertioz, Véronique Granger

« Au revoir Sophie ». Ce numéro est le 14^e et le dernier concocté avec Sophie Battaglia qui depuis le début a donné beaucoup de son âme à ce magazine. Une page se tourne et une autre s'ouvre : toute l'équipe lui souhaite une magnifique retraite en Isère ! Cette publication a été réalisée par Isère Attractivité et le Département de l'Isère avec les Offices de tourisme isérois / Création de la maquette : Matt Design & Communication / Mise en page : Richard Andrieux, Stéphane Dugne, Christophe Juvanon / Photographes : B.Bodin, JS.Faure, Images et rêves.com, P.Jayet, O.Lefebvre, A.Gelin, R.Juillet, T.Lefebvre, Klip.fr, X.Popy/ EDF, D. Guillaudin/EDF, P.Cholette, L.Gill, F. Pillant, ©G.Lavila, B.Lavit, Sheila/Adobe Stock, D.Fleury, ATD - K. Mandray, Aurélien Breyse, Stramba-Badiali, L.Frangella, A.Dorbeau, collections Musée dauphinois. -

Photo de Une : Lac de Paladru ©Pierre Jayet. Impression sur MAG TOP (100 % de fibres recyclées) Maury Imprimeur - 74 route nationale - 45300 Le Malasherbois (Manchecourt) /

Tirage : 624 300 exemplaires / Dépôt légal : 1^{er} semestre 2024 : ISSN 2608-9211

info@isere-attractivite.com - WWW.ALPE-ISERE.COM



@alpesisere #alpesisere



#alpesishere

L'étang de Montjoux compte parmi les nombreux réservoirs d'eau créés autour de la forêt de Bonnevaux au cours des siècles passés pour faire tourner les moulins à farine ou d'autres activités humaines. Aujourd'hui, c'est un coin de paradis romantique riche en espèces aquatiques et végétales remarquables ou menacées : hérons pourprés et cendrés, grèbes huppés, martins-pêcheurs et autres batraciens ou papillons comme le machaon. Le site, classé espace naturel sensible par le Département de l'Isère, est ouvert au public et peut se visiter tout l'été gratuitement en compagnie d'un guide-nature qui vous initiera à la vie foisonnante de ces précieuses zones humides.

Programme des rendez-vous nature sur le site : biodiversite.isere.fr





#alpesishere

En 1869, Aristide Bergès, un industriel papetier ariégeois, s'implante dans la vallée du Grésivaudan, à Villard-Bonnot/Lancey pour fabriquer de la pâte à papier, en exploitant la force des torrents de Belledonne. L'eau captée dans les premières conduites forcées de très grande hauteur fait tourner des turbines en contrebas qui entraînent à leur tour les défibreurs, puissantes meules à râper le bois. Cette énergie inépuisable qu'il ne cessa de développer fut baptisée la « houille blanche », en référence à la « houille noire » (le charbon de terre) qui était alors indispensable aux machines à vapeur.

La maison familiale des Bergès abrite aujourd'hui l'un des onze musées du Département de l'Isère, qui évoque cette épopée technique hors du commun dans un décor haut en couleurs.

www.musees-isere.fr - Un réseau de 11 musées en Isère tous gratuits.





Le lac de barrage de Saint-Pierre-Cognet sur le Drac au niveau de Saint-Pierre-de-Méaroz.

L'Isère : histoires d'eaux

Source de vie, de fraîcheur et d'énergie, l'eau a façonné le territoire et les reliefs de l'Isère en les dotant de paysages de carte postale. Jailli des glaciers alpins et des roches souterraines, de cascades tumultueuses en étangs ombreux, le précieux liquide coule et ondule à travers nos plaines et vallées pour se muer en or bleu, vert ou blanc, au gré des saisons. De la confluence du Drac et de l'Isère jusqu'au fleuve Rhône, quelque 8 000 kilomètres de rivières et cours d'eau, une douzaine de grands lacs (plus de 50 hectares) et un millier d'étangs abreuvent ainsi notre département...

Une richesse de plus en plus convoitée, qui doit être préservée.

PAR VÉRONIQUE GRANGER

Sources chaudes, lacs glaciaires et houille blanche

L'histoire de l'Isère est étroitement liée à la qualité et à l'abondance de ses eaux. Au XIX^e siècle, le maire de Grenoble Honoré-Hugues Berriat imagina carrément de transformer la « cuvette » en station thermale : un aqueduc de 40 kilomètres devait acheminer les eaux issues des sources chaudes de la Motte-les-Bains, connues depuis l'époque romaine pour

leurs vertus médicinales, jusqu'à un établissement de 1 800 bains au pied de la Bastille ! Le projet pharaonique fut finalement abandonné et les fameuses sources, englouties en 1962 après la mise en service du barrage hydraulique de Monteynard sur le Drac et l'Ébron. Deux stations thermales réputées accueillent en revanche les curistes à Uriage-les-Bains et Allevard-les-Bains.



Le Vénéon, l'un des derniers torrents d'origine glaciaire en Isère, est aussi l'un des plus beaux des Alpes avec ses eaux turquoise. Parcourant 33 kilomètres, du glacier de la Pilatte dans les Écrins jusqu'à la Romanche, il offre des sensations fortes aux amateurs de rafting ou de kayak et des parties de pêche sportive inoubliables.



© O. Lefebvre

Quand l'eau devient sculpteur ou architecte



© A. Gelin

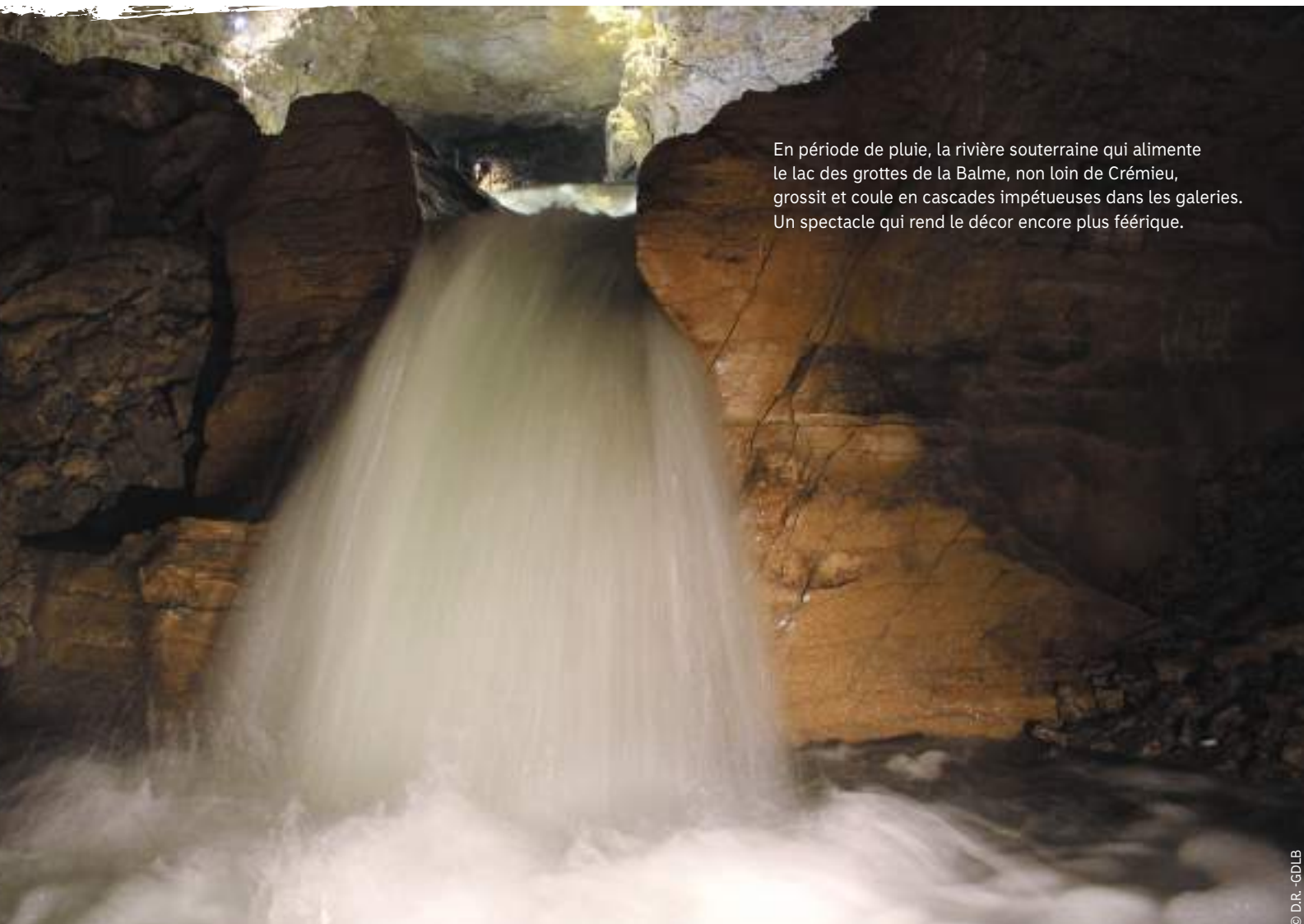
Face au massif de la Chartreuse, à 1974 m d'altitude, le lac naturel du Crozet est un joyau du massif de Belledonne très couru des randonneurs. C'est ici aussi que commence l'aventure de la « houille blanche » à la fin du XIX^e siècle, quand Aristide Bergès entreprit de le rehausser pour exploiter la force des torrents issus de la fonte des neiges. Grâce à lui, Grenoble fut la première ville à expérimenter un éclairage électrique public en 1882.

C'est grâce à la force des torrents et à leur capacité à transformer l'eau en énergie – la bien nommée « houille blanche », développée par Aristide Bergès dans le massif de Belledonne pour faire tourner ses papeteries – que nos vallées alpines vont connaître un essor économique considérable, au tournant du XX^e siècle. L'Oisans va devenir ainsi le théâtre d'une impressionnante épopée industrielle autour de l'électrometallurgie et de l'hydroélectricité. Le massif abrite aujourd'hui le plus grand barrage construit en Europe, Grand'Maison : la centrale hydraulique associée est aussi la plus puissante de France (voir encadré page 17). En 2020, après dix ans d'un chantier monumental, une nouvelle centrale était inaugurée dans la vallée de la Romanche par EDF à Livet-et-Gavet. La nouvelle usine, qui remplace six anciennes centrales et cinq barrages (pour certains centenaires), présente l'avantage d'être presque souterraine, avec une capacité accrue de 40 % : l'eau parcourt 10 kilomètres

dans un tunnel creusé sous le massif de Belledonne. Rendue à la nature, la vallée de la Romanche peut du même coup retrouver son décor de montagne originel.

Juste au-dessus, reliques de l'ancien glacier de l'Oisans, une multitude de lacs d'altitude aux eaux translucides contemplent les sommets de Belledonne. Au pied du Taillefer, le plateau matheysin égrène lui aussi un chapelet de grands lacs naturels : Laffrey, Pétichet ou Pierre-Chatel, entourés de roselières sauvages, font le bonheur des pêcheurs et des baigneurs en été.

Dans les massifs calcaires de la Chartreuse et du Vercors, véritables châteaux d'eau, les pluies ont sculpté goutte à goutte sur des millénaires de fabuleuses grottes et falaises en nourrissant des kilomètres de rivières souterraines... un terrain d'exploration et de sensations exceptionnel pour les spéléologues ou les canyonistes ! En 1838, dans ses Mémoires d'un touriste, Stendhal vantait déjà « *la transparence et la beauté* » de la Bourne tout en dégustant « *d'excellentes truites* ».



En période de pluie, la rivière souterraine qui alimente le lac des grottes de la Balme, non loin de Crémieu, grossit et coule en cascades impétueuses dans les galeries. Un spectacle qui rend le décor encore plus féérique.



