

*Dracher*

*Ristrette*

*Tap-tap*

*Chafouin*

*Vigousse*

*Poudrerie*

*Fada*

*Lumerotte*

*Dépanneur*

*Champagné*

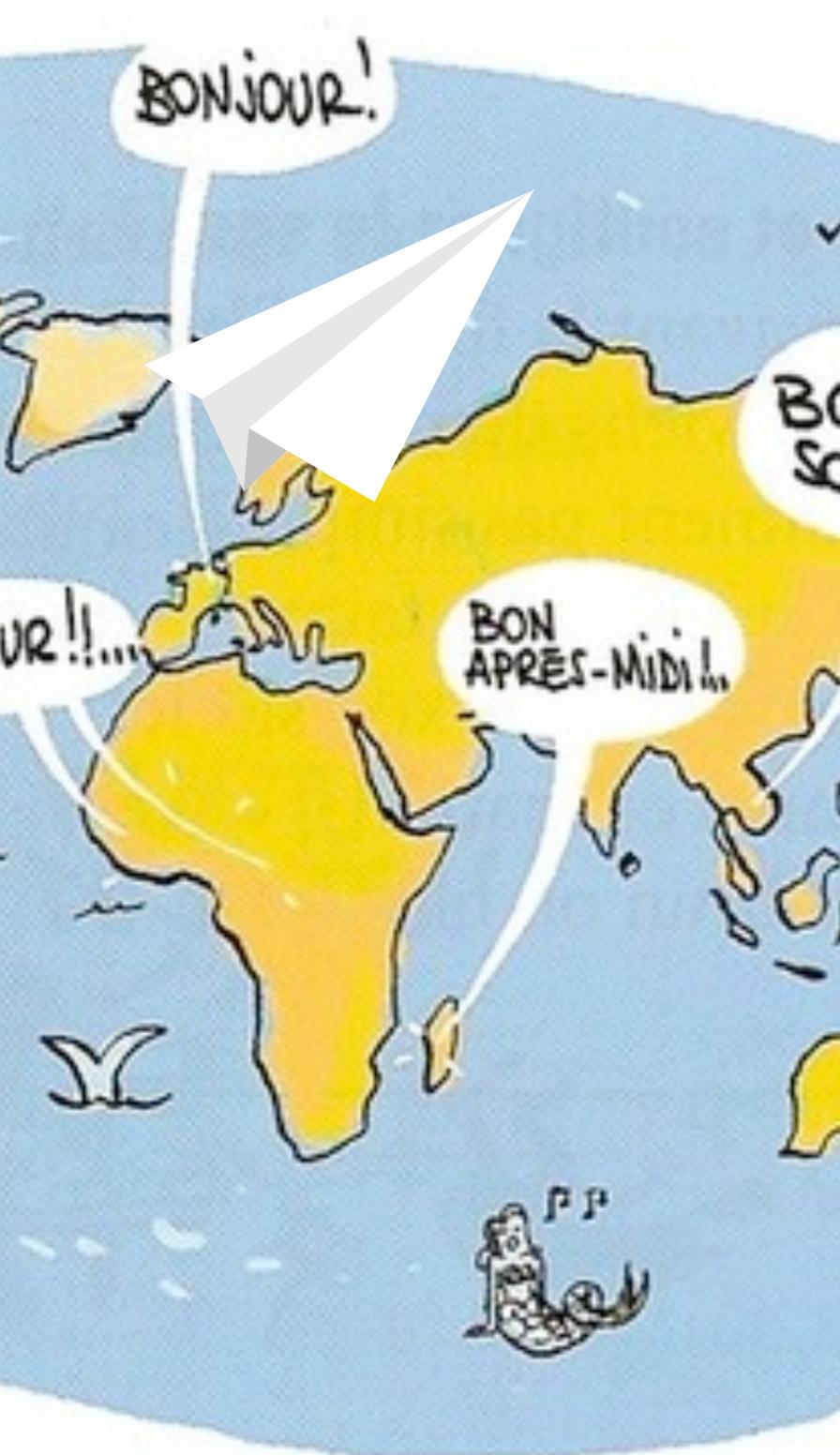


*bon voyage*



PARTEZ À LA DÉCOUVERTE DES DIX MOTS

2016



## *Invitation au voyage*

Asseyez-vous à la lumière de cette **lumerotte** tremblante, détendez-vous, fermez les yeux... Nous vous amènerons à la découverte d'un monde exceptionnel!

Montez dans notre **Tap-Tap** bariolé, nous traverserons des paysages merveilleux, entre mer, montagnes, lacs, rivières, plages, collines, cascades, monuments et "gourmandises".

Ne vous inquiétez pas, notre **vigousse** chauffeur est un peu **fada** mais il est très sympa voire **chafouin**, chez lui, il est réputé **champagné** et charmant, il connaît les rues, les ruelles, tous les parcours... Regardez! Un tourbillon de **poudrerie** nous soulève du sol doucement, on ne voit que la blancheur de la neige... mais non, on voit la silhouette de la Tour Eiffel, le château de Chenonceau, le Vieux Lyon et les maisons à pans de bois de Dijon, les vagues de la Corse...

Il **drache** maintenant! Ouvrez vos parapluies ils seront pour vous comme des parachutes.

Nous voilà redescendus tout doucement sur terre, une petite halte au **dépanneur** "Vive la francophonie!" une pause gourmande pour préparer vos menus à base de truffe noire du Périgord, de rillettes de Touraine ou de huîtres sauvages de Cancale, l'Hochepot belge, la tourtière de Québec, le pain de poires de Suisse, les boulettes de bœuf haïtiennes, la moambe de Congo ...un plongeon au cœur des saveurs pour tous les palais! Repartons à la découverte des pays francophones, de ses beautés culturelles, historiques, naturelles, gastronomiques...nous sommes fatigués? Une pause pour un bon **ristrette** chaud, noir, fumant pour nous remettre en forme... et tandis que le serveur nous apporte notre café... Ouvrez les yeux! Munissez-vous de ce petit guide touristique pour continuer votre voyage!



OBÉLIX, MON  
AMI, ALLONS-Y !

APRÈS TOI,  
ASTÉRIX !





