

Dossier de Presse 2025

# Être bien à Lourdes



Votive ND de Paris © Pierre Vincent-Clergerie de Lourdes

Après une cérémonie de réouverture à Notre-Dame de Paris qui a fait vibrer le monde entier, des vêtements liturgiques signés Jean-Charles de Castelbajac, le succès fulgurant de la cuisine monastique, le boom des retraites spirituelles, l'engouement des chemins de Saint-Jacques de Compostelle, la volonté d'afficher une anti-superficialité, les codes sacrés ont bougé et la tendance ne fait que commencer.

Dans cet esprit, Lourdes nous invite à nous ressourcer au cœur de ce paradis naturel, nous échapper à pied ou à vélo sur les chemins aux paysages à couper le souffle, sortir de notre quotidien pour redécouvrir notre richesse intérieure quelles que soient notre confession, nos idées, nos raisons et aussi apprécier les délicieux produits de ce pays à la vraie noblesse...

---

Lourdes la Rayonnante tient toutes ces promesses !



Pic du Jer © Illter-OT Lourdes

Au-dessus les nuages, ..... p.04  
au Pic du Jer

Richesse intérieure, ..... p.05  
retraite spirituelle

En tapis volant, ..... p.06  
sur la Voie Verte des Gaves

Divins produits, ..... p.07  
aux Halles de Lourdes

Nids d'amour, ..... p.08  
refuges & spas perchés

Sur le chemin de Saint-Jacques, ..... p.09  
le long du GR®78

Pour le plaisir, ..... p.10  
les massages de Joy

Pour venir à Lourdes ..... p.11

[www.lourdes-infotourisme.com](http://www.lourdes-infotourisme.com)



Gare du Pic du Jer © Iliter - OT Lourdes

# Au-dessus les nuages, au Pic du Jer

À Lourdes, la montée au Pic du Jer fait partie des balades incontournables. A la clé, le plus beau panorama des Pyrénées.

L'embarquement à bord du funiculaire centenaire, réglé comme une montre suisse est une petite madeleine. A peine dix minutes, et nous voilà au sommet des cimes, à 1 000 mètres d'altitude.

Perchés sur le belvédère, on se tord le cou pour tout distinguer, à 360°. Lourdes vue d'en haut, la silhouette de Tarbes, et jusqu'à Pau par temps clair. C'est juste impressionnant.

D'autres visites sont possibles dans ce lieu si particulier. Des grottes datant de la fonte des glaces, une balade botanique...

Et pourquoi pas un déjeuner en plein ciel, ou presque, dans le charmant restaurant *Le Haut de Lourdes*, qui propose sur sa terrasse panoramique, une savoureuse cuisine régionale ou encore de délicieux goûters sucrés-salés. Le septième ciel ?

# Richesse intérieure, retraite spirituelle



Cotisation annuelle : 12 €  
Une nuit en pension complète : 64 €  
Ouvert du 31 mars au 1<sup>er</sup> novembre 2025  
T : 05 62 94 39 81  
[assomption-lourdes.com](http://assomption-lourdes.com)

Autrefois réservées aux pèlerins ou aux religieux, les retraites spirituelles séduisent un nouveau public. Croyants ou non, en quête d'un moment suspendu, hors du temps et du grondement du monde, on vient ici pour se recentrer.

Loin de la foule et entouré d'un parc de 2 ha, le Centre de l'Assomption de Lourdes est un havre de paix pour ceux qui souhaitent faire une halte spirituelle. La maison principale dispose de 90 chambres, 190 lits.

En cette époque sur-connectée où la frénésie des réseaux sociaux cache parfois des solitudes, la demande bien rajeunie, ne cesse d'augmenter et compte également des personnes mises à mal par leur travail.

Ici, la vue époustouflante sur la ville et la chaîne des Pyrénées est déjà une première source de bonheur.

Différentes retraites sont proposées par la communauté de religieuses comme la retraite en silence mais aussi différentes sessions à vivre seul, entre amis ou en famille.

