

Printemps 2021
230

GR[®]
SENTIERS

LE seul magazine belge 100% rando

Entre Lesse et Lomme

RENCONTRE

Randos à perte de vue

ÉCHAPPÉES BELLES EN FRANCE

Loire - Ardèche - Drôme

NOUVEAU

www.grsentiers.org

Tour de la Wallonie picarde (GRP 123)



L'ENGOUEMENT NE DIMINUE PAS!

La demande de guides de randonnée est incroyable et la météo de ces dernières semaines n'y est pas étrangère. Le topo des randonnées de gare à gare par les GR connaît un succès tel que le lendemain de la réception des mille premiers exemplaires, il a déjà fallu en recommander. Du jamais vu aux GR! Et les nouveautés qui arrivent vous donneront encore plus envie d'arpenter les itinéraires blancs et rouges: le GR 17 «La Lesse et la Lomme par les GR» (nouveau), le GRP 123 «Tour de la Wallonie picarde», le GRP «Tour de la Famenne – À la découverte du Geopark mondial UNESCO Famenne». D'autres topos sont en préparation à des stades plus ou moins avancés (GR 412 revu, RB dans les parcs naturels de Wallonie, RB Brabant wallon, RB Hainaut, RF Brabant...) Nous avons toujours cherché à ce que nos itinéraires soient les plus plaisants à suivre pour les randonneurs et qu'ils soient en tous temps disponibles. Voilà qui n'est pas chose simple pour gérer le stock et la mise à jour des descriptifs. Nous travaillons d'arrache-pied avec notre imprimeur afin de trouver une solution qui permettra d'imprimer les topos au fur et à mesure de la demande en étant certain que les dernières mises à jour de l'itinéraire s'y trouvent! Cela impliquera une augmentation du prix des topos (en sachant que ce prix n'a pas évolué depuis près de dix ans...) mais garantira à l'utilisateur d'avoir une version à jour et que le topo sera toujours disponible. Terminé, les ruptures de stock et topos indisponibles. Nous serons clairement à la pointe en matière d'édition et d'itinéraires tenus à jour. Une hausse de prix se répercutera également sur les frais d'expédition puisque nous n'avons pas appliqué les augmentations postales depuis plusieurs années. Comme alternative, pensez aux nombreux magasins et librairies qui disposent de nos guides. En vous souhaitant le plus beau des printemps.

Marc Vrydagh

Éditeur responsable: Marc Vrydagh
Rue Nanon, 98 - 5000 Namur



Le tour de la Wallonie picarde GRP 123 4



La Lesse et la Lomme par le GR 17 5



Des gorges de la Loire au massif du Pilat 23



En Drôme sur les pas des Huguenots 28



Promenade de santé à tout vent... 36

RANDONNEZ CURIEUX



Trimestriel n° 230
Belgique 6€
Europe (U.E.) 9€
Avril-mai-juin 2021

Le seul magazine belge 100% rando.
Édité par l'asbl Les Sentiers de Grande Randonnée (SGR)
Couverture: la Lesse à Walzin - ©Dathi



ACTU DES GR

4 Tour de la Wallonie picarde



9 Marcher dans la forêt de Fontainebleau, c'est un peu remonter le fil de l'histoire de la randonnée.



12 À perte de vue



RETOUR RANDO

6 Trois étudiants «Entre Lesse et Lomme» en autonomie sous la neige!



FORUM

15 La législation sur la circulation en forêt wallonne

PARTENAIRES

18 Merci de tenir votre chien en laisse

IDÉE RANDO

19 Variations condruziennes sur les hauteurs mosanes



ÉCHAPPÉES BELLES

23 Randos vertes en haute Loire et au nord de l'Ardèche
28 Itinérance en Drôme sur les pas des Huguenots

RANDOS PÊLE-MÊLE

31 Le Grand-Duché des randonnées

DAME NATURE

34 En bordure du GR 579, la réserve naturelle du Haut-Geer

SANTÉ

36 Il sème à tout vent...

ÉQUIPEMENT

37 Alléger son sac: quelques astuces faciles



DÉCOUVERTES

38 Balades à Thuin et Mons, à la découverte de leur patrimoine

LIBRAIRIE ET CONTACTS GR

39 Six collections, quarante-deux topo-guides



Soutenez les Sentiers GR... et contribuez ainsi aux frais de gestion de l'asbl. Cotisation annuelle (365 jours, de date à date): 20€ (28€ pour l'étranger). Compte: BE48 0882 8373 7927. Vérifiez votre adresse sur votre virement. Indiquez en communication vos adresses mail et postale. Notre association, constituée à 100% de bénévoles, n'est pas subsidiée.

Découvrez sur notre site les avantages réservés aux membres!

Remboursement éventuel de votre affiliation. Lors de la réception de votre premier MAG GR Sentiers, vous recevrez par mail ou par la poste votre nouvelle carte de membre et un formulaire prérempli avec le montant de 20€ pour un remboursement accepté par des mutuelles.

Permanence des Sentiers de Grande Randonnée. En dehors des périodes de confinement strict où elles sont suspendues! Tous les mardis et vendredis non fériés de 10 à 16 heures, des membres sont à votre service pour répondre à vos questions et vous proposer des topo-guides (sans frais d'expédition). Au 4^e étage de «Mundo» - Rue Nanon 98 - 5000 Namur - Tél. 081 39 06 15. 7/7 jours, adressez-nous un mail à gr@grsentiers.org, réponse sous 24 heures.

Important: vous changez d'adresse postale ou électronique. Signalez-le vous-même sur le site: <Mes informations personnelles> et <Mes adresses> ou par courriel (merci de préciser votre ancienne adresse): affiliations@grsentiers.org, responsable du fichier «membres».

Prolongez votre découverte. Chaque semaine, retrouvez toute l'actualité des sentiers GR sur www.grsentiers.org Abonnez-vous gratuitement à notre lettre d'information mensuelle sur le site et soyez informé(e) de nos activités.

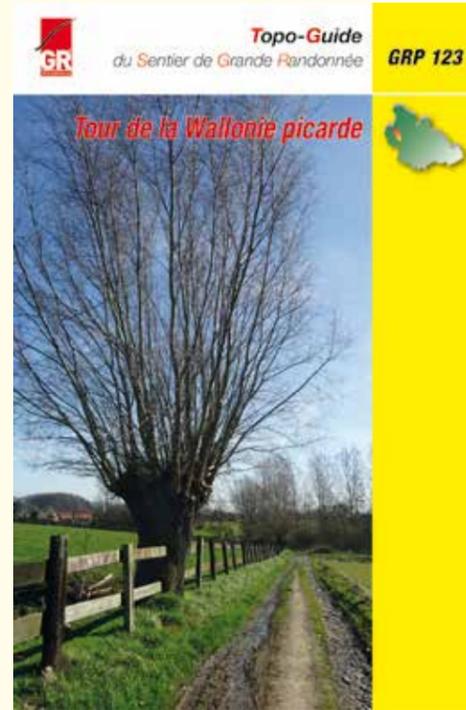


Découvrez les rendez-vous GR sur les réseaux sociaux
Sur Instagram: [sgr_belgique](https://www.instagram.com/sgr_belgique) • Sur notre page Facebook: www.facebook.com/GRSentiers/
Sur le groupe Facebook: www.facebook.com/groups/sgrbelgium/ • Retrouvez-nous sur le web grsentiers.org

NOS PARTENAIRES



Un nouveau printemps pour la Wallonie picarde



Héritier du défunt Tour du Hainaut occidental, voici le nouveau GRP 123, tout de jaune et rouge revêtu. Une belle opportunité pour les randonneurs de découvrir la Wallonie picarde sous ses multiples aspects.

Redessiné avantageusement par la Zone Hainaut des SGR, le GRP 123 a fière allure. On retiendra quelques aménagements intéressants telles ces incursions toutes pacifiques en France pour y traverser la forêt domaniale de Flines. Ou après Péruwelz, ce bel exercice d'équilibre sur la frontière dans le splendide bois domaniale de Bonsecours. Encore une belle découverte que cet itinéraire forestier qui traverse les bois de Silly, de Ligne et d'Enghien! La ville d'Enghien, quelle idée originale que de l'avoir intégrée dans le grand circuit hainuyer! Autrefois ville de la dentelle et de la tapisserie, Enghien s'offre au randonneur par une approche majestueuse, la traversée de son parc! Espace vert exceptionnel de 182 hectares, il est parsemé de pièces d'eau, de jardins et de bâtiments remarquables. Mademoiselle de Montpensier en louait le prestige du lieu. «Les jardins d'Enghien sont la plus belle chose du monde et la plus extraordinaire, mais il faudrait un temps infini pour en faire la description.» Raison de plus d'y flâner tout à loisir avant de faire escale en ville pour y déguster la délicieuse bière locale de Silly, d'Enghien ou d'ailleurs et pourquoi pas une Quintine ou une Brunehaut... La Wallonie picarde saura abreuver les plus exigeants.

Après une transition agricole, voici Lessines pour y côtoyer Magritte ou visiter l'hôpital Notre-Dame à la Rose. Lessines, c'est aussi la porte du Pays des collines, paradis de la randonnée pour les «wallopicards» et les Flamands. Tutoyant la frontière linguistique à Flobecq, Ellezelles ou au mont de l'Enclus, le GRP propose de belles incursions forestières et de multiples balcons avec des vues panoramiques sur le pays d'Ath, la Flandre et la plaine de l'Escaut.

Encore un ultime effort! Le mont Saint-Aubert à gravir avant de le dévaler pour rejoindre la cathédrale et le beffroi, épice de la plus ancienne ville de Wallonie, Tournai.

Ce nouveau topo vous attend déjà sur notre site!

Michel Eggermont et Marcel Jaumotte

Avant de partir randonner, consultez les mises à jour des sentiers modifiés sur notre site www.grsentiers.org
 Contact: Xavier Van Damme
 Tél. 0479 42 31 58 - cartes@grsentiers.org
 La carte du réseau GR est en ligne sur notre site



Ce printemps, la Lesse et la Lomme par le GR 17



Ce topo-guide rejoint la collection des topo-guides bleus, rivière comme l'Amblève par les GR.

Préparé en collaboration avec le Contrat de Rivière, il vous emmène à la découverte du bassin de la Lesse, sur le tout récent GR 17 «Sentiers de la Lesse & de la Lomme».

