



Cinq bonnes résolutions de voyage

« La Matinale » vous invite au voyage. Cette semaine, il n'est pas trop tard pour boucler votre liste de bonnes intentions de l'année ! Nos cinq idées, de l'escapade culturelle au voyage solidaire.

Par Service styles/voyage

On commence l'année en soignant son bilan carbone : direction Bâle, en train forcément. Besoin de reprendre votre corps en main après toutes ces festivités ? Direction l'Hérault pour un séjour alliant cryothérapie, relaxation et diététique.

Je prends le train pour mes « city breaks »



La douceur au fil de l'eau. ANDREAS GERTH / SWITZERLAND TOURISM

Cette année, on s'est promis de ne pas prendre l'avion pour un week-end... Le *city break* en train, c'est tellement plus simple – et plus éco-responsable. Direction Bâle, accessible depuis Paris, Mulhouse, Dijon ou Lyon, en 4 h 30 de train maximum. A découvrir : un patrimoine architectural incroyable, des musées de qualité – ne manquez pas l'exposition « Edward Hopper (1882-1967) » à la fondation Beyeler jusqu'au 17

[Visualiser l'article](#)

mai – et une vraie douceur de vivre. Attrayante, avec son « format de poche », la troisième ville de Suisse se visite très facilement à pied. Las de marcher ? Si vous résidez dans un hôtel de la cité rhénane, vous aurez droit à la BaselCard pour utiliser comme bon vous semble les transports en commun et profiter de remises de 50 % sur l'entrée de certains musées, du zoo ou même du théâtre, la plus grande scène d'art lyrique européenne. Libres du 2 au 4 mars ? Réservez d'ores et déjà vos places pour le carnaval, l'un des rares classés au patrimoine mondial de l'Unesco.

Se renseigner : TGV Lyria, 6 allers-retours quotidiens au départ de Paris. Tgv-lyria.com . Office de tourisme : Myswitzerland.com ; Basel.com/fr

Je me mets au sport



L'hôtel Spa de Fontcaude, à Juvignac, à côté de Montpellier. V&V PHOTOGRAPHY

A deux pas de l'Ecusson et de la promenade du Peyrou, le merveilleux centre historique de Montpellier, non loin des plages de Maguelone et de l'étang de Thau, l'hôtel Spa de Fontcaude propose une formule de remise en forme « Winter is coming » qui permet de reprendre son corps en main avant un séjour au ski ou pour s'affûter d'ici aux premières randonnées du printemps. Si tout le corps est pris en compte, il s'agit avant tout de cultiver de bonnes (et belles !) jambes. Des coachs aux petits soins, dirigés par Gregory Anquetil, double champion du monde de handball, s'occupent du programme : préparation physique, cryothérapie,

[Visualiser l'article](#)

relaxation et bien entendu diététique. Ce court séjour au soleil peut se coupler avec un week-end à Montpellier, l'effervescente, où les musées et les chefs-d'œuvre d'architecture foisonnent.

Hôtel Spa de Fontcaude, un 4 étoiles aux portes de Montpellier, formule « Winter is coming » 4 jours 3 nuits en pension complète avec programme sportif, à partir de 1 612 € pour deux personnes. Informations : 04-67-41-04-20. Hotel-spa-fontcaude.fr . Pour découvrir Montpellier le temps d'un week-end : Montpellier-tourisme.fr

Je me cultive



Le pont de Besalù qui enjambe le fleuve Fluvià. MIKIPONS

Cette année, vous dites non au simple farniente, oui aux vacances culturelles ! Alors plutôt que de se serrer sur les plages de Barcelone, on part découvrir un autre visage de la Catalogne, autour de l'art roman. Lors de cette boucle culturelle et historique, on découvre d'abord Gérone, sa cathédrale et son cloître, son Musée d'histoire juive, puis Sant Pere de Rodes et son monastère, l'un des trésors de l'art roman catalan, avec son église en forme de croix latine et ses trois nefs. Vient ensuite Besalù et son célèbre pont roman du XII^e siècle. Le voyage se poursuit vers Beget, et sa grande église, puis Ripoll, El Pont de Suert, avec deux excursions au

[Visualiser l'article](#)

départ de cette ville la plus importante de l'Alta Ribagorça : l'une dans la vallée d'Aran, l'autre, le lendemain dans la Vall de Boi. C'est ici, là où les Pyrénées touchent le ciel, que se trouve le plus important ensemble d'églises romanes au monde qui sont, pour la plupart d'entre elles, restées intactes. Une dernière halte à Barcelone sera l'occasion de visiter la partie romane du Musée national d'art de Catalogne.

Circuit 8 jours/7 nuits la Catalogne romane, proposé par [Arts et Vie](#), spécialiste des [voyages culturels](#), à partir de 1 310 euros par personne. [Artsetvie.com](#) et 01-40-43-20-21.

Apprenez, comprenez, mémorisez — Offrez-vous dix minutes par jour de plaisir cérébral et approfondissez vos connaissances.

Testez gratuitement
Je voyage solidaire



Au Bénin, un moment de partage dans une école de cuisine. LAURENT BÉCOT RUIZ

Découvrir le Bénin et faire œuvre utile en même temps, c'est l'ADN de Double Sens, l'agence spécialisée dans l'action solidaire locale. Patrie du vaudou, le Bénin conserve le patrimoine de ses anciens royaumes et protège une nature tropicale foisonnante, entre forêts profondes et savane aride. Dans ce voyage, c'est le Bénin maritime qu'on explore d'abord : villages de sel, la cité lacustre de Ganvié et la ville d'Ouidah, avec son fort portugais et la Porte du non retour d'où partaient les bateaux à l'époque du commerce des esclaves. Côté engagement, les voyageurs s'impliquent dans des ateliers socioculturels avec des jeunes apprentis à Ouidah, notamment à l'école de cuisine. Un voyage adapté aux familles, où les enfants vivent une immersion au cœur des villages béninois.

Bénin « de la route des pêches aux villages de brousse » avec Double Sens, 16 jours avec un guide francophone, à partir de 2 110 € par personne vols inclus. Informations : 01-48-03-92-38. [Doublesens.fr](#)

Je ranime la flamme



Vue sur le lac d'Annecy depuis l'abbaye de Talloires. ABBAYE DE TALLOIRES

Vous trouvez la Saint-Valentin ringarde ? Certes. Mais votre moitié ne dirait pas non à un petit week-end surprise en amoureux. Pour une escapade magique, direction le lac d'Annecy et son paysage apaisant, entre eau douce et montagnes. On choisit de séjourner à l'Abbaye de Talloires, transformée en auberge-hôtel au XIX e siècle ; l'ancien cloître, la galerie et les anciennes cellules sont toujours là. En vous y prenant à l'avance, vous pourrez peut-être réserver la « Chambre du prieur », classée à l'inventaire des Monuments historiques : immense lit à baldaquin, parquet d'origine, huiles sur bois et toiles au mur... Une parenthèse hors du temps. Le soir, après une pause au spa sous les toits et une dégustation de vin dans la cave historique, vous pouvez dîner au restaurant gastronomique de l'Abbaye, avant d'aller marcher « sur le lac », par un ponton privé. Romantique à souhait.

Abbaye-talloires.com , chambre double à partir de 156 euros

Service styles/voyage

Contribuer