

TOURISME ACCESSIBLE AUX PERSONNES A MOBILITE REDUITE



Informations et mise en page : « Association Le Bastidon de Lucie »
Edition : Office de Tourisme Intercommunal
Méditerranée Porte des Maures
CUERS - PIERREFEU - COLLOBRIERES - LA LONDE LES MAURES

Un conseil : téléphoner avant votre arrivée pour s'assurer du bon fonctionnement des ascenseurs et bénéficier d'un accueil spécifique pour les personnes en situation d'handicap.

Juillet 2023

Sommaire

Activités sportives	3
Parcs animaliers	7
Villages et villes typiques	9
Plages accessibles.....	12
Promenades en bateau	15
Terroir	18
Jardins remarquables	21
Promenades et visites	23
Culture	27
Parcs d'attractions.....	33

Activités sportives

HANDYFLYING ULM PROVENCE

CUERS



Aérodrome de Cuers-Pierrefeu – ULM PROVENCE Baptêmes de l'air pour tous avec des instructeurs habilités à faire voler des personnes handicapées sur ULM ou PA28, autogire.
Tél : 06 28 89 42 61 M Cardaillac
info@handyflying-ulm-provence.org
<http://www.handyflying-ulm-provence.org/wp/>

ECURIE DE LA FOUX

CUERS

Médiation par le cheval, découverte, handicap mental, TSA
Tel : 06 45 46 87 40
contact@ecuries-foux.fr
<https://ecuries-foux.fr/>

BM EQUITATION

LA CRAU – LA GARDE

Moniteur indépendant - Cours accessibles et balades en Calèche adaptée quel que soit le handicap
06 37 99 50 68 sur RDV
[https://www.facebook - b-m equitation](https://www.facebook-b-m-equitation)



ACCOMPAGNEMENT PAR LE CHEVAL

PIERREFEU DU VAR/PUGET VILLE

Médiation par le cheval, découverte, équithérapie, sur rdv.
06 20 71 59 70
adelinef.83390@gmail.com
<https://accompagnementparlecheval.fr>



HARAS DE BOIS SOLEIL – CENTRE EQUESTRE MEOUNES

Monitrice diplômée Équi Handi Paddocks arborés, colline pour se promener ou partir en trotting.

06 21 84 00 44

<http://www.harasdeboissoleil.fr>



PARENTHESE EQUESTRE LA LONDE

Club hippique de La Londe

Equitation adaptée avec intervenants diplômés

06 72 64 00 88 sur RDV

<https://www.facebook.com/AssociationParentheseEquestre/>

MARCHER SUR L'EAU HYERES

Ecole de voile Handis & Valides

Découverte, initiation, perfectionnement

Karine & Benoît : 06 18 46 86 69

<https://www.facebook.com/people/MARCHER-SUR-LEAU>

CATAKITE & CO

Handikite et Kite pour tous – l'Aygade - HYERES

Organisation de journées avec découverte et balade avril à juin et septembre à novembre. 12 pers max. Tiralo, catamaran adapté

Contact : Christian : 06 63 84 44 84 et Pascal : 06 27 12 03 99

catakiteandco@gmail.com

L'ATELIER BLEU – CPIE COTE PROVENCALE
CALANQUE PORT D'ALON – SAINT CYR/MER
CALANQUE DU MUGEL – LA CIOTAT

Juillet-Août - Sentier sous-marin guidé et labellisé, ponton amovible.
Sensibilisation au milieu marin.

04 42 08 07 67

Responsable: Damien BRACONNIER– d.braconnier@cpie-coteprovencale.fr

<http://www.cpie-coteprovencale.org/>

EXPENATURE

ECO-BASE à LA CIOTAT

Activités sur l'ensemble de la Région SUD. Canoë-Kayak adapté et encadré
(+ autres activités). 4 Labels TH.

06 80 74 40 99

<https://expenature.fr/>

AQUALONDE

LA LONDE LES MAURES

Baptême de plongée avec Handisub. Bateau Jeronimo.

06 09 88 45 55 – club@aqualalonde-plongee.com



ASSOCIATION O'VIVR

SIX-FOURS-LES-PLAGES – La Coudoulière, plage adaptée

Baptêmes de plongée, randonnées, pique-niques, soirées,
animations...pour tous

06 85 07 22 44 J-Ch Boisseau

<https://www.facebook.com/ovivassociation/>

PARACHUTE ASCENTIONNEL

SANARY-SUR-MER

Dans une atmosphère de silence et de pleine quiétude, admirez le
magnifique paysage à une altitude de plus de 100 m.

(Réservez au moins une journée à l'avance, ouvert tous les jours).