L'accueil sur mesure s'adresse à tous ceux qui cherchent un lieu pour se reposer en partageant cette expérience.

Ainsi, chacun se sent attendu. Si certains contemplant le paysage, se posent en silence avec un bouquin ou méditent, d'autres cherchent parfois une présence rassurante !



© Céline Ringeval

[www.lourdes-infotourisme.com](http://www.lourdes-infotourisme.com)

## En tapis volant, sur la Voie Verte des Gaves

Aménagée sur une ancienne voie ferrée, cette Voie Verte longe le Gave de Pau, de Lourdes à Cauterets.

Notre vélo électrique s'élance sur les 17 kilomètres d'une piste dont le revêtement enrobé est un vrai velours sous nos roues. C'est magique, on a l'impression de voler !

Le Gave de Pau serpente de manière indolente, autour de Lourdes. On suit sa rive, entre champs et forêts, bercés par la chanson de ses eaux roulant sur les galets.

Tout au long de la piste, les échappées belles ne manquent pas : visite du château fort, du parc animalier ou encore une grimpe sportive jusqu'au spectaculaire Pic du Jer.

Il fait si beau ! On bifurque pour rejoindre la rive via un petit sentier buissonnier, et l'on se régale d'un déjeuner sur l'herbe apporté dans nos sacoches.

Au-dessus de nous, les cols mythiques du Tour de France nous donnent le frisson.

Du coup, on appuie fort sur les pédales au retour, jusqu'à la célèbre terrasse de *L'Instant Vert*, ce restaurant-buvette de Lugagnan, adoré des habitués.

Ouvert toute l'année, de 7h à 19h, le point de rencontre rafraîchissant de tous les cyclistes, sportifs ou flâneurs.

# Divins produits, aux Halles de Lourdes



Situées dans la ville haute, les Halles inaugurées en 1900, rénovées et inspirées par Baltard, abritent chaque matin un joyeux marché fortement recommandé aux gourmands qui aiment l'authenticité.

On a envie de tout goûter, de tout acheter, de tout rapporter !

Le porc noir de Bigorre est l'un des trésors de cette région. Le goût unique de ce jambon, reconnu AOC, est à déguster sur place mais aussi dans la boutique du producteur renommé Pierre Sajous. Une saveur particulière que l'on retrouve dans les saucissons, saucisses et dans le cassoulet.

La garbure est cette fameuse soupe qui associe légumes locaux (choux, fèves, haricots tarbais) avec des viandes salées et plusieurs sortes de confits.

Côté fromage, coup de cœur pour les fameuses tommes de brebis, ou chèvre-brebis accompagnées comme il se doit d'un verre de Madiran rubis, forte personnalité mais si doux au palais.

Côté douceur, le gâteau à la broche est une spécialité dont la préparation est étonnante ! Pic doré, montagne sucrée, rocher des Pyrénées, sa cuisson s'effectue au-dessus des braises en versant délicatement des couches de pâte, tout en tournant la broche. Le résultat vaut bien quelques heures de patience.

À partir de 199 € la nuit  
Petit-déjeuner : 10 €  
Apéro, Planche Trappeurs : 16 €  
Menu descente aux flambeaux : 25 €  
[www.cabanes-pyrenees.fr](http://www.cabanes-pyrenees.fr)



Le Cap Nord © Camping La Forêt Lourdes

## Nids d'amour, refuges & spas perchés

Posés tels des nids d'amour sur leurs grandes jambes de bois, les refuges & spas perchés *Les 7 Montagnes* sont à réserver pour se mettre au vert et prendre de la hauteur. Bulle à savourer en amoureux, entre amis ou avec les enfants.

Le décor est incroyable, au cœur de la nature, on choisit parmi ces quatre petites maisons, mignonnes à croquer, habillées luxe et vêtues de bois blond.

Si toutes sont équipées d'un spa exclusif et d'une grande terrasse, chacune a son univers évoqué par les grands sommets de chaque continent.