© R. Juillet

Installé dans un ancien méandre du Rhône, le port de plaisance des Roches-de-Condrieu fait figure de mini « Saint-Tropez » isérois : près de 210 bateaux, péniches et voiliers sont amarrés à son ponton flottant, dont une trentaine de résidents permanents.

De l'Isère au Rhône

À l'autre bout de l'Isère, au carrefour des Alpes et de la Méditerranée, c'est le Rhône qui coule en majesté. Lovée dans l'une de ses boucles, la ville de Vienne lui doit son éclat à l'époque romaine : ses monumentaux vestiges antiques, comme le temple d'Auguste et Livie, attestent de la puissance commerciale de la cité portuaire d'alors. Aujourd'hui, les croisiéristes de plus en plus nombreux profitent de la halte fluviale face au pavillon du tourisme pour découvrir la cité et ses trésors méconnus au pied des vignobles prestigieux qui poussent sur ses collines. L'Isère compte aussi deux ports de plaisance sur le Rhône, à Montalieu-Vercieu, en amont, et aux Roches-de-Condrieu, en aval.

Irriguant les innombrables cultures maraîchères, le deuxième fleuve français a conservé en Isère en bonne partie son caractère sauvage : ses bras (les lônes) servent de refuge à toute une flore et une faune abondante et protégée, comme sur l'île du Beurre (sur le tracé de la ViaRhôna) ou sur l'île de la Platière – classées espaces naturels sensibles. En bateau à chaîne ou en canoë, on navigue à



© T. Lefébure

À quelques kilomètres de Roussillon, l'île de la Platière et le méandre des Oves, un espace naturel sensible situé dans une boucle du Rhône, invitent à une immersion dans la mangrove.

travers une végétation luxuriante parmi les papillons et les libellules, entre prairies humides, étangs et marais. Sur 2 000 hectares, la réserve nationale du Haut-Rhône-Dauphinois abrite

la plus vaste forêt alluviale de France. L'un des grands enjeux aujourd'hui est de préserver cette ressource qui fait la richesse et la beauté de l'Isère – les neiges n'étant plus éternelles.

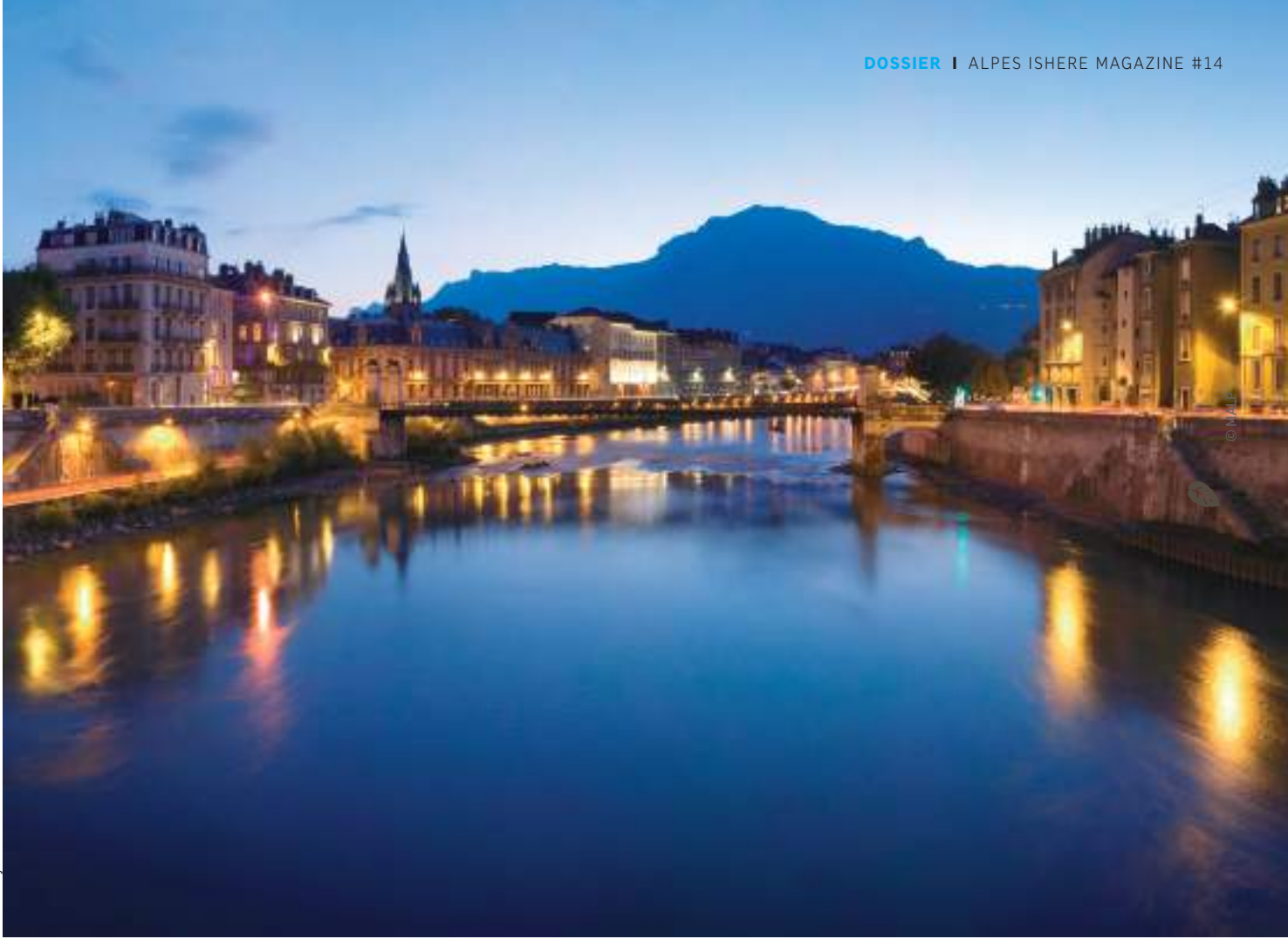
“ Au temps des mariniers, de l'Isère ”

Voquant entre la Sône et Saint-Nazaire-en-Royans sur le bateau à roue Royans-Vercors – l'unique embarcation à passagers naviguant sur l'Isère – au milieu des roselières, on trouve la rivière bien paisible. Inutile de vouloir prolonger le voyage. Depuis 1957, son

franchissement est devenu impossible en raison des barrages EDF et l'Isère a été rayée de la carte des voies navigables. Difficile de s'imaginer que des milliers d'embarcations lourdement chargées, dépassant pour certaines les 20 mètres de long, défilaient pourtant chaque année



En 1841, on comptabilisait encore 320 bateaux transportant 35 000 tonnes de marchandises entre Grenoble et Valence (contre 19 000 tonnes par la route). Dans les années 1910, la circulation fluviale sur l'Isère était devenue très marginale.



© Pierre Jayet

L'Isère a été définitivement radiée de la liste des rivières navigables de France en 1957.

sur l'étroit cours d'eau du Moyen Âge à la fin du XIX^e siècle pour acheminer vers le sud les briques, tuiles, noix, minerais de fer ou blocs de pierre taillée extraits des carrières alpines. De la combe de Savoie au Rhône, portés par le courant, les radeliers descendaient parfois jusqu'à Arles ou Beaucaire, bravant tous les périls. En dépit de ses brusques accès d'humeur, de son débit rapide et des nombreux écueils ou bancs de sable, la voie fluviale était alors plus sûre que la route ! Très souvent à sec en été, torrentielle au printemps, l'Isère était navigable une centaine de jours par an. À la remontée, les barges revenaient chargées de sel, d'épices, de céramiques, d'huile ou de vins gorgés par le soleil de la Méditerranée. Toute une activité qui a disparu avec l'arrivée du chemin de fer Grenoble-Valence en 1864 et, surtout, la construction des barrages.

Source : *Le livre L'Isère au temps des mariners, de l'association Sauvegarde du patrimoine romain-péageois ; le site visites-nature-vercors.com*



© Musée dauphinois

Estampe de Louis Haghe montrant un groupe de tailleurs de pierres prêt à embarquer sa cargaison sur les quais de l'Isère, à Grenoble, dans les années 1840.

La légende du serpent et du dragon



© Musée dauphinois

Peinture de Louis Couturier montrant la plaine de Grenoble inondée par le Drac en 1816.

L'Isère, avant d'être endiguée au milieu du XIX^e siècle, serpentait allègrement dans la vallée du Grésivaudan... et sortait régulièrement de son lit sans prévenir. Le Drac (dragon, en occitan), l'autre rivière alpine qui traverse l'agglomération grenobloise, était connu quant à lui pour ses colères noires. L'impétueux cours d'eau se déversait parfois jusqu'à la place Grenette et à l'actuel Jardin

de ville ! Il fut canalisé dès le XIV^e siècle pour être repoussé au pied du rocher de Comboire, à l'ouest. De l'époque romaine à la fin du XIX^e siècle, coincée entre le serpent et le dragon, la capitale des Alpes fut ainsi ravagée par 150 inondations majeures.

Entre toutes, la catastrophe du 14 au 15 septembre 1219 reste la plus dévastatrice. À la suite d'un éboulement dans la vallée de la Romanche (un des affluents du Drac) un immense lac s'était formé une vingtaine d'années auparavant, en aval du Bourg-d'Oisans. Quand le barrage naturel finit par céder sous des pluies diluviennes, une vague énorme déferla sur Grenoble et la submergea, emportant des milliers d'habitants surpris dans leur sommeil. Impossible pour eux de fuir sur les hauteurs de la Bastille : les portes de la ville étaient bloquées par la pression de l'eau !

En 1843, le sculpteur grenoblois Victor Sappey s'inspira de la légende du serpent terrassé par le dragon pour sa Fontaine au lion (visible au pied de la Bastille et de la montée Chalemont). Le monument lui avait été commandé pour célébrer l'achèvement du réseau de digues destiné à protéger la ville. Même si leur fréquence se réduisit, d'autres crues survinrent cependant : en 1859, l'eau ravagea encore toute la plaine du Grésivaudan avant d'envahir les rues de Grenoble. Le niveau relevé alors a d'ailleurs servi de référence pour l'énorme réaménagement des digues de l'Isère, qui s'est achevé en 2021 avec la création de bassins d'inondation (Isère Amont).



© Musée dauphinois

Le serpent et le dragon sur la fontaine au lion du sculpteur Victor Sappey, place de la Cymaise à Grenoble (autour de 1940).



Le lac du barrage de Grand'Maison, sur l'itinéraire des grands cols alpins prisés par les cyclotouristes.

Grand' Maison : la plus grande centrale hydraulique de France

Mise en service en 1987 en amont de la vallée de Romanche, entre les massifs de Belledonne et des Grandes-Rousses, cette centrale représente à elle seule 9 % de la puissance du parc hydraulique d'EDF. Avec ses 12 groupes hydroélectriques, elle peut injecter en quelques minutes jusqu'à 1 800 MW sur le réseau électrique français. Soit en moyenne l'équivalent de la consommation annuelle de 830 000 habitants en électricité.



© D. Guillaudin-EDF

À VISITER

Le musée EDF-Hydrélec.
À VAUJANY



© Popy-EDF

Sur les rives du lac du Verney, ce musée vous raconte la grande épopée industrielle de la transformation de l'eau en électricité, du XIX^e siècle à nos jours. Un site unique en France, avec près de 450 objets, des maquettes et une salle des machines qui nous plonge dans au cœur d'une centrale hydroélectrique.

Visite gratuite, du 1^{er} juin au 15 octobre.

Sept crustacés et poissons de nos rivières

Les invisibles

L'ISÈRE COMPTE 41 ESPÈCES DE POISSONS, DONT UN TIERS SONT AUJOURD'HUI MENACÉS DE DISPARITION. EN CAUSE : LA POLLUTION, L'ARTIFICIALISATION ET LE RÉCHAUFFEMENT DES COURS D'EAU.

