

Permanence : vendredi de 18h à 20h à
la mairie annexe des Sieyes
06 70 74 41 87

Club Alpin de Haute-Provence

Lettre d'info

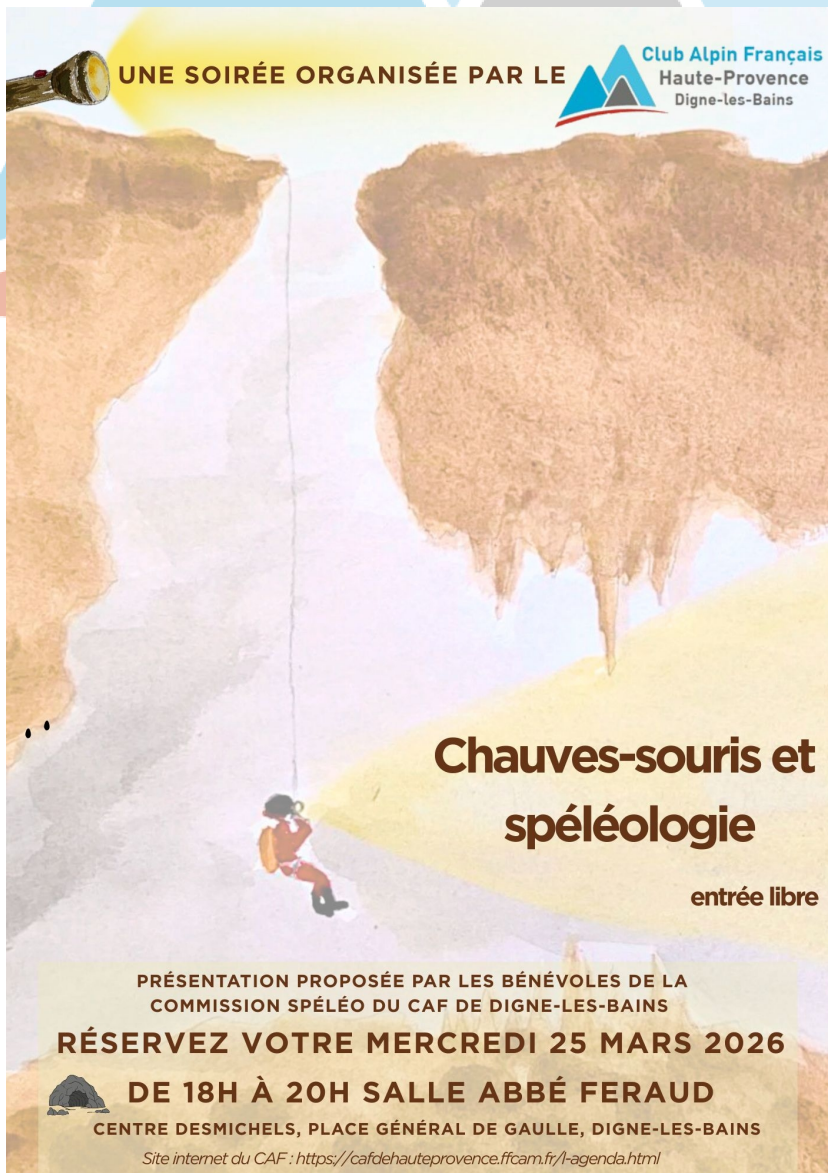
Mars 2026


Ce mois-ci, posez les mains et ouvrez les cerveaux (ou l'inverse, je sais plus) : nous vous invitons à une soirée spéléologie et chiroptère (oui la rédactrice de la newsletter a ouvert un dictionnaire). Je laisse la spécialiste des chauves-souris, Mathilde Coursimault, et la spéléologue Arya Gorgy présenter la soirée:

"Avez-vous déjà rencontré des chauves-souris sous terre ou lors de vos sorties en montagne?"

La commission spéléo du CAF de Haute-Provence et l'asso Esper'Alpes vous invite à la découverte de ces petits êtres étonnants et des bons comportements à adopter pour ne pas nuire à leurs populations.

Rendez-vous à la salle Abbé Féraud le mercredi 25 mars de 18h à 20h!"



