



Le tour de la Méouge

...

Une exclusivité hors des sentiers battus, dans la Drôme provençale
5 jours de marche de gîte en gîte

...

Au cœur du Parc Naturel Régional
des Baronnies Provençales

...

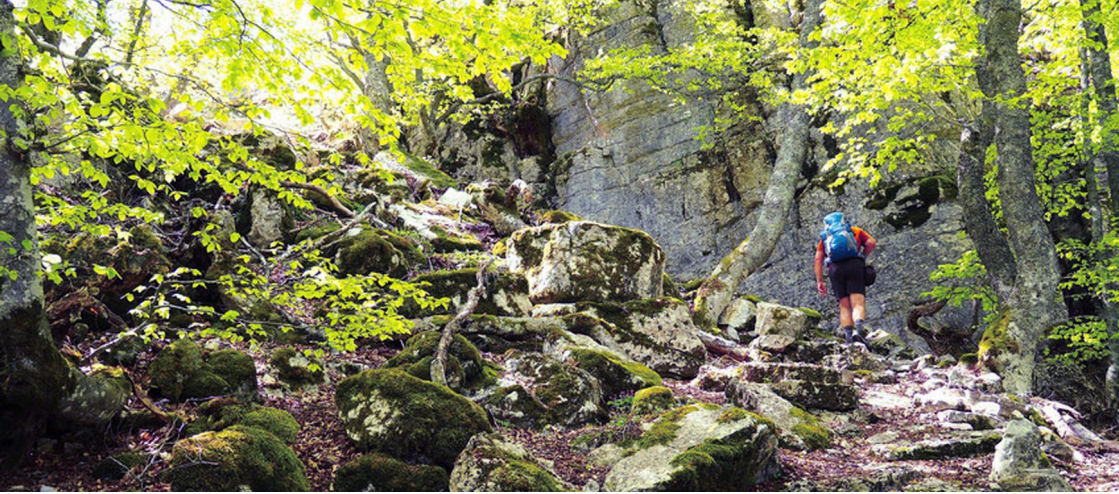
Pour plus d'informations :
izon.nature@gmail.com / 0674177167



La Méouge, un pont entre
les Alpes et la Provence



La Méouge, un pont entre nostalgie du
passé et espoir d'un avenir radieux



La Méouge, un pont entre vous
et le monde sauvage du Parc Naturel
Régional des Baronnies Provençales



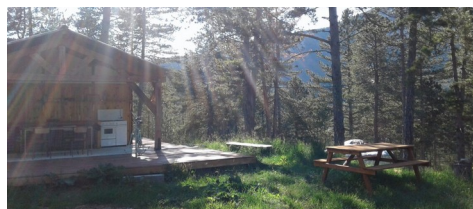
La Méouge, une opportunité pour tous
randonneurs souhaitant s'inscrire dans
une démarche de tourisme responsable

La Méouge, des hébergements accueillants, à taille humaine, impliqués dans le développement durable



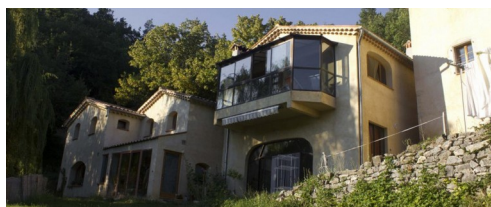
Ecoloc

Au cœur du petit village de Barret, l'association promeut l'éducation à l'environnement et la mobilité à vélo



La Ferme de l'Ubac

Dans la forêt à quelques kilomètres de Barret, l'Ubac sent bon le retour à une vie simple mais enrichissante



La Ferme du Casage

A l'écart du village d'Eygalayes, le Casage propose depuis longtemps une belle expérience écologique



Le Gîte du Lapin Voyageur

Tout près du village historique de Lachau, le gîte est un havre de paix au cœur de la ruralité provençale



Le Hameau des Damias

La rénovation du hameau donne lieu aujourd'hui à un espace d'une grande sérénité, tourné vers la nature.



Izon Nature

Grâce à sa situation géographique et ses hébergements insolites, Izon s'inscrit en pleine nature.