PAR ARNAUD CALLEC / DESSIN FANNY LE BAGOUSSE

LES POISSONS ET CRUSTACÉS SE RÉPARTISSENT EN FONCTION DE LA TEMPÉRATURE DE L'EAU ET DE LEURS BESOINS EN OXYGÈNE.

ZONE À TRUITES

- Torrents et petits ruisseaux aux fonds rocheux et caillouteux.
- Eaux rapides, toujours froides et oxygénées.
- Autres espèces : goujon, vairon, chabot.

ZONE À OMBRES

- Rivières de moyenne montagne avec une alternance de zones à courant rapide et à courant lent, et un fond de cailloux et gravier.
- Eaux bien oxygénées à la température plus élevée.
- Autres espèces : truite, blageon, goujon, ablette...

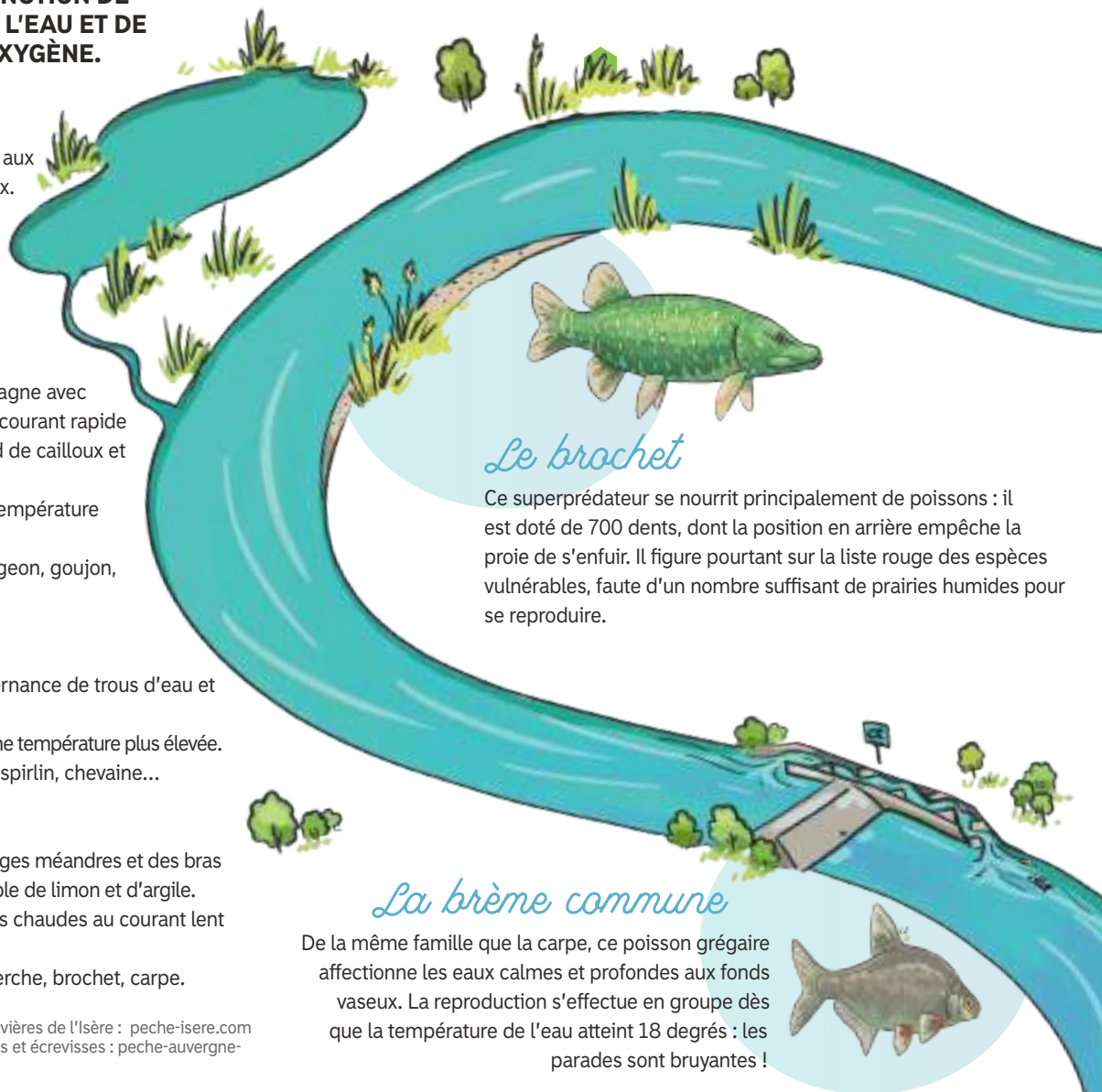
ZONE À BARBEAUX

- Rivières de plaine avec alternance de trous d'eau et de bancs de sable.
- Eaux bien oxygénées avec une température plus élevée.
- Autres espèces : vandoise, spirilin, chevaine...

ZONE À BRÈMES

- Grandes rivières avec de larges méandres et des bras secondaires, et un fond stable de limon et d'argile.
- Eaux peu oxygénées et plus chaudes au courant lent (moins de 25 cm/sec).
- Autres espèces : tanche, perche, brochet, carpe.

Sources : Atlas des poissons des rivières de l'Isère : peche-isere.com
- Liste rouge régionale des poissons et écrevisses : peche-auvergne-rhonealpes.fr



Le brochet

Ce superprédateur se nourrit principalement de poissons : il est doté de 700 dents, dont la position en arrière empêche la proie de s'enfuir. Il figure pourtant sur la liste rouge des espèces vulnérables, faute d'un nombre suffisant de prairies humides pour se reproduire.

La brème commune

De la même famille que la carpe, ce poisson grégaire affectionne les eaux calmes et profondes aux fonds vaseux. La reproduction s'effectue en groupe dès que la température de l'eau atteint 18 degrés : les parades sont bruyantes !

La truite fario de souche méditerranéenne

Espèce emblématique de l'Isère, la truite fario autochtone est de souche méditerranéenne – à la différence des truites introduites, issues d'élevage de souche atlantique. Elle est présente dans le Guiers, labellisé « Site rivières sauvages » sur 12 kilomètres.

L'écrevisse à pattes blanches

Cette espèce autochtone apprécie les eaux fraîches, pures et bien oxygénées. Mais elle se fait de plus en plus rare à cause de l'artificialisation des cours d'eau, de la pollution et de la concurrence avec l'écrevisse américaine (Louisiane, orconecte ou signal), des espèces introduites qui lui transmettent la peste des écrevisses.

La lamproie de Planer

Ce drôle de poisson aux allures de petite anguille (dit aussi suce-pierre) se nourrit de micro-organismes vivant dans le limon avec sa bouche ventouse dépourvue de mâchoire. Comme le brochet, il effectue des migrations pour trouver des lieux favorables à sa reproduction. La limitation des obstacles et la création de passes à poissons constituent un enjeu important pour son cycle de vie.

Le barbeau fluviatile

Reconnaisable à ses barbillons, ce poisson peut atteindre plus de 1 mètre et peser plus de 10 kilos. Sensible aux pollutions chimiques, il est de plus en plus menacé.

L'ombre commun

Ce magnifique salmonidé (de 30 à 40 centimètres de long) est un bon indicateur de la qualité des milieux. Sa femelle peut pondre entre 1 500 et 15 000 œufs en mars et mai : elle les dépose sur des graviers, là où le courant s'accélère. Un arrêté préfectoral protège ces fragiles frayères de tout piétinement et de toute destruction.

Pour en savoir plus, participez à des sorties cet été :

- **Le 22 juin** : découverte de la faune piscicole à Paladru.
- **Le 4 août** : balade au fil de l'eau à Estrablin.
- Tout l'été, profitez des immersions proposées par le Département dans les espaces naturels sensibles lors des Rendez-vous nature : toutes les infos sur le site biodiversité.isere.fr

Cinq cascades à découvrir en Isère

Elles impressionnent et dévalent la montagne dans un vacarme assourdissant. En Isère, de nombreuses cascades proviennent de torrents qui prennent directement leur source dans les glaciers.

Rafrâchissement garanti !

PAR ANNICK BERLIOZ

Elles impressionnent et rafraîchissent



© Chartreuse tourisme

1

LA GRANDE CASCADE DE L'ALLOIX

● EN GRÉSIVAUDAN-CHARTREUSE

Depuis Sainte-Marie-du-Mont, un panneau indique la direction de la voie romaine. C'est l'itinéraire à suivre pour découvrir la grande cascade d'Alloix, qui se dévoile après avoir franchi quelques petits ponts de bois. Ce large rideau d'écume offre un spectacle fascinant.



2

2

LA CASCADE DE LA MUZELLE

● EN OISANS

Vous resterez ébahis par sa splendeur et sa blancheur immaculée.

Issue du torrent de la Pisse, dont la source est le glacier de la Muzelle (3 645 mètres),

cette impressionnante cascade est accessible à partir de Venosc, après une courte montée en plein cœur du massif des Écrins.

3

LA CASCADE DE LA PISSE

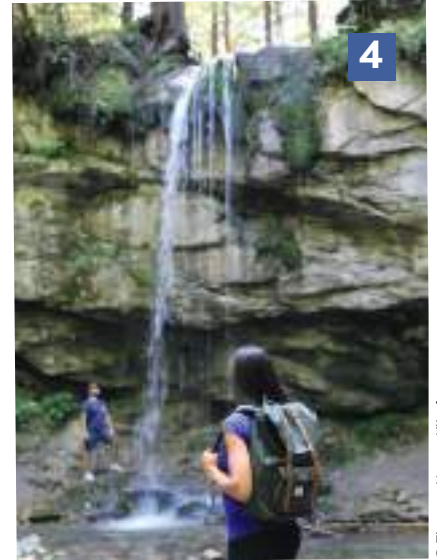
● EN MATHEYSINE

Au départ du Désert-en-Valjoux, la cascade de la Pisse se trouve à un peu plus d'une heure de marche en direction du refuge de Font-Turbat, dans le massif des Écrins. C'est le clou d'une balade plutôt facile d'accès. Tout au long, une vue splendide donne sur la face nord de l'Olan (3 564 mètres).



3

© Pierre Jayet



4

© Thomas Hytte - Klip.fr

4

LA CASCADE DE LA FAUGE

● DANS LE VERCORS

À quelques centaines de mètres de Villard-de-Lans, on traverse le pont de l'Amour, dont le nom vient des histoires romantiques des lycéens d'autrefois. La cascade se trouve un peu plus haut (à 800 mètres environ). Une promenade rafraîchissante en sous-bois !