UNE SOIRÉE ORGANISÉE PAR LE 

**Chauves-souris et
spéléologie**

entrée libre

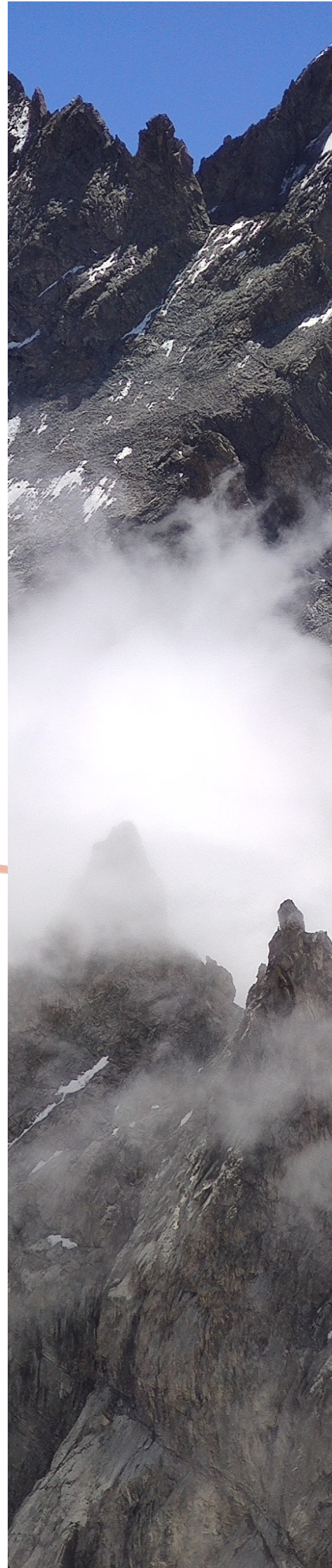
PRÉSENTATION PROPOSÉE PAR LES BÉNÉVOLES DE LA
COMMISSION SPÉLÉO DU CAF DE DIGNE-LES-BAINS

RÉSERVEZ VOTRE MERCREDI 25 MARS 2026

DE 18H À 20H SALLE ABBÉ FERAUD

CENTRE DESMICHEL, PLACE GÉNÉRAL DE GAULLE, DIGNE-LES-BAINS

Site internet du CAF : <https://cafdehauteprovence.ffcam.fr/1-agenda.html>



Save the date!
(Sauvez la date!)



Je rappelle aussi que la Fédé propose trois webinaires pour apprendre à utiliser Iphigénie et Whympr. Il en reste encore un le 9 mars, de 18h30 à 19h30, mais vous pouvez les revoir, toujours sur la chaîne Youtube de la Fédé ou sur la chaîne de l'appli Whympr sur Youtube (qui s'appelle... Whympr). Ces webinaires sont ouverts à tous, pas besoin d'inscription il suffit d'aller sur la chaîne Youtube de la FFCAM.

Sortie grimpe : initiation (ou rappel) aux manip'

Angela propose une sortie pour les débutants le **samedi 14 mars, de 13h30 à 17h.**

Objectif : rappel des manip' en grande voie et pour la grimpe en tête.

Lieu : il sera confirmé la veille selon la météo, mais ce sera soit à Courbons, soit aux Arches, soit à la SAE en cas de mauvais temps.

Vous pouvez vous inscrire via l'agenda sur le site du club.



L'école d'aventure au rassemblement hiver du comité Paca

Neuf adolescents issus de l'école d'aventure du club alpin de haute Provence et Ubaye ont participé au rassemblement hiver du comité Paca du 14 au 18 février à Pelvoux réunissant 80 jeunes et plus d'une vingtaine d'encadrants, guides et accompagnants.

Les activités proposées étaient le ski de randonnée, la cascade de glace, le ski de piste et hors piste, le ski de fond et la rando luge.

Après une première journée d'ateliers recherches de dva, pelletage, course d'orientation et brancardage, les enfants ont pu profiter de la neige abondante dans des paysages de rêve et avec beaucoup d'enthousiasme !

Merci à Quentin Lyons, Christian Roussel et Marjorie Bourgois pour la gestion de notre groupe de montagnards en herbes !

Le prochain rdv de l'école d'aventure sera le dimanche 15 mars pour du ski de randonnée.





En avant-première (plus trop "avant" parce qu'il y a déjà 16 inscrits) : la semaine multi-activité du 4 au 11 juillet 2026 à TIGNES

Comme chaque année, une semaine multi-activité est organisée par le CAF de Digne. Cette année, elle aura lieu du 4 au 11 juillet à Tignes. Située aux portes du Parc national de la Vanoise et de ses 400 km de sentiers balisés, Tignes est LA station qui ne s'arrête jamais !