Le Mont Fuji à l'esprit zen japonais, Le Cap Nord ou hygge nordique, le McKinley à l'ambiance amérindienne et tout en haut près des étoiles, le Mont Perdu, un refuge pyrénéen où il fait bon se blottir en écoutant le murmure du ruisseau granitique en contrebas. Toutes promettent de précieux moments de complicité et une vraie pause déconnexion.

On profite du coucher de soleil pour chiller sur la terrasse, un verre à la main avant de savourer les produits gourmands dont on a fait provision ou que l'on peut commander. La nuit venue, on s'endort en faisant un vœu à chaque étoile filante.

Demain, le petit-déjeuner gourmand 100 % produits locaux nous attendra devant la porte. Juste divin !

La voie du Piémont-Pyrénéen-  
Chemin de Compostelle  
GR®78  
[www.lourdes-infotourisme.com](http://www.lourdes-infotourisme.com)



Chemin St Jacques © Pierre Vincent - OT Lourdes

## Sur le chemin de Saint-Jacques, le long du GR®78

Dans une nature XXL, la cité mariale ouvre grand la porte des chemins à suivre pour des balades enchantées en montagne.

Les Pyrénées et ses paysages à couper le souffle nous y invitent, c'est facile, tout est organisé en ville pour partir en randonnée.

On peut également se glisser dans les pas des pèlerins du chemin de Compostelle, dont le Sanctuaire de Lourdes est une des grandes étapes !

Le sentier du Piémont-Pyrénéen, le GR®78, traverse la ville d'Est en Ouest. Moins connue, plus intimiste, c'est la « cinquième voie ».

On se laisse guider par les balises rouges et blanches, direction Bagnères-de-Bigorre, à une trentaine de kilomètres.

Très vite, la majesté de ces montagnes, l'air pur, le rythme de la marche ramènent au calme le flux de nos pensées. L'esprit de Compostelle nous toucherait-il de de son aile ? On savoure ce bien-être qui nous remplit d'énergie.

Au retour de cette balade et son petit quelque chose en plus, on se prend à songer un jour poursuivre jusqu'à l'océan Atlantique. Le GR®78 y mène tout droit.



## Pour le plaisir, les massages de Joy

Intégrée dans une nature exceptionnelle sur les hauteurs de Lourdes, *L'Empreinte de Joy* est une invitation à un voyage au cœur de nous-même, un voyage sensoriel pour se faire du bien grâce à la palette de soins, de textures et d'effluves dont les massages sont Roi.

Au programme, massage 100 % Vous, massage en Duo, massage à la bougie pour stimuler les sens ou aux pierres chaudes pour atténuer les tensions musculaires. Tout est magistral !

On peut aussi choisir de plonger dans un bain nordique avant de filer pour un soin coup d'éclat !

L'institut Spa installé dans un petit chalet nous emporte dans cette ambiance résolument rayonnante, mêlant des matériaux naturels aux tonalités neutres.

Tout l'esprit d'une parenthèse bien-être qui permet de prendre du temps pour soi, se relaxer et lâcher-prise.

*L'Empreinte de Joy*, une empreinte de légèreté dont on ressort épanoui !

Massage, à partir de 40 €  
[empreinte-de-joy.fr](http://empreinte-de-joy.fr)

# Pour venir à Lourdes



## Par la route :

Autoroute A65 Bordeaux - Pau  
Autoroute A64 Toulouse - Bayonne  
Liaisons Flixbus et Blablacar Bus

## Aéroports :

Tarbes – Lourdes - Pyrénées (10 km)  
Pau - Pyrénées (50 km)  
Toulouse - Blagnac (170 km)

## Gare SNCF TGV :

Lourdes et Tarbes, liaisons directes  
depuis Paris





[www.lourdes-infotourisme.com](http://www.lourdes-infotourisme.com)

Retrouvez nous sur les réseaux sociaux