5

LA CASCADE DE LA PISSEROTTE

● EN CHARTREUSE

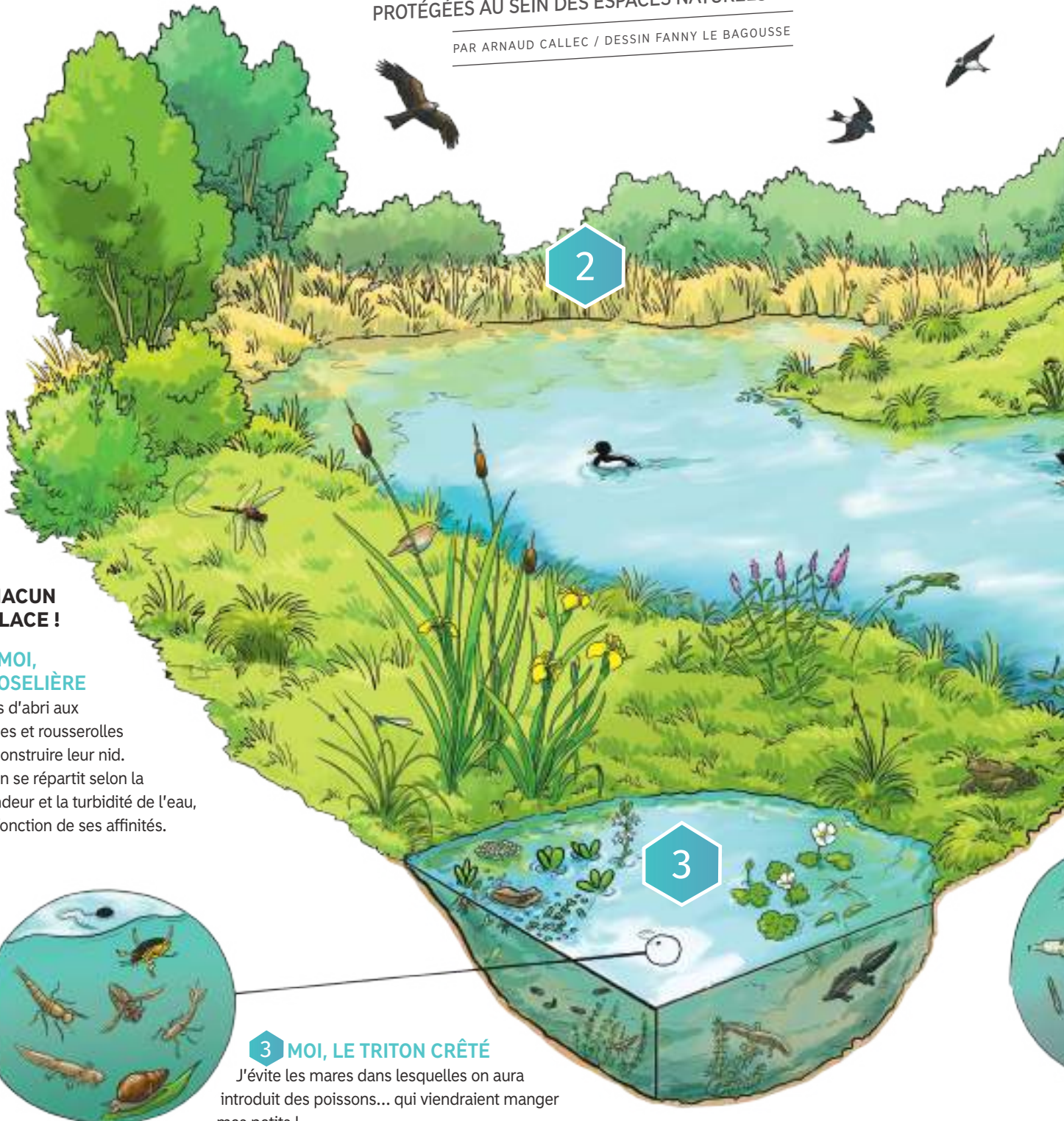
Sur la commune de Saint-Joseph-de-Rivière, cette cascade de 64 mètres de haut est accessible facilement en quinze minutes de marche. Elle est particulièrement impressionnante en mars-avril avec son fort débit d'eau dû à la fonte des neiges.

Toutes les infos : alpes-isere.com

Les étangs et mares : d

PLANTES, OISEAUX, INSECTES : QUE DE VIE DANS LES ÉTANGS ET MARES !
HÉLAS. LES ZONES HUMIDES NE REPRÉSENTENT PLUS QUE 6 %
DE LA SURFACE DU DÉPARTEMENT. ELLES SONT
PROTÉGÉES AU SEIN DES ESPACES NATURELS SENSIBLES.

PAR ARNAUD CALLEC / DESSIN FANNY LE BAGOUSSE



À CHACUN SA PLACE !

2 MOI, LA ROSELIÈRE

Je sers d'abri aux foulques et rousserolles pour construire leur nid. Chacun se répartit selon la profondeur et la turbidité de l'eau, et en fonction de ses affinités.

3 MOI, LE TRITON CRÊTÉ

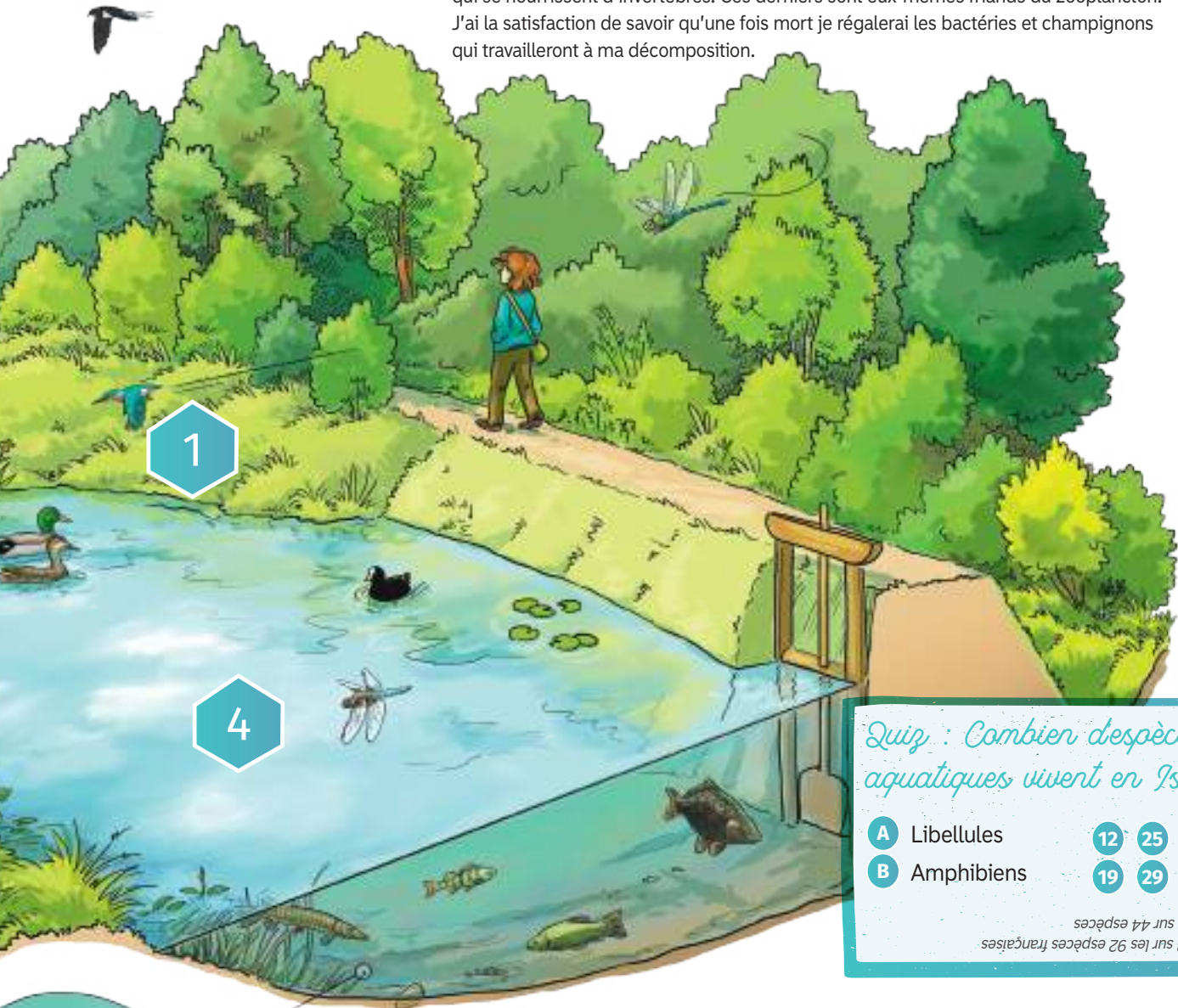
J'évite les mares dans lesquelles on aura introduit des poissons... qui viendraient manger mes petits !

Les trésors de vie

DES ESPÈCES EN INTERACTION LES UNES AVEC LES AUTRES

1 MOI, LE MARTIN-PÊCHEUR

Comme mon nom l'indique, je suis un amateur de petits poissons (gardons, goujons...) qui se nourrissent d'invertébrés. Ces derniers sont eux-mêmes friands du zooplancton. J'ai la satisfaction de savoir qu'une fois mort je régèlerai les bactéries et champignons qui travailleront à ma décomposition.



1

4

Quiz : Combien d'espèces aquatiques vivent en Isère ?

- | | | | | |
|---|------------|----|----|----|
| A | Libellules | 12 | 25 | 78 |
| B | Amphibiens | 19 | 29 | 55 |

A : 78 sur les 92 espèces françaises
B : 19 sur 44 espèces

DES BIOINDICATEURS DE LA SANTÉ DES ZONES HUMIDES

4 NOUS, LES LIBELLULES ET AMPHIBIENS

Notre survie est menacée par la disparition des zones humides. Elles sont aussi très utiles pour vous les humains : elles épurent vos eaux usées, régulent les rivières et sont des lieux de pêche, entre autres services rendus !



Découvrez le nom de toutes ces espèces

■ Sur le site biodiversite.isere.fr

■ Et profitez tout l'été des « **Rendez-vous nature** » gratuits pour les découvrir sur les espaces naturels sensibles de l'Isère : **Programme des visites et animations et inscriptions sur biodiversite.isere.fr**

Pour en savoir plus :

■ <https://etangs-isere.fr/>

Sur l'eau et dans les airs au lac de Monteynard

DANS LE TRIÈVES

Deuxième plan d'eau le plus venté d'Europe, le lac de barrage de Monteynard-Avignonet est le spot idéal pour voguer et voler sur l'eau !
Un groupe de potes a testé le paddle et le wingfoil.

PAR VÉRONIQUE GRANGER

Dix heures du matin, une douce brise caresse les eaux turquoise du lac. À genoux sur sa planche, Laetitia se cramponne à sa pagaie (paddle en anglais) avant de se relever, les jambes un peu tremblantes, et de se laisser porter par le léger courant. « *C'est le moment idéal pour s'initier au stand-up paddle, recommande Marine Decorte, monitrice au Windclub Monteynard. Vers midi, à mesure que la température de l'air augmente, le vent thermique va se lever et souffler de plus en plus fort. Il sera plus difficile de tenir son équilibre.* »



L'aile ou la pagaie ? à chacun ses sensations



© Thibault Léfébure

© Thomas Hytte Klip.fr

Pratiqué à l'origine par les rois polynésiens, l'art de voguer debout sur une planche (le stand-up paddle ou SUP) à coups de pagaie fait partie de ces sports très anciens qui suscitent un nouvel engouement depuis quelques années. « C'est une glisse à la portée de tous, à condition d'acquérir les bons gestes », poursuit Marine.

Autre discipline pas si récente devenue très à la mode : le wingfoil – à ne pas confondre avec le windfoil ! Le but est le même : se propulser au-dessus de l'eau et « voler » grâce à un foil (une aile profilée placée sous la planche). La grosse différence, c'est qu'en wingfoil, l'aile gonflable n'est pas fixée, le bras faisant office de mât. Ce qui offre une plus grande liberté de mouvement. Contrairement au kitesurf, où l'on s'accroche à un cerf-volant, on n'a pas besoin non plus d'enfiler un harnais : il est donc plus facile de se relever si on tombe à l'eau. « Le wingfoil sollicite moins d'énergie et le maniement de l'aile est plus intuitif : mais on va aussi moins vite », précise Marine. Qui recommande toutefois fortement quelques heures de cours avant de se lancer sur l'eau : « Là encore il faut des bases : sentir le vent, porter son regard droit devant soi et jamais vers ses pieds ! En-

suite, il faut vaincre sa peur pour arriver à décoller. » Si ces glisses ont le vent en poupe, c'est qu'elles offrent un maximum de sensations tout en étant accessibles à tous. « J'ai des stagiaires de tous niveaux, de 10 à 70 ans et plus. Le gros avantage c'est que l'on progresse vite ! »

Pour le paddle comme pour toutes les autres activités nautiques (canoë compris), le gilet de sauvetage est obligatoire sur tout le lac sous peine d'amende. Si les sports nautiques sont autorisés sur une vaste zone, la baignade est interdite sur l'intégralité du lac. ■

Plus d'infos : www.lac-monteynard.com

Pour aller plus loin: trieves-vercors.fr

PRATIQUE

Le Windclub Monteynard propose des initiations au wingfoil ou au stand-up paddle (pensez bien à réserver).
wind-club-monteynard.com

J'Y VAIS SANS VOITURE

Bus T95 depuis la gare routière de Grenoble
Infos : carsisere.auvergnerhonealpes.fr



© Thibault Léfébure

Le wingfoil, une glisse volante accessible à tous.