Les activités :

La réserve naturelle de la Grande Sassièrre, entre autre, offre de magnifiques randonnées dans un espace protégé, accessible en voiture jusqu'au parking du Saut à 2 300 m. , avec des paysages époustouffants, lacs glaciaires, marmottes, chamois et vue sur le glacier de la Sassièrre. En fin de séjour après acclimatation, j'espère que nous aurons l'occasion de gravir l'aiguille de la grande Sassièrre 3747m ... La randonnée pédestre la plus haute d'Europe...

Tignes dispose également d'un terrain de jeu d'été offrant la chance d'explorer son lac idyllique en kayak ou paddle et le concert les « barges » du lundi 17 à 19 h , des nombreux circuits en VTT et ses 2 via ferrata (Le roc de Tovièrre et Plates de la Daille). L'isère permet de faire des descentes en raft, kayak-raft ou autre . Les canyons sont présents dans la région.

Situé non loin du barrage de Tignes, le spot du « Chevril » est idéal pour une première sortie escalade, mais aussi pour les grimpeurs les plus avertis. Vous pourrez trouver sur place différentes zones et niveaux de difficulté.

Vue les glaciers environnants, des sorties alpinismes seront peut-être envisageables si des encadrants sont disponibles à cette période.

J'espère que des gentils encadrants de la foultitude d'activités du CAF de Digne seront disponibles pour faire une super semaine à TIGNES (oui ceci est un appel...!).

Pour info, sur les 30 places prévues, 16 sont déjà réservées! Inscription avant le 1er juin.



Petite et Grande Sassièrre vues depuis les Aiguilles Rouges (Wikipédia)



Via Ferrata du roc de Tovière (Viaferrata-fr.net)

L'hébergement : réservations au camping ONLY CAMP de Tignes
Onlycamp est la même chaîne de camping qu'à BEAUFORT ou nous avons apprécié la simplicité et le calme. A noter , qu'il est possible de louer tente avec lit pour 4 ou petite cabane pour 2 .

Merci de vous inscrire rapidement sur le site en précisant si vous convoiterez, la taille de la tente (nombre de place), caravane, autres ?
Vos souhaits de sorties ou autres ?

Merci de vous inscrire au plus vite afin que je précise la taille de l'emplacement pour le groupe...**et surtout avant le 1 juin...**

La semaine Multi-activités : comment ça marche ?

Le camp prend ses quartiers d'été en camping où 20 à 30 cafistes sont en tous types d'hébergement : tente, caravane, van, camping-car voire parfois ici tentes équipées . Il n'est pas obligatoire de participer à la totalité de la semaine. Nous prévoyons une liste d'activités et de sorties en fonction du lieu de villégiature. Chaque participant peut faire des propositions pour enrichir les échanges. La météo rythme les activités journalières.

Le club alloue une subvention pour participer à une activité non encadrée par le CAF .

Maître mot « CONVIVIALITE » , les débuts de soirée sont ponctués par l'inénarrable « débrief-apéro » ... il faut bien se retrouver pour décider des participations et activités pour le lendemain... et pourquoi pas autour d'un verre... Breuvages et spécialités « maison » sont les bienvenus.

Laurence Lestienne

LES OFFRES PARTENAIRES !

ekosport

OUTDOOR INSPIRATION



ekosport.fr

NOS MAGASINS,

30 Avenue Gabriel Péri **ST-MARTIN D'ÈRES 38400**
5 Rue Charles Darwin **ST-MARTIN D'ÈRES 38400**
45 Avenue Bernard Givaudan **GAP 05000**

25 Avenue du Parmelan **ANNECY 74000**
183 Route de Grenoble **ST-PIERRE 69800**
32 Rue de la Résistance **ANNEMASSE 74100**

2631 Avenue des Landiers **CHAMBERY 73000**
10 Rue de l'Industrie **FRONTENEX 73460**
252 Av. du Centre **ÉPAGNY 74330**

CAF DIGNE

5% de remise Suppl.*

*Offre valable sur les produits remisés
cumulable avec toutes les promotions
en cours.

15% de remise

*Offre valable sur les produits
non remisés.