06 11 55 34 08 - contact@sanaryparachute.fr

<https://sanaryparachute.fr>

COMPLEXE AQUATIQUE – PISCINE

HYERES

Tous les bassins sont accessibles PMR, prêt de fauteuil manuel. Bassin de 50 m extérieur (nage sportive), bassin de 25 m intérieur (nage sportive), bassin ludique, pataugeoire, tobogan, structure gonflable, sauna-hammam, jets massant et bain à remous.

04 94 00 46 10

[Complexe aquatique - piscine | Ville d'Hyères les Palmiers \(hyeres.fr\)](http://www.complexe-aquatique-piscine-ville-d-hyeres-les-palmiers.fr)

LA PASSION DU QUAD

SIGNES



Quartier Chibron

Pilotage, initiation, randonnées avec animateur.

Tél : 06 73 48 78 17

contact@lapassionduquad.fr

<https://www.lapassionduquad.fr/>

SPEEDKART

HYERES 1714 avenue de l'aéroport

Circuit ouvert tous les jours, adultes et enfants, loisir, compétition

04 94 38 76 99

speedkart@speedkart.fr

<http://www.speedkart.fr/>

GOLF DE VALGARDE

LA GARDE

Chemin de Rabasson

Handigolf, découverte, initiation.

04 94 14 01 05

contact@golf-valgarde.com

<http://www.golf-valgarde.com/>

Parcs animaliers

LA PETITE FERME NATURALISTE

TOURVES

Activités de loisirs, ateliers d'éveil, visites contées, médiation animale, aire de pique-nique

06 26 18 61 99 - ferme.naturaliste83@orange.fr

<https://sites.google.com/view/lapetitefermecocitoyenne>



FERME PEDAGOGIQUE- Il était une fois la ferme

PIGNANS

Visite de la ferme, atelier sur le fromage de chèvre, le beurre, la tapenade, les nouveaux nés, la météo et le recyclage. Juillet/août réservé aux groupes.

06 83 45 27 92 - <https://www.iletaitunefoislaferme.fr/>

LE JARDIN DES 4 SAISONS

SOLLIES PONT - 7 impasse des Pachiquous

La ferme pédagogique est couplée avec une exploitation agricole bio, depuis plus de 25 ans. Elle propose des animations autour des animaux de la ferme, du jardinage, de l'écologie, et du développement durable toute l'année, sur rdv.

Appeler Catherine TRETON au 06 35 20 47 04 pour rdv.

catherinetreton@gmail.com

<https://www.jardindes4saisons.com/>

JARDIN EXOTIQUE ZOAPARC

SANARY

131 avenue du Pont d'Aran

Ludique et instructif, flore et faune tropicale sur 2 hectares dominant la baie de Bandol.

Tél : 04 94 29 40 38

contact@zoaparc.com

<http://zoaparc.com/>



LE VILLAGE DES TORTUES

CARNOULES



En plein maquis provençal, où on étudie, recueille et protège les tortues et particulièrement les tortues d'Hermann, reptile le plus menacé de France.

04 89 29 14 10

info@villagedestortues.fr

<https://www.tortupole.com/>

PARC ZOOLOGIQUE DE FREJUS

FREJUS

Visites du parc zoologique, Animation pédagogique, Séance de nourrissage des animaux.

04 98 11 37 37

<https://www.zoo-parc.fr/zoo-de-frejus/>

PARC PHOENIX

NICE

7 Hectares de verdure au cœur de Nice. Flore, faune, serre, grands jardins, lac. Fontaine musicale, expositions à thèmes.

04 92 29 77 00

parcphoenix@ville-nice.fr

<https://www.parc-phoenix.org/>

VAR LAMAS

SIX-FOUR-LES PLAGES

Le centre d'élevage Var Lamas propose des visites, vous pouvez approcher les lamas, observer leur langage, vous pouvez entrer dans l'intimité du troupeau.

04 94 07 02 21

visite.varlamas@gmail.com

[Bienvenue \(varlamas.com\)](http://Bienvenue(varlamas.com))

Villages et villes typiques

Certains offices de tourisme proposent des plans accessibles aux personnes handicapées.