## *Découvrez un espace de mer, de terre, de pierre et d'histoire...*

Région festive et carnavalesque, le Nord-Pas-de-Calais - Picardie vous offre le spectacle de paysages inoubliables avec les pastels de la côte d'Opale, où les longues falaises de la "terre des deux caps" vous laissent plonger dans les merveilleuses nuances de bleus et de verts pâles de ses couleurs. Ne manquez pas de visiter les nombreux châteaux, notamment en Picardie, patrie de Dumas père des Trois mousquetaires; laissez-vous charmer par la grandeur des appartements décorés de superbes boiseries et d'œuvres d'art du Château de Chantilly et promenez-vous dans le jardin anglais parsemé de monuments de son parc. Comment ne pas se sentir envouté par la superbe et gigantesque cathédrale gothique d'Amiens? L'été et au moment des fêtes de Noël ne manquez pas le spectacle son et lumière sur le parvis une fois la nuit tombée. Vous verrez alors la cathédrale d'Amiens s'illuminée de 1000 couleurs. La campagne picarde se prête parfaitement au tourisme vert, à travers ses nombreuses communes rurales, alternant paysages de bocages, vastes terres cultivées, forêts et rivières. Pour les amoureux de la nature retrouvez le parfum des

roses des jardins de Valloires, sans oublier le jardin interactif des cinq sens destiné à vos enfants. Abandonnez-vous à la protection des quatre femmes de la Grande Place de Lille, pour les fêtes de Noël elle accueille a célèbre grande roue de Lille, faisant le bonheur des petits et des grands. Envie de frissons et de divertissements? Astérix le Gaulois et sa bande servent de thème au Parc Astérix parc de 50 ha né en 1989 apr. J.-C, un monde imaginaire bien sympathique qui fera vivre à toute la famille des aventures truffées d'humour et de bonne humeur!

Côté gastronomie... parmi les grandes spécialités savourez la fameuse carbonnade flamande, qui se prépare avec de la viande de boeuf longuement revenue avec les oignons, la cassonade et la bière ou la ficelle picarde, une crêpe au jambon, champignons et fromage râpé, nappée de crème et gratinée; en dessert, les gourmands apprécieront les petits quinquins de Lille, le pain de Cassel, a tartine flamande...

Le Nord-Pas-de-Calais - Picardie une véritable succession de paysages, de culture, de nature, de gourmandises!



Nord-Pas-de-Calais - Picardie

## *Île-de-France une région aux mille visages*

"France, France, sans toi le monde serait seul." disait V.Hugo et nous ajoutons "que serait la France sans l'Île-de-France?" Pas de Salon du Chocolat, pas d'amoureux sur la Tour Eiffel, pas de joie de vivre!

Première destination touristique mondiale, vous avez une grande variété de choses à visiter, à faire, à apprendre, à manger, une véritable mosaïque de multiples choix pour tous les palais...

Par où commencer? Paris bien sûr! La capitale vous offre culture, art, animation, musique, amour, nature aussi: laissez-vous séduire par les chefs-d'œuvre du Louvre, les toiles et sculptures du musée Picasso, une promenade élégante tout au long des Champs Élysées, incontournable pour ses boutiques de luxe et ses monuments célèbres, avec sa perspective de l'arc du triomphe du Carroussel, du jardin des Tuileries et de la place de la Concorde, et d'Arc de Triomphe.

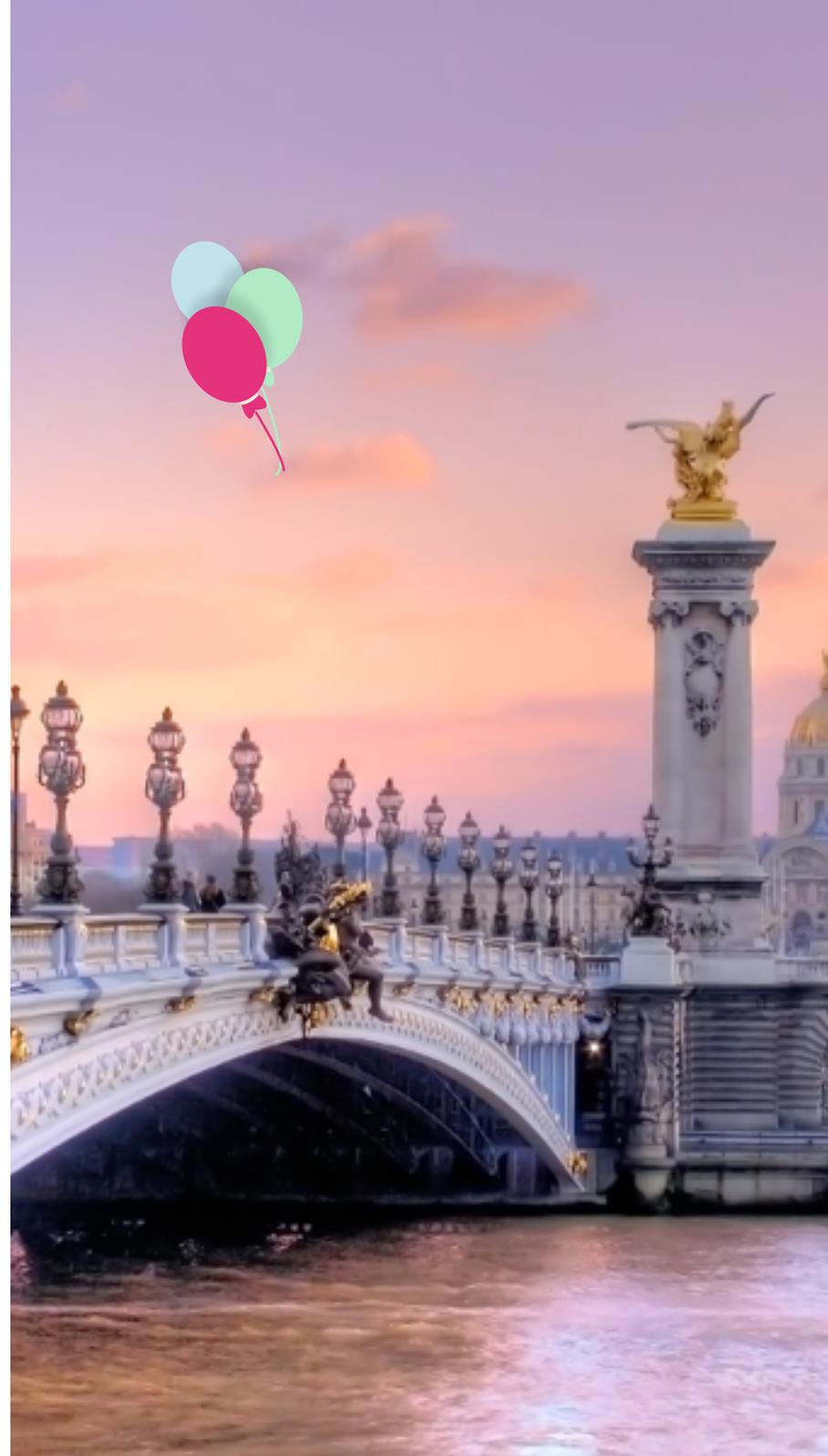
Un portrait ou une caricature? Place du Tertre est la réponse... sur la butte de Montmartre où se dresse la Basilique du Sacré-Cœur, le second monument le plus visité de Paris, charmant!