En plus de ce nouveau partenariat avec Ekosport, j'en profite pour vous rappeler que nous avons aussi **des réductions au Vieux Campeur (18%), à Chullanka (15%) hors librairie et électronique.**

Et aussi à l'Intersport de Digne-les-Bains :

Le partenariat avec Intersport de Digne permet à tous les adhérents du club sur présentation de leur licence et de la carte fidélité Intersport d'obtenir :

> Une remise de 20% pour tout achat de matériel de montagne : Alpinisme, escalade, randonnée, skis, skis de randonnée, raquettes, accessoires, DVA, textile de montagne, trail. etc.

> Une remise de 15 % pour le matériel électronique (GPS, ...) Cette remise est valable sur les articles hors solde ou hors promotion et n'est pas cumulable avec d'autres réductions.

Vérifier la remise de votre article auprès d'un vendeur.





Pour nous joindre tous les jours, à (presque) toute heure :

LE groupe Whatsapp > [Club Alpin Français de Hte-Provence](#)

Chaque activité a un groupe dédié (escalade, alpi, trail, rando etc).

Vous pouvez ainsi suivre l'organisation de sortie non prévue à l'agenda, les infos de fermeture/ouverture de la SAE, et parfois aussi beaucoup de bêtises...!

Viendez-y!



Et si vous voulez nous voir en vrai :

Retrouvez-nous à la mairie annexe des Sieyes, quartier des Sieyes, devant l'école du même nom, en face le bar tabac des Sieyes (le "Tar-Zan"). La salle est associée à une salle de réunion, très pratique pour tenir les réunions du bureau notamment.

Un local plus grand, plus accessible qui signifie donc à compter de la rentrée un retour de la permanence dans un lieu dédié et adapté, très proche de notre salle d'escalade (salle Edmond Roche).

Nous partageons le local avec le club de basket et une autre association, merci à eux !

L'adresse du siège social de l'association reste la même :

Club Alpin Français de Haute-Provence,

Centre Desmichels

1 Bld Martin Bret

04000 DIGNE-LES-BAINS

Du 5 au 8/03/2026

Séjour multi-activités hiver

La Grave

Complet

Contact

Sylvaine Laffont et Laurence Lestienne

Du 7 au 8 mars

Intiation courses d'arêtes

Massif de l'Esterel

6 places

2 places restantes

Contact

Dominique Thiercy

07/03/2026

Tête de Croues et/ou
de Pointe Fine - Ubaye

Ski de rando

5 places

1 place restante

Contact

Matthieu Elouard

08/03/2026

Pic de Boussolenc

Ski de rando

3 places

Complet?

Contact

Damien Billot

08/03/2026

Escalade - Perfectionnement adultes

12 places

10 places restantes

Contact

Angela Camelo

Du 14 au 21/03/2026

Raid Otztal

Ski de rando

6 places

Complet

Contact

Marco Rosso

14/03/2026

Sortie initiation spéléologie

Massif autour de Digne (à préciser)

2 places

complet?

Contact

Sylvain Ferot

22/03/2026

Initiation alpinisme neigeux

Cheval Blanc ou Rocheclouse

12 places

Complet

Contact

Fanny Gaborit

22/03/2026

Tour du Brec de Chambeyron

Ski de rando

5 places

Complet?

Contact

Damien Billot

28/03/2026

Tête de la Rama

Ski de rando

4 places

Complet

Matthieu Elouard

Du 28 au 29/03/2026

Formation PERF 3.3 Milieu montagne
(ex-cartographie orientation 2)

2 places

2 places restantes

Contact

Marco Rosso

29/03/2026

Intiation alpinisme neigeux pour randonneurs

Cheval Blanc ou Rocheclouse

15 places

5 places restantes

Contact

Rémi Songeon

31/03/2026

Vallée de l'Ubaye : Crête des Barraux

Ski de rando

8 places

Complet?

Contact

Francis Blaison



Du 3 au 6 avril 2026

Séjour en étoile au refuge Benevolo

(vallée de Rheme, Italie)

Ski de rando

6 places

Complet?

Contact

Sylvaine Lafont

Du 3 au 6 avril 2026

CISR5 Raid Queyras

Ski de rando

Contact

Cécile Bouchet Fontaine

Du 4 au 6 avril 2026

Perfectionnement escalade sur coinceurs

et courses d'arêtes

Massif du Caroux (Hérault)

8 places

8 places restantes

Contact

Dominiques Thierry

Du 18 au 19 avril 2026

Pic Jocelme-Valgaudemar

Ski de rando

2 places

Complet

Contact

Matthieu Elouard

Vous pouvez aussi suivre les nouveautés sur le site du club!

<https://cafdehauteprovence.ffcam.fr/l-agenda.html>