CUERS - VISITE DU VIEUX VILLAGE

Fontaines, Moulins, Chapelles, Artisans
Visite guidée gratuite sur rendez-vous
(Voir parcours adapté PMR sur le plan)
OT de Cuers : 04 94 48 56 27
<https://www.mpmtourisme.com/cuers>



COLLOBRIERES

A 20 km de Cuers, Pont Vieux, visite des
rues de ce village du massif des Maures.
Fabrique de produits à base de châtaignes
Office de tourisme : 04 94 48 08 00
<https://www.mpmtourisme.com/collobrieres>



PIERREFEU

A 7 km de Cuers, traversé par le Réal Martin, Pierrefeu est situé sur un
piton rocheux surplombant la vallée et les
vignobles. Mercredi soir marché de producteurs +
musique.
Office de tourisme : 04 94 28 27 30
<https://www.mpmtourisme.com/pierrefeu-var>



LA LONDE LES MAURES

A 30 km de Cuers, face aux Iles de Porquerolles, Port Cros, Le Levant, La
Londe est aussi attachée au Massif des Maures. Loisirs nautiques, plages
accessibles, excursions, parc de la Brûlade...
Office de tourisme : 04 94 01 53 10
<https://www.mpmtourisme.com/londe-maures>

HYERES LES PALMIERS

A 20 km de Cuers, balade dans les rues piétonnes, jardin Olbius Riquier, marché le samedi matin, visite et marché nocturne du port de Hyères, de l'Aygade, des Salins...Plage de la Bergerie, La Mer Autrement...

Office de tourisme : 04 94 01 84 50

<https://www.hyeres-tourisme.com/>

LES HAUTS DE BORMES LES MIMOSAS

A 40 km de Cuers, Bormes les Mimosas propose un beau panorama sur les îles, visite de la rue principale, artisanat d'art. (Pentes assez raides). Parking places accessibles. Restaurant Bellevue accessible et avec toilettes pour personnes handicapées.

Office de tourisme de Bormes : 04 94 01 38 38

www.bormeslesmimosas.com/

TOULON



A 20 km de Cuers, Le marché du Cours Lafayette est ouvert tous les matins sauf le lundi. Découverte du vieux Toulon où les voitures ne circulent pas, la rue des Arts, le port de Toulon, les Halles, les plages du Mourillon. Brochure Toulon accessible à l'accueil.

Office de tourisme : 04 94 18 53 00

<http://toulontourisme.com/>

CASSIS

Petit Train de Cassis : départ du Port de Cassis (arrêt devant Le Liautaud) jusqu'à la Calanque de Port Miou, accessible pour 1 fauteuil manuel, avec rampe d'accès - **Sur rdv** : 04 42 72 21 70

contact@francevoguette.fr

<https://www.cassis.fr>

Plages accessibles

ASSOCIATION ANAE

HYERES – LA CAPTE

La Bergerie

Plage et activités accessibles.

Cabine de change avec lit bas, lève-personne pour transfert, prêt de Tiralò et hippocampe avec aide.

04 94 57 40 44

[Handiplage de La Bergerie](#)

LA MER AUTREMENT – UFOLEP – PLAGES PRIVÉES

HYERES – PRESQU'ILE DE GIENS

Plage de la Vignette – Hôpital Renée Sabran

Plage et activités accessibles réservées aux PMR adhérentes

Transats aménagés, fauteuils de mise à l'eau avec aide des animateurs sur place, paddle, kayak, voile...Fiche d'adhésion à compléter pour accès.

07 83 70 63 76

lamerautrement@ufolep83.org

PLAGES de l'ARGENTIERE, TAMARIS, MIRAMAR

LA LONDE

- Argentière Est : parking, tapis d'accès plage, fauteuil de mise à l'eau disponible au poste de secours avec aide de 11h10 à 18h30 en juillet/août. Restaurant « Côté Plage » (WC adaptés) avec fauteuil de mise à l'eau, sans aide.
- Argentière Ouest : restaurant « Hemingway » (WC adaptés).
- Tamaris : parking (WC adaptés), fauteuil de mise à l'eau au Yacht-club + poste de secours.
- Miramar : fauteuil pour mise à l'eau au poste de secours, tapis d'accès plage. Restaurants « Le Président », « La voile » (WC adaptés).



MPM TOURISME : 04 94 01 53 10

<https://mpmtourisme.com>

PLAGE SAINT CLAIR

LAVANDOU

Parking PMR. Accès plage. WC, douche. Poste de secours avec Tiralo.

06 03 84 29 04

<https://www.plage-saint-clair/>

PLAGE DU DEBARQUEMENT

LA CROIX VALMER

Accès de plain-pied avec tapis au sol.

WC, douche, vestiaire accessible. Plage avec poste de secours et vente de boissons à proximité.

04 94 79 66 03

www.lacroixvalmertourisme.com

PLAGE DE CAVALIERE

CAVALIERE

Parking PMR. Ombre sous les pins. Accès plage. WC, douche.

Poste de secours avec Tiralo.