Le trek en liberté autour de la Méouge

- **Une exclusivité** initiée par Izon Nature et les hébergements de la Méouge (Ecoloc, la Ferme de l'Ubac, le Ferme du Casage, le Gîte du Lapin Voyageur et les Damias)
- **5 jours de marche en itinérance**, d'hébergement en hébergement
- **Des chemins très peu fréquentés au cœur du Parc Naturel Régional des Baronnies Provençales**
- **Un parcours très varié** à travers pistes forestières et pastorales, crêtes herbeuses, sentiers en balcon dans les gorges, forêts de hêtres et de pins
- **Un parcours pour (presque) tous niveaux de randonneurs, adaptable** (durée et difficulté de l'itinéraire, nombre de jours, étapes)
- **Possibilité de transport des bagages** d'un hébergement à l'autre pour plus de confort et de légèreté sur les sentiers
- **Mise à disposition d'un carnet de voyage complet** avec indications directionnelles, cartes, encadrés sur l'environnement culturel et naturel des Baronnies Provençales
- **Une vallée idéale pendant les intersaisons** (mai-juin ; septembre-octobre), quand Alpes et Pyrénées sont difficilement praticables
- **Une vallée préservée** où il fait bon vivre... et se promener !

Les étapes du trek de 5 jours

Etape 1 : de Antonaves à Barret-sur-Méouge

- 3h30 de marche ; dénivelé + 350 ; dénivelé – 350
- Magnifique sentier en balcon le long des gorges de la Méouge
- Nuit à Ecoloc ou à la Ferme de l'Ubac (pension complète)



Etape 2 : de Barret à Izon-la-Bruisse

- 4h30 de marche ; dénivelé + 800 ; dénivelé – 400
- Beau cheminement le long de la crête de Chabre
- Nuit à Izon Nature (pension complète)



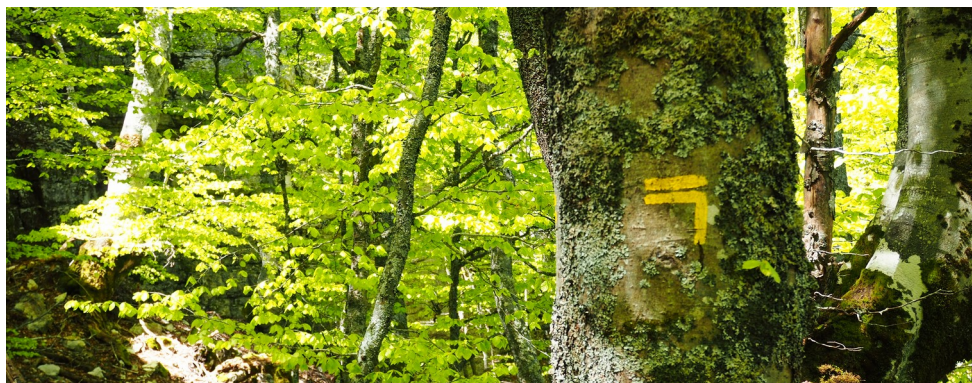
Etape 3 : de Izon-la-Bruisse au Casage

- 4h20 de marche ; dénivelé + 650 ; dénivelé – 800
- Vue exceptionnelle sur les Alpes et le Ventoux depuis Chamouse
- Nuit à la Ferme du Casage (pension complète)



Etape 4 : du Casage au Hameau des Damias

- 5h25 de marche ; dénivelé + 800 ; dénivelé – 700
- Une étape bucolique entre champs, forêts et petits villages historiques
- Nuit au hameau des Damias (pension complète)



Etape 5 : du Hameau des Damias à Antonaves

- 5h10 de marche ; dénivelé + 850 ; dénivelé – 1200
- Crêtes de Chanteduc et de St-Cyr pour des panoramas sublimes à 360°

Un extrait du carnet de voyage qui vous accompagnera tout au long du trek

Etape de Barret-sur-Méouge à Izon-la-Bruisse

4h30 de marche ; + 800 - 400

**Pour cette étape, pas de fontaine sur l'itinéraire :
prendre l'eau nécessaire en conséquence !**

→ Panneau Barret-sur-Méouge (7)
direction GRP/GR Col de la Croisette / Eygalayes

On passe devant Ecoloc et on continue sur la route en suivant le balisage du GR (rouge et blanc). A la sortie du village, prendre à gauche le petit sentier qui monte dans les formations rocheuses de marne ; puis très vite de nouveau à gauche sur la piste. A la fin de la piste, on passe devant les ruines de la chapelle des Pénitents (ou chapelle Saint-Jean) et l'ancien cimetière de Barret-le-Bas (nom de Barret-sur-Méouge jusqu'à 2001 et la fusion avec Barret-le-Haut). Le centre du village se trouvait à cet endroit il y a plusieurs siècles !