Suivre, le plus souvent de près, la Lesse depuis sa source cachée dans les broussailles près d'Ochamps jusqu'à sa confluence à Anseremme et la Lomme depuis Lommel jusqu'à Éprave où elle rejoint la Lesse, vous fera parcourir l'Ardenne, la Calestienne, la Famenne et le Condroz.

Au GR 17, pour vous faire découvrir la presque totalité du bassin de la Lesse, dix boucles ont été ajoutées. Non balisées, mais décrites avec précision, elles sont articulées à la fois sur un tronçon du GR 17 et sur une rivière, un affluent de la Lesse ou de la Lomme. Elles vous feront sillonner les rives de l'Our, de l'Almache, du Wéri, de la Wimbe, de l'Hileau, du Marsolle, de la Masblette..., grimper sur le Griffaloux, rêver devant les châteaux de Walzin ou de Vêves...

Au total du GR 17 et des dix boucles, 361,4 kilomètres de sentiers sont décrits dans ce topoguide!

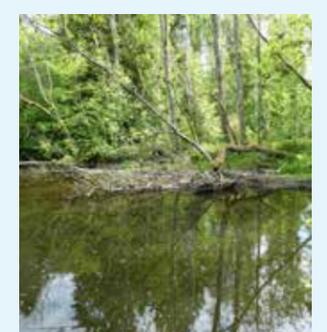
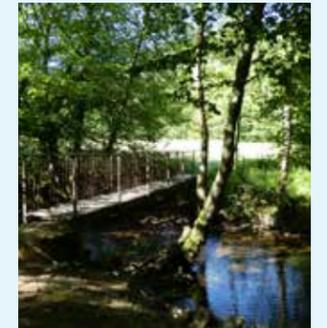
La description des itinéraires s'accompagne de nombreux commentaires touristiques, culturels ou scientifiques. Si l'accent est mis sur l'hydrologie et la géologie, les amateurs d'histoire, d'ichtyologie, de géographie humaine... y trouveront aussi leur compte.

Pour ne pas alourdir exagérément le topo, bon nombre de ces commentaires sont accessibles sur smartphones auxquels renvoient des QRCode. Vous les trouverez aussi sur les sites Internet des SGR et du CR Lesse.

Parmi les lieux exceptionnels rencontrés le long du GR 17 ou des dix boucles, les plus connus, Mirwart, Rochefort, Han-sur-Lesse... mais aussi les Aiguilles de Chaleux, la résurgence de la Lomme, les Rapides de la Lesse, les châteaux de Walzin, de Ciergnon, de Vêves.... Et d'autres endroits plus discrets, mais pas moins enchanteurs, les villages d'Our, de Maïssin, de Porcheresse... le fourneau de Marsolle, les rochers de Freÿr, le Bois du Roi, le belvédère du Wéri ou les hauteurs de Gendron d'où se déploient d'impressionnants paysages.

Que vos découvertes soient belles sur les sentiers de la Lesse et de la Lomme.

Jean-Paul Wibrin





Trois étudiants « Entre Lesse et Lomme » en autonomie sous la neige !



Petit selfie en quittant la voiture
(de gauche à droite : Lucas, Étienne et Pol).



Voilà un mois que je n'ai pas quitté ma chambre, mon dernier examen ne s'est pas trop mal déroulé. Fini les journées planifiées de A à Z où la moindre minute de pause remplace la minute de sommeil. Enfin libre, libre mais contraint d'appliquer à la lettre les directives du Gouvernement: couvre-feu à 22 heures, interdiction de quitter le territoire... Un mois que je sais ce que je vais faire à chaque instant de ma journée pour tous les jours de la semaine et là je ne sais pas quoi faire... à croire que j'ai oublié ce que j'aime faire.

Alors que ça fait une éternité, que j'alterne: facebook, instagram, twitter, netflix, facebook, intagram, twitter, netflix, facebook... Je sens ma poche vibrer. Pol m'appelle. Il me propose d'aller marcher trois jours avec lui et Étienne. Je m'empresse de remercier ce messie, descendu pour m'extirper de cet enfer numérique. Il me demande si j'ai du matériel pour une randonnée de trois jours dans la neige. Je lui réponds que oui – en réalité, je n'en sais rien, je serais prêt à partir en short-sandalettes.

Une fois l'euphorie dissipée, je me rends compte que je n'ai pas vraiment envie de perdre des orteils dans cette histoire. Je rassemble le pantalon «bièreproof» et donc waterproof que je prends pour les soirées trop arrosées, les bottines de marche de mon

père, la veste de ski de mon frère ainsi que ses mouffes, des grosses chaussettes, mon sac de couchage dont l'étiquette montre une montagne enneigée (c'est sûrement gage de qualité), mon matelas et mon fidèle opinel. Je fourre-tout ça dans mon vieux sac de hike.

Il faut prendre le plaisir où on le trouve. Nous allons donc faire les courses et on n'achète que des bonnes choses: saucissons, fromages, saucisses, fruits secs. On pense aussi à prendre des glucides: pâtes et riz. Et pour déjeuner, un truc chaud qui tient bien au corps, l'incontournable porridge; les vrais gaillards le prennent nature, on lui a préféré sa variante «choco et sucre».

Le jour J, on se donne rendez-vous de petit matin pour répartir le matériel et les provisions. On prend chacun trois litres d'eau, on jette un dernier coup d'œil à la météo: les deux premiers jours seront neigeux et le troisième pluvieux. On met le cap sur Saint-Hubert pour suivre un itinéraire de 78 km avec 3 bivouacs mis en place par la « Grande Forêt de Saint-Hubert ».

À neuf heures, on se met en marche, il faudra abattre 26 kilomètres dans la neige. Le début de la balade longe la Lomme sur quelques kilomètres pour finir par diverger et prendre de la hauteur. Au fur et à mesure de notre petite ascension, la forêt est de plus en plus couverte et nous offre un paysage digne d'une peinture de Brueghel l'ancien. J'appréhende le froid et la fatigue mais c'est la douleur qui me surprend dès les premiers kilomètres. Mes bonnes résolutions qui n'ont duré que deux semaines n'épongent que très mal mon manque d'activité physique de ces dernières années.

La pénombre et le froid tombent très vite en cette période hivernale. Encore un kilomètre avant d'atteindre le premier bivouac, un abri couvert équipé d'un barbecue.

En arrivant, nos narines ne nous trompent pas; ça sent le braseiro! Et pour cause, l'abri est déjà partiellement occupé et un bon feu nous attend! Deux autres groupes de deux jeunes qui s'essayaient à la randonnée avaient commencé à sympathiser, nous nous mêlons à eux! Ils viennent de Bruxelles et de Liège (comme nous). Au niveau du menu, ce soir ce sera saucisses et riz... un régal!

Le lendemain matin... Je suis crevé, la nuit a été froide et le matelas n'est pas extrêmement confortable mais bon, c'est ça aussi «l'aventure». Le porridge est chaud mais rien n'y fait... ce n'est pas très bon! Les deux autres groupes de jeunes ne nous accompagneront pas. Cette première nuit semble les avoir un peu rebutés de la rando sous la neige!

Le paysage, lui, est magnifique, cela aide pour le moral. Il a neigé pendant la nuit et le sol



Le bivouac du premier soir.



est vierge de toute trace si ce n'est celles des animaux qui nous ont précédés. L'itinéraire proposé est très agréable, quelques côtes mais sans abus, on reste sur les hauteurs et nous profitons donc au maximum de la forêt encore enneigée (on sait que demain c'est le retour de la pluie et que tout cela va fondre). En cours de route nous manquons une balise (inattention de notre part? car le sentier est vraiment bien balisé); quelques centaines de mètres «hors-piste» nous permettent de vite retrouver le bon chemin!

Au programme d'aujourd'hui il y a 24 kilomètres avant d'atteindre l'aire du Bois du Banè (située à environ deux kilomètres à l'est du village d'Ochamps) qui est autrement plus «décevante»: nous n'aurons pas le confort de la nuit précédente, pas d'abri et pas de feu à l'arrivée. On en aurait bien eu besoin, on est K.-O.; il est vraiment tant de se remettre au sport! Après un bref repos, Pol s'obstine à vouloir allumer un feu. Après avoir dégagé les dix centimètres de neige qui recouvrait le rond de feu et utilisé ses trois allume-feux (écologiques bien sûr), il finit par abdiquer au



bout de trente minutes. Ce soir, ce sera un «Président» sous la tente avec, bien sûr, un petit apéro accompagné de sa petite goutte pour réchauffer les cœurs! Alors là, nuit difficile... Comme nous nous y attendions, il a plu pendant la nuit et la tente a été mise à rude (trop rude) épreuve. Les sacs de couchages sont «légèrement» humides et il pleut toujours dehors! La mise en route est vraiment difficile, et pourtant... il y a 29 kilomètres à faire aujourd'hui. Étienne finit par nous dire que la pluie s'arrête dans quinze minutes et qu'il faut s'activer. À 10 h 30, on est prêt. En quittant le bivouac, Étienne voit sur la carte qu'une alternative balisée permet de gagner cinq kilomètres. Pol et moi sommes assez enthousiastes à cette idée. En route, près d'une ferme, nous croisons un compagnon à quatre pattes qui nous suivra sur plusieurs kilomètres avant de croiser des gardes forestiers qui parviendront à attraper ce brave *Lasco* pour le rendre à son propriétaire. Nous terminons le trek sous la pluie et en

ayant croisé au maximum dix personnes sur les trois jours. Les paris sont lancés sur l'heure exacte de l'arrivée à la voiture. Pol est le plus optimiste, moi le plus pessimiste et Étienne fait «le Suisse»: il mise entre nous deux. Pol finit par courir, histoire de se donner raison! Une fois tous à la voiture, on fait le point, on est crevé, on a eu froid, on est trempé mais qu'est-ce que c'était bon!!! Aucun regret et, à peine après une demi-heure de route, on se dit que c'était trop court! Bien que la rando sous le soleil ait quand même ses avantages; une petite sieste digestive sous le soleil est très plaisante! On termine en mangeant un bon burger home made chez Étienne avant de chacun rentrer chez lui! Pour nous aider à organiser ce trek, nous avons utilisé le blog *Trekking et voyage* sur lequel nous avons pu trouver une carte, un tracé GPX ainsi que diverses informations. Nous vous invitons d'ailleurs à le consulter!