06 73 77 01 69

<https://www.plage-de-cavaliere/>

HANDI PLAGE BASE NATURE

FREJUS

Mise à l'eau avec LP et accompagnement, Tiralo, frites, brassards. Douches, cabines, table de change. Terrasse ombragée.

Particuliers et groupes. Pour les groupes : sur réservation.

06 11 72 43 28

<https://www.handiplage FREJUS>



PLAGE PENO

CARQUEIRANNE

Tapis d'accès plage, Tiralo disponible au poste de secours, Douche

04 94 01 40 40 - A côté du Port des Sablottes

plage-de-peno-carqueiranne-83320

PLAGE DU MOURILLON

TOULON

Rampe d'accès, fauteuil de mise à l'eau disponible au poste de secours, tapis d'accès plage - Snacks et restaurants accessibles. Promenade.



04 94 18 53 00

<http://toulon.fr/laissez-seduire/article/plages-mourillon>

PLAGE DES SABLETTES

LA SEYNE SUR MER

Entrée ouest du Parc Braudel, bande de roulement, douche, fauteuils tiralo et hippocampe, parking ombragé, toilettes accessibles.

04 98 00 25 70

<https://www.plage-des-sablettes>



PLAGE DE PORTISSOL

SANARY SUR MER

A deux pas du centre-ville, surveillance, handiplagiste. Places handi parking : 3. Rampe d'accès à 5% sol dur. Tapis plage, abri, un tiralo, un waterwheels, WC, douche, vestiaire accessible. Poste de secours ;

04 94 26 51 81

<https://www.sanary-tourisme.com>

PLAGE DU LIDO

SANARY SUR MER

Surveillance, BNSSA, du 01/06 au 30/09. Places handi parking : 3

Rampe d'accès à 6% sol dur. Tapis plage, abri, 1 tiralo

WC, douche, vestiaire accessibles. Poste de secours et vente de boissons à proximité.

04 94 74 01 04

<https://www.sanary-tourisme.com>

Promenades en bateau

UN FAUTEUIL A LA MER

HYERES Presqu'île de Giens

Départ Port Auguier

Balade en mer, baignade avec mise à l'eau adaptée. De début juillet à fin septembre, du lundi au samedi, de 10h à 12h.

06 50 36 07 15

<https://www.facebook.com/ufalam>

LATITUDE VERTE

BORMES LES MIMOSAS

Départ Port de la Favière, bateau électrique, 1 place en Fauteuil manuel, WC accessible.

Balade commentée Porquerolles, Port-Cros, Fort de Brégançon

06 51 08 30 04

<https://www.latitudeverte.fr/>

LES CALANQUES DE CASSIS

Croix du Sud V : départ du Port de Sanary

Visite accessible pour 2 fauteuils manuels (toilettes non accessibles sur le bateau).

06 75 71 81 76

<https://croixdusud5.com>

La visite des Calanques Bateau Moby Dick 3 à Cassis

Accès PMR : 2 fauteuils manuels max.

04 42 01 03 31

<https://www.lavisitedescalanques.com/>



Les Amis des Calanques : départ du Vieux Port de La Ciotat. 2 fauteuils manuels sur le navire MISTRAL. Sur réservation

06 09 35 25 68

<http://www.visite-calanques.fr/la-flotte>

LES BATELIERS DE LA COTE D'AZUR

RADE DE TOULON



Promenade commentée dans la plus belle rade d'Europe. Port militaire et partie historique et civile.

Tel : 04 94 93 07 56

<http://www.bateliersdelacotedazur.com>

LES ILES D'OR

PORQUEROLLES – PORT-CROS – LE LEVANT

Compagnie TLV-TVM : départ Presqu'île de Giens (25 km du Bastidou)

04 94 58 21 81

<https://www.tlv-tvm.com/>

Les Bateliers de la Côte d'Azur : départ de La Londe, Port Miramar (25 km du Bastidou) – promenades en mer – traversées. Pour St Tropez appeler avant (tous les bateaux ne sont pas accessibles)

04 94 05 21 14

<https://bateliersdelacotedazur.com>

Vedettes Iles d'Or et Le Corsaire, Le Lavandou (30 km du Bastidou)

04 94 71 01 02

<http://www.vedettesilesdor.fr/>

LA POUNCHO



SAINT TROPEZ

Excursions maritimes côtières à Saint-Tropez, mer et navettes. Accessible aux fauteuils manuels. Plages de Pampelonne, Tour du Golfe de Saint-Tropez, la Baie des Canoubiers.

06 09 50 60 72

<http://www.lapouncho.com/>

LES BATEAUX VERTS

SAINT TROPEZ

Excursions Maritimes côtières de la Baie des Canoubiers.