Une fois la nuit tombée, un selfie devant la Tour Eiffel! Une pause gourmande? Les spécialités sont nombreuses, côté salé: la salade de harengs aux pommes de terre, la soupe aux cressons, les croques-messieurs au jambon et au fromage; côté sucré: les mille-feuilles à la crème pâtissière, les brioches à tête parisiennes, la tarte bourdaloue aux poires, tous à vos fourchettes!

Si vous êtes en famille il y a aussi un grand choix d'itinéraires, pour les tous-petits, traversez et profitez du jardin des Tuileries (manège des chevaux de bois, promenade à poney, théâtre de Guignol...);

9 ou 10 ans? La Cité des sciences. Des ados? Une croisière sur la Seine ou Saint-Germain-des-Prés, Luxembourg pour une Balade et du shopping chic, la visite de l'église et aux beaux jours, profitez du jardin du Luxembourg. Amusez-vous aux parcs d'attractions de Disneyland ou d'Asterix pour tout la famille!

La région offre aussi des espaces verts pour vos promenades en plein air: le département du Val-d'Oise, abrite deux parcs naturels régionaux, le Vexin Français et l'Oise-Pays de France, où vous pouvez pratiquer des activités telles que la randonnée pédestre, équestre et cyclotouriste. Si vous êtes nature abandonnez-vous aux paysages de plaines, de forêts, de vallées et de cours d'eau, il y a un grand nombre de beaux parcs et jardins propices à la flânerie, comme ceux par exemple de Courances, de Courson et de Saint-Jean-de-Beauregard de l'Essonne. Si vous préférez les croisières en bateau, les guinguettes des bords de Marne vous attendent.





*Venez visiter cette très belle région où  
la beauté des lieux n'a d'égale que la  
gentillesse des gens qui y vivent!*



Voulez-vous visiter cette région en un clin d'œil? Bien, venez avec nous alors...

Avec ses nombreuses nuances naturelles et artistiques, ses institutions politiques européennes de prestige, ses spécialités gastronomiques, ses événements locaux, l'Alsace Champagne-Ardenne Lorraine est une région de tourisme parmi les plus appréciées en France.

Pour les amateurs de culture, d'art et d'histoire visitez la Ville vieille, médiévale et Renaissance, de Nancy et son musée des Beaux arts, sans oublier Place Stanislas inscrite à l'UNESCO; faites étape à Strasbourg et laissez-vous impressionner par la cathédrale Notre-Dame de Strasbourg, chef d'œuvre absolu de l'art gothique; joyau architectural de la ville de Reims, fleuron de l'Art Nouveau et de l'Art Déco, Villa Demoiselle vous attend!

Pour un moment d'ivresse instructif, ne manquez pas la route des vins d'Alsace et la

dégustation de champagne dans la région de Reims; goûtez les spécialités gastronomiques régionales: le Baeckeoffe, la Choucroute et la Cacasse et encore les Schbatzle et les Spatzles, les biscuits roses de Reims...

Côté nature, l'Alsace-Champagne-Ardenne-Lorraine est une région coloré avec des collines et des montagnes, véritable mosaïque de paysages, où s'alternent plaines et plateaux, lacs et forêts, massif et vignobles et promenez-vous dans ses parcs naturels: le parc naturel des Ballons des Vosges, le parc naturel régional de Lorraine, le parc naturel régional des Ardennes...sans oublier ses merveilleux jardins: jardin Botanique de Sedan, jardin du Beffroi, jardin Botanique du Col de Saverne.

Venez donc visiter cette très belle région où la beauté des lieux n'a d'égale que la gentillesse des gens qui y vivent!

*Partez à la découverte d'une vaste région riche en sites d'intérêt, de paysages, d'art et culture et en activités locales, partez à la découverte de la région Auvergne-Rhône-Alpes...*

Vous êtes fatigués de la routine de votre ville? Toujours les mêmes personnes et vos journées monotones se ressemblent?. Si vous recherchez de nouvelles expériences, de nouvelles émotions, la région Auvergne-Rhône-Alpes est faite pour vous! À la frontière de l'Italie et de la Suisse, l'Auvergne-Rhône-Alpes, une région agréable à visiter grâce à ses paysages variés et à sa grande culture, vous surprendra! Baladez-vous à travers les rues de la ville de Lyon, à pied ou à vélo, le Vieux Lyon, la Croix Rousse, le Musée Saint-Pierre; arrêtez-vous à Grenoble et ne manquez pas son très original téléphérique et le Centre national d'art contemporain. Vous ne pouvez pas visiter la région Auvergne-Rhône-Alpes sans vous arrêter au Puy-de-Dôme, par le chemin des muletiers ou celui des chèvres, toujours une superbe découverte de la nature! Avec ses canaux et ses batisses médiévales, Annecy vous offre un voyage dans un passé accessible et pourtant très lointain, visitez son château et plongez-vous dans le lac, super! Pour une visite en famille... n'oubliez pas la parc Vulcania pour une découverte des volcans et de leurs légendes... émotions et sensations pour tous! Côté gastronomie savourez les mets et les produits typiques: les Ravioles de Royans, (farcies au fromage Comté, fromage blanc) et agrémentées de persil finement haché, une spécialité du Dauphiné, n'omettez pas de goûter la tartiflette le fameux plat savoyard, alliance entre les pommes de terre et le fromage reblochon et ne manquez pas de manger une truffade traditionnelle cuite à la cheminée. La région vous offre un large éventail de manifestations, fêtes et festivals: Les inattendus à Lyon (festival de cinéma), Dub Vibrations à Grenoble (festival de musique), Les Nuits de la Roulotte à Chambéry (festival de musique, danses et spectacles), la fête de la lavande à Valensole c'est l'une des fêtes de la lavande les plus connues, son miel de lavande à la saveur délicate fait le bonheur des papilles gourmandes! Pour les amateurs de ski et de snow board il y a des pistes et des stations parmi les plus réputées au monde, les sportifs peuvent aussi choisir parmi une vaste gamme d'activités: VTT, parapente et canoë. Le blanc de la montagne, le vert des prairies et le violet de la lavande sont les couleurs naturelles de cette très belle région à découvrir entre amis, en famille ou en couple.

AUVERGNE - Rhône-Alpes



1



*Au mei d'ou, l'hivaer se noe.  
(1)*

*D'échelon en échelon, on grimpe  
à l'échelle. (2)*

*Une mère nourrit plus facilement  
sept enfants que sept enfants une  
mère. (3)*



2



3



Proverbes de Normandie (1), de Bretagne (2), d'Alsace (3)

*Entre mer et montagne  
la région PACA vous attend!*



Baignée du soleil ☀️, la région Paca vous offre le spectacle d'une terre riche de contrastes géographiques et de paysages différents et merveilleux.

Profitez de la luminosité d'un ciel limpide, de villages adorables et pittoresques au couleur de lavande (Provence) et de senteurs aromatiques. Plongez-vous dans les plages de sable ou de galets, petites ou grandes, elles vous offrent des moments de détente et de divertissements inoubliables (Côte d'Azur).