 Étienne (26 ans), Lucas (22 ans) et Pol (23 ans)



Marcher dans la forêt de Fontainebleau, c'est un peu remonter le fil de l'histoire de la randonnée.

Ce massif de 25 000 hectares, qui fait presque cinq fois la forêt Soignes, a été balisé bien avant la création des sentiers de grande randonnée par un vétéran des armées napoléoniennes, un sergent qui avait fait la campagne d'Espagne, Claude-François Denecourt (1788-1875). Il a balisé, de couleur bleue, 150 kilomètres. Ces sentiers survivent sous le nom de parcours Denecourt-Colinet grâce aux soins de l'association des Amis de la forêt de Fontainebleau, qui les maintient et les a parfois adaptés. Encore aujourd'hui, ce coin de France est un royaume de la randonnée où, à côté des sentiers bleus, plusieurs GR traversent la forêt, dont les GR 11 (tour de l'Île-de-France) et GR 13 (Fontainebleau - Bourbon Lancy). D'autres itinéraires sont tracés par l'ONF (Office national des forêts), dont une boucle de 65 kilomètres (traits vert et blanc), et des parcours d'interprétation, comme le circuit du Haut Mont, sur le thème des carrières, ou le circuit des peintres (voir guides ou cartes). Tous ces parcours se croisent et se combinent aisément.

Remonter le fil de l'Histoire

Attaquer cette forêt, c'est aussi remonter le fil de l'Histoire tout court, avec l'immense château de Fontainebleau, habité par presque tous les rois et empereurs de France. Et traverser une époque culturelle, avec le village de Barbizon, jadis occupé par des bûcherons,

devenu au 19^e siècle un haut lieu de la peinture, fréquenté par Camille Corot, ou Jean-François Millet, dont la maison est maintenant un charmant musée. Un art affranchi des ateliers, celui des «pleinairistes», qui posent leurs chevalets dans la nature.

Il y a donc beaucoup de choses à faire dans la forêt de Fontainebleau: marches et visites culturelles et historiques. Elle n'est pas trop éloignée de Belgique – environ 300 kilomètres depuis Bruxelles et quatre heures de route. Il est aussi possible d'arriver en train, via Paris (gare de Lyon), dans un délai à peu près identique.

L'esplanade de Pétrarque

Une bonne partie de l'attrait de cette forêt est constituée par ses particularités géologiques. Ses rochers de grès sont appréciés des apprentis alpinistes. Leurs formes torturées, leur configuration, ont construit des minigorges, des petites falaises, des grottes qui ont convaincu Claude-François Denecourt et ses successeurs de créer des parcours. Ils ont baptisé les curiosités géologiques avec des noms pour faire rêver les randonneurs: l'esplanade de Pétrarque, le belvédère d'Orphée, le rocher Carpeaux, le Rocher-qui-baille, sans parler de l'intrigant Phylloxéra des Étroitures. Toutes ces curiosités sont généralement signalées par des lettres peintes sur les roches, dont la signification se retrouve dans les guides.





Le relief est constitué de sable et de grès, une roche sédimentaire formée de grains de quartz. L'érosion a creusé des vallées sablonneuses, parfois avec des étangs; à d'autres endroits, elle n'a pas percé la couche de grès, qui se présente parfois sous forme de plateaux, appelés «platières». Aux bords de ces platières se créent des «chaos», des roches en cours de fragmentation. Le tout piqué d'arbres, alors que longtemps le massif était plutôt... chauve.

Sous Louis XIV, la partie boisée ne couvrait guère que vingt pour cent du massif. Depuis lors, les pins et les chênes se sont multipliés, pour en faire une des plus belles forêts de France.

Quelques parcours

Le terrain est accessible à tous les randonneurs, sans difficulté technique particulière ni gros dénivelé. Certains itinéraires sont fort fréquentés, à parcourir en semaine de préférence, comme les gorges d'Apremont, dont il sera question un peu plus loin, ou les gorges de Franchard, situées à l'ouest de la forêt. D'autres parcours plus tranquilles se situent au sud de la forêt ou du côté du massif des Trois Pignons-Coquibus, au sud ouest, de l'autre côté de l'autoroute du Sud. Ce secteur est associé à la Forêt de Fontainebleau, dont il présente les mêmes caractéristiques géologiques et naturelles. Il a été ouvert au public ces dernières décennies. Voici deux randonnées inspirées par les parcours «historiques». Une première balade «classique» est celle des gorges d'Apremont, numéro 6 dans le guide



des Amis de la forêt de Fontainebleau, que l'on retrouve, sans doute dans une version simplifiée, dans le guide Denecourt dont des fac-similés sont encore disponibles. Elle représente une journée de marche tranquille – 15 kilomètres environ –, à l'ouest de la forêt. Le parcours touche Barbizon, qui peut en être le lieu de départ. Ses points forts sont la platière d'Apremont, la caverne des Brigands (lettre B dans les guides), une curiosité due à l'imagination de Claude-François Denecourt. Il avait fait croire, dans un livre publié en 1848, qu'il s'agissait de l'ancre d'une bande de voleurs qui sévissait sous Louis XIV. Alors qu'il avait lui-même agrandi une cavité pour lui donner un air de mystère. Ou la grotte des Dryades, plus naturelle, du nom de figures divines prédisant au culte des arbres de la forêt. Le sentier passe près de quelques étangs, comme la mare aux Biches. Il offre aussi, à au moins deux reprises, une vue panoramique sur la forêt, notamment depuis l'esplanade de Pétrarque susmentionnée.

Le rocher de l'Éléphant

Ce parcours compte de nombreux rochers dont l'érosion inspire l'imagination des randonneurs. Tel celui de l'Éléphant, situé près de Barbizon. Nous avons fait le parcours dans le sens des aiguilles d'une montre, en partant d'un parking situé à Barbizon, en démarrant par le monument Millet-Rousseau: un médaillon de bronze inséré dans un rocher qui représente les visages de deux peintres renommés de l'école de Barbizon,



Les guides et les parcours

Guides

- *Fontainebleau, une forêt de légendes et de mystères, itinéraires de découvertes*, éditions Ouest-France. Pour les informations générales. Environ 18 euros.
- *Guide des sentiers de promenade dans le massif forestiers de Fontainebleau*, édition des Amis de la forêt de Fontainebleau, avec cartes détachables, 16 euros. À commander sur le site de l'association. Pour les parcours historiques.
- *Carte IGN Forêt de Fontainebleau, Série Top 25*, 1:25 000, 13,20 euros.
- Claude-François Denecourt, *L'indicateur de Fontainebleau: descriptif du palais et des charmantes promenades de la forêt*, fac-similé de l'édition de 1874, Hachette Livre BNF. Pour revivre les balades au 19^e siècle.

Parcours numériques

Les versions numériques des parcours sont disponibles en grand nombre sur des sites ou des applis comme Wikiloc, SityTrail ou Visorando et aussi sur des sites web d'amateurs de randonnées et de forêts.

Infos générales

www.fontainebleau-tourisme.com



Jean-François Millet et Théodore Rousseau. Ce parcours est assez fréquenté dans les zones proches de Barbizon, mais il devient tranquille lorsque le marcheur va vers l'est.

Le second parcours proposé ici est situé dans le sud du massif, près du village de Bourron-Marlotte. Il s'agit du trajet balisé numéro 11 des itinéraires Denecourt-Colinet, de 9 kilomètres, que nous avons étendu en prenant le trajet 17 pour arriver à une boucle de 18 kilomètres; il convient pour une journée. Lorsque nous y sommes allés, un mois d'avril, ces sentiers étaient peu fréquentés. Au départ du parking de la Grande Vallée, situé à la sortie de la forêt, sur la départementale 58. C'est aussi une zone de bivouac autorisée par l'ONF, avec un point d'eau (attestation d'assurance obligatoire).

Ce parcours surplombe, dans la boucle 17, les vestiges d'une carrière sur le site du Hautmont, où des piles de pierres taillées restent toujours visibles, témoins d'une époque lointaine. L'exploitation de carrière a été interdite depuis 1907. Notons que le dur pavé de Belgique a contribué à mettre au rancart le grès de Fontainebleau.

Baudelaire n'aime pas la nature

Le point d'orgue de la boucle 11 est le Restant du Long Rocher et la grotte Béatrix, dont le nom provient de l'ouvrage de Dante Alighieri, la Divine Comédie. Il s'agit d'une large cavité surmontée d'une surface plane où continue la balade. La référence à Dante provient des chaos rocheux de la zone, que Denecourt qualifiait



d'Enfer, toujours en référence à l'auteur italien. Les références culturelles pullulent sur le parcours, avec le rocher Carpeaux, du nom d'un sculpteur du 19^e siècle, ou le beau rocher Baudelaire, sans doute un hommage au poète qui a rédigé quatre poèmes pour un ouvrage en hommage à Denecourt. Pourtant, le poète n'était pas du genre à versifier sur les beautés de la nature. «Je ne croirai jamais que l'âme des dieux habite dans les plantes et, quand même elle y habiterait, je m'en soucierais médiocrement et considérerais la mienne comme d'un plus haut prix que celle des légumes sanctifiés», avait-il écrit à l'éditeur de l'hommage, Fernand Desnoyers.

Souvenir d'un ballon tragique

La forme des rochers n'a pas forcément de lien avec les noms qui leur sont attribués. Disons qu'ils ont juste une forme que l'érosion a rendu remarquable. Parfois les noms ne disent plus grand-chose au marcheur, comme le rocher Baudry, du nom du peintre Paul Baudry, qui a travaillé sur le foyer de l'Opéra Garnier à Paris. Les noms reflètent parfois l'actualité du 19^e siècle, au moment où les sentiers ont été imaginés. Le parcours 11 compte ainsi des falaises de Sivel et Crocé-Spinelli, des parois ridées baptisées en l'honneur de deux aéronautes français morts en tentant en 1875 un record d'altitude, au-delà de 8 000 mètres, par manque d'oxygène.

 Robert van Apeldoorn



L'amour de la randonnée mixte

Les amateurs d'histoire et de randonnées seront sans doute intéressés par les guides créés par Claude-François Denecourt, pionnier de la randonnée et des sentiers balisés. S'il a imaginé des parcours balisés, la notion de randonnée telle que nous la connaissons, sous forme de longue marche, ne semblait pas la forme habituelle des visiteurs de la forêt de Fontainebleau.

