



Ardèche

TOURISME

Les petits week-ends qui font du bien : 3 jours pour revenir à l'essentiel en Ardèche

Revenir à l'essentiel

Et si le bonheur se trouvait à quelques heures de route ? Loin du rythme effréné des grandes villes, l'Ardèche invite à **ralentir**, à **respirer**, à **savourer**. Dans ce territoire de nature et de lumière, le temps s'étire et le quotidien s'apaise. Trois jours suffisent pour se reconnecter à l'essentiel, à soi et à ce qui compte vraiment.

Ici, le bien-être ne se résume pas à une simple parenthèse. C'est une **philosophie de vie**, faite de gestes simples, d'**émotions sincères** et de **moments partagés**. Le chant des cigales, l'ombre fraîche d'un châtaignier, la chaleur d'une pierre ancienne ou encore la convivialité d'une table : chaque instant devient une expérience sensorielle et humaine.

L'Ardèche possède cette force rare de **remettre les sens en éveil**. Elle apprend à ralentir, à observer, à goûter. À vivre autrement. Ces petits week-ends qui font du bien sont une invitation à renouer avec la nature, avec la simplicité et à retrouver un équilibre que l'on croyait parfois perdu.

Le temps de vivre : l'esprit du Slow Tourisme

Le luxe du temps retrouvé

Ici, on ne « fait » pas l'Ardèche : on la vit. À pied, à vélo ou en canoë, chaque déplacement devient une découverte. Les routes serpentent entre rivières et forêts, les villages perchés dévoilent leurs ruelles de pierre, et les panoramas appellent à la contemplation.

Le **slow tourisme** en Ardèche, c'est une invitation à renouer avec le temps, à sortir du flux, à retrouver un rythme juste : celui du vivant.

Une suggestion pour un week-end qui fait du bien en Ardèche

Jour 1 - Villages perchés et saveurs locales

Depuis Valence, cap sur l'Ardèche : **Château de Crussol**, **Boucieu-le-Roi** et son **vélorail des Gorges du Doux**. Le soir, **dîner gastronomique et nuit à l'hôtel-restaurant étoilé le Carré d'Alethius à Charmes-sur-Rhône**, adresse raffinée et chaleureuse.

Jour 2 - Dolce Via et brunch authentique

Balade à vélo ou à pied dans la vallée de l'Eyrieux sur la **Dolce Via**, ancienne voie ferrée transformée en voie verte. Pause finale au **Quai des Haltes**, pour un **brunch local et fait maison**, dans une ambiance simple et conviviale.

Jour 3 - Détente et gastronomie étoilée

Matinée bien-être puis flânerie dans **Privas**, capitale gourmande du marron glacé. Dîner à **La Boria**, table étoilée où le chef sublime les produits ardéchois.

Des expériences pour ralentir

- **Marcher autrement** : Une randonnée sur la *Ligne du Partage des Eaux* au lever du soleil sur le plateau ardéchois, un pique-nique local face à un panorama infini, ou une balade en forêt à la rencontre des senteurs et des sons.

- **Pédaler** sur la *ViaRhôna* ou sur la *Dolce Via* (élue plus belle voie verte d'Europe en 2021).

- **Rencontrer et partager** : artisans, vignerons et producteurs ouvrent leurs portes pour transmettre leur savoir-faire et leur passion.





Saveurs & douceur de vivre : la Gastronomie locale

Des chefs inspirés

De jeunes chefs s'installent en campagne et **réinventent la cuisine ardéchoise**. Ils s'appuient sur les **circuits courts**, collaborent avec les **producteurs locaux** et célèbrent la **saisonnalité**. Leur credo : authenticité, créativité et respect du produit. Dans les auberges, tables d'hôtes, bistrots de pays ou restaurants étoilés, la cuisine ardéchoise se réinvente, entre tradition et modernité.

Terroir à déguster avec la marque « Goûtez l'Ardèche »

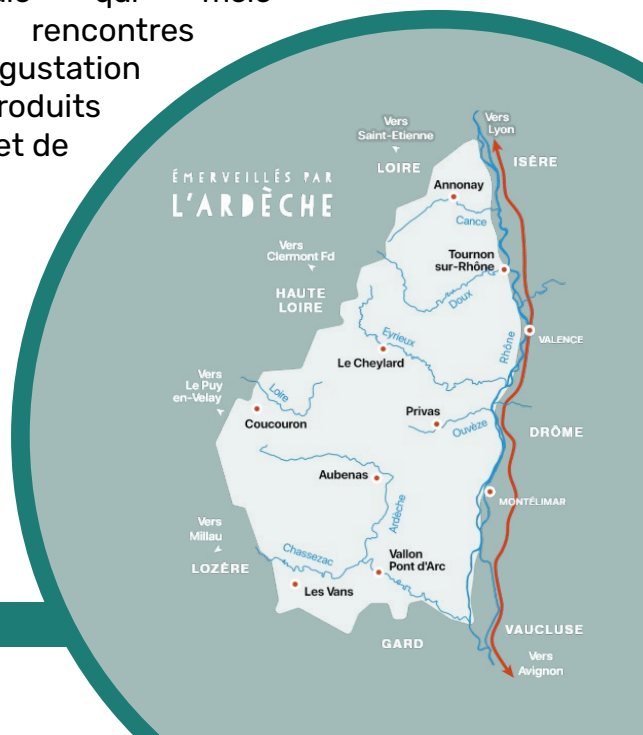
En Ardèche, la **gastronomie** est une expérience à part entière. La marque collective « Goûtez l'Ardèche », née il y a plus de 30 ans, valorise les **produits du terroir** qui racontent l'histoire d'une terre de trésors de biodiversité et de ses habitants passionnés. La **châtaigne**, emblème du territoire, se décline en confitures, crèmes, bières artisanales ou pâtisseries gourmandes. Elle côtoie le **picodon** (fromage de chèvre), le **miel**, la **truffe noire**, l'**huile d'olive** ou encore les **vins ardéchois** aux notes franches et solaires.