Ne manquez pas le charme de la montagne de cette région exceptionnelle! La neige en regardant la mer...super! (Alpes)

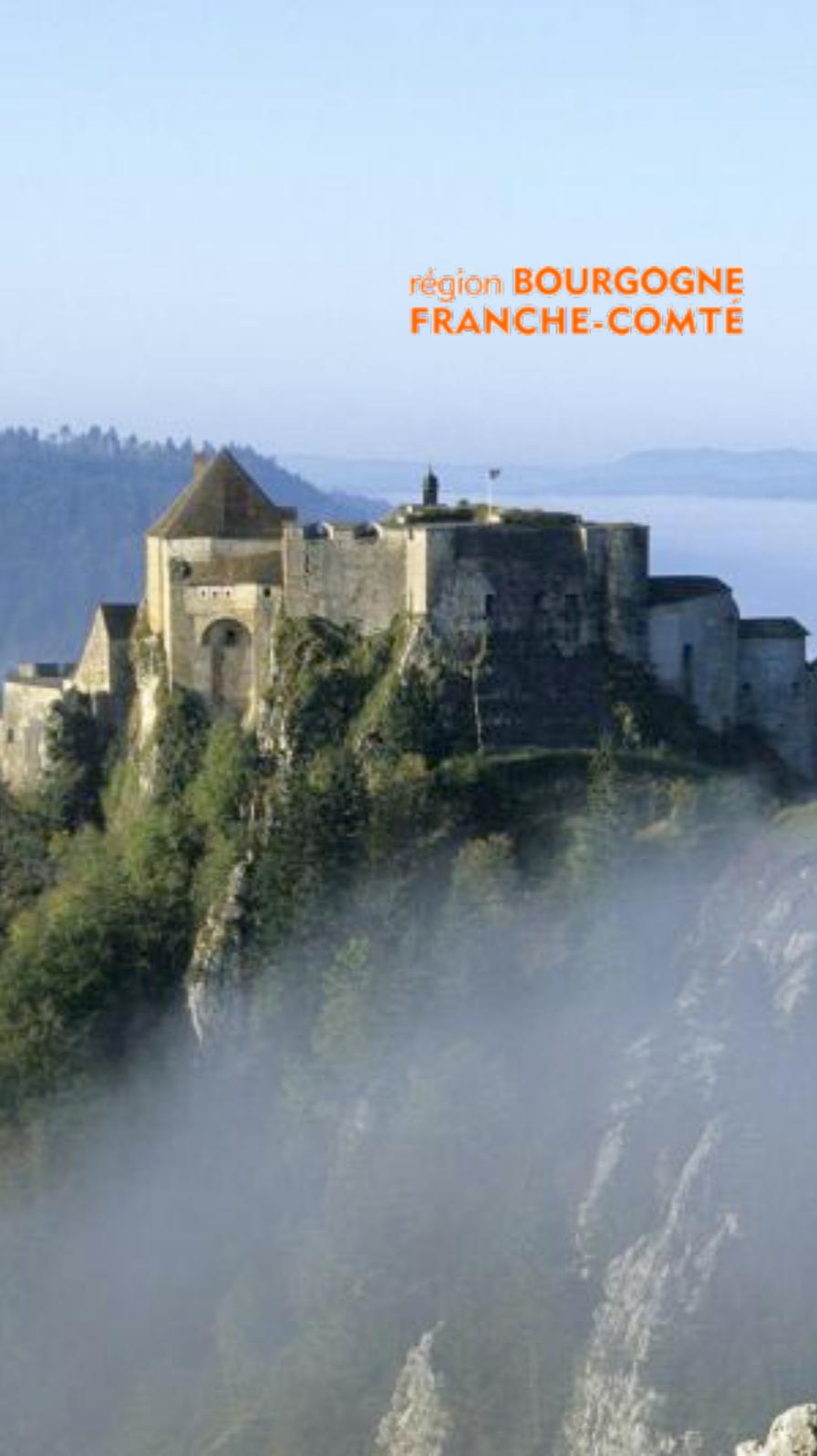
Côté gastronomie... abandonnez-vous aux saveurs des spécialités de la régions: une explosion d'arômes (thym, romarin, basilic...), une variété de produits de mer (thon, daurade royale, moules, huîtres, calmars, langouste), les formidables couleurs des légumes (poivron, tomate, aubergine, courgette..) et encore l'huile d'olive, les fromages de brebis ou de chèvre, les vignes et les vins inondés de soleil....

Imaginez une soirée au festival du Cinéma de Cannes 🎬, de vous promener sur la Croisette "pris d'assaut" par les journalistes et les vedettes qui défilent ... un rêve les yeux ouverts!

Vous préférez de la musique lyrique 🎵? Très bien... ne manquez pas le festival d'Aix-en-Provence, mais non, vous adorez le théâtre, alors faites un saut au festival d'Avignon.

Pour les amateurs d'art et culture la région Provence-Alpes-Côte d'Azur est un véritable livre à ciel ouvert, de superbes découvertes à chaque ville comme les Arènes, le Théâtre Antique, les Alyscamps d'Arles, le Palais des Papes en plein cœur d'Avignon, le Musée Matisse et le Musée Chagall à Nice, le théâtre romain et l'Arc Monumental de la ville d'Orange; et plein d'autres choses encore à visiter... découvrez-les en visitant cette surprenante région!





région **BOURGOGNE**  
**FRANCHE-COMTÉ**

## *Pour un tourisme vert, œnogastronomique et culturel une région à découvrir*

Vous recherchez une idée de randonnée à pied, un circuit VTT ou vélo, ou un lieu de baignade, des pistes de ski de fond ou ski alpin, de raquettes, ou un vol en montgolfière? La région Bourgogne Franche-Comté fait pour vous avec ses montagnes, lacs, rivières, campagne, tout y est!

Laissez-vous impressionner par les beautés naturelles du Parc du Ballon des Vosges et du Parc du Haut Jura et par les sites incontournables de l'abbaye cistercienne de Fontenay, de la citadelle de Besançon offrant depuis ses remparts des panoramas spectaculaires, de la saline royale d'Arc-et-Senans avec ses expositions, festival des jardins, animations pour les enfants... Émotion garantie lors de la visite de la superbe ville de Dijon, ancienne capitale des Ducs de Bourgogne, avec ses rues, souvent piétonnes, bordées de nobles hôtels en pierre de taille et de maisons à pans de bois...à ne pas manquer!

La gastronomie fait partie intégrante de la découverte de

cette charmante région, n'oubliez pas de déguster le gandeuillot de Fougerolles, saucisse de tripes et chair de porc, ou le jambon de Luxeuil, macéré 1 mois dans du vin du Jura et légèrement fumé.

