



Chaque semaine, nous partons à la découverte d'une région de France à travers le regard d'un senior de chez nous. Une façon de montrer les attraits du tourisme à tout âge.

Sérénité retrouvée au Mont Ventoux

Au pied du Mont Ventoux ou dans les versants des Dentelles, le temps n'a pas de prise. Quel que soit l'âge.

• Bastien CRANINX

Précisément 1912 mètres d'altitude : le mont Ventoux se dresse devant vous. Pour l'occasion, à la faveur de l'hiver, il s'est repoudré le nez d'une blanchâtre nappée. Élégance ou minauderie, quelle importance ! Le monstre provençal reste et demeure l'idole et le cœur de son berceau natal. Une fierté sans faille galvanisée encore cette année par un quinzième ticket pour la Grande Boucle. Pourtant, ne vous y fiez pas ! Ici, dans le Vaucluse, le charme n'opère pas qu'à coup de pédales et de dénivelés. Le pays du Ventoux forme un tout. Orateurs de la première heure, nos aînés peuvent en témoigner depuis Vaison-la-Romaine, au pied de la montagne pelée.

Au sommet des Dentelles de Montmirail, fières arêtes calcaires ciselées (627 mètres d'altitude), à l'ouest du monstre sacré, Michel Lebouder brandit son bâton de pèlerin. À soixante ans, ce parisien de pure souche a tout quitté du jour au lendemain pour le bastion le plus septentrional de la Provence. Quatre jours de réflexion et un coup de tête bien consommé. Son nouveau « lui » ? Le « randonneur insatiable » au goût prononcé pour les enjambées passionnées au cœur des pins, des chênes et des forêts de vignes. « Les problèmes se sont envolés. J'ai mon troisième



Des randonneurs en symbiose totale avec la nature ambiante de la région d'Entrechaux.

poumon, ma terre promise entre mont et ciel, paradis des grimpeurs et de la bonne humeur.»

Devant la noblesse des paysages, la douceur climatique et la surprise des rencontres, Michel n'est pas le seul à admettre l'évidence. Ses acolytes pensionnés, ses frères marcheurs l'appuient. « Ici, on ne fait pas dans la dentelle. La randonnée est reine. Point à la ligne. »

Les sommets aussi pour les seniors

Un royaume fait de versants escarpés où le planter du bâton est coutumier peut-être, mais encore ne faudrait-il pas oublier les intrépides grimpeurs, armés de mousquetons, bravant les lois de la gravité. Olivier Rahmani a 67 ans et, depuis 1982, il s'exerce sans relâche sur les roches calcaires de la région. « L'âge n'a pas de prise sur l'aventure verticale » : telle est sa devise. Les seules saisies qui animent l'ancien ophtalmologue sont celles qui l'attirent vers les sommets. Son plus grand plaisir ? Initier les jeunes comme les seniors aux joies des hauteurs. S'offrir, le temps d'un instant, l'adrénaline de ses 18 printemps, un must inconditionnel.

Quant au plancher des vaches, comment ne pas en tomber amoureux ? Entre deux sourires des habitants, un coucher de soleil derrière les monts et merveilles, les mots vous manquent. Aux commandes de votre vélo, destination inconnue, l'imaginaire s'efface. L'immensité prend le dessus et la sérénité vous guette. Bienvenue dans le Vaucluse. ■

➤ Renseignements sur les randonnées à pied ou à vélo, l'escalade et tous les sports de la région : www.vaison-la-romaine.com (onglet tourisme).



« L'âge n'a pas de prise sur l'aventure verticale », estime Olivier Rahmani.

Daniel Decorwee



Sportif et grand amateur de randonnées pédestres, notamment avec son club « Rando-Evasion », Daniel Decorwee affiche bientôt 69 ans au compteur. Parti d'Élouges il y a une

semaine, où il a élu domicile voici 40 ans (près de Dour), notre papy reporter semble trouver son compte de sportif dans la région de Vaison-la-Romaine, au pied du Ventoux. Ce médecin toujours actif raconte...

« Les activités que j'ai vécues sont réalisables par tout senior en bonne condition physique : rando pédestre, vélo (cyclo, tandem, vélo électrique), initiation à l'escalade... Elles m'ont permis de vivre en symbiose avec la nature, de créer des liens et échanges avec les groupes locaux rencontrés, de maintenir une bonne condition physique et psychique et de vivre des moments "hors du temps" et du stress. J'ai pu également profiter des activités culturelles nombreuses et variées dans cette superbe région, ce qui permet de reprendre contact avec les choses simples de la vie quotidienne. Expérience à revivre ici ou ailleurs pour garder une paix du corps et de l'esprit. »

Retrouvez les aventures de nos papys et mamies reporters chaque samedi de 15 h

à 17 h, dans l'émission « Grandeur Nature », sur