Le guide Denecourt que nous avons consulté, qui remonte à 1874 (voir encadré sur les guides), conseille de pratiquer la randonnée mixte. La manière «la plus agréable» consiste à parcourir la forêt «mi-partie à pied, mi-partie en voiture», écrit-il.

Par «voiture», il entend bien sûr des véhicules tirés par les chevaux. Ainsi la promenade au Long Rocher, comportant la grotte Béatrix (randonnée n°11 dans le guide des Amis de la forêt de Fontainebleau), comporte, dans le guide Denecourt de 1874, un trajet de 20 kilomètres, dont 14 en voiture et 6 à pied.

Ses conseils et remarques sont imprégnés par les préoccupations du 19^e siècle. Il s'inquiète de voir «les sentiers de nos promenades dégradés par les pieds des chevaux. C'est pourquoi je viens, par ces quelques lignes, prier messieurs les cavaliers qui les lironnent, d'avoir la bienveillance de penser que ces sentiers, œuvre pour ainsi dire de toute ma vie et de toutes mes épargnes, sont les promenades chéries des humbles piétons», écrit-il dans une édition de 1874 (voir encadré sur les guides).



Ma petite-fille et Soukie, entre Baulers et Braine-l'Alleud.

« Marcher seule ou avec des amis, dans la nature, le long des sentiers, la technologie le permet, même avec 1/20 de vision ! »

Il n'est jamais trop tard pour faire de nouvelles belles expériences !

Voilà que, suite à un échange téléphonique pour ma cotisation, l'équipe du MAG GR Sentiers me propose d'écrire un article pour le magazine que j'aime lire. Je n'ai pas de talent d'écrivain mais bien mieux, de bons amis et un bon mari !

Avec eux, j'accepte l'aventure. Il me semble plus judicieux de les laisser parler en premier et de prendre la plume après eux.

Marie Hélène - Une petite devinette pour commencer :

– Quel est le comble de la confiance, pour une randonneuse passionnée comme moi ?

– Se laisser guider par mon amie malvoyante !

Après des années de marches ensemble, de bons moments me reviennent en mémoire ! Quelques anecdotes :

« Racines, boue, attention : pierres, rochers... barbelés ». Ce sont des mots prononcés au cours du chemin par un ami qui marche devant Évelyne quand le terrain est plus difficile et elle le suit pas à pas.

« C'est un clocher que l'on voit là-bas au loin ? »

« Non, un cyprès. »

Distinguer les animaux dans les prairies, des parties de plaisir, parfois !

Pas toujours facile de décrypter le paysage et de s'orienter comme nous tous...

Et pourtant !

Même si parfois, elle « perd la boule » quelques instants (SEULEMENT sur son smartphone!), on s'arrête et on regarde ensemble... et c'est reparti !

Vive la technologie, en complément de l'amitié, ça va de soi !

Ensemble, nous avons arpenté la Belgique (d'abord), à la journée, près de chez nous puis



11 novembre 2020 - Randonnée de 8,5 km au départ de Monstreux (Nivelles).



2 juin 2017 - Deuxième jour du tour du Pays de Herve. Andrimont - Eupen, je marche seule avec mon chien et mon smartphone qui me guide!!!

de plus en plus loin, fait le tour du Brabant wallon, le tour du mont Blanc, celui du Pays de Herve, commencé celui des abbayes trapistes... parfois aussi sur plusieurs jours.

Rien n'est impossible avec l'assurance acquise au fil des années.

Évelyne pré-encode le parcours, veille à ce que la batterie tienne le coup pour la journée, ou puisse être rechargée le soir, en cas de randonnée itinérante.

Alain - « J'accompagne volontiers Évelyne lors de randonnées et, très tôt, je me suis posé la question de ce qu'elle pouvait voir. Un jour, nous étions arrivés sur la place d'un petit village de montagne. Je lui ai demandé de décrire ce qu'elle percevait. Et elle de me dire : « Nous sommes sur la place du village. Au centre, il y a une fontaine et un chien est en train de traverser la place. » Je n'en croyais pas mes yeux, tant la description était exacte ! « Comment fais-tu ? », lui demandai-je. « J'utilise mes sens. Pour la fontaine, c'est facile. Je l'entends. Et pour le chien, mon cerveau a compris depuis longtemps qu'une forme se déplaçant à une hauteur entre vingt et cent centimètres, à une certaine vitesse, avec un type de déplacement particulier ne pouvait être qu'un chien. Facile, dit-elle en riant tout en minimisant sa performance. Avec le temps, j'ai appris à mieux cerner ses difficultés : des zones d'ombres sur un tapis de feuilles mortes, la hauteur des marches ou des roches, les racines d'arbres ou encore le gravier ou le schiste dans un sentier « pentu » sont autant d'obstacles pour elle, surtout dans les descentes. Alors on s'est accordé par les mots afin de décrire l'environnement :

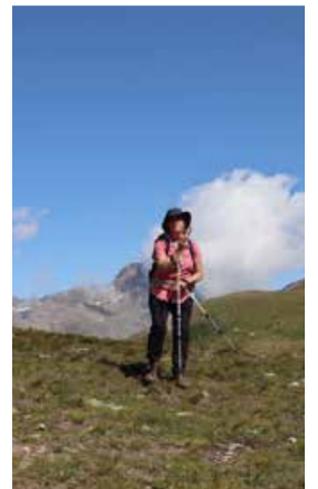
« petite marche » et « grande marche » révèlent la hauteur de l'obstacle, « enjamber » l'invite à lever les pieds, « toboggan » décrit une pente, « piquer » lorsque cette pente devient sévère (piquer les bâtons). D'autres descriptions complètent ce langage, ainsi : « pied droit sur la pierre, quart de tour à droite et grande marche » et, de temps à autre, le mot « pause » pour nous arrêter et apprécier le moment présent. L'humour fait partie aussi de nos excursions. Ainsi, un « petit détour » sur un sentier, juste pour le fun et, comme elle fixe son regard sur mes pas, elle ne s'aperçoit que trop tard de la supercherie. Sauf qu'elle apprend vite à déjouer mes tentatives. Avec City Trail, les rôles se sont encore complétés : elle nous guide en nous donnant l'orientation à prendre, le temps ou la distance qui reste, la description de ce qui nous attend. Elle nous prévient même des carrefours hantés (en T)... Moi, je la suis tout en la précédant, en répétant les mots magiques qui nous mèneront au bout du chemin...

Évelyne - « Je ne vais pas 'm'étendre' sur le handicap visuel, dû à la toxoplasmose, avec lequel je suis née. Je n'ai pas de vision centrale et, sur les pourtours de la rétine, il me reste 1/20 de vision. Je vois vraiment peu, mais j'ai la chance d'avoir une compréhension visuelle rapide (mon cerveau 'comprend' ce que mes yeux ne voient pas). J'ai toujours été parmi des personnes voyantes qui m'ont 'boostée', parfois au prix de beaucoup d'efforts ! Mais cela a fait de moi une personne assez autonome !

J'ai dû faire le deuil de poursuivre certaines études ou de conduire une voiture..., mais la marche a toujours fait partie de mes journées depuis que je suis toute petite !



Juillet 2020 - Trois jours avec deux de mes petits-enfants et Marie-Hélène sur les sentiers d'art.



Juillet 2019 - Col des Évettes dans les Alpes.



29 septembre 2020 - 20 km au départ de Binche. Accompagnateurs en pause!



▲ 7 Janvier - 13 km au départ de Gaillemarde. Un trio depuis plus de 20 ans sur bien des sentiers! Et mon courageux chien Soukie.

▼ 18 Novembre - 21 km au départ de Flobecq. Dans le Bois de La Louvière les deux amis qui m'accompagnent très souvent!

Quand mes quatre enfants ont grandi et ont pu rester seuls à la maison, j'ai découvert les marches plus longues, les randonnées en Belgique et en montagne.

Je suis devenue une passionnée des petits coins de notre beau pays et de la montagne. Quelquefois, quand les terrains empruntés sont plus difficiles (pentus, glissants, escarpés, rocaillieux...) ou quand la lumière n'est pas bonne, je suis obligée de suivre mes amis, mes pas directement dans les leurs! Littéralement, je les talonne en posant mes pieds dans leurs traces, concentrée sur les mouvements de leurs pieds. Je m'assure ainsi d'éviter les pièges du chemin.

Un jour, un ami informaticien a installé l'application Sity Trail sur mon ordinateur et sur mon smartphone. J'ai appris à l'utiliser! Elle connaît toutes les rues, tous les chemins, tous les dénivelés, de tous les pays, avec une grande précision. Elle peut aussi me guider par la voix. Quelle sensation profonde d'apaisement!

Je découvre que je peux être autonome, partout où je veux, même en pleine nature! Je peux bien mieux situer les lieux les uns par rapport aux autres...

Moi qui ne parviens pas à lire une plaque de rue, même le nez dessus, je n'ai plus d'angoisse, je me situe partout, je sais où je suis! Je me sens en sécurité!

Maintenant, j'aime guider mes amis, pour de courtes ou de longues randonnées, même

sur des chemins de montagne recouverts de neige! Ils me font confiance. Je cherche le tracé d'une randonnée GR, d'un itinéraire partagé par d'autres ou je trace mes propres randos sur le grand écran de mon ordinateur et les transfère ensuite sur mon téléphone. Quand mes amis sont avec moi, c'est convivial et confortable, ils trouvent plus facilement que moi les petits chemins dont je suis sûre de la présence... Mais, je peux m'y retrouver seule aussi et ne renonce pas à ma passion au cas où les amis ne sont pas disponibles pour m'accompagner!

Je n'en ressens aucune fierté, mais bien un grand soulagement!

Je me sentais isolée dans mon handicap. Maintenant, je peux de mieux en mieux comprendre ce qui m'entoure, me situer dans ma ville, ma région, mon pays, en montagne...

Néanmoins, il s'agit de penser à la sécurité: toujours emporter une batterie d'appoint pour pouvoir recharger le téléphone et, quand je suis seule, veiller à ce que quelqu'un sache où je suis.

La technologie, tous ceux qui marchent avec moi et mon chien me permettent de vivre de merveilleux moments tellement ressourçants...»

Évelyne Vroman



La législation sur la circulation en forêt wallonne

Historique/principes

Jusqu'en 1996, la seule mention à propos de la circulation en forêt qui figurait au Code forestier de l'époque était:

«la circulation est interdite en dehors des voies et chemins ordinaires».