Les passerelles himalayennes surplombant le Drac et l'Ébron : le vertige des sens !

L'espace EDF-Odyssélec



© EDF



© L. Gill

À TREFFORT

Sur la base nautique de Treffort, cet espace d'exposition de 60 mètres carrés (le Môle) permet de découvrir l'histoire et le fonctionnement du lac et du barrage hydroélectrique de Monteynard. Mis en service par EDF en 1962, ce colosse (155 mètres de haut sur 230 de long), capable de pourvoir à la consommation électrique de 170 000 habitants, est le plus puissant des barrages édifiés dans la vallée du Drac. Le lac, délimité par les profonds canyons du Drac et de l'Hébron, constitue un gigantesque réservoir d'eau sur 20 kilomètres de long... et un spot de navigation praticable environ trois cents jours par an, en accord avec EDF – qui régule le niveau d'eau selon les besoins en production et les apports des pluies. Pour en savoir plus, on peut aussi visiter le belvédère du barrage de Monteynard, réhabilité par EDF : accessible aux personnes à mobilité réduite et aux déficients visuels, il domine le lac et les massifs environnants. Des panneaux pédagogiques expliquent aux petits et grands le mode de production de l'hydroélectricité dans la vallée du Drac.

www.lac-monteynard.com

OÙ DORMIR ?

Le Camping de la plage



© Thomas Hytte-Klip.fr

Un camping tout équipé (réchaud, cafetière, glacière et drap) et labellisé « Accueil vélo » pour voyager léger. On dort (à deux) dans une cabane sur pilotis à deux pas de la plage. La séance d'initiation au paddle est offerte !

www.camping2laplage.com

Le Shack sur le lac



© P. Cholette

Un chalet en bois cosy les pieds dans l'eau pour cinq personnes (deux chambres) face au Sénépy et à l'Obiou, avec sa petite terrasse ombragée tout équipée et son jardin : idéal pour un week-end, une semaine ou davantage ! Le plus : deux paddles sont à la disposition des vacanciers.

le-shack-sur-le-lac.mystrikingly.com

Au bord du Rhône : Vertrieu, un village d'exception

DANS LES BALCONS DU DAUPHINÉ

Vertrieu, charmant village des Balcons du Dauphiné, possède deux châteaux. Inès et Yannick, un jeune couple de Chambéry, se sont aventurés dans ses ruelles à la recherche de son âme d'antan.

PAR ANNICK BERLIOZ



Le château neuf, une noble demeure construite au XVII^e siècle au bord du Rhône.



© O. Lefebvre



Son nom viendrait du latin *vertere*, qui signifie « vider », lié à sa situation au bord du Rhône, là où le fleuve amorce une courbe en direction de Lyon. Une position stratégique qui a permis à Vertrieu de développer une activité portuaire importante jusqu'au milieu du XIX^e siècle, quand la pierre de Villebois était très recherchée pour construire les immeubles lyonnais. Malgré son riche patrimoine, ce village de 670 âmes situé à la frontière de l'Ain reste très discret. Inès et Yannick y ont fait une escale à l'occasion d'une balade à vélo entre Morestel et Lagnieu, sur la ViaRhôna. Cet itinéraire cyclable de 815 kilomètres relie le lac Léman à la Méditerranée en longeant les berges du Rhône à travers de beaux villages nichés dans une nature préservée.

PHILTRES D'AMOUR ET VIEILLES PIERRES

En flânant dans ses ruelles étroites bordées de maisons en pierre, ils ont découvert un jardin des simples reconstitué par une association. Il est divisé en quatre carrés : un potager, des plantes médicinales, des roses et des espèces maléfiques. Ici, on est immergé en plein cœur du Moyen Âge, aux temps révolus des potions magiques et des philtres d'amour. De là, un chemin s'élève à travers une forêt de hêtres et de charmillles. Après une demi-heure de marche, le jeune couple arrive sur un piton

rocheux face à une maison forte. Sa construction date du XIII^e siècle, à l'époque d'Humbert de la Tour, dauphin de Viennois. Avec son échauguette, son pont-levis et ses maçonneries, cet édifice entièrement restauré est caractéristique des maisons fortes du Nord-Isère. Juste à côté se trouve un colombier quadrangulaire qui pouvait accueillir jusqu'à 700 pigeons dans ses boulines (trous servant à nidifier.) Plus loin, au cœur des bois du Serverin, Inès et Yannick découvrent une glacière en pierre au toit de lauzes. Construite en 1716, elle fonctionnait toujours au début du XX^e siècle, lorsque les réfrigérateurs étaient encore rares.

Tout en haut, un panorama unique s'ouvre sur le village, le Rhône et le château neuf, une noble demeure édifiée à partir du XVII^e siècle par le seigneur de Vertrieu. Elle se compose d'un corps de logis flanqué de quatre tours carrées. Sa silhouette gracieuse se reflète dans l'eau. Tout autour, un parc de 4 hectares est tapissé d'un jardin à la française du XVIII^e siècle et d'un autre à l'anglaise du XIX^e qui se visitent en été. Une belle journée dans un village d'exception au temps des chevaliers ! ■

Plus d'infos : commune-vertrieu.fr

Pour aller plus loin : www.balconsdudauphine-tourisme.com



© O. Lefebvre

OÙ DORMIR

L'Éden marine

À MONTALIEU-VERCIEU

Dormir sur un bateau tout confort, amarré le long du Rhône, avec la vue sur le Bugey. Une expérience singulière et dépaysante !
evasion.ishere.fr

À NE PAS MANQUER



© D.R.

Les grottes de la Balme

À LA BALME-LES-GROTTES

Creusées il y a cent trente mille ans à la fin de l'avant-dernière glaciation, les grottes de la Balme auraient reçu la visite de François I^{er} et servi de repaire à Mandrin, le célèbre bandit dauphinois. Vous pourrez admirer les galeries et labyrinthes, stalactites, stalagmites, un lac souterrain... C'est aussi le royaume des chauves-souris.

www.grotteslabalme.com

OÙ DORMIR

Le Relais du destin

À VERTRIEU

Une belle demeure du XVII^e siècle dotée d'une terrasse avec vue imprenable sur un parc en bordure de rivière. Certaines chambres donnent sur le Rhône. Service de restauration sur réservation.
evasion.ishere.fr



© F. Pillant

EN
FAMILLE



Le Haut-Bréda :

une vallée sous le signe de l'eau vive



Elle jaillit au cœur du massif de Belledonne dans un cadre verdoyant. Trésor de la vallée du Haut-Bréda, la cascade du Pissou se dévoile après une heure de marche et 150 mètres de dénivélé. Un havre de fraîcheur et de paix.

PAR ANNICK BERLIOZ



© G. Lavita

Dévalant de rocher en rocher sur 50 mètres de hauteur, la cascade du Pissou est l'un des chefs-d'œuvre naturels de la vallée du Haut-Bréda. Et durant l'été, il suffit d'un peu de vent sur l'eau pour que cette superbe jetée d'écume blanche se transforme en brumisateuse géant. Un bonheur lorsque les températures dépassent les 30 degrés !

En vacances dans la station thermale d'Allevard-les-Bains, Laura, Sébastien et leurs deux filles sont venus s'y ressourcer. Vingt kilomètres plus haut, dans la vallée depuis le lac de Fond-de-France ou du parking situé à proximité, une courte randonnée permet d'atteindre ce joyau naturel.

D'emblée, le paysage impressionne et subjugué la petite famille. Au pied de la montagne, les pics acérés du massif de Belledonne en imposent par leur majesté avec, à gauche, le glacier de Combe-Madame et, à droite, la Belle-Étoile. Le sentier qui mène à la cascade, bien balisé, se révèle peu escarpé. Toutefois, le sol étant parfois un peu glissant, les enfants veillent à bien lever les pieds. Très vite, on arrive dans un champ où broutent des chevaux puis l'on s'engouffre dans une belle forêt de pins et d'épicéas. Ici, la

nature se mérite : il faut se lever tôt pour apercevoir chevreuils, biches et autres habitants des lieux.

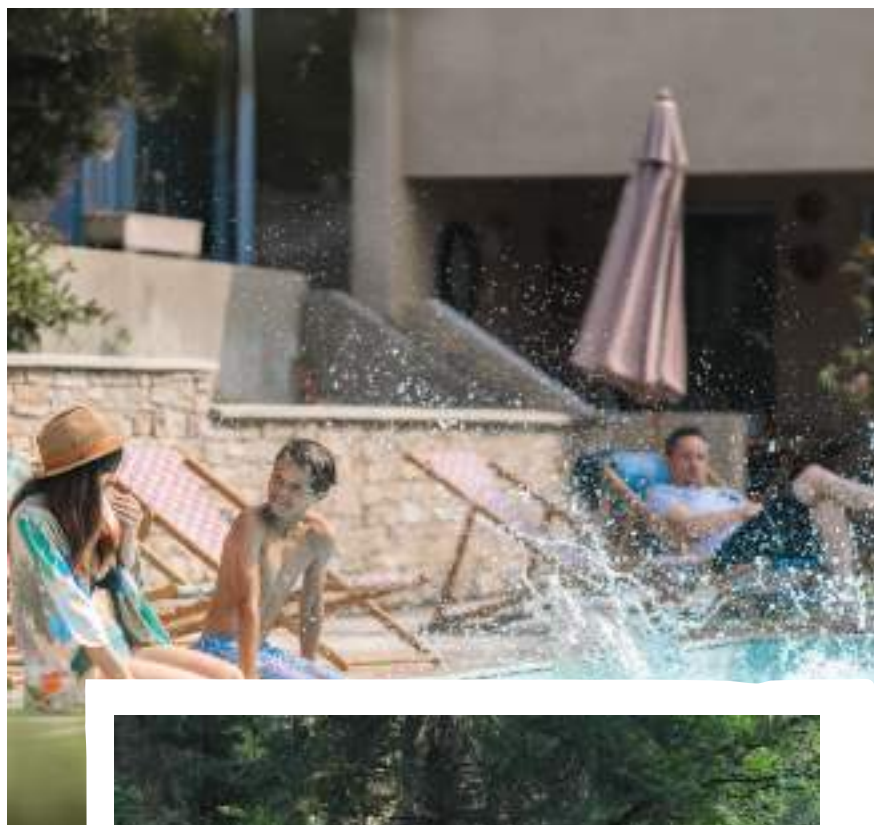
Pour traverser les ruisseaux et le torrent, signe que la cascade est proche, il suffit de sauter d'une pierre à une autre. Myrtilles, framboises et fraises des bois... le chemin est aussi très alléchant ! Tout en dégustant ces baies sauvages, les enfants s'amusent à flasher des codes sur les bornes d'un sentier sonore. Les différents témoignages racontent comment on vivait jadis dans cette vallée profondément marquée par la présence de l'eau. Le Bréda, torrent qui prend sa source sur le plateau des Sept-Laux, irrigue une commune de 400 âmes issue de la fusion de deux anciens villages, Pissot et La Ferrière, sur une douzaine de kilomètres. Il a longtemps alimenté des forges, des scieries et des moulins ainsi qu'une centrale électrique datant du début du XX^e siècle, qui permet encore d'éclairer la vallée en quasi-autonomie. À la fin de son périple, la tribu pourra se restaurer à l'auberge du Nemoz, un joli chalet de montagne où chaque plat met à l'honneur les produits du terroir. ■