Passée la chapelle, la piste se transforme en sentier qui monte progressivement dans une forêt dominée par le pin noir d'Autriche. L'espèce a été plantée massivement après-guerre pour lutter contre la déforestation et l'érosion des sols montagneux. Il en résulte une forêt rectiligne, malheureusement assez peu esthétique. De plus, le pin noir, qui pousse (presque) où bon lui semble, montre une fâcheuse tendance à étendre son territoire et donc à concurrencer les essences locales (pins sylvestres, chênes, etc.).

Quelques centaines de mètres avant le col de la Croisette, on rejoint une large piste forestière. Prendre à droite ; puis au croisement des pistes, encore à droite pour rejoindre le col.

→ 1h15 : Panneau Col de la Croisette (8)
direction GRP/PR Col Saint-Jean / Eygalayes

Plus tard, à la fourche de pistes, on continue sur celle qui monte à droite.

→ **1h35 : Panneau Grand Grès**
direction GRP/PR Col Saint-Jean / Eygalayes

On monte sur un beau sentier à l'adret de la montagne de Chabre.

A l'adret des montagnes des Baronnie

Pour gagner la crête de la Montagne de Chabre, on sort de la forêt de pins pour progresser dans une végétation typique des hauteurs ensoleillées de la Méouge. Échappant à l'ombre des grands pins d'Autriche, les plantes qui aiment le soleil abondent à l'adret (nom donné au versant de la montagne qui subit la plus longue exposition au soleil). Caractéristiques de l'étage méditerranéen, chênes pubescents, genévriers, genêts, buis et thym recouvrent le sol calcaire.

Le chêne pubescent, ou chêne blanc, est aisément identifiable grâce à ses feuilles à plusieurs lobes. Pubescent vient du latin *pubescens*, qui signifie à poils courts et mous, en référence à la face intérieure poilue des feuilles. Ces dernières colorent la montagne d'orange pendant tout l'hiver car elles ne tombent pas avant de forts coups de vent ou la pousse des jeunes feuilles. On dit alors du feuillage qu'il est marcescent.

Les genévriers, moins nombreux que les chênes et aux tailles très variables, se reconnaissent à leurs cônes qui virent au bleu à maturité et qui ressemblent à des baies. Leur tronc tortueux et leurs petites aiguilles très piquantes et très denses les différencient des autres conifères tels que le pin sylvestre ou le pin noir.

Les genêts sont ces arbustes d'un bon mètre, aux longues tiges fines et vertes qui ont tendance à prendre leurs aises sur les chemins des Baronnie. A la fin du printemps, leurs nombreuses fleurs habillent de jaune le flanc des montagnes et embaument l'air de leur parfum enivrant. Avec le thym qui prend ses aises à ses côtés, ça sent définitivement bon sur les pentes ensoleillées de la Méouge !

Et qui dit soleil dit lézard ! Dans les Baronnie, deux des plus beaux spécimens de lézard présents en France se partagent les milieux ouverts et rocheux, où il fait bon se réchauffer. Le plus rare (il fait l'objet d'une protection particulière) et le plus craintif des deux, le lézard ocellé, est tout simplement le plus gros lézard en France métropolitaine : 60 cm de long

(queue comprise) ! La couleur de son corps est un mélange de jaune, de vert et de noir, avec un motif réticulé ; mais ce qui le différencie le mieux du lézard vert, qui lui ressemble un peu, ce sont les ocelles (taches arrondies) bleues qui ornent ses flancs. Le lézard vert, bien que plus petit (une quarantaine de centimètres tout de même), n'en est pas moins magnifique, notamment lorsque les mâles arborent une gorge bleue, en période nuptiale. C'est souvent le lézard vert que l'on entend détalé à toute vitesse, à notre approche, dans les herbes et les arbustes. Parfois, il s'arrête à proximité du chemin et laisse admirer sa robe verte... mais ce n'est pas pour autant qu'il faut le stresser bien longtemps, car le lézard a déjà fort à faire avec ses prédateurs naturels, tel que le circaète Jean-le-Blanc.