Cela laissait évidemment une très large marge d'interprétation sur les modalités d'application et ainsi la place à d'éventuelles dérives plus ou moins dommageables telles que circulation intempestive hors voirie, présence non souhaitée d'engins motorisés mais aussi appropriation intempestive de la forêt par certaines activités.

Et c'est donc en 1996 que le Code forestier se voit ajouter une série d'articles dont la finalité affichée est de «*préserver et rendre la forêt aux utilisateurs qui la respectent*».

Le nouveau Code forestier de 2008, qui prône le développement durable en assurant la coexistence harmonieuse des fonctions économique, écologique et sociale de la forêt wallonne, ne pouvait que reprendre ces principes en les précisant.

Nous disposons ainsi d'un texte applicable à l'ensemble des 500 000 hectares des forêts wallonnes, qu'elles soient publiques ou privées, texte qui érige en règle le fait qu'une voirie est accessible pour autant qu'elle soit

«ouverte», c'est-à-dire dépourvue de tout panneau d'interdiction ou barrière.

A fortiori, les voiries vicinales (publiques) sont ouvertes et donc accessibles.

Par ailleurs, et sauf dérogations, la circulation n'est pas admise en dehors de la voirie ouverte et les chiens et animaux de compagnie doivent toujours être tenus en laisse.

Enfin, notons toutefois que ces règles ne sont pas applicables au propriétaire de la forêt, qui y conserve toute liberté de circulation, sur ou hors voirie, ainsi qu'aux gestionnaires des voiries publiques, aux agents du DNF et à la police. Par ailleurs, ces règles, sauf pour ce qui concerne les routes, chemins et sentiers, c'est-à-dire hors voirie ouverte, ne sont pas applicables aux réserves naturelles et forestières au sens de la loi sur la Conservation de la nature, qui ont leur propre règlement de police et de circulation.

Une accessibilité modulaire

Comme la circulation ne peut mettre en péril l'intégrité du milieu forestier, l'accessibilité à la voirie est fonction du moyen de locomotion et de l'impact supposé de celui-ci sur l'environnement.

Les piétons (ainsi que toute personne à mobilité réduite circulant en fauteuil roulant ou tout cycliste âgé de moins de neuf ans), considérés



Trois définitions importantes

- **Sentier**: voie ouverte à la circulation du public [peu importe le type de revêtement], étroite, dont la largeur, inférieure à un mètre, n'excède pas celle nécessaire à la circulation des piétons.

- **Chemín**: voie ouverte à la circulation du public, en terre ou empierrée, plus large qu'un sentier [plus large qu'un mètre], qui n'est pas aménagée pour la circulation des véhicules en général.

Les lignes de tir, entretenues en forêt pour l'exercice de la chasse, et les voies de débardage (transport du bois vers la voirie carrossable la plus proche) ne doivent pas être considérées comme de la voirie.

- **Route**: voie ouverte à la circulation du public, à revêtement hydrocarboné, bétonnée ou pavée, dont l'assiette est aménagée pour la circulation des véhicules en général. Ne sont pas concernées les routes, autres que les routes de remembrement, qui permettent aisément le croisement de deux véhicules automobiles sur toute leur longueur, ainsi que les voiries constituant le Réseau autonome des voies lentes (RAVeL).

comme les moins impactants, ont accès à toute la voirie, soit les sentiers, chemins et routes. Les cyclistes, les skieurs et conducteurs d'animaux de trait, de charge, de monture ou d'élevage n'ont accès qu'aux chemins et routes. Et enfin, les véhicules à moteur ne peuvent se déplacer que sur les routes.

D'autre part, l'accès en forêt suppose le respect de la quiétude qui normalement y règne et l'interdiction de déranger les animaux sauvages ou de nuire aux interactions entre les êtres vivants, animaux et végétaux et leur environnement naturel. Toutefois, malgré que ce soit sans aucun doute une période plus sensible pour la faune, cette interdiction ne va pas jusqu'à limiter ou interdire, sauf cas particuliers, la circulation de nuit. Cette gradation stricte dans l'accessibilité, liée au mode de déplacement, n'est remise en cause, par dérogation éventuelle du chef de cantonnement local du Département de la nature et des forêts (DNF), que pour des raisons médicales, pédagogiques, scientifiques, culturelles ou de conservation de la nature. Elle peut toutefois aussi être adaptée par un balisage adéquat, qu'il soit temporaire ou permanent.

Balisage

Le balisage, qu'il soit permanent ou temporaire, peut intégrer certaines dérogations et voir ainsi, par exemple, un circuit VTT emprunter un tronçon d'un sentier pourtant réservé normalement aux seuls piétons.

Le balisage permanent est réalisé sous contrôle du Commissariat général au tourisme (CGT) sur avis du service forestier et avec l'accord des propriétaires et gestionnaires de voirie.

Le balisage temporaire (souvent activité d'un jour), sauf s'il est réalisé avec un matériau directement prélevé dans la nature (bouts de bois par exemple) ou avec un matériau à base de calcium (chaux par exemple) dilué rapidement par la pluie, doit être préalablement autorisé par le propriétaire forestier ou le gestionnaire de la voirie concernée.

Sauf dérogation (véhicules à moteur sur sentiers ou chemins, VTT et autres sur sentier) à demander sous certaines conditions auprès du chef de cantonnement du DNF local, ce balisage doit être notifié préalablement à ce même chef de cantonnement.

La destruction volontaire des balises permanentes ou temporaires est punissable.

Exploitation forestière, chasse et menus produits de la forêt

Le propriétaire forestier, public ou privé peut conférer à certaines personnes les droits qu'il détient.

Il en va ainsi des exploitants forestiers qui ont acquis des bois sur une propriété et peuvent en conséquence circuler hors voirie, à pied ou avec les engins utiles à l'exploitation. De même pour les chasseurs et leurs préposés (garde-chasses et autres) qui louent le droit de chasse.

Pour la récolte des champignons, myrtilles, fraises des bois, jonquilles..., c'est le propriétaire qui est libre de l'autoriser à des tiers et le prélèvement, uniquement de jour, ne peut excéder deux poignées par personne et par jour pour les fleurs et un seau de dix litres par jour pour les autres produits, excepté s'il s'agit d'assurer les besoins d'une association scientifique, caritative ou de jeunesse. Cette notion de prélèvement de menus produits de la forêt ne couvre évidemment pas la coupe d'arbres ou d'arbustes, l'arrachage de plants naturels ou introduits par le propriétaire, la coupe de branches, l'écorcement des arbres ou leur mutilation, le prélèvement de sève, le prélèvement d'espèces protégées...

Bivouac et feu en forêt

Sauf pour le propriétaire, il n'est pas permis de s'installer n'importe où en forêt dans une tente, voire sans tente, afin d'y passer la nuit. Ce n'est en effet possible qu'au sein d'aires balisées permanentes ou temporaires. Ces aires sont autorisées par le chef de cantonnement

du DNF local suivant certaines conditions et avec accord des propriétaires forestiers concernés.

De manière générale, il est aussi interdit de porter et d'allumer du feu en forêt, sauf dans les zones spécialement aménagées à cet effet comme des aires de barbecue ou les places de feu des aires autorisées, mais aussi dans le cadre des activités sylvicoles (travaux d'amélioration et exploitation) ou de chasse.

Et encore, pour les exploitations forestières, le brûlage des résidus des coupes n'est-il autorisé, après notification au chef de cantonnement local du DNF, que sur des surfaces de moins de cinquante ares, sur fortes pentes, sur sols humides ou parsemés de nombreux rochers affleurants, mais aussi pour raison sanitaire, en cas d'attaques d'insectes ou de champignons.

Dans tous les cas, toutes les précautions d'usage doivent être prises pour éviter la propagation du feu.

Mouvements de jeunesse

Le Code forestier impose par ailleurs aux propriétaires publics, dont les bois sont gérés par le DNF et par massif de plus de cent hectares d'un seul tenant, d'y délimiter une ou plusieurs zones accessibles aux activités de jeunesse et aux mouvements encadrés à vocation pédagogique ou thérapeutique.

L'accès à ces zones, y compris hors voirie, leur est autorisé moyennant simple notification au chef de cantonnement local du DNF.

Limitations de circulation

L'autorité publique, c'est-à-dire le Ministre compétent en matière de forêts, ou le chef de cantonnement local du DNF pour des périodes de maximum sept jours, peut temporairement limiter ou interdire la circulation en cas de risque d'incendie, de menace pour la faune et la flore, de risque de perturbation significative de la quiétude de la faune, ou pour des raisons d'ordre sanitaire ou liées à la sécurité des personnes.

C'est ainsi que la forêt peut être fermée localement et temporairement pour protéger la nidification d'un couple de cigognes noires, pour assurer un minimum de quiétude au cerf lors du brame en automne mais aussi pour la sécurité des autres usagers lors de certaines exploitations forestières à risque ou d'activités de chasse.

C'est aussi sur ce texte que les ministres compétents se sont récemment appuyés pour réguler la circulation en forêt dans la zone atteinte par la peste porcine africaine (PPA) dans le sud de la Wallonie.

Police et information

C'est le personnel de terrain du DNF qui assure la police en matière de circulation en forêt, qu'elle soit privée ou publique. C'est vers lui aussi qu'il faut aller pour s'informer sur les règles, les dérogations éventuelles, les limitations à la circulation...

Ils sont en effet gestionnaires de la moitié de la forêt wallonne mais disposent souvent aussi de pas mal d'informations sur les caractéristiques, en termes de mobilité, des forêts privées dans leur environnement proche.



Jean-Pierre SCOHY, *Inspecteur général*
SPWARNE-Département de la nature
et des forêts (DNF).

Autres définitions

- **Ayant-droit**: toute personne qui s'est vu conférer un droit personnel portant sur les bois et forêts par leur propriétaire.

- **Exploitation**: coupe et débardage d'arbres [...], ou récolte de *produits de la forêt*, autre qu'un *prélèvement*, ainsi que leur enlèvement hors de la propriété.

- **Prélèvement**: récolte d'une petite quantité de *produits de la forêt*, effectuée pour les besoins propres de la personne qui y procède ou pour les besoins d'une association scientifique, caritative ou de jeunesse qui y procède sans but de lucre, ainsi que leur enlèvement hors de la propriété.