4 personnes en fauteuil maximum

en juillet/août

04 94 49 29 39

info@bateauvert.com

<http://www.bateauxverts.com>



LES ILES PAUL RICARD

ILE DES EMBIEZ

Traversée en bateau du Brusuc aux Embiez

ILE DE BENDOR en travaux jusqu'en 2027

04 94 10 65 20

<https://www.lesilespaulricard.com/>

LOCATION DE BATEAU

LAC D'ESPARRON DE VERDON

Alize Electronic - 1 bateau accessible pour un fauteuil manuel -
Réservation conseillée : 04 92 75 44 69

Club Nautique Esparron-de-Verdon (CNEV) - Supports accessibles aux
personnes en situation de handicap (dont voile individuelle avec 2 Mini-J
et voile collective), ainsi que des aménagements facilitateurs.

04 92 77 15 25

Terroir

DOMAINE TURENNE

Côtes de Provence

CUERS Route de Pierrefeu

Philippe BENEZET – Propriétaire récoltant

Visite guidée de la cave

RDV : 04 94 48 68 77

<http://domaineturenne.com/>



MOULIN A HUILE DES CINQ PONTS

CUERS

Cave coopérative oléicole (ouverture du Moulin tous les jeudis matin de 9h à 12h pour vente aux particuliers)

04 94 48 64 70

moulin.cinq.ponts@orange.fr

<http://moulindescinqponts.fr/>

CHEVRERIE CANTEPERDRIX

PUGET VILLE

Charlotte vous accueille pour une visite de la salle de traite, de la fromagerie et vous propose à la vente des produits du terroir. Sur RDV.

06 25 39 18 52

chacha.gauvrit@laposte.net

CONFISERIE AZUREENNE

COLLOBRIERES

Castanéculture, confiserie à base de châtaignes, glaces, visite du Musée

Ouvert toute l'année

Tél : 04 94 48 07 20

info@confiserieazureenne.com

<http://www.confiserieazureenne.com>

CAVE A HUILE DE BELGENTIER

BELGENTIER

Découvrez l'huile d'olive "Goût à l'Ancienne" La dégustation et visite du moulin gratuites (visite sur rendez-vous)

04 94 48 98 80

<http://www.coop-belgentieroise.fr/>

COPSOLFRUIT

SOLLIES-PONT

Venez découvrir les Figues AOC, les Figues Bio, les Confitures de Figues, les légumes Bio : Boutique : lundi 14h-19h, du mardi au samedi : 9h à 19h

04 94 28 94 37

<http://www.copsolfruit.com/>

CONFISERIE FOUQUE - NOUGAT

SIGNES

Visite gratuite de la fabrique du 15 septembre au 15 novembre.

04 94 90 88 01

<http://www.nougat-fouque.com>

DOMAINE DU JASSON

LA LONDE

Venez découvrir, Huile d'Olive de France, Agrulive (mélanges entre olive et agrume) et leurs différents agrumes.

04 94 66 90 26

<http://www.domaine-du-jasson.com/>

MAISON DU TERROIR

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

Venez découvrir cette boutique, située dans le Var, au charme d'autrefois et savourez miels, huiles d'olive, vins, confitures.

04 94 81 14 47

<http://www.roquebrune.com>



MAISON DU CHOCOLAT
ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS



Visite de la maison du chocolat et ses collections - accès en fauteuil manuel et électrique

04 94 45 42 65

<http://www.roquebrune.com>

LES ORCHIDEES DE MICHEL VACHEROT
ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

Visite guidée de la serre où sont entreposées les orchidées : découvrez une large gamme d'orchidées, tout le matériel nécessaire à la culture ainsi que des conseils sous forme d'ateliers.

04 94 45 48 59

<http://www.orchidees-vacherot.com/>

FRAGONARD RIVIERA LA FABRIQUE DES FLEURS
GRASSE



Visite des laboratoires et salle de conditionnement de la fabrique des fleurs qui est entourée d'un jardin de plantes à parfums

04 93 36 44 65

<http://www.fragonard.com>

Jardins remarquables

JARDIN DES MEDITERRANEEES

DOMAINE DU RAYOL

Avenue des Belges, Le Rayol-Canadel Expositions permanentes, visites guidées "découverte", visites thématiques, activités pour familles avec enfants sentier marin, soirées musicales en été.

Restaurant « Le café des Jardiniers ».

Appeler à l'arrivée car l'entrée pour les PMR est différente.

04 98 04 44 00

<http://www.domainedurayol.org/>



JARDIN OLBIUS RIQUIER

HYERES

Splendide jardin animalier et serre tropicale, jeux pour enfants, petit train...