Vous êtes amateurs de vins? C'est bien connu, la Bourgogne Franche-Comté est une terre d'exception avec ses vins de Chablis, de la Côte de Nuits, de la Côte de Beaune, de la Côte Chalonnaise et du Mâconnais. Vous cherchez un bon fromage? Le comté est probablement le fromage le plus utilisé dans la cuisine française et a un goût de noisette, une délice à savourer! Pendant la période de Noël, ne manquez pas les marchés de Montbéliard et Besançon, quel plaisir magique que de voir des chalets en bois et des sapins illuminés, vous serez ravis par les parfums d'épices!

Que vous soyez en famille, en couple ou entre amis, plutôt campagne ou plutôt ville, à moto ou voiture la région Bourgogne Franche-Comté saura vous offrir des moments inoubliables!

*Entre océan et montagnes, lacs, marais et forêts...  
découvrez avec nous la plus vaste région de France...*

Dans un climat doux et ensoleillé, la région accueille ses visiteurs avec des plages de sable fin, des stations balnéaires, des vignobles, sa gastronomie gourmande et ses sites d'art et histoire. Vous voulez en savoir plus? Bien.. L'Île de Ré vous ravira par ses petits villages typiquement charentais avec leurs maisons blanches aux volets verts et aux toits de tuiles; soif de robots? Envie de remonter dans le temps? Le Futuroscope vous attend! Pour une belle balade en amoureux ou en famille, choisissez la Dune du Pilat, juste un bon moment de bonheur, au plus proche de la nature. N'hésitez pas ensuite à vous aventurer dans les vignobles du Sud-Ouest pour vous arroser d'un Pineau des Charentes ou d'un Armagnac..

Laissez-vous charmer par les grottes de Lascaux véritable chapelle Sixtine de la préhistoire; pour les amateurs de nature et animaux c'est le moment de visiter le parc naturel de Millevaches. Pas mal, non?

La région est aussi riche d'événements et d'attractions à ne pas manquer: le festival international de la bande dessinée à Angoulême, les Francofolies à La Rochelle, les fêtes de Dax ou le festival Arte Flamenco à Mont-de-Marsan à vous le choix!

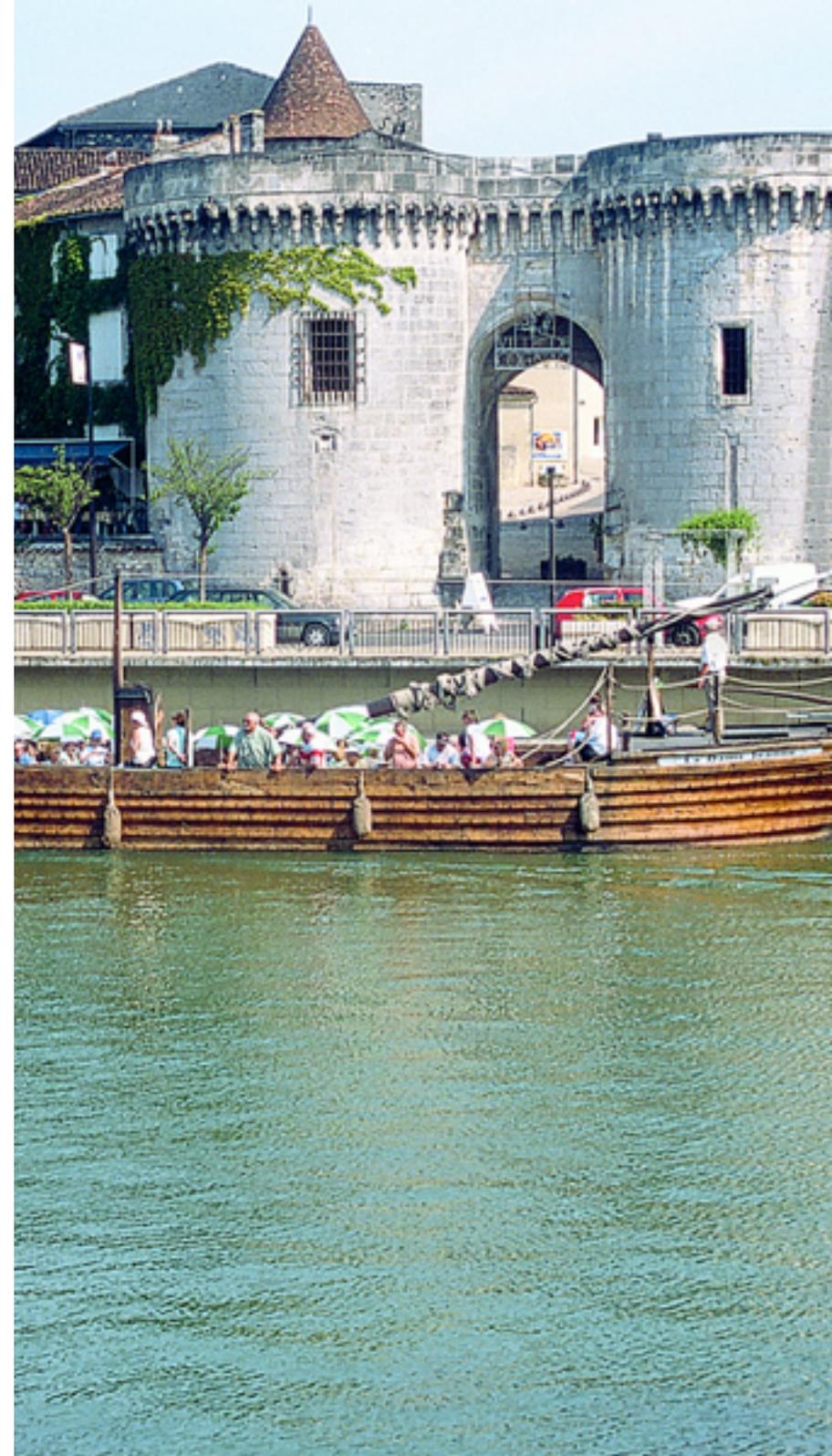
Enfourchez un vélo et partez à la découverte de Bordeaux, cette ville saura vous séduire: Bourse, Grand Théâtre, place Royale...

Pour les plus sportifs la région permet de pratiquer un éventail d'activités: le surf, activité-phare sur le littoral, la pelote basque, ski, randonnée balisés, promenade en barque.

Une pause gourmande pour un moment de détente et de convivialité? Savourez la richesse de la gastronomie régionale: la piperade, préparée à base de piments frits est traditionnellement servie avec du jambon de Bayonne fondant en bouche, super! La truffe noire du Périgord, qui pousse sous les chênes de la Dordogne, vous fera tourner la tête et enchantera vos papilles.

Vous voulez offrir un cadeau "made" en Limousin? Visitez Limoges et rapportez des émaux ou de la porcelaine et n'oubliez pas le beret basque, le couvre-chef traditionnel du Pays basque.

Mariage parfait entre mer et montagne, cette grande région mérite vraiment d'être visitée!