Pour aller plus loin : belledonne-chartreuse.com

EN
FAMILLE

© G. Lavilla

© Olivier Lefebvre

**À NE PAS MANQUER***Le musée des Forges et des Moulins*

À PINSOT

Découvrez un ensemble de trois moulins en action, activés par les eaux du torrent du Gleyzin. Un cocktail d'odeurs et de battements qui nous replonge dans la vie quotidienne des paysans-ouvriers d'autrefois.

www.le-gresivaudan.fr

OÙ DORMIR ?*Cocooning villa,*

À ALLEVARD-LES-BAINS

Exposé plein sud avec une vue paradisiaque sur les montagnes, ce gîte est idéal pour les familles. Il dispose d'une salle de jeu, d'un grand jardin et d'une piscine pour s'amuser.

evasion.ishere.fr



© Olivier Lefebvre

J'Y VAIS SANS VOITURE

Bus G – G61 depuis la gare SNCF de Pontcharra
Infos : tougou.fr

À DÉCOUVRIR AUSSI...*Le musée
d'Allevard-les-Bains*

Aménagé dans l'ancien casino du parc thermal, ce musée invite à remonter le temps. De l'industrie métallurgique à la station thermale, en passant par les pistes de ski du Collet, on y apprend comment les ressources naturelles – le minerai de fer, l'eau et « l'or blanc » – ont façonné l'histoire du pays. Objets, animations multimédias, jeux ou maquettes permettent de découvrir de façon ludique et pédagogique l'évolution du territoire.

www.le-gresivaudan.fr



© Bruno Lavit

Remplir sa gourde :

gratuitement en balade



Adobe Stock

PARTOUT EN ISÈRE

Plus de 60 % des déchets plastiques retrouvés dans la nature et les cours d'eau sont des bouteilles à usage unique. Pour limiter leur consommation, l'agence Isère Attractivité s'associe à l'opération #gourdefriendly. Une bonne idée pour la planète !

Chaque jour, 25 millions de bouteilles en plastique sont consommées et mises à la poubelle. Si les randonneurs sont de plus en plus nombreux à arborer la gourde en bandoulière, il n'est pas toujours évident de trouver un point d'eau fraîche à proximité quand on est à sec. Hoali, une start-up bretonne, a eu la bonne idée de recenser les fontaines publiques où l'on peut s'abreuver en eau potable partout en France — et bientôt en Europe — avec des informations sur la qualité de l'eau. Isère Attractivité s'est associé à l'opération en invitant les acteurs touristiques privés (restaurants, bars et commerces) à rejoindre le mouvement : à ce jour, une soixantaine d'établissements offrent déjà le remplissage gratuit des gourdes partout en Isère. Et ce n'est qu'un début. Pour découvrir où se trouve le point d'eau #GourdeFriendly le plus proche, rien de

plus simple : on scanne le QR code du sticker pour accéder au fonds de carte et on se géolocalise sur son téléphone.

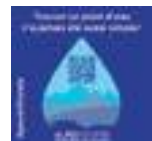
Un geste simple et efficace ! ■

POUR CHAQUE BOUTEILLE EN PLASTIQUE D'UN LITRE ON CONSOMME

10 cl. de pétrole + 42 l. de gaz + 2 à 4 l d'eau
+ 80 g charbon

1,3 % DES DÉCHETS D'EMBALLAGE
liés à la consommation hors domicile sont recyclés.

Rendez-vous dans les offices de tourisme de l'Isère pour vous procurer votre sticker
#GourdeFriendly



Journée fraîcheur dans le Vercors



Afin d'échapper aux fortes chaleurs de l'été, Laetitia, Lena et leurs amis se sont initiés au canyoning dans les Écouges. Après avoir fait le plein de sensations, ils ont visité la grotte de Choranche et le musée de l'Eau de Pont-en-Royans. Une journée rafraîchissante sur les contreforts du Vercors.

PAR ANNICK BERLIOZ





© T. Lefebvre

© T. Lefebvre

Impressionnant mais facile avec un guide !

Le plus difficile dans une initiation au canyoning est sans doute d'enfiler sa combinaison Néoprène. Après s'être contorsionnée, Laetitia est enfin prête pour affronter la Drevenne, une des rivières les plus réputées du Vercors. Toujours partante pour de nouvelles expériences, la jeune femme a entraîné trois amis pour tester l'activité dans le canyon des Écouges, descente iconique de l'Isère.

Rendez-vous au col de Romeyère, à Saint-Gervais, dans le nord du massif du Vercors. Yoann Pastrello, moniteur de canyoning, leur présente le site. « Dans le canyon, vous avez une partie basse, riche en eau et verdoyante. Elle est

entourée de rochers en tuf : une pierre calcaire à texture légère qui s'est formée avec l'eau chargée d'humus des forêts. C'est la signature du territoire. La partie haute est plus spectaculaire et réservée aux sportifs ! »

UNE BELLE INITIATION AU CANYONING !

Pour cette demi-journée, le groupe a choisi la partie basse. Après une courte marche en bordure de rivière, on arrive au cours d'eau. Outre la combinaison, le guide fournit un casque et un baudrier sur lequel est attaché le matériel qui permettra de descendre sur les cordes. Puis il donne ses consignes pour aborder les sauts, rappels et toboggans : « Pour vous élancer, prenez une bonne impulsion sur votre pied d'appel. Dans la phase d'envol, ouvrez vos bras comme un oiseau. Restez droit comme un I et bien gainés pour limiter l'impact avec l'eau. Une fois dans le bain, vous n'aurez plus qu'à sortir de la vasque en nageant. »



© D. Fleury

La grotte de Choranche

Ici, la température n'excède pas les 10 degrés. Idéal pour passer un agréable moment au frais ! Ce joyau géologique des montagnes calcaires du Vercors offre un spectacle féerique. Pour accéder à l'entrée de la grotte, un petit parcours de 300 mètres au plus près de la falaise permet d'apercevoir **la cascade de tuf de Gournier** au loin. À l'intérieur, les quatre amis ont pu admirer les fistuleuses, de frêles stalactites de 3 mètres de long qui se sont formées pendant des milliers d'années. Après une heure de visite guidée dans le ventre de la terre à travers lacs et rivières, ils ont rejoint la majestueuse salle de la Cathédrale, une immense galerie de 20 mètres de haut dans laquelle ils ont assisté à un spectacle son et lumière.

www.visites-nature-vercors.com



Avec le casque et le baudrier, on est bien protégés.

Les sensations fortes ne manquent pas. Plusieurs rappels, dont l'un de 25 mètres, rythment le parcours. Là, il va falloir se suspendre au-dessus du vide comme une araignée au bout de son fil. Yoann garde le contrôle : « *Maintenez votre équilibre les deux pieds à plat sur la falaise, bien assis dans votre baudrier. Descendez tranquillement à reculons en faisant glisser la corde doucement entre vos doigts, sans jamais la lâcher.* »

Après un bref retour sur la berge, au milieu d'une forêt tapissée de fougères et d'ail des ours, une nouvelle série de sauts et de toboggans attend les amis. Un dernier rappel sera effectué au niveau de la cascade de la Vrille, site emblématique des Écoutes, avant de repartir avec des souvenirs plein la tête. ■

Plus d'infos : www.yes-we-canyon.com

Pour aller plus loin : tourisme.saintmarcellin-vercors-isere.fr



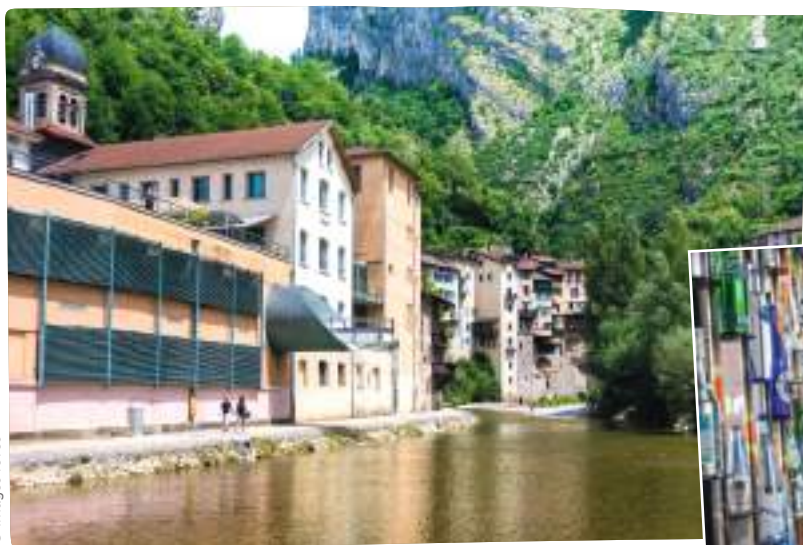
OÙ DORMIR ?

© P. Cholette

À la ferme du Clos,
À CHÂTELUS

Sous la tente, dans un petit chalet ou même une roulotte, ce camping à la ferme est idéal pour une escapade reposante.

www.lafermeduclos.fr



© Images-rêves

Le musée de l'Eau

À PONT-EN-ROYANS

Après cette épreuve sportive, les quatre amis ont fait une escale à Pont-en-Royans. Situé à l'entrée du parc naturel régional du Vercors, ce joli village est mondialement connu pour ses maisons suspendues au-dessus de la Bourne. Une halte s'impose au musée de l'Eau. On y apprend tout sur cet élément : ses vertus apaisantes et curatives ou les catastrophes qu'il peut engendrer. La visite s'achève au bar à eaux minérales qui présente une collection de 1 800 variétés du monde entier, dont une, riche en sodium et en calcium, était déjà connue et consommée à l'époque du Roi-Soleil. Certaines sont proposées à la dégustation.

musee-eau.fr



© Musée de l'eau

À vélo au fil du Guiers

EN CHARTREUSE



À vélo, à pied, à trottinette ou avec une poussette... une voie verte de 12 kilomètres descend au fil de l'eau entre Saint-Joseph-de-Rivière et Saint-Christophe-la-Grotte.

TEXTES ANNICK BERLIOZ

Une vallée verdoyante sertie de gros blocs de pierre semblant avoir été posés au loin par des géants il y a des milliers d'années : à gauche, le col des Mille-Martyrs ; à droite, le Grand Som, au pied duquel se nichent Saint-Pierre-de-Chartreuse et Saint-Pierre-d'Entremont. Sabrina, Damien et leurs deux enfants roulent tranquillement sur la Via Chartreuse, une nouvelle voie verte, très prisée des cyclistes, qui relie en 12 kilomètres l'Isère à la Savoie depuis Saint-Joseph-de-Rivière.

L'itinéraire a été tracé parallèlement à la RD 520 sur des berges et des chemins agricoles existants. Son revêtement a été réalisé avec des cailloux concassés extraits des alluvions du Guiers, affluent de l'Isère qui

prend sa source dans le massif de la Chartreuse sur le versant ouest des lances de Malissard.

Tout au long du circuit, des haltes signalées par des flèches vertes sont proposées. À chaque étape, des panneaux donnent des indications sur la géologie, l'histoire et la richesse du lieu. La petite famille s'arrête à la ferme du Plantimay, où Benoît, Sylvain, Pascale et Claude Francillon élèvent des chèvres Sanaen et des vaches montbéliardes depuis quatre générations. Leurs fromages sont excellents. Les parents en achètent pour le pique-nique de midi. Après la pause, quelques kilomètres plus loin, la tribu rejoint le lieu-dit de la Tuilerie. Cet ensemble de vieux bâtiments raconte comment la fabrication des tuiles en argile a assuré la prospérité du



Une voie verte, idéale pour les balades en famille.



À la ferme du Plantimay, la famille Francillon élève des chèvres Sanaen et des vaches montbéliardes.