Possibilité de visites commentées pour individuels et groupes

04 94 00 78 65

<http://www.hyerestourisme.com/>



ESPACE NATUREL SENSIBLE DE LA BRULADE

LA LONDE



Avec jeux pour les enfants, jeux de boules, aire de pique-nique, sentier découverte et de promenade, parcours santé, skate-park et parcours de bi-cross.

Sanitaires : 2 toilettes sèches publiques accessibles

04 94 01 53 10

<https://mpmtourisme.com>

PARC DU CHATEAU LA CASTILLE

LA CRAU

Promenade sur le domaine, au milieu des vignes et le long de la rivière du Gapeau. Vente de vin du Domaine. Fermé le dimanche.

<http://domaine-castille.fr/>

JARDIN SUZANE FOURNIER

CUERS

Labellisé Var accessible. Jeux pour enfants, abris bibliothèque, ombragé, bancs, fontaine et point d'eau.

Promenades et visites

L'accès aux massifs forestiers est réglementé entre juin et septembre

Pour consulter les conditions d'accès :

<https://www.risque-prevention-incendie.fr/var>

CHATAIGNERAIE GODISSARD

COLLOBRIERES

Découverte du métier de castanéiculteur, animations pour enfants, dégustation de produits

06 73 49 70 18

info@chataigne.pro

<https://www.mpmtourisme.com/producteur/chataigneraie-godissard>

VISTE DES VIEUX SALINS DE HYERES

HYERES

Balades naturalistes, sorties en groupe sur les Salins d'Hyères

04 94 01 09 77

<https://metropoletpm.fr> ou paca.lpo.fr



PROMENADE DU FRONT DE MER

HYERES

Le long du boulevard de la Marine, relie le port de Hyères et le village de l'Aiguade, 1,8 km aménagé, accessible PMR, jeux enfants, sanitaires.

<https://www.hyeres.fr/promenade-du-front-de-mer>

LES ANAMITES

LA LONDE

Promenade des Annamites : du centre du village, passant par l'Espace Naturel de la Brûlade et à destination du port et des plages de l'Argentière et de Tamaris. Sentier : larges allées surélevées bordées de pins apportant ombre et fraîcheur (pas de garde-corps le long du sentier). Accessible PMR en fauteuil à condition d'être accompagné.

SENTIER DE RANDONNEE DE BARJEAN

BORMES-LES-MIMOSAS

Promenade dans la forêt, aire de pique-nique ombragée (demander le plan à l'office de tourisme)

04 94 71 06 07 <https://www.visitvar.fr/fr/fiche/sentier-de-barjean-dans-le-massif-des-maures-794271>

QUAI GABRIEL PERI

LE LAVANDOU

Promenade au bord de plage, du centre-ville à La Favière, port de Bormes les Mimosas.

<https://www./promenade-du-bord-de-plage/>



ESPACE NATURE DEPARTEMENTAL DU PLAN

LA GARDE

Ses chemins aux différents gabarits sillonnent le site tantôt sur terre, tantôt sur pilotis au-dessus de l'eau et sont tous accessibles aux personnes à mobilité réduite.

04 83 95 51 60– <https://www.ville-lagarde.fr/>

TELEPHERIQUE DU MONT FARON

TOULON

Accessible en fauteuil manuel, 2 petites marches à l'arrivée, vue panoramique de la Rade de Toulon

04 94 92 68 25 – <https://www.telepherique-faron.fr/>

SENTIER RANDONNEE DE LA VOIE ROYALE

PLAN D'AUPS

Promenade dans la forêt, animation sur la découverte et la protection de la nature par les guides forestiers

04 42 72 32 72

<https://paca.lpo.fr/sorties-nature/que-faire/nature-handicap>



RANDONNEES EN JOELETTE

MAISON DES 4 FRERES à 8 km du BEAUSSET

5 joelettes mises à disposition gratuitement **entre le 15/09 et le 15/06.**

La structure est aussi accessible (place de parking adaptée), entrée libre et gratuite pour une exposition sur les plantes et les usages.