*Entre Méditerranée, Pyrénées et Massif Central, la région Languedoc-Roussillon vous offre une multitude de paysages naturels et de sites historiques à découvrir... partez avec nous!*

En famille, en couple ou entre amis, pour les amateurs de sport, de nature, de culture et d'histoire la région Languedoc-Roussillon-Midi-Pyrénées a tant à offrir. Un écrin de l'art roman: il y a les cathédrales fortifiées, comme à Béziers, les abbayes comme Saint-Gilles dans le Gard et ou celle de Saint-Martin du Canigou où vous serez enthousiasmé par la beauté, par le calme ainsi que par l'atmosphère des lieux. Ne manquez pas la ville de Toulouse charmante pour son architecture pittoresque et la ville de Montpellier avec ses sublimes fontaines d'époque, ruelles médiévales et hôtels particuliers du XVIIe et XVIIIe siècle.

Vous trouverez aussi des paysages à couper le souffle comme les forêts austères du Sidobre aux étranges blocs de granit ou les reliefs escarpés de la Montagne Noire et des monts de Lacaune; profitez de l'inépuisable richesse du monde végétal, des jardins et des parcs et encore ... à 20 km de Montauban vous découvrirez Paris et ses merveilles en miniature! Une curiosité unique en France. Les familles seront aussi fascinées par le le Zoo African Safari, une découverte ludique et pédagogique de la réserve

africaine. Les sportifs ont une vaste gamme d'activités à choisir: une bouffée d'adrénaline et une bonne dose d'émotions avec les ports aériens, parapente, saut en parachute, en deltaplane ou en montgolfière laissez-vous porter au rythme des vents, si vous préférez la mer tentez l'expérience du canoë, de la voile, du surf, du char à voile ou du kitesurf, mais vous pourrez vous adonner aussi au farniente sur de magnifiques plages de sable blanc à Argelès-sur-Mer, à vous de choisir!

Au fil de vos promenades, découvrez les spécialités locales pour le plaisir des yeux comme des papilles: savourez la brandade, une purée de morue émulsionnée à l'huile est encore meilleure avec de l'ail. Une spécialité de Nîmes. Les brochettes, (moules ou petits poulpes au grill), la soupe albigeoise (choux, patates, navets, carottes, oignons et poireaux) ces plats renferment des saveurs absolument uniques!

De la montagne à la plage en passant par les villes et la gastronomie la région Languedoc-Roussillon-Midi-Pyrénées vous attend!





## *Terre préférée des Rois de France*

Si vous souhaitez vivre une expérience inoubliable d'évasion, de faste et de saveurs sublimes, venez découvrir le charme de la région Centre-Val-de-Loire!

Située au cœur de la France, elle vous dévoilera ses richesses architecturales et ses patrimoines naturels, avec ses châteaux elle attire tout au long de l'année les visiteurs du monde entier.

Préparez vos valises et partez à la découverte d'itinéraires uniques à pratiquer, en famille, entre amis et en couple, à pied ou à vélo ou encore à bord d'un bateau au fil de la Loire, et pourquoi pas en montgolfière pour survoler la région et ses merveilles? abandonnez-vous au spectacle des paysages harmonieux de la nature, la forêt d'Orléans, le vaste domaine forestier de Cheverny et la verdure entourant les châteaux de Amboise, de Blois, d'azay-le-Rideau, de Chambord, de Chaumont-sur-Loire, de Chenonceau...

Région musicale, laissez-vous séduire de la musique de ses nombreux festivals musicaux: festival Jazz en Touraine et le festival Jazz en Val de Cher; le festival de Sully et du Loiret ou le Festival international d'Orgue de Chartres.

Vos enfants ne peuvent pas manquer les merveilles du Zoo parc de Beauval et à la Réserve de la Haute-Touche et pour les jeunes visiteurs le choix de Cheverny ou Valençay où ils pourront marcher sur les traces de Tintin ou se perdre dans le labyrinthe Napoléon.

Puis prenez le temps d'une pause savoureuse avec les spécialités régionales modernes ou traditionnelles: les rillons et les rillettes de Touraine, les forestines de Bourges, la praline de Montargis ou encore les madeleines de Proust nous mettent l'eau à la bouche!

Dans la région Centre-Val-de-Loire tout est plaisir des yeux et du palais...



1



1. *Lavande de Provence*
2. *Roses de Picardie*
3. *Lis martagon d'Auvergne*



2



3

Dites-le avec des fleurs



Région  
PAYS DE LA LOIRE

*...il y en a pour tous les goûts!*

Dans le Pays-de-la-Loire il y en a pour tous les goûts: les villes historiques d'Angers et Saumur, les plages de Vendée, les stations balnéaires réputées de la Loire-Atlantique, la campagne et les villages paisibles parsemés le long du parcours d'une ville à l'autre, les villes vibrantes du Mans et de Nantes, les circuits de découvertes des châteaux de la Loire, Chenonceau, Chambord, Villandry, Blois...

Entre mer et campagne, venez découvrir les richesses patrimoniales et naturelles de cette région, les trois Parcs Naturels Régionaux, le parc du Marais Poitevin et de belles forêts proposent aux passionnés de loisirs de plein air des escapades incontournables; si vous êtes des amateurs des parcs à thèmes ne manquez pas les spectacles extraordinaires et les dizaines de divertissements du Puy du Fou.

Pour vos pauses gourmandes, débutez votre aventure gustative par la fameuse tartiflette, gratin aux lardons mélangés à des oignons et des pommes de terre, ou la délicieuse soupe aux écrevisses, en dessert un Crémets d'Anjou, super! Vous êtes amateurs de vins? Une variété extraordinaire de vins doux, secs, pétillants, blancs, rouges, rosés... vous attend!

Un éventail de manifestations sont proposées partout dans la région: le Festival d'Anjou, le Festival Les vendredis des P'tits Loups, festival des jardins de Chaumont-sur-Loire dans le Loir-et-Cher...

Tout ce qu'il vous reste à faire... c'est partir pour la région Pays de la Loire!





*Terre de nature, art, culture et de saveurs la  
Normandie terre à visiter!*



La Normandie est la terre des plages bordées de falaises, des pâturages verdoyants, des péniches, des pommiers en fleur et des campagnes merveilleuses, c'est la terre des jardins de Monet à Giverny, oasis de l'impressionnisme, de la silhouette surprenante du Mont-Saint-Michel, du petit port d'Horfleur fréquenté par les écrivains, les musiciens et les peintres, le château de Carrougede, l'abbaye bénédictine Notre-Dame-du-Bec, la station balnéaire chic de Deauville avec sa promenade de bord de mer, ses villas, son luxueux casino, ses palaces.

La convivialité et le partage font partie de la culture et de l'art de vivre normande, la gastronomie de cette région vous propose une grande variété de saveurs, les tartines de Camembert, les moules de Barfleur, l'homard grillé au Calvados, la salade cauchoise, les coquilles Saint-Jacques, une expérience exquise à ne pas manquer!