© P. Jayet

© P. Jayet

© P. Jayet



À DÉCOUVRIR

La piscine Rivière'Alp

À ENTRE-DEUX-GUIÈRS



© ATD - K. Mandray

La base de loisirs Rivière'Alp propose une baignade face au massif de la Chartreuse dans un bassin écologique avec une eau filtrée et traitée naturellement par des plantes. Chaque jour, un nombre maximal de visiteurs est fixé selon la capacité de filtrage des végétaux.
www.rivieralp.com

OÙ DORMIR ?

Le gîte des Trois Cascades

À SAINT-JOSEPH-DE-RIVIÈRE



© P. Cholette

Dans une ancienne ferme du XIX^e siècle entièrement restaurée, au cœur du parc naturel de Chartreuse, ce gîte d'une capacité de six personnes dispose de trois chambres soigneusement décorées, dont une avec lits jumeaux, deux salles de douche, un jardin clos, une terrasse abritée, une piscine et un sauna privatif : c'est l'endroit idéal pour se ressourcer !

gite3cascades.com



© P. Jayet

L'espace naturel sensible des Tourbières de l'Herretang.

village pendant près de cent cinquante ans. Elle fonctionnait jusque dans les années 1970. Juste à côté se trouve l'espace naturel sensible des Tourbières de l'Herretang, 80 hectares de terres marécageuses peuplés de grenouilles, de hérons, de canards, de libellules et de papillons. Deux observatoires permettent de les épier sans les déranger. Durant l'été, des guides nature organisent des visites pour mieux comprendre ce qu'est une tourbière et comment cet écosystème joue un rôle important dans la qualité de la ressource en eau.

Puis le chemin continue le long du ruisseau du Merdaret, bordé de noisetiers et d'arbustes laissés au naturel pour

les oiseaux. Après quelques coups de pédales, les quatre cyclistes arrivent au charmant hameau de la Villette. Les enfants croisent des agriculteurs qui leur expliquent leur métier. Les moissons, le travail dans les champs rythment leur journée. Le périple se poursuit à travers des forêts, des marécages et des champs. Après une descente un peu raide, seule partie légèrement difficile, la balade finit à Entre-Deux-Guiers, où se rencontrent le Guiers-Vif et le Guiers-Mort, ancienne frontière entre la France et le duché de Savoie. ■

Pour aller plus loin :
www.chartreuse-tourisme.com

La Belle Via : dans la vallée de l'Isère



DE GRENOBLE À VINAY

Étienne et Louis ont parcouru une portion de La Belle Via à vélo électrique et en carriole avec leur fils, Abel, de Grenoble jusqu'à Vinay, sur 40 kilomètres. Cette nouvelle véloroute et voie verte suit le cours de la rivière à travers quatre départements (Haute-Savoie, Savoie, Isère et Drôme) sur 364 kilomètres, dont 123 en Isère, à l'écart de la circulation automobile.

PAR VÉRONIQUE GRANGER





Et si on se faisait une petite virée familiale sans voiture au fil de l'Isère, en prenant le temps d'observer la nature et d'écouter le chant des oiseaux ? Pour cette sortie inédite jusqu'à Vinay, Éliane et Louis ont choisi la sérénité : La Belle Via offre, en effet, un itinéraire ombragé à l'abri de la circulation automobile. Le départ se fait à Grenoble au niveau de la Porte de France. En quelques coups de pédales, on quitte le béton urbain pour une verdure foisonnante au bord de l'eau, sous les hautes falaises de la Chartreuse et du Vercors. Cormorans, martins-pêcheurs, hérons cendrés, colverts, cygnes tuberculés ou foulques : les créatures à plumes ne manquent pas au fil du parcours. Munis d'un guide ornithologique et de bonnes jumelles, Éliane et Louis ont prévu plusieurs haltes pour apprendre à les reconnaître... Leur fils Abel, qui ouvre grand ses oreilles, repère tout de suite un pic épeiche qui tambourine sur son arbre !

LA PLUS GRANDE NOYERAIE D'EUROPE

Au bout de 35 kilomètres, au niveau du pont (matérialisé par une barrière), on sort de La Belle Via pour emprunter une petite route départementale qui grimpe en direction de Vinay sur 6 kilomètres. S'il y a une bande cyclable, la vigilance s'impose ! C'est le moment d'enclencher le moteur pour apprécier des paysages vallonnés et émaillés de villages pittoresques. Nous voilà au cœur de la plus grande noyeraie d'Europe : 700 000 arbres ! Autrefois, ces collines étaient également plantées de vignes, comme le rappelle le nom de Vinay. Pour évoquer toute cette histoire, Le Grand Séchoir vous attend pour une escale gourmande. Installé dans un ancien séchoir à noix typique en bois, superbement réhabi-

lité et habillé de verre, ce musée raconte de façon ludique la belle aventure de la noix de Grenoble, premier produit agricole de France, après les produits viticoles, à obtenir son AOP, en 1938.

Et, noix sur le gâteau, la visite s'achève au salon de thé et à la boutique pour une dégustation. Entre les bonbons ou macarons, les barres, les cerneaux caramélisés, les pains d'épices ou les glaces, les artisans locaux ont l'art de sublimer le fruit d'or. ■

Pour aller plus loin : tourisme.saintmarcellin-vercors.isere.fr

À VISITER

Le Grand Séchoir

À VINAY



Outre le parcours permanent, on peut découvrir la nouvelle exposition temporaire, « Parlez-moi d'insectes... ». Autre nouveauté : un escape game, « La Légende des noix d'or », qui nous plonge dans l'univers de la sorcellerie (à partir de 14 ans).

www.legrandsechoir.fr



INFOS PRATIQUES

La Belle Via

Des campagnes savoyardes aux collines de la Drôme, au sud de Bourg-lès-Valence, ce nouvel itinéraire cyclable fait défiler des paysages variés sur 364 kilomètres, dont 123 en Isère. Pour les cyclotouristes au long cours, il permet de se connecter à la ViaRhôna (du lac Léman jusqu'à la Méditerranée) à ses deux extrémités.

Infos : www.francevelotourisme.com – rubrique itinéraire / La Belle Via

À VOIR À PROXIMITÉ

Le Jardin des fontaines pétrifiantes. À LA SÔNE

Un petit coin de paradis labellisé « jardin remarquable », au pied des falaises du Vercors, où l'eau se métamorphose en pierre. Près de 800 espèces de plantes rares et fleurs exotiques s'épanouissent dans une symphonie de cascades et de bassins.

www.visites-nature-vercors.com



EN
AMOUREUX



Les trésors engloutis des chevaliers de l'an mil



À PALADRU

Sous ses eaux bleues, le lac de Paladru recèle bien des secrets et légendes. Entre deux baignades, Léa et Antoine découvrent la véritable histoire des chevaliers paysans de l'an mil et de leurs ancêtres du néolithique, au nouveau Musée archéologique (Malp).

PAR VÉRONIQUE GRANGER



*Longtemps, la découverte de pieux
et d'objets, dans les filets des pêcheurs,
contribua à la légende d'Ars,
cité maudite engloutie sous les eaux.*

L'eau peut détruire. Elle peut conserver aussi. Engloutis sous les flots du lac des siècles durant, des centaines d'objets de la vie quotidienne en matériaux organiques (bois, os ou cuir) et même des pollens ou graminées sont ainsi parvenus jusqu'à nous, remarquablement préservés. À l'air libre, ils auraient disparu. Mis au jour grâce à quatre décennies de fouilles subaquatiques, puis traités selon un procédé unique chez ARC-Nucléart* à Grenoble, ces outils, armes, chaussures de toute taille, cuillères ou céramiques, exposés au nouveau Musée archéologique du lac de Paladru, livrent aujourd'hui un témoignage émouvant et singulier sur les femmes et les hommes qui vécurent sur ces rivages il y a des centaines ou des milliers d'années. Et qui ne semblaient pas si différents de nous.

DES OBJETS UNIQUES EN EUROPE

Les plus anciens de ces objets ont été retrouvés sur la rive sud au lieu-dit « les Baigneurs » et datent de 2 700 avant notre ère, au néolithique. Au fur et à me-

sure des fouilles entamées en 1976, l'habitat et le mode de vie des communautés villageoises venues s'installer sur la plage ont pu être reconstitués tel un puzzle : chasse, pêche et élevage, cueillette et cultures, fabrication d'outils et de poteries, tissage et vannerie. Certaines pièces rares (comme un couteau à moissonner en silex avec son manche en osier) témoignent de leurs échanges avec des régions parfois lointaines.

Plus rare encore, la collection exhumée de la presque marécageuse de Colletière transporte quant à elle les visiteurs autour de l'an mil de l'ère chrétienne, quand une troupe de chevaliers-paysans accompagnée de



Cette pirogue du XIV^e siècle est ressortie des eaux du lac en 2003. Elle sert aussi de mangeoire aux cochons.



femmes et d'enfants débarque avec armes, animaux et bagages pour édifier une imposante ferme fortifiée dans la forêt. Harnais de cheval, arbalètes, instruments de musique, chaussures en cuir de toute taille, parures de toilette, pièces de jeu d'échecs... autant d'indices d'une existence raffinée qui s'étend sur une trentaine d'années : en 1035, la remontée du niveau du lac les obligera à quitter les lieux. Une pirogue entière du XI^e siècle creusée dans un tronc de chêne constitue le « clou » de la collection. Le nouveau musée, qui s'inspire de sa forme, offre un écrin de choix à ces vestiges à travers une scénographie sensorielle. Le vaste plateau en pente douce, suggérant la descente du lac, nous immerge ainsi dans la vie de nos lointains ancêtres, en évoquant le patient travail des archéologues et chercheurs qui ont pu écrire leur histoire, fragment après fragment. À la proue du musée, depuis la terrasse, la vue sur le lac en contrebas invite à la contemplation... ■

www.malp.fr

Pour aller plus loin : tourisme.paysvoironnais.com

*ARC-Nucléart est un atelier-laboratoire, hébergé sur le site du CEA Grenoble, dédié à la conservation et à la restauration des objets du patrimoine en bois ou en cuir, il possède des compétences et des installations uniques en Europe pour le traitement des objets archéologiques en bois de grandes dimensions.

À VISITER



© P. Cholette

Une étoile verte au Michelin

Seulement deux ans après son ouverture, le Malp a reçu sa première étoile au Guide vert Michelin, en mars 2024. Une distinction prestigieuse qui en fait une destination incontournable.

J'Y VAIS SANS VOITURE

Bus Lac au départ de la gare SNCF de Voiron
Infos : paysvoironnais.com

À DÉCOUVRIR AUSSI...

Une exposition temporaire, d'un village néolithique à l'autre

Le musée archéologique de Paladru (Malp) propose une immersion dans la vie quotidienne de deux villages du Jura au Néolithique, Chalain et Clairvaux, qui fait écho à celle des habitants des rives du lac de Paladru. D'un site lacustre à l'autre, on découvre des objets remarquables, dont certains ont parfois voyagé, qui témoignent des échanges entre des communautés éloignées. L'exposition sera présentée en deux chapitres :

1. S'approprier le territoire, jusqu'au 25 août 2024.
2. Tisser des liens, du 14 septembre au 9 mars 2025.

Musée archéologique du lac de Paladru
04 56 26 16 16. Du mardi au dimanche de 10 h à 18 h (avril à octobre) www.malp.fr

OÙ DORMIR ?

« Les biquettes » de La Fontaine des Péraux À PALADRU



À quelques minutes à pied de la plage, une chambre double dans une grange en pisé avec balcon et accès sur le jardin dans un cadre champêtre.
lafontainedesperaux.wordpress.com

La Pierre d'antan :

Des fontaines durables et responsables



Quoi de plus agréable qu'écouter le murmure de l'eau ? La Pierre d'antan fabrique des fontaines et autres mobiliers extérieurs à partir de pierre reconstituée 100 % locale.