04 94 05 33 90

<https://www.facebook.com/MDN4freres>



LE VALLON SOURN

CORRENS – CHATEAUVERT

Traversé par la rivière Argens, ce site réputé auprès des grimpeurs pour ses falaises l'est aussi pour ses qualités écologiques. Des allées ont été adaptées pour les PMR, ombragées (vue rivière, table de pic-nic). Parking dépose minute. 04 94 72 04 21



<https://www.la-provence-verte.net/decouvrir/top10-vallon-sourn.php>

SENTIER DE RANDONNEE LE MALPEY

FREJUS



Un parcours de 1 200 mètres idéal pour apprécier les paysages intérieurs du Massif de l'Estérel sur les baies de Saint-Raphaël, Fréjus, Roquebrune-sur-Argens (demander le plan à l'office de tourisme)
04 94 44 16 45

<https://paca.lpo.fr/sorties-nature/que-faire/nature-handicap>

SENTIER RANDONNEE DE ROUSSIVAU

SAINT-RAPHAËL/AGAY

2 400 m de paysages bucoliques et campagnards à l'intérieur du massif de l'Estérel : la réserve biologique du Perthus et ses gorges (demander le plan à l'office de tourisme)

04 94 44 16 45

<https://paca.lpo.fr/sorties-nature/que-faire/nature-handicap>

Culture

LA BANQUE MUSEE DES CULTURES ET DU PAYSAGE

HYERES

Une collection permanente riche qui raconte l'histoire de la ville et de ses paysages au fil des siècles. Le bâtiment a été entièrement rénové et est équipé d'ascenseurs. Visite du jardin et découverte de la salle des coffres.

04 83 69 19 40

<https://www.hyeres.fr/la-banque-musee>

MUSEE DU SANTON

PIERREFEU DU VAR

Domaine de l'Aumerade

Visite du musée avec sa collection riche de 1 800 santons

04 94 28 20 31

<http://www.aumerade.com>

LES MUSEES DE SOLLIES VILLE

SOLLIES-VILLE

Visites du musée du vêtement provençal : ancien Moulin à huile. Du lundi au vendredi : 8h-12h, 13h-16h30, Fermé le jeudi après-midi. Visites guidées ou libres à la demande et groupes uniquement sur réservation.

04 94 33 72 02

<https://solliesville.fr/les-musees/>

mairie.solliesville@wanadoo.fr

MUSEE NATIONAL DE LA MARINE

TOULON

Venez découvrir à travers maquettes, plans-reliefs, peintures et instruments scientifiques, le destin militaire du port de Toulon et la création de son arsenal.

04 22 42 02 01

<http://www.musee-marine.fr/toulon>



HOTEL DES ARTS TOULON



236 bd Maréchal Leclerc
Entrée libre expositions temporaires, ateliers
Tél : 04 94 93 37 90
hoteldesarts@metropoletpm.fr
<https://hda-tpm.fr/fr>

MUSEUM D'HISTOIRE NATURELLE TOULON

Vous trouverez des spécimens, des objets culturels et des outils didactiques vous accompagnant pour souligner les aspects singuliers du mode de vie, de la biologie et de l'écologie de Provence.

04 83 95 44 30

<https://museum.var.fr>
museum@var.fr

OBSERVATOIRE - PLANETARIUM du GROS CERVEAU OLLIOULES

Diffusion de la culture scientifique auprès du public et des scolaires.

Le planétarium d'un diamètre de 5 m peut accueillir dix-huit personnes allongées ou assises. Simulation de la voûte céleste, les différentes planètes ainsi que les constellations visibles à un instant donné.

04 94 09 07 38

<https://www.oagc.fr/>

VILLA TAMARIS PACHA / GALERIE D'ART

LA SEYNE SUR MER

Avenue Auguste Plane

La galerie est entièrement accessible au rez-de-chaussée. Appeler pour savoir si l'ascenseur fonctionne correctement pour accéder aux expositions à l'étage

04 94 06 84 00

<https://www.villatamaris.fr/fr/votre-visite>
villatamaris@metropoletpm.fr

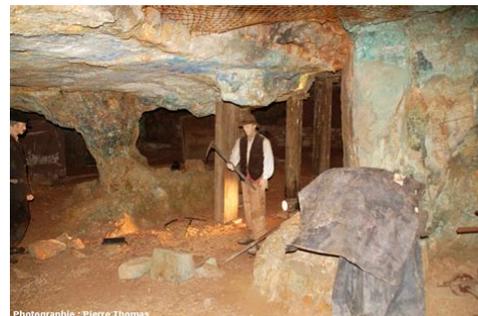
MUSEE DE LA MINE DE CAP GARONNE LE PRADET

Un site exceptionnel situé au sommet du Cap Garonne. Ancienne mine de cuivre, exposition de minéraux, automates...(penser à prendre une petite laine)

04 94 08 32 46

<http://www.mine-capgaronne.fr/>

info@mine-capgaronne.fr



Photographie : Pierre Thomas

ABBAYE DE LA CELLE

LA CELLE

Monument médiéval remarquable. Monastère bénédictin, art roman provençal du XIIIème siècle.

Visite à l'étage avec ascenseur.