Un riche éventail d'activités à faire vous attend dans la région: à pied, à cheval, à vélo, en voilier... à chacun sa passion: randonnées pédestres et équestres à la découverte de ses paysages et de sa culture; laissez-vous séduire par les côtes normandes et pratiquez la planche à voile, le surf, le kitesurf, la voile, ou simplement la pêche en mer.

La Normandie, c'est tout cela. Et bien d'autres choses encore..

*Villes colorées, population chaleureuse et accueillante,  
plages sublimes, spécialités gastronomiques, l'Île de  
Beauté attend seulement de vous accueillir...*



Avec ses merveilleuses beautés naturelles et artistiques, la Corse est une destination très aimée et fréquentée par les touristes.

Découvrez ses merveilleuses plages de sable blanc aux eaux cristallines

 sous un ciel limpide  autour d'un cocktail . Palombaggia et Sainte Giulia, toutes deux bordées de jolies pinèdes, vous attendent!

La région est riche en sites naturels, mais aussi patrimoine historique et musées sont au programme, visitez le parc régional, le parc marin international des bouches de Bonifacio, la cathédrale Sainte-Marie-de-l'Assomption à Bastia... Les "Calanche" ou calanques de Piana vous réservent une rencontre entre cavités, grottes, rochers, mer, entre nature et sculptures naturelles en granit. À ne pas manquer le marché d'Ajaccio, riche de couleurs et d'odeurs.

Sans oublier de goûter les spécialités culinaires corses, dans lesquelles la châtaigne est omniprésente, savourez le fameux figatellu, succulente saucisse de foie ou la soupe corse traditionnelle, aux gros haricots blancs (soissons) et aux herbes, épaisse, mijoté avec du lard et des morceaux de viande.

Beaucoup de manifestations se tiennent tout au long de l'année: A Fiera di u casgiu (Foire du fromage) à Venaco, le festival de Chambord, le carnaval de Porto-Vecchio et Sartène, les Journées napoléoniennes à Ajaccio, pour n'en citer que quelques-unes.

Qu'attendez-vous pour partir? Préparez vos valises... à destination Corse!





## *Quand la terre et la mer se rencontrent...*



Prenez du temps pour découvrir la deuxième destination touristique de France...

La Bretagne terre de contradictions, mélange de culture catholique et celtique, a tout pour plaire aux voyageurs: centres balnéaires à Dinard ou à Saint-Lunaire, variété de paysages, cités médiévales, menhirs, sites naturels, les légendes Arthuriennes de Pleumeur-Bodou, splendeur des côtes de la Manche et de l'Océan...

Envie de faire la fête en Bretagne? Bistrotts, cafés concerts et beaucoup de festivals (musique alternative pour le festival du Schmoul, musiques actuelles pour celui de Panoramas à Morlaix et encore la Route du Rock à Saint-Malo pour réchauffer votre hiver.

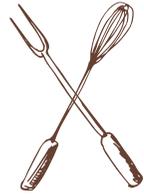
En hiver comme en été, il y a plein d'activités plein air que vous pouvez pratiquer, des voiliers aux centres nautiques, surf, kayak, char à voile ou simplement se détendre sur les plages pour se reposer et aussi prendre du soleil.

Si vous aimez faire du vélo, la région offre un grand nombre de circuits pour balade en famille, en couple ou entre amis, à vous de choisir! Découvrez la nature bretonne en vous promenant à travers les landes des monts d'Arrée et rendez visite aux enchanteurs de la forêt de Brocéliande.

L'air marin, ça ouvre l'appétit! Pour vos moments gourmands, dégustez avec bonheur les bons produits bretons: le Kouign-Amann, le far breton

(dessert "phare" de la gastronomie de la région), la galette saucisse (le must de la gastronomie de rue à Rennes), asseyez-vous, détendez-vous et goûtez les saveurs de cette terre merveilleuse!





*S'il y a une chose que l'humanité partage, c'est l'importance sociale du repas: la "table" est le lieu où les pays communiquent et répandent leur culture et traditions. La gastronomie est elle-même une culture et représente le patrimoine culturel d'une région. Le repas renforce le lien avec la communauté culturelle ou familiale et son esprit de convivialité réunit chaque jour les divers états. C'est pourquoi on a pensé à un petit guide gastronomique.*

*Que dire de plus sinon de vous embarquer pour un tour des goûts et des spécialités culinaires.... francophone. Tous à vos fourchettes 😊!*





Ce n'est pas pour s'en vanter, mais à **Tahiti**, c'est connu, on mange très bien!!!

Les tahitiens aiment les bons plats, les délicieuses saveurs... et les portions sont énormes!

Les trois grandes caractéristiques de la cuisine polynésienne sont: les manières d'accommoder le cru, la méthode de cuisson originale et l'accompagnement à base de noix de coco.

Dégustez le poisson cru au lait de coco, le Cochon rôti ou le poulet fafa, autour de petits orchestres improvisés composés de guitaristes, de chanteurs accompagnés par le son des Ukulélés.

Essayez de voir un spectacle de danses Polynésiennes...et n'oubliez pas d'acheter des perles... ça reste les meilleurs au monde!

L'île de **Saint-Barth** propose à ses visiteurs une gastronomie typiquement antillaise, aux saveurs uniques et aux plats colorés, une cuisine savoureuse qui exalte les produits de la mer.

Vous pourrez découvrir, le boudin créole pour vos apéritifs, ce petit boudin fondant est un régal en bouche, mais aussi le colombo de porc, plat typique très parfumé à base de légumes et de viande de porc.



Si vous êtes amateurs de gastronomie épicée, plongez-vous dans l'explosion de saveurs de la **Martinique**: les épices et les aromates ensoleillent chaque plat local, découvrez les "acras" de morue ou les crabes farcis en passant par la langouste grillée et arrosée d'une sauce au piment nommée sauce-chien et ne manquez pas de savourer ou le calalou (soupe de feuilles et de gombos avec du boeuf salé).  
Île aux fleurs et cocotiers, la Martinique vous attend avec ses plages de sables blonds et soleil, rythme et cocktail, des champs de canne à sucre et montagnes verdoyantes, les volcans et la végétation paradisiaque!

Vous préférez une cuisine "métissée"? Partez à **Saint-Martin** pour vos vacances! La cuisine locale reflète le climat ensoleillé de l'île, de la gaieté de ses habitants, de sa musique traditionnelle. Ici on cuisine au grand air sur de grand barbecue en mélangeant les diverses influences de la cuisine française aux saveurs des Antilles: l'Oxtail Stew (ragoût de queue de boeuf), et le Locri, à base de riz aux épices avec du poulet et des légumes... quelle bonté!  
Moitié française, moitié hollandaise, Saint-Martin se révèle cosmopolite et incite à la détente dans un cadre idyllique où les fonds marins abritent des espèces tropicales qui rivalisent de couleurs. Prenez le temps de vous promener sur ses petites collines et laissez-vous impressionner par le spectacle est particulièrement apprécié au coucher du soleil.  
Un lieu magique à découvrir!





