

3 spots pour en prendre *plein la vue*



1. Le Roc d'Enfer, un patrimoine naturel d'exception

Le Roc d'Enfer constitue à coup sûr le plus beau site naturel, en forme de gorge, de la Vienne. Ici, la Gartempe apparaît dans son état le plus sauvage. Ses eaux contenues dans un lit étroit entre deux petites collines et parsemées de rochers à la forme étonnante, coulent très rapidement pendant près de 2 km jusqu'au Roc d'Enfer. Le site, que l'on peut atteindre par des sentiers quelque peu périlleux – où il convient de faire attention avec les enfants – offre un point de vue exceptionnel. C'est un endroit unique et remarquable, propice à l'escalade et aux balades, et classé Natura 2000 pour la très large diversité de sa faune et de sa flore. L'été, des animateurs en patrouille au Roc d'Enfer se font un plaisir de guider les touristes et de faire découvrir les aspects les plus mystérieux de cet endroit.

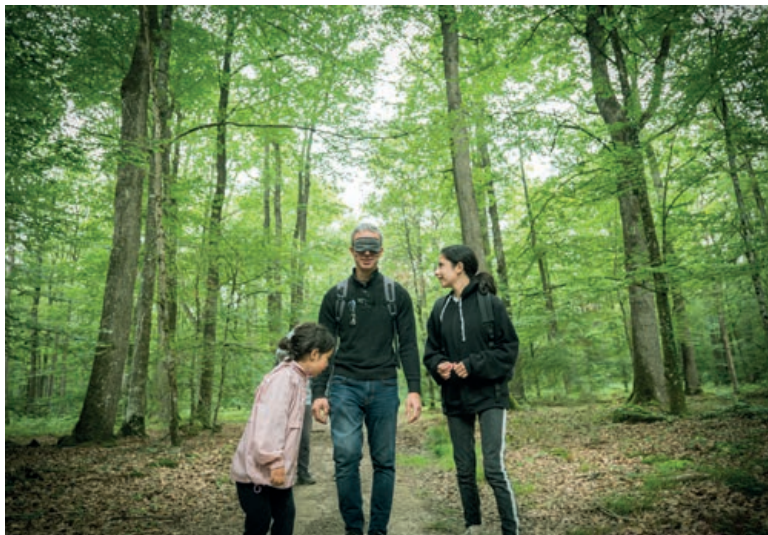
www.sudviennepoitou.com



2. La Réserve Naturelle Nationale du Pinail, reconnue zone humide d'intérêt mondial

La particularité de ce site naturel est liée aux milliers de mares qui le composent et à sa végétation caractéristique des landes. La réserve est en accès libre tout au long de l'année même si la période à privilégier est entre avril et septembre pour observer au mieux la faune, la flore et la fonge. On y découvre le site à partir d'un sentier d'interprétation de 2 km qui sillonne cette zone humide d'intérêt mondial. Bruyères, orchidées, plantes carnivores... la flore de cet écosystème - fait de tourbières et de prairies - est très riche. La faune du Pinail est très diverse et est caractéristique de ce type de paysage. On y retrouve des libellules, papillons, amphibiens et reptiles. Cette vaste zone humide de 960 ha vient d'entrer dans le cercle fermé des sites classés au titre de la convention de Ramsar, plus haut niveau de reconnaissance des zones humides dans le Monde.

www.reserve-pinail.org



3. La sylvothérapie ou l'énergie bienfaisante des arbres avec Bain de Forêt

Une immersion au cœur de la forêt pour vivre un moment unique, loin de tout, et se reconnecter avec la nature et l'énergie bienfaisante qu'elle procure : voilà ce que promettent Bellinda et François, les deux guides de cette expérience hors du temps. En famille ou entre amis, de 3h à plusieurs jours, ce voyage sensoriel au milieu des arbres incite à la détente et à la relaxation. La sylvothérapie permet de renforcer le système immunitaire, diminue l'anxiété, la dépression, la colère et réduit le stress. Plus qu'une simple balade, cette immersion au cœur de la forêt est une invitation à ralentir pour profiter des bienfaits des arbres et prendre soin de soi.



www.sylvotherapie-vienne.fr