04 98 05 94 24

<https://abbayedelacelle.fr/>

abbayedelacelle@var.fr



TERRA ROSSA

SALERNES



Terra Rossa retrace la tradition céramique dans le canton depuis des siècles. Vaste musée dont les bâtiments couvrent plus de 3 000 m², un ensemble d'expositions dont la thématique s'articule autour de l'argile et la céramique.

04 98 10 43 90

<https://www.terrarossasalernes.fr/terra-rossa/>

CENTRE D'ART CONTEMPORAIN CHATEAUVERT

Expositions d'artistes contemporains
intérieur/extérieur

07 81 02 04 66

www.facebook.com/cac.chateauvert

cacc@caprovenceverte.fr



MUSEE DES GUEULES ROUGES TOURVES

Visite libre avec bornes interactives, découvrez l'origine de la bauxite, plongez au cœur de la vie quotidienne des mineurs et parcourez la galerie d'extraction reconstituée.

04 94 86 19 63

<https://www.tourves.fr>

mgr@caprovenceverte.fr

MUSEE DE PREHISTOIRE DES GORGES DU VERDON QUINSON



Visite du musée. Activités à destination des enfants et des adultes (faire du feu, tir à l'arc, taille de silex ...)

Animations spécifiques selon handicap pour les groupes sur réservation au
04 92 74 09 59

<http://www.museeprehistoire.com>

MUCEM MARSEILLE



Galerie de la Méditerranée, exposition permanente « Civilisation de la Méditerranée et d'Europe », expositions ponctuelles.

Fort Saint Jean, point de vue sur le vieux port.

04 84 35 13 13

<http://www.marseille-tourisme.com>

RESTITUTION DE LA GROTTTE COSQUER

MARSEILLE

Embarquez à bord de modules autonomes et laissez-vous guider pour 35 minutes d'exploration de la restitution de la grotte préhistorique sous la mer. Deux wagonnets sont adaptés pour les personnes à mobilité réduite capables de transfert en autonomie. Cependant, un espace a été spécialement aménagé pour suivre la visite de la grotte sur écran accompagné de commentaires diffusés par casque.



Tous les étages du bâtiment sont accessibles par ascenseur.

04 91 312 312

<https://www.grotte-cosquer.com/>

MUSEE OCEANOGRAPHIQUE

MONACO

Venez visiter l'incroyable musée océanographique avec ses aquariums, animation et exposition.

Informations : + 377 93 15 36 00

Réservations (groupes) : + 377 93 15 36 40

<https://musee.oceano.org/>



Parcs d'attractions

L'entrée des parcs d'attractions ci-dessous est accessible aux PMR, les contacter pour connaître les attractions accessibles de chaque parc.

MAGIC WORLD

HYERES

De mai à fin août

DE 20H À 2H DU MATIN

Entrée et parking gratuits

2 Distributeurs automatiques de billets sur place

Les animaux ne sont pas admis

Réservation restaurant : 06 73 08 86 33

<http://www.magic-world.fr/>

contact@magic-world.fr

KIDDY PARC

HYERES



+ de 20 attractions en illimité, parking gratuit, restauration sur place, adapté aux enfants de 2 à 12 ans

Ouvert de mai à novembre

04 94 57 68 93

<https://www.kiddyparc.com/>

info@kiddyparc.com

OK CORRAL

CUGES-LES-PINS

DN8 Rue Nationale - 13780

La majorité des attractions est accessible : bracelet Handypass. Le parc d'attractions ouvre ses portes à 10h00 et ferme à 18h00

Vous disposez d'un parking gratuit (voitures et bus)

04 42 73 80 05

<https://www.okcorral.fr/okcorral/cms/5-162/accessibilite-psh-et-pmr.dhtml>

ESPRIT CIRQUE

NEOULES

Ateliers adaptés au handicap sur demande.

Picnic ou repas (sur réservation), Ateliers d'initiation aux arts du cirque avec visite des écuries et des répétitions devant le public.

Tél : 06 87 05 00 69

www.esprit-de-cirque.com

fannytourette83@gmail.com

MINI WORLD

LA VALETTE DU VAR

Avenue 83 – centre commercial

La côte d'azur en miniature. Pour petits et grands à travers une scénographie spectaculaire reproduisant le jour et la nuit à l'aide de projections et d'atmosphères sonores et olfactives. Expos provisoires : Jurassic Tour, Star Wars l'expo Lego, l'Odyssée Playmobil...

Ouvert 7/7 l'été, du mercredi au dimanche hors vacances scolaires.

04 22 14 64 46

<https://miniworldcotedazur.com>

contact@miniworld-cotedazur.com