Ce magnifique rapace à la grosse tête marron se reconnaît en vol grâce au-dessous de ses ailes et son buste blancs mouchetés de tâches brunes. Son existence dans les Baronnies est intimement liée à l'adret des montagnes, puisque c'est là qu'il débusque la majorité des reptiles. Malheureusement l'espèce a vu ses effectifs diminuer ces dernières décennies, notamment en raison de la déprise agricole. Là où le pastoralisme et les troupeaux maintenaient des milieux ouverts propices aux serpents et aux lézards, l'avancée de la forêt défavorise aussi bien les reptiles que les oiseaux de proie qui s'en nourrissent.

Si l'on veut continuer de vivre aux côtés de ses fabuleux animaux sauvages, dans l'ambiance toute provençale des versants baignés de lumière, nous allons devoir trouver un nouvel équilibre entre reconquête forestière et pratiques agricoles...

Quelques dizaines de mètres avant d'atteindre la crête de la montagne de Chabre, prendre le chemin qui monte sur la droite (indiqué par un panneau Sainte-Colombe / Orpierre un peu caché dans un chêne).

→ 2 h : **Panneau Pas de Sainte-Colombe**
direction GRP/PR Col Saint-Jean / Eygalayes

Sur la crête, certains passages demandent de marcher et de poser les mains sur la roche calcaire nue : être vigilant
(même si le cheminement n'est jamais très compliqué).

On chemine désormais sur la crête et on retrouve très vite un balisage GRP. La vue est exceptionnelle sur les sommets alpins. En balayant l'horizon du

Nord au Sud-Est, on contemple le Dévoluy, les Ecrins, le massif de la Blanche et celui de l'Estrop, les Monges, le Cheval Blanc... des dizaines et des dizaines de sommets se dessinent à l'horizon, dont le Grand Ferrand et le pic de Bure, les plus proches de notre position.

Côté soleil, on distingue également les sommets provençaux qui avoisinent les 2000 m d'altitude : montagne de Lure au Sud et Mont Ventoux au Sud-Ouest, tous deux coiffés de constructions humaines.

A nos pieds, la vue s'ouvre sur la vallée voisine au Nord de la Méouge, celle du Céans. Le village de Sainte-Colombe, en contrebas, est blotti contre son rocher et les célèbres falaises d'Orpierre émergent derrière les rochers de l'Adrech. Le village reste lui invisible. Enfin, entre la vallée du Céans et les massifs alpins, on peut admirer les montagnes des Baronnies et du Gapençais : Duffre au-dessus de Valdrôme (plus haut sommet des Baronnies du haut de ses 1760 m), rocher de Beaumont au-dessus de Serres, Céüse au-dessus de Gap, montagne d'Aujour au-dessus de Savournon, montagne de Saint-Genis au-dessus de Laragne.

→ **2h45** : Panneau Pas du Lavavour
direction GRP/PR Col Saint-Jean / Eygalayes

On quitte la crête mais sans jamais s'en éloigner, afin de contourner par le Nord un petit, puis un gros bloc rocheux. Après l'adret (versant le plus ensoleillé), nous voilà à l'ubac (versant le moins ensoleillé) : les grands hêtres font de l'ombre et la température baisse de quelques degrés !

A l'ubac des montagnes des Baronnies

Ce qui fait la richesse exceptionnelle des Baronnies Provençales, c'est la variété de ses paysages. Les montagnes étant pour la plupart orientées dans un axe Ouest-Est, comme celle de Chabre, les faces Nord reçoivent très peu de rayonnement solaire, notamment en hiver. Combiné à l'altitude (ici entre 1000 et 1300 mètres, ailleurs dans la Méouge jusqu'à 1600 m), cela crée les conditions pour l'établissement des forêts montagnardes les plus méridionales (les plus proches de leurs limites Sud). Alors qu'à l'adret l'ambiance est toute provençale, à l'ubac la forêt prend tout à coup un caractère plus alpin. Il suffit de faire quelques mètres, de progresser d'un côté puis de l'autre de la crête, pour passer de la Provence aux Alpes.

A l'ubac de la Montagne de Chabre, comme souvent sur les versants nord de la Méouge, on marche à travers une magnifique forêt de hêtres, dont les arbres culminent parfois à plus de trente mètres de haut. Avec son tronc lisse et gris clair qu'il est bon de prendre dans ses bras pour se rafraîchir, le hêtre représente l'antidote idéal aux canicules estivales. De plus, grâce à leur port élancé, leurs branches horizontales et leurs petites feuilles ovales à bords pubescents, les hêtres forment des forêts à l'aspect apaisant, où il fait bon marcher.