- **Produits de la forêt**: produits provenant des arbres et arbustes, végétations et sols des bois et forêts, à l'exclusion des grumes et houppiers [soit les arbres et arbustes eux-mêmes].

- **Résidence temporaire [bivouac]**: résidence pendant une période inférieure à 48 heures [à l'exception de la résidence dans une caravane ou un motor-home].

- **Aire**: zone balisée, accessible aux piétons ou affectée, soit au stationnement momentané de véhicules, soit à l'exercice de certaines activités récréatives, soit à la *résidence temporaire*, sans contrepartie financière.



PARTENAIRES

Merci de tenir votre chien en laisse

Nous sommes de plus en plus nombreux à nous promener dans les campagnes en raison des mesures sanitaires actuelles, aussi avec l'arrivée du printemps et la mise en pâture des animaux, le syndicat agricole FUGEA appelle les randonneurs à respecter chemins, prairies et bétail.

Certaines personnes n'ont souvent pas conscience des perturbations qu'elles causent: les chiens promenés sans laisse et qui finissent par courir après le bétail peuvent causer des problèmes de santé plus ou moins graves aux animaux, le passage de véhicules sur les chemins non prévus à cet effet est très gênant pour le passage des engins agricoles, etc.

Les Sentiers de Grande randonnée (SGR) Tous à Pied et Itinéraires Wallonie s'associent à cette action qui se matérialise sur le terrain par des affichettes rappelant clairement que les chiens doivent être tenus en laisse partout, y compris sur les sentiers longeant ou traversant les prairies.



Nos GR dans les medias

¹RTBF La Première (31-12-2020)

²TV Com Brabant wallon - JT (9-1-2021)

³L'Avenir

⁴L'Écho (6-2-21)

⁵Femme d'Aujourd'hui (20-1-2021)

⁶Soir Mag (13-1-2021)



Les Auberges de Jeunesse accueillent les randonneurs à Bruxelles et en Wallonie depuis 1933!



Que vous souhaitiez un séjour en pleine nature ou au contraire au cœur d'une ville animée, nos auberges proposent les deux! Il est possible de loger à partir de 20€ la nuit seulement. Le prix des nuitées comprend les draps, le wifi, ainsi qu'un petit déjeuner durable sous forme de buffet avec des produits locaux. Vous aurez le choix entre des lits en dortoirs mais aussi des chambres familiales ou doubles équipées de salles de bains privatives ou partagées.

Choisir de s'arrêter à l'auberge, c'est choisir un logement écologique. Chaque année, l'ASBL fait des choix en faveur du développement durable de plusieurs manières en passant par la restauration, par la gestion de l'énergie et des déchets. Depuis l'été dernier, vous pouvez même opter pour une nuitée zéro carbone en ajoutant seulement 0,25€!

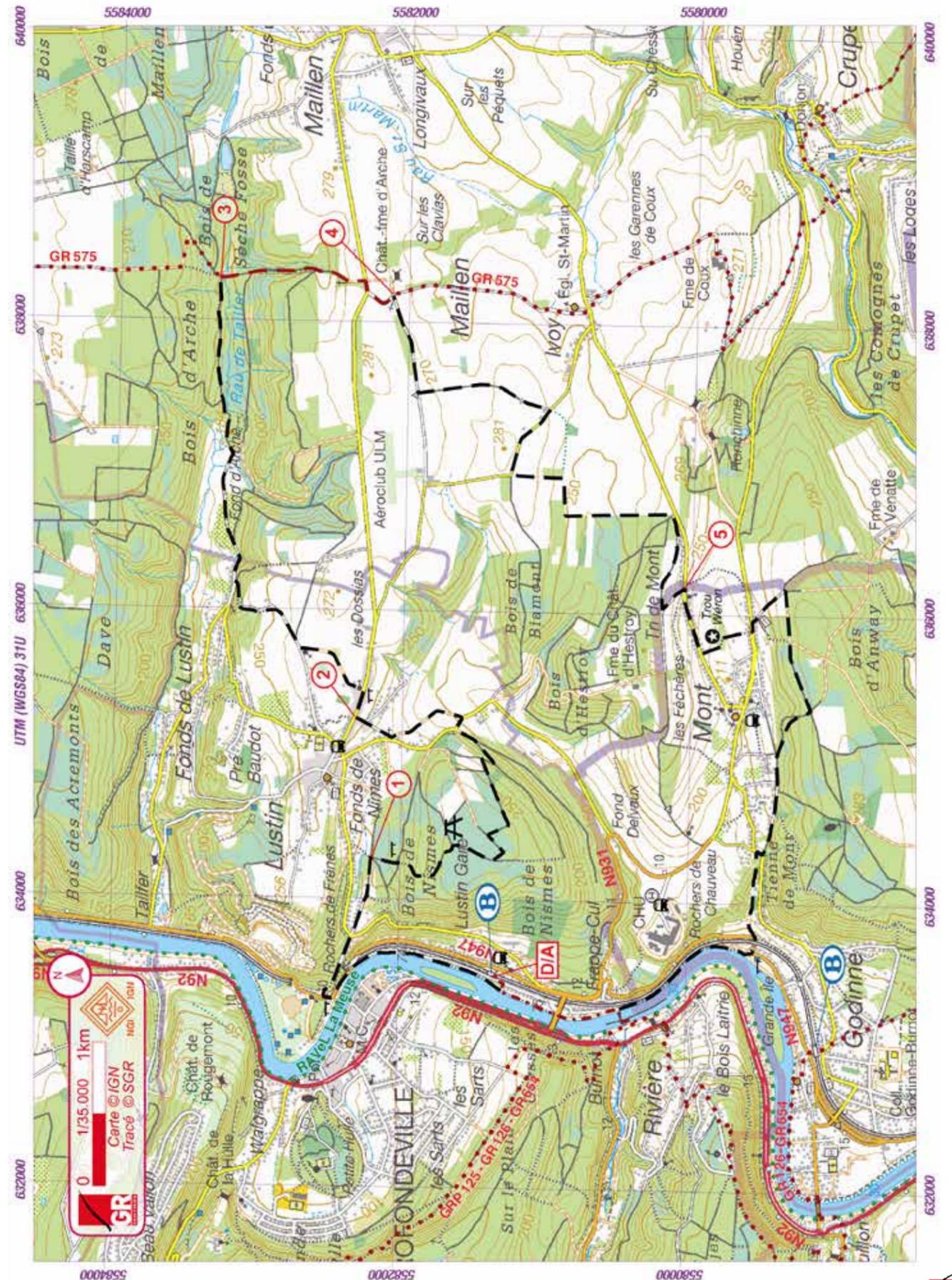
La proximité des auberges avec différents sentiers GR est un réel atout! Elles possèdent également pour la plupart le Label « Bienvenue Vélo ».

Les auberges sont présentes à Namur, Liège, Tournai, Mons, Charleroi, Champlon, Malmedy, Bouillon et Bruxelles et font partie du réseau international Hostelling International qui regroupe plus de 4400 auberges à travers le monde!

Pour réserver ou pour plus d'infos, rdv sur notre site: www.lesaubergesdejeunesse.be

IDÉE RANDO

VARIATIONS CONDROZIENNES SUR LES HAUTEURS MOSANES LUSTIN GARE - LUSTIN VILLAGE - MAILLEN - IVOY - MONT - GODINNE - LUSTIN GARE





Variations condruziennes sur les hauteurs mosanes

Lustin gare – Lustin village – Maillen – Ivoy – Mont-Godinne – Lustin gare
21,8 km

GR 575, liaison gare des GR 126 et GRP 125

Point de départ:
la gare de Lustin.
50,368802 4,876833683.
📍 50° 22' 07.7" N 4° 52' 36.6" E

0 km GARE DE LUSTIN 0/A

🇫🇷🇩🇪 Sur la liaison de la gare vers les GR

Quitter la gare vers l'arrière par le tunnel sous voies. Obliquer à gauche sur la petite route, quittée aussitôt vers la droite pour rejoindre la rive de la Meuse.

🚫 Hors GR

Quitter le balisage de la liaison et suivre le bord du fleuve mosan vers la droite. Côtayer le cours d'eau jusqu'au passage à niveau. Long-prudemment la route en serrant bien à gauche, sur une centaine de mètres. Emprunter à gauche la rue Rochers de Fresne en direction du passage d'eau.

En période estivale, un passeur assure la traversée du fleuve vers Profondeville.

Le long d'un muret, entamer la montée en direction du Belvédère. Après quelques marches, traverser avec la **plus extrême prudence** (visibilité réduite dans le virage). Reprendre en face l'ascension de la colline via de hautes marches. 📍 Atteindre une stèle élevée à la mémoire de Jacques Sinus, dit « le taupier ».



Continuer à monter vers la droite. Dépasser le Belvédère et la Fête au Palais, deux brasseries aux terrasses panoramiques exceptionnelles.

Au sommet, traverser prudemment, dans le virage, la route qui mène à Lustin-village. En face, franchir deux potelets et suivre une petite route au revêtement dégradé le long d'une enfilade de maisons coquettes. Négliger un premier chemin à droite et poursuivre dans l'axe sur une voie herbeuse. Atteindre un carrefour.

2,7 - 2,7 km FOND DE NÎMES 1

Virer à droite en franchissant une barrière. Laisser de suite le chemin forestier filer à droite et monter tout droit dans le bois de Nîmes. Aboutir à un croisement de cinq chemins 📍. Attaquer le sentier qui monte en face. Virer à droite avec le sentier, puis à gauche au Y. Poursuivre l'ascension en serpentant dans la forêt puis prendre carrément à gauche sur un parcours horizontal.

Rejoindre un chemin plus important à un T 📍. Virer à droite entre le bois et une jeune plantation de résineux. Ignorer le chemin empierré à gauche et continuer dans l'axe.

Au Y, avant un mirador, prendre à gauche jusqu'à un nouvel embranchement, au panneau « Promenade du Bois de Nîmes ». Poursuivre à gauche. Après 150 mètres, emprunter le premier chemin à droite jusqu'à un T. Partir, à gauche encore, sur un large chemin flanqué de nombreux postes de chasse. Continuer tout droit le long d'un récent boisement de résineux. L'itinéraire perd de la hauteur. Au T, au niveau d'une balise 📍, descendre à droite puis aussitôt à gauche. Dévaler le



chemin forestier qui s'embranchement sur une voie horizontale. Sortir du bois en franchissant une barrière.