Les marchés : lieux de vie et de rencontre

Les **marchés** sont des temps forts du séjour : on y remplit son panier, on échange, on goûte. À chaque stand, un accent, une histoire, une recette. Ces marchés sont le reflet du lien qui unit les habitants à leur territoire et à leurs produits – un **patrimoine vivant et gourmand**. Les incontournables : **Les Vans, Aubenas, Tournon-sur-Rhône**.

Quand la randonnée mène à la table

De la **rando à l'assiette** invite à découvrir les Cévennes d'Ardèche autrement, en associant des randonnées accessibles à des moments gourmands dans des **Bistrots de Pays®**. Une expérience conviviale qui mêle nature, rencontres et dégustation de produits locaux et de saison.



Parenthèses bien-être au naturel

Dormir dans un cocon

En Ardèche, les hébergements sont pensés pour offrir *calme, confort et authenticité*. **Cabanes perchées, yourtes, chambres d'hôtes en pierre, gîtes design ou hôtels de charme** : chaque lieu invite à la détente.

Souvent tenus par des passionnés, ces hébergements sont de véritables refuges, où l'on se sent immédiatement accueilli. L'**esprit cocon**, c'est l'art de se poser, de savourer une soirée au coin du feu ou un petit déjeuner face à la nature.

Le bien-être au naturel

L'Ardèche est un terrain d'inspiration pour le bien-être. **Bains nordiques, balades sensorielles, retraites de yoga, massages aux huiles locales ou méditation face aux paysages** : ici, le ressourcement vient avant tout du contact avec la nature.

Une promesse : repartir léger

Trois jours suffisent pour se libérer du stress, retrouver de l'énergie et renouer avec l'essentiel. Ces petits week-ends qui font du bien laissent une empreinte durable : celle du calme retrouvé, de l'authenticité et du plaisir simple.

À propos d'Ardèche Tourisme

Ardèche Tourisme est l'*agence de développement touristique de l'Ardèche*. Sa mission : faire rayonner le territoire et accompagner sa transformation vers un tourisme plus durable, humain et inspirant.

En valorisant les acteurs locaux, les savoir-faire et les initiatives respectueuses de l'environnement, Ardèche Tourisme œuvre pour une destination vivante, sincère et responsable.

Avec conviction et passion, l'agence défend une approche du voyage centrée sur l'expérience, la nature et l'art de vivre.

Parce qu'en Ardèche, le vrai luxe, c'est le temps.

Contacts presse

Accès à l'espace presse

Travel-Insight - presse@travel-insight.fr / Emmanuelle Winter : +33 6 72 22 26 48 / Teddy Eugene : +33 7 66 59 58 37
Rédaction et mise en page par Travel-Insight / Crédits photos : ©M.Dupont - ©ARG

Quelques adresses à découvrir

• **Le Domaine de Briange, à Saint-Remèze** – Un lieu **éco-responsable** niché dans les Gorges de l'Ardèche, mêlant nature, art et convivialité. Les **hébergements insolites** (cabanes, lodges) offrent confort et sérénité.

• **Au Fil de Soi, à Issamoulenc** – Un **ancien moulinage de soie** restauré dans une démarche écologique, niché au cœur du *Parc naturel régional des Monts d'Ardèche*, entre rivière et montagne. Écogîtes, chambres d'hôtes et cabane perchée offrent un séjour paisible, propice au ressourcement et au bien-être.

• **Les Lodges de Praly, aux Ollières-sur-Eyrieux** – Un **havre de convivialité et d'authenticité** au cœur des Monts d'Ardèche, à deux pas de la Dolce Via. **Quatre lodges tout confort**, piscine et jardin offrent un séjour paisible en famille, en couple ou entre amis.

• **La Ferme de Chalas, à Valgorge** – Une **ferme ardéchoise engagée dans l'écotourisme** et la permaculture, entre montagnes et rivières. Gîte avec piscine, table d'hôtes et ateliers offrent un séjour convivial, authentique et respectueux de l'environnement.

• **Le Château de Lempis, à Lempis** – Une **demeure chaleureuse et raffinée** entre vignes et Rhône, où passé et présent se mêlent avec élégance. Séjour confortable alliant détente, activités bien-être, dégustations de vins et immersion dans la nature des Monts d'Ardèche.



Ardèche
TOURISME