Faites aussi une balade dans le vivier gourmand de la

### **Nouvelle Calédonie**

Dépaysante et colorée, la cuisine de Nouvelle-Calédonie met en avant les spécialités à base de poisson et fruits exotiques. Il y a beaucoup de nations différentes en Nouvelle-Calédonie, et donc beaucoup de cuisines. Vous goûterez la saveur des poissons et crustacés fraîchement pêchés dans le lagon, la viande de cerf marinée, les crevettes calédoniennes, les salades de bénitier, de traças ou de papaye verte et autres gratins de chouchoute, et ne quittez pas la Nouvelle Calédonie sans avoir dégusté un bougna, la spécialité la plus renommée de la tradition mélanésienne. Il s'agit d'un ragoût de viande ou de poisson au lait de coco, cuit dans des feuilles de bananier avec des ignames et des taros. La tradition veut que le tout mijote longuement dans un four kanak constitué de pierres chaudes enterrées. Il est recommandé de le déguster dans les tribus de la Grande Terre et des îles. Enfin, impossible de terminer un repas sans un café calédonien dont la réputation d'excellence dépasse les frontières...

Ses paysages de carte postale vous offrent un monde à découvrir: des plages de rêve, parmi les plus belles du Pacifique, le spectacle de la Forêt Noyée, da la Corniche calédonienne, la Poule Couveuse.

Profitez d'un grand nombre d'activités de plein air: kayak, VTT, balade à cheval... et si vous êtes plongeurs la faune récifale, les espèces pélagiques, les massifs coralliens, les gorgones, les épaves vous attendent! La culture ne manque pas: le centre culturel Jean-Marie-Tjibaou dont l'édifice a été conçu par Renzo Piano, le Musée de Bourail, la Chapelle Notre-Dame de Lourdes.

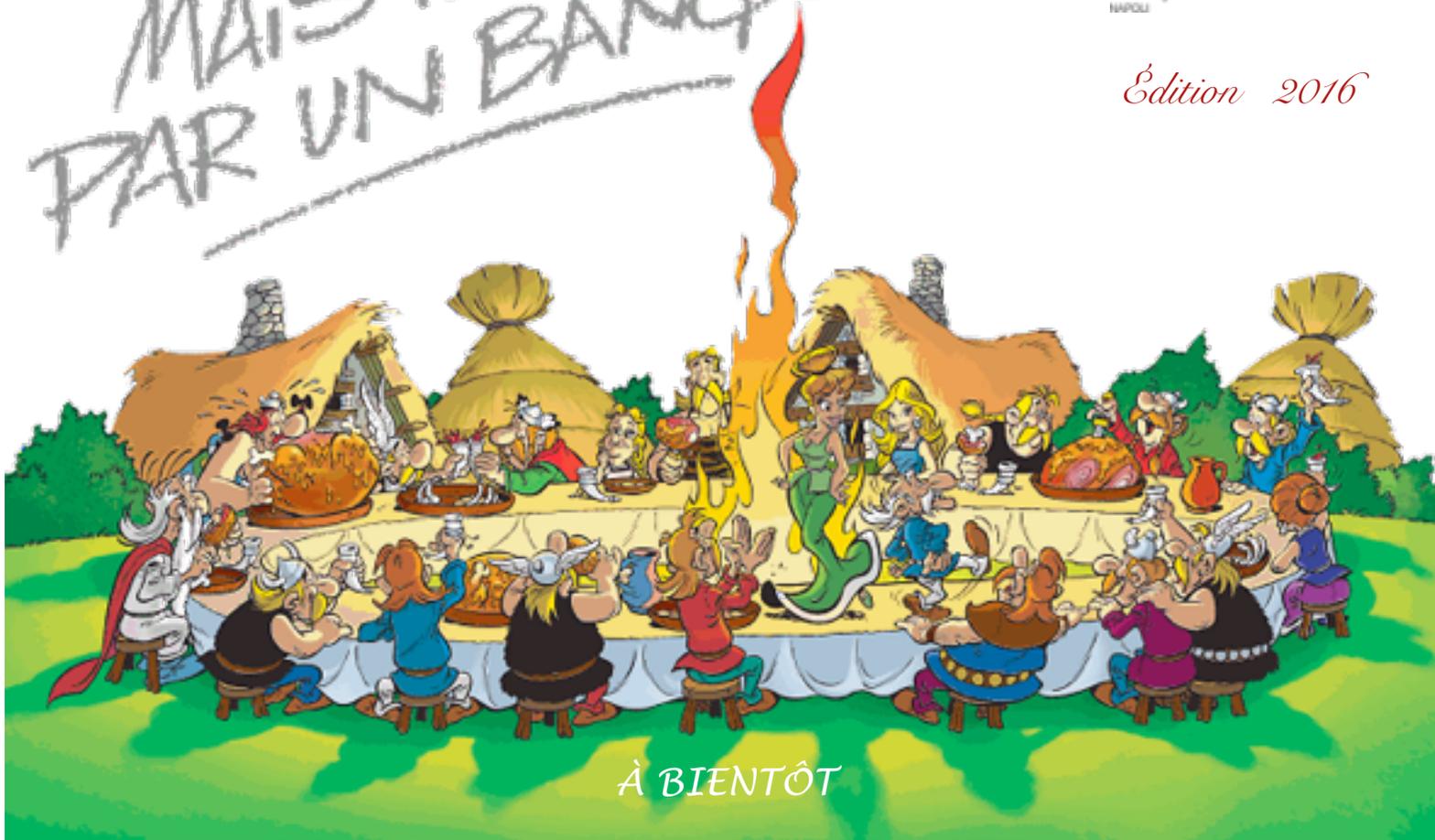
# MAIS TOUT FINIT PAR UN BANQUET!



INSTITUT  
FRANÇAIS  
NAPOLI

ISS  
E. MATTEI AVERSA

*Édition 2016*



À BIENTÔT

## *Les élèves classe 3A - tt*

**ADAMO** Grazia  
**BARONE** Luciana  
**CAIANIELLO** Gaetana  
**CAPASSO** Maria  
**CECERE** Luigi  
**CIARAMELLA** Concetta  
**COZZOLINO** Anna  
**DI FINIZIO** Maria  
**DI GENNARO** Giovanna  
**DI GIORGIO** Giusy  
**FABOZZI** Domenico  
**FELACO** Naomi  
**FORTE** Mariarca  
**GEORGE** Romalda  
**MONACO** Bianca  
**RAMMAIRONE** Antonella  
**SANNINO** Raffaella  
**SEQUINO** Anna  
**TAGLIAFIERRO** Noemi  
**TAMMARO** Rosa  
Madame Pasqualina Cirillo