Emprunter la route à droite sur quelques mètres. Avant une ferme, s'engager à gauche sur un chemin campagnard. À son terme, monter à droite la rue Tignieux-Boni jusqu'à atteindre la rue principale de Lustin.

Tignieux-Boni est une expression wallonne pour désigner un « méchant ou teigneux bonnier ». Le bonnier était une ancienne mesure agraire valant un hectare. Eu égard au méchant dénivelé de la parcelle de droite, on peut aisément imaginer les difficultés à cultiver ce champ. Une terre sans doute ingrate malgré le labeur fourni.

3,3 - 6,0 km AUX QUATRE ARBRES - LUSTIN 2

Tourner à droite jusqu'à hauteur de la chapelle Saint-Lupicin, un peu en retrait de la voirie. Tourner à gauche et 📍 passer à l'arrière de ladite chapelle.

Saint Lupicin est le patron de la paroisse de Lustin. Lorsque Lupicin vint à Lustin, le village se trouvait absolument dépourvu d'eau. Un jour, il rencontra une brave femme qui se plaignait de devoir descendre jusqu'à la Meuse. « Désormais, vous n'irez plus au fleuve ! » lui dit-il. Par trois fois, il planta son bâton dans le sol et il en jaillit trois sources qui alimentent la fontaine appelée : « La fontaine de Saint-Lupicin ». Depuis cette époque et malgré la situation géographique élevée du village, il ne manque jamais d'eau à Lustin.

Suivre un empierré jusqu'à la chapelle Saint-Roch 📍. Prendre la rue d'Arson Voie à droite. Au lieu-dit « Les Dossias », ignorer la voie herbeuse à droite.

Au bout de la rue, avant une maison isolée, suivre la balise du maillage communal en direction de Maillen. S'engager à gauche, en descendant quelques marches, dans un fossé raviné à souhait. Le parcours, d'abord très chaotique, longe une clôture et finit par atteindre une rue, après un tournant à gauche. La suivre à droite. Après les dernières maisons, continuer sur une voie un peu dégradée au travers du Fond d'Arche, un vallon bucolique arrosé par le Tailfer et où une ripisylve est en formation.

Par définition, la ripisylve est la végétation bordant les milieux aquatiques. Elle peut former un liseré étroit ou un corridor très large. Ce mot vient de « ripa », qui veut dire rive, et de « sylva », qui veut dire forêt. La ripisylve est indispensable au bon fonctionnement de la rivière.

Atteindre finalement une ferme isolée. Franchir un « passage canadien » et pénétrer dans la forêt. Le chemin sinue légèrement puis devient quasi rectiligne jusqu'à atteindre la jonction avec le GR 575 (GRP dans le futur).



3,8 - 9,8 km JONCTION AVEC LE GR 575 3

Suivre le balisage vers la droite et remonter le chemin caillouteux. Dépasser la chapelle de la Vierge Noire et aboutir à la route Maillen - Lustin en face de l'entrée du château-ferme d'Arche. Suivre la voirie vers la droite, puis à gauche dans la rue Neuve Ferme vers Ivoy et les ULM de Maillen.

1,3 - 11,1 km SÉPARATION DU GR 575 - AUX ARCHES 4

🚫 Hors GR

Au niveau de la potale de la Vierge de Foy, quitter le GR en poursuivant vers la droite sur la petite route. Après 700 mètres, virer à gauche sur une voie herbeuse (parcours équestre). Aboutir à la chapelle Notre-Dame du Bon Secours. Emprunter la route campagnarde sur 550 mètres vers la droite en direction d'un bosquet. La quitter pour descendre à gauche une voie agreste. Au bas de la descente, emprunter un sentier à droite, qui se prolonge à gauche en longeant un champ et un bois. Remonter le vallon

Juste avant la route, emprunter un empierré à droite, qui longe des villas, puis devient un chemin de terre, en lisière. Arriver sur un bel empierré, à suivre résolument à gauche, et descendre vers la rue du Fraichaux.

4,5 - 15,6 km MONT 5

Suivre cette rue à droite sur 500 mètres. Face au numéro 34, à côté d'un relais électrique, emprunter un sentier herbeux qui descend 📍. Passer à côté du Trou Wéron.



La Vierge noire.



Le château-ferme d'Arche.

Le Trou Wéron, connu aussi sous les noms de Doline du Rôle ou Fosse au Roule est une grotte qui fut découverte vers 1940. La cavité peut être parcourue sportivement avec un minimum de matériel.



La chapelle Saint-Antoine.

Continuer le sentier, qui rejoint une rue à suivre à gauche. Devant un christ, monter la ruelle qui mène au cimetière, puis devient un empierré. A l'orée de la forêt domaniale (panneau), poursuivre à droite le long d'une clôture, puis dans le bois. Après 800 mètres, au niveau d'une prairie, descendre à droite sur un sentier caillouteux qui rejoint un chemin, à suivre à gauche. Poursuivre dans l'axe sur la rue Sous-le-Bois et dépasser la chapelle Saint-Roch.

La descente s'amorce et, après la dernière maison, le randonneur continue sur un vieux chemin empierré. À la chapelle Saint-Antoine, tourner à droite puis bien vite à gauche pour dévaler le sentier réhabilité du «Fossé do Leup». Au bas de la descente, quitter l'avenue du Dr Schweitzer. Franchir le tunnel ferroviaire et rejoindre la rive de la Meuse, suivie à droite. Après un cheminement d'un kilomètre, atteindre l'écluse de Rivière.

Sur la liaison de la gare vers les GR(P)

Poursuivre tout droit, le long du cours d'eau, avec le balisage de la liaison entre les GR(P) et la gare de Lustin. Passer sous le pont routier. Après 500 mètres, quitter le bord de Meuse pour rejoindre la gare vers la droite.

6,2 - 21,8 km GARE DE LUSTIN

Photos: Micheline Goudeseune.
 Rédaction: Marcel Jaumotte.
 Carte: Xavier Van Damme
 Relecture: Guy Hene et Pascal Lenoir.

Merci à Bernard Weickmans pour l'amélioration du parcours



21,8 km

ÉCHAPPÉES BELLES



Randos vertes en haute Loire et au nord de l'Ardèche

Les gorges de la Loire.



www.era-ewv-ferp.com/fr/accueil

Nous poursuivons la découverte d'une région d'Europe, la Haute Loire et le nord de l'Ardèche, le long du balcon du Rhône en empruntant le GR 42.

Randonnez dans la vraie Loire, celle que le randonneur ne soupçonne pas et chaussez vos croquenots, comme on dit ici, enfiler votre pull-over et partez randonner sur les chemins campagnards et lumineux de la haute Loire. Un territoire préservé, à 95% rural, à l'exception des villes de Roanne et de Saint-Étienne.

Le comité de la FFRandonnée y propose 48 randofiches numériques, à télécharger gratuitement pour découvrir les secrets des villages de caractère de la Loire. Itinérance avec le topo-guide «La Loire à pied», 45 balades pour découvrir les paysages vallonnés et les sentiers en bord de Loire du département. Le sentier vers Saint-Jacques-de-Compostelle – GR 765: Cluny - Lyon - Le Puy.

Entre ses reliefs de moyenne montagne, ses villages typiques du plus long fleuve de France (1 200 km) du mont des Joncs à l'estuaire. Saint-Étienne est situé à 60 kilomètres de Lyon et à 80 kilomètres du Puy-en-Velay. Elle était la première ville industrielle française au début du 19^e siècle. Son essor reposait sur les mines de charbon, mais aussi sur les industries de l'arme, du cycle et du ruban. Siège social de Manufrance, des supermarchés Casino, aujourd'hui aussi Cité du design... et donc plus seulement d'un club de foot, toujours au vert de son équipe mythique.

Les gorges de la Loire

Creusées par la Loire, elles sont naturellement devenues une voie de passage importante. Les méandres du fleuve découpent toute une série de points stratégiques, qui offrent aujourd'hui aux randonneurs des bâtiments religieux et défensifs entretenus et restaurés dans les règles de l'art.

Une architecture typique qui repose sur des roches granitiques, des volumes simples, des parallélépipèdes surmontés d'un toit à deux pans. Les fenêtres sont plus hautes que larges



La gare de Saint-Étienne entièrement rénovée.

avec des linteaux et des jambages en pierres en granit gris ou rose; le minéral est prépondérant, créant une relation de continuité entre le sol et les bâtiments

Le chemin des gorges de la Loire et ses vues panoramiques sur le village de Chambles et le château d'Essalois: une belle mise jambe avant d'entamer le **GR 42**.

La variation rapide d'altitude des sentiers offre une grande diversité d'espèces forestière. Des arbres méditerranéens comme l'érable de Montpellier ou le pin maritime et des espèces plus continentales comme le hêtre se côtoient à quelques mètres de distance. Dans les gorges, le chemin balisé rencontre les pelouses sèches en zone de coteaux, car le sol y est maigre et la roche presque affleurante, ou

des prairies sur des zones de plateaux au sol plus riche.

Des gorges au massif du Pilat

Le parc naturel régional du Pilat est étagé entre 140 et 1 432 mètres. La rando reste le meilleur moyen d'en percevoir les secrets du cactus raquette à l'ajonc nain.

Le **GR 42** part de Saint-Étienne et traverse l'Ardèche par la vallée du Rhône pour se rendre dans le sud de la France.

Une terre de contrastes aux panoramas surprenant culminant à 1 432 mètres au Crêt de la Perdrix, bercée à la fois par un climat méditerranéen et montagnard.

Au cœur du parc du Pilat.



Le Crêt de la Perdrix point culminant du Pilat à 1 432 mètres.



DE SAINT-ÉTIENNE AU BESSAT: 16,5 km – 4 h

L'itinéraire «à la découverte des crêts» débute gare de Saint-Étienne-Châteaucreux, desservie par la ligne Lyon - Saint-Étienne. À Pélusin, la Maison du parc naturel régional du Pilat propose un espace muséographique installé dans un moulin qui filait la soie.

Des itinéraires de randos complémentaires:

- «Le Pilat à pied», 22 balades dans le massif, des bords du Rhône au Crêt de la Perdrix.
- 15 topo-guides recensent plus de 200 sentiers, parmi eux le **GR 3**, et le **GR 7**.
- un itinéraire de 18 kilomètres (du Crêt de la Perdrix à l'Oeillon en passant par les Crêts de Botte, de la Chèvre...) 4 h 30/5 heures.