Peut-être y croiserez-vous un ou plusieurs sangliers (pas d'inquiétude, ils chargent très rarement!) : ils apprécient particulièrement les versants nord pour la nourriture abondante qu'ils leur fournissent. Et si vous n'en apercevez pas, nul doute que vous remarquerez au moins les stigmates de leurs activités, essentiellement nocturnes, puisqu'ils aiment à retourner la terre de façon très visible pour se nourrir. Les faines (fruits du hêtre) et les glands (fruits du chêne) représentent des mets de choix, mais ces opportunistes dévorent un petit peu (beaucoup) de tout (rhizomes, tubercules, petits animaux vivants ou morts...). Pourtant, plus qu'un simple goinfre, le sanglier est aussi et surtout considéré comme le meilleur jardinier de la forêt : il joue un rôle écologique primordial. En dispersant les graines et les spores grâce à ses poils, son groin et ses pattes, en labourant et en aérant le sol, ainsi qu'en mangeant quantité de cadavres d'animaux morts qui pourraient polluer les eaux, cette espèce sous-estimée (voire mal-aimée) fait pourtant figure de régulatrice extrêmement efficace des dynamiques forestières. Les forêts de la Méouge peuvent donc compter sur des agents forestiers compétents... et gratuits !

A l'ubac, souvent associé au hêtre, on rencontre le sapin blanc (le sapin commun). Lui aussi présente un tronc droit et des branches à l'horizontale, mais c'est un conifère et non un feuillu comme le hêtre. Ses feuilles, sous forme d'aiguilles vert foncé qui présentent deux bandes blanches sur leur face inférieure, ne tombent donc pas pendant l'hiver. Les cônes femelles sont aisément identifiables car cylindriques, dressés vers le haut et isolés au sommet du sapin.

Entre les sapins, les fourmis des bois ont trouvé un milieu particulièrement accueillant pour leurs colonies. Les aiguilles sèches tombées au sol se révèlent très favorables à l'édification de leurs grandes fourmilières ; des dômes de plusieurs dizaines de centimètres de haut qui leur assurent un abri et un climat adéquats pour le développement de leur couvain (œufs, larves et nymphes). Comme pour le sanglier, le rôle des fourmis des bois est prépondérant pour la bonne santé de la forêt. Par leurs trajets incessants, elles participent elles-aussi grandement à la dissémination de nombreuses espèces végétales. Surtout, lors d'attaques massives d'insectes ravageurs, les fourmis

sont là pour « défendre » les arbres : à proximité des fourmilières, les arbres subissent moins de dégâts !

A l'ubac des montagnes vit bien plus qu'un simple agrégat d'espèces qui recherchent la fraîcheur... il se tisse en fait une myriade de relations et d'interdépendances qui fondent la santé et la beauté de ces versants tournés vers les Alpes !

→ **3h40 : Panneau Col Saint-Jean (12)**

direction GRP Sous le col / Izon-la-Bruisse

Au col, ne pas prendre la route qui descend à gauche (en direction du Sud) malgré le balisage GRP. On continue sur 70 m vers le panneau Sous le col.

→ **3h40 : Panneau Sous le col (13)**

direction GRP Col de Muse / Izon-la-Bruisse

Emprunter le chemin qui part à gauche de la route, malgré le balisage GRP contraire. On suit pendant 15 min le balisage VTT 20, le long de ce sentier qui rejoint la route à proximité du col de Muse, là où l'on retrouve le balisage GRP. Au col de Muse, on quitte de nouveau la route pour prendre le chemin sur la gauche. Pendant une vingtaine de minutes, le chemin a tendance à disparaître, mais on suit plus ou moins la ligne électrique. Le balisage GRP est souvent marqué sur les poteaux de la ligne.

Après **4h15** de marche, on rejoint la route et on la suit pendant 15 min en suivant le balisage du GRP. On contourne par l'Ouest la montagne de Garre pour gagner Izon-la-Bruisse.

Après **4h30** de marche, on arrive à Izon Nature, à proximité de la mairie de poche et du clocher sans église d'Izon-la-Bruisse, en contrebas du photogénique Rocher du Village.

Possibilité en fin d'après-midi de descendre à la clue d'Izon (30 min de marche aller-retour), où le torrent de la Bruisse se transforme en cascade de 7 mètres de haut et forme une piscine naturelle pour se baigner.