À MARCILLOLES

PAR ANNICK BERLIOZ

Dans l'Antiquité, les fontaines étaient construites dans un but utilitaire. C'est bien plus tard, à l'époque baroque, entre le XVI^e et le XVIII^e siècle, qu'elles prennent place avec faste dans les parcs et jardins. La Pierre d'antan, dans la Bièvre, est passée maîtresse dans l'art de sublimer l'eau. En 2018, Jérôme Ageron a repris cette entreprise familiale de six salariés, créée en 1986 dans le souci d'agrémenter les espaces extérieurs. Il porte une attention particulière aux matériaux et à l'environnement. « *Nous fabriquons de la pierre reconstituée, à base de cailloux issus des moraines de la Bièvre. Ce matériau est très étanche et résistant à toutes les intempéries. Autre avantage, il permet d'obtenir toutes les sortes de silhouettes, traditionnelles ou contemporaines* », explique-t-il. Les fontaines sont

aussi conçues pour être peu gourmandes en énergie. « *Elles fonctionnent de façon autonome en circuit fermé grâce à un système de bacs communicants. Une pompe de 40 watts, soit l'équivalent de la consommation d'une ampoule, les alimente.* »

En 2010, La Pierre d'antan a créé un four à bois en fonte dont le modèle a été déposé sous la marque Four à bois d'antan à l'Institut national de la propriété industrielle. En 2023, elle a été lauréate ALPES ISHERE, dans le cadre de la démarche « Succès d'artisans » portée par l'Agence Isère Attractivité, en partenariat avec le Département et la Chambre des métiers et de l'artisanat de l'Isère. ■

www.lapierredantan.com



© Aurélien Breyse

Le Petit Monétéron des glaces à la ferme



À MONESTIER-DE-CLERMONT

Les glaces produites par Mélanie Turi ont la saveur des paysages du Trièves, dont elles sont issues.

PAR VÉRONIQUE GRANGER



Tête blanche et robe pie-acajou, Romane, mascotte du troupeau d'abondances, pâture une verte prairie à l'ombre du mont Aiguille en attendant l'heure de la traite. C'est dans ce décor idyllique, dans un bâtiment jouxtant la maison familiale, que Mélanie Turi s'active au quotidien avec sa belle-mère pour transformer une partie du lait (soit 45 000 litres, sur les 250 000 récoltés chaque année) en de savoureuses crèmes glacées, yaourts ou faisselles maison. De son côté, son mari Jérémy, avec qui elle est associée au sein du groupement agricole d'exploitation en commun (Gaec), se charge de gérer l'exploitation.

DES INGRÉDIENTS DE QUALITÉ

« Quand nous avons repris la ferme, en 2016, tout le lait partait à la coopérative Sodiaal. Mais nous avions déjà le projet de le transformer », précise Mélanie. Après une solide formation à Aubenas et une première expérience chez un glacier toulousain, la jeune femme, qui est originaire du Trièves, a rejoint et commencé les essais avant d'investir dans un vrai laboratoire. « Les magasins de producteurs de la région nous ont très vite fait confiance. »

Lait, crème, sucre, vanille de Madagascar, pistaches de Sicile, chocolat pour les crèmes glacées, purées de fruits (citron, framboise, mangue ou noix de coco) pour les

glaces au yaourt : « Nous choisissons des ingrédients de qualité, pour le goût. Et nos glaces contiennent très peu d'air, contrairement à beaucoup de glaces industrielles, car elles sont moins turbinées : elles gagnent en densité et en saveur ! » poursuit l'agricultrice. ■

OÙ TROUVER LES GLACES DU PETIT MONÉTÉRON ?

- Dans plusieurs grandes et moyennes surfaces de la région (notamment Intermarché).
- Dans des magasins de producteurs fermiers (Un bout de campagne, à Claix ; la ferme Maubleu, à Sinarde...).
- À la coopérative agricole du Grésivaudan (à Saint-Ismier).

Des glaces labellisées Nos Produits Ishere

Selon les parfums (pas de producteur de chocolat en Isère !), les glaces du Petit Monétéron sont agréées Nos Produits IS HERE : une marque qui garantit l'origine locale du produit, mais aussi les conditions de production respectueuses d'une éthique (bien-être animal, respect de l'environnement) et une juste rémunération de l'artisan.



À ne pas manquer

Côté sport

JAZZ À VIENNE

Du 27 juin au 16 juillet à Vienne



250 concerts et un millier d'artistes internationaux vont faire encore swinguer la cité viennoise, sur la grande scène du Théâtre antique et un peu partout en ville : Ibrahim Maalouf qui se mettra à l'heure caribéenne, Caravan Palace et son cocktail de guitare manouche et de groove swing, l'auteur-interprète Asaf Avidan, les Argentins de La Delio Valdez, Rhoda Scott et son orgue Hammond, Yuri Buenaventura, ambassadeur de la salsa colombienne, le DJ Lefto Early Bird et encore Jeanne Added, Youn Sun Nah...

www.jazzvienne.com/fr

LE VERCORS MUSIC FESTIVAL

Du 5 au 7 juillet
à Autrans-Méaudre



Trois jours de partage et de musiques métissées et intergénérationnelles sur le plateau du Vercors : c'est l'esprit de cette dixième édition. Soul, funk, reggae, musiques du monde, électro, chanson, rock, jazz, elle couvrira une large palette sonore avec des artistes comme Keziah Jones, Massilia Sound System, les Wampas, Flavia Coelho, Asian Dub Foundation, El Gato Negro, Ladavina, Pambelé, Sarah Lenka, Kolinga...

www.vercorsmusicfestival.com

CHAMROUSSE EN PISTE

3 et 4 août



Un festival de rue en montagne entièrement gratuit mêlant arts du cirque, théâtre de rue, magie... Un beau moment de partage en famille.

www.chamrousse.com

LE FESTIVAL BERLIOZ Du 17 août au 1^{er} septembre à La Côte-Saint-André

Chaque fin d'été, les plus grands chefs d'orchestre et virtuoses se donnent rendez-vous à La Côte-Saint-André pour célébrer l'enfant du pays. L'édition 2024 sera placée sous le signe de l'Europe et de la jeunesse de Berlioz, avec des virtuoses comme Hélène Grimaud, Renaud

Capuçon, Marina Viotti, François-Xavier Roth, le London Symphony Orchestra, mais aussi le Jeune Orchestre européen Hector Berlioz, l'Orchestre français des Jeunes... Au programme : des concerts symphoniques au château Louis XI, des récitals et musique de chambre, des concerts gratuits sous la halle médiévale, une grande fête populaire....



www.festivalberlioz.com

LES MÉDIÉVALES DE CRÉMIEU 14 et 15 septembre



Chaque deuxième week-end de septembre, la cité crémolane replonge au Moyen Âge. Tout le monde est invité à se déguiser pour ce rendez-vous festif et convivial incontournable avec joutes, troubadours, danseurs et jongleurs, combats équestres, campement... et un grand banquet médiéval.

medievales-cremieu.fr

en Isère cet été

Côté culture

**TRAIL DES PASSERELLES
DU MONTEYNARD**
Du 6 au 14 juillet
à Mayres Savel plage
et à La Mure



En bateau (sur la Mira), en Petit train et bien sûr en courant : un trail à l'état pur, l'ivresse des passerelles himalayennes en plus, avec des épreuves allant de 13 à 63 km ainsi qu'une randonnée et des courses pour les enfants.

[trail-passerelles-monteynard.fr/
programme](http://trail-passerelles-monteynard.fr/programme)

TRIATHLON DE L'ALPE D'HUEZ
Du 23 au 26 juillet



Un triathlon époustouffant au cœur du massif des Écrins avec l'ascension des 21 virages mythiques du Tour de France,

des parcours de natation en eau vive dans le lac du Verney et un semi-marathon à 2 200 m d'altitude.

www.alpetriathlon.com

**ARRIVÉE DU TOUR DE FRANCE
FEMMES**
Le 18 août à l'Alpe d'Huez



Le Tour de France féminin 2024 aura son final à l'Alpe d'Huez. Une belle étape de montagne de 150 km au départ du Grand Bornand avec deux grosses ascensions : Zwiift, le col du Glandon (1924 m) par son versant le plus dur (19,7 km à 7,2 %) puis les mythiques 21 lacets de l'Alpe...

www.letourfemmes.fr
alpedhuez.com

**L'ÉCHAPPÉE BELLE - ULTRA
TRAVERSÉE DE BELLEDONNE**
Du 23 au 25 août

Une traversée intégrale de la chaîne de Belledonne de Vizille (Isère) à Aiguebelle (Savoie). 150 km et 11 390 m de déniv-

lé positif de 250 m à 2 950 m d'altitude entre lacs d'altitude et forêts, pierriers et moraines, glaciers et torrents...



lechappeebelledonne.com

COUPE ICARE
Du 17 au 22 septembre sur
le plateau des Petites roches
(Lumbin et Saint-Hilaire du
Touvet)



Depuis 50 ans, la Coupe Icare est la plus grande manifestation mondiale de parapente, paramoteur et sports aériens : 10 000 pilotes et 90 000 visiteurs sont attendus cette année.

www.coupe-icare.org

Étonnez-vous !

5 IDÉES POUR SE FAIRE PLAISIR EN ISÈRE

1 À URIAGE

Se faire une beauté avec l'eau d'Uriage

Développés par des dermatologues, les crèmes, démaquillants et soins hydratants de la gamme Uriage sont élaborés à base de l'eau thermale d'Uriage à la source, dont les effets bénéfiques sont reconnus depuis l'Antiquité.

www.uriage.fr



2 À ALLEVARD

Se faire du bien au spa thermal d'Allevard

Entre hammam, sauna-jacuzzi et douche sensorielle, c'est la détente assurée dans ce spa thermal de 360 m².

Après une pause à l'espace tisanerie face au parc et aux montagnes de Belledonne, le rituel de soins se poursuit dans un bain à remous d'eau sulfurée ou par un modelage entre des mains expertes.

www.thermes-allevard.com



3 À GRENOBLE

Visiter Grenoble en canoë

Découvrir l'histoire de la capitale de l'Isère et ses monuments au fil de l'eau avec un guide de l'Office de tourisme. Une manière fraîche et ludique de se cultiver tout en se musclant !

canoë-grenoble.com



4

À L'ALPE DU GRAND SERRE

Grimper au fil de l'eau

Entre les ponts de singe au-dessus du canyon, l'ascension de courts ressauts rocheux et les traversées en balcon dominant la vallée, la via ferrata La Cascade enchaîne les passages ludiques et intenses !

www.matheysine-tourisme.com



5 À GRENOBLE

Flotter dans une bulle

Pour une décompression totale du corps et de l'esprit, cette bulle sensorielle offre une heure en apesanteur, hors du temps, en flottaison dans un bain de 25 cm d'eau à 35,5° et trois fois plus salée que la mer Morte. Un voyage vers le lâcher prise !

www.experience-silence.com



ALPES
ISÈRE

SOURCE DE HAUTEUR



isère
LE DÉPARTEMENT

ISÈRE OUTDOOR

Aviron, canoë-kayak, canyoning, stand up paddle : cet été, faites le plein d'activités nautiques gratuites et encadrées avec Isère Outdoor ! Rendez-vous dans la rubrique animations sportives pour vous inscrire.

Lacs, bases nautiques Iséroises... Retrouvez-les dans la rubrique nager/naviguer.

DISPONIBLE GRATUITEMENT SUR  Google Play  App Store

880 M



SÉJOURNER DANS UNE PETITE
MAISON SUR LA MONTAGNE

Évasion en Isère

160 M



VISITER UN GRAND CHÂTEAU
CHARGÉ D'HISTOIRE

RÉSERVEZ VOTRE SÉJOUR SUR
evasion.ishere.fr

ALPES
IS HERE

SOURCE DE HAUTEUR