DU BESSAT À VANOSC: 22 km – 6 h

Le Bessat est la commune la plus haute du département de la Loire. Au col de la Croix de Chaubouret, par temps clair, le randonneur a une vue sur les Alpes.

Après la Croix de Cartara, le GR entre dans le département de l'Ardèche.

Annonay et son musée du car: histoire du charonnage à la carrosserie de car à travers le personnage de Joseph Besset, qui a contribué à faire de cette petite ville d'Ardèche la capitale française du car.





De Saint-Victor à Tournon-sur-Rhône:
15 km – 4 h

Un début de tronçon malheureusement beaucoup trop asphalté, peu de chemins ni de véritables sentiers, sans compter un paysage traversé par des lignes à haute tension. Heureusement, la fin correspond mieux à ce

La pont suspendu de Tain-Tournon-sur-Rhône.



qu'un randonneur attend d'un sentier GR. On découvre ainsi le pont de Tain-Tournon-sur-Rhône, le premier pont suspendu construit en Europe continentale en 1848-1849.

Tournon-sur-Rhône, blottie autour de son château dont les origines remontent au début du 9^e siècle, au dédale de ruelles, aux maisons à tourelles (anciens greniers à sel),

FICHE INFOS PRATIQUES

NORD-ARDECHE

Rejoindre

- Depuis Bruxelles à Annonay
- 785 km – A7 - Dijon - Lyon - Sortie N°12 Chanas ou Tain-l'Hermitage N°13
- 4 H via Paris - Lyon – Valence TGV

Se loger

- www.chezmary.fr - Vanosc
- Maison d'hôtes « l'atelier du philosophe » Hameau Deyras – 07410 Saint-Victor
- www.atelierduphilosophe.com
- Hôtel Restaurant Les Azalées – 07300 Tournon/Rhône – www.hotel-azalees.com
- Chambre d'hôtes – Camping à la ferme de Simondon – 07300 Plats – www.restaurant-gite-camping-simondon.fr

Goûter le terroir

- Les pique-niques « goutez l'Ardèche » – www.goutezlardeche.fr
- Les Etapes Savoureuses d'Ardèche – www.lesetapessavoureuses.fr

Aller plus loin

- Musée du car – Espace Joseph Besset – Chemin de la Fontaine – 07690 Vanosc – www.vanosc.fr
- Belvédère du pic et au château de Crussol: 2 beaux points de vue sur la vallée du Rhône

Consulter et télécharger des adresses utiles

- www.ardeche-guide.com
- ardeche@frandonnee.fr
- Office de Tourisme « Ardèche Hermitage Tourisme » www.rando-ardeche-hermitage.fr Des randonnées téléchargeables, avec la durée, le nombre de km, la difficulté, le dénivelé et les principaux centres d'intérêts.
- Office de Tourisme « Destination Ardèche Grand Air »; 3 sentiers sont balisés.
- au départ de Saint-Désirat: www.cirkwi.com/fr/circuit/49623-le-chatelet
- au départ de Vanosc: www.cirkwi.com/fr/circuit/49465-le-suc-de-chirol
- au départ de Thorrenc: www.cirkwi.com/fr/circuit/49461-la-vallee-du-torrenson
- Office de Tourisme « Pays d'Aubenas/Vals/Antraigues propose une vidéo: www.youtube.com/watch?v=get20D-1g0Y
- www.aubenas-vals.com/bouger/loisirs-activites-sportives-ardeche/randonnee-ardeche-circuits-prestataires/rando

HAUTE LOIRE

Rejoindre

- Depuis Bruxelles à Saint-Étienne
- 840 km - Dijon - A47 et A 89 - Lyon
- 4 H via Paris - Lyon TGV - Saint-Étienne TER

Se restaurer



- Saint Etienne – Maitre Kanter – tmk42@orange.fr
- Restaurant la Loco – www.restaurant-la-loco.com
- Rochetaillée – Auberge campagnarde – aubergebarbanche@orange.fr
- La Valla en Gier Auberge de la Jasserie (Parc du Pilat) – www.lajasserie.com

Se loger

- Le Bessat (la Croix de Chaubouret) www.hotelrest-lechaubouret.com

Goûter le terroir

- La fourme de Montbrison (AOC) – www.fourme-de-montbrison.fr

Aller plus loin

- Croisière découverte des gorges de la Loire en bateau électrique – www.croisieres-gorges-loire.fr

Consulter et télécharger des adresses utiles

- www.loiretourisme.com – informations@loiretourisme.com
- www.pilat-tourisme.fr
- www.smagl.com
- www.reserve-regionale-gorges-loire.fr
- www.ffrando-loire.fr



aux Vierges au coin des rues comme autant de vigies bienveillantes aux randonneurs!

De Tournon-sur-Rhône à Plats:
15 km – 3 h 30

En quittant la ville, le GR monte directement à travers les vignobles en terrasse surplombant la ville, vers les deux tours de guet, ves-

tiges du grand rempart qui en comptait douze.

De La Voulte-sur-Rhône à Le Pouzin:
15 km – 4 h 30

Depuis les ruines du couvent des chèvres (ancien prieuré clunisien en ruine), où les bergères menaient paître leurs animaux, panorama sur la confluence de la Drôme et du Diois.



Itinérance en Drôme sur les pas des Huguenots



Vue de Die depuis la croix de Justin.



Le Col de la Chaudière.



www.era-ewv-ferp.com/fr/accueil

Nous poursuivons la découverte d'une région d'Europe, la Drôme, en empruntant le chemin de mémoire devenu un itinéraire culturel européen, le GR 965, de la Drôme à Genève... pour suivre le chemin de l'exil des protestants vers les pays du refuge après la révocation de l'édit de Nantes. Deux cent cinquante mille Huguenots partent en terre protestante vers Genève et l'Allemagne où ils sont accueillis et fondent des colonies.

Le Poët-Laval - Dieulefit: 7,5 km – 2 h

Départ du GR 965 à Poët-Laval, l'un des plus beaux villages de France.

Au cœur de cette petite cité médiévale, dominée par son donjon du 12^e siècle, siège d'une commanderie des chevaliers hospitaliers de Saint-Jean de Jérusalem, une visite au musée du Protestantisme dauphinois s'impose avant de démarrer l'itinéraire international des Huguenots. Elle permet au randonneur curieux de mieux comprendre ce pan oublié de l'histoire de France et souvent méconnu dans nos régions. Le musée apporte un éclairage différent aux passés proche et présent;

leur mise en parallèle permet des regards différents sur l'actualité et notre rapport à l'autre. La Réforme du 16^e siècle, les guerres de Religions, l'édit de Nantes de 1598 et sa révocation en 1685. Les persécutions, la clandestinité et le « Désert », l'exil dans les pays refuges, la liberté retrouvée à la Révolution française de 1789.

Dieulefit - Bourdeaux: 15,5 km – 4 h

Dieulefit, haut lieu de la céramique en terre protestante.

La présence de l'héritage culturel huguenot est omniprésente tout au long des différentes étapes de ce GR, que ce soit dans les paysages, les villages, les témoignages des habitants, l'héritage culinaire...

À l'horizon, le château de Saint-André et sa ferme où, au milieu du 16^e siècle, Calvin a célébré la cène, office religieux protestant.

Une étape qui fait la liaison entre la lavande et la vigne, entre les cimetières protestants dispersés qui marquent les paysages du pays de Bourdeaux et les chapelles isolées du Pays de Saillans.

Une rando à la découverte d'un patrimoine thématique homologué par le Conseil de l'Europe en tant qu'itinéraire culturel européen et d'un environnement varié et d'exception à travers la Drôme.



Le Poët-Laval



Le château de Saint-André et sa ferme.



La clairette de Die, célèbre vin effervescent, est issue du vignoble du Diois, cette région trait d'union entre les Alpes du nord et celles du sud. Située aux confins de la Provence et des Préalpes, cette vallée de la Drôme et ses coteaux bénéficient d'un climat propice au développement de ce vignoble qui daterait de l'antiquité. Aujourd'hui, la clairette de Die bénéficie d'une AOC. Le GR 965 traverse une grande partie de ces 12 000 hectares de vignes.



Bourdeaux - La Chaudière: 13,8 km – 4 h
Deux châteaux ruinés dominent ce gros bourg aux maisons du 15^e siècle, porte et enceinte fortifiées, Bourdeaux mêlera son histoire et son économie au protestantisme. Le tracé du GR s'invite ensuite dans les contreforts de la forêt de Saou, véritable joyau naturel avec le col de la Chaudière.

Rimon-et-Savel - Die: 20,5 km – 6 h
À la sortie du village de Rimon, l'itinéraire du GR 965 suit une piste qui, après un long plateau,

franchit le col du Royet (1 140 m) et ses panoramas sur la vallée de la Drôme et la plaine de Valence ainsi que le plateau du Vercors. Après la croix de Justin et sa vue sur Die, la piste forestière entame une longue descente en lacets dans une forêt domaniale pour déboucher enfin sur la vallée de la Drôme et atteindre la ville en longeant la ligne ferroviaire du TER. Die est une ancienne capitale régionale romaine, fortifiée dès le 4^e siècle.

INFOS PRATIQUES

Rejoindre

Depuis Bruxelles

🚗 848 km – A7

🚆 via Paris – Valence en TGV (4h30) – Die en TER (+1h15)
Taxi Transferts et bagages - ADTD - +33 4 75 46 30 62

Se restaurer

- Dieulefit – 1 cœur pour 2 – vegetalienne@gmail.com
- Die – Un Air de Famille – www.unairdefamiliedie.com

Se loger

- Dieulefit – La Cachette – www.hotellacachette.fr
- Bourdeaux – Chambre d'hôtes La Tulipe sauvage – www.latulipesauvage.com
- La Chaudière – www.gite-coldelachaudiere.fr – contact@gite-coldelachaudiere.fr

Goûter le terroir

- Dieulefit – La Drôme des Couleurs (restaurant, cave à vins, produits du terroir) www.facebook.com/ladromedescouleurs

Aller plus loin

- Le Poët Laval - www.museeduprotetantisme-dauphinois.com
- L'église romane de Comps – www.comphistorique.fr
- www.surlespasdeshughenots.eu

Consulter et télécharger des adresses utiles:

- Agence de Développement Touristique de la Drôme – Tél. 00 33 4 75 82 19 26 – www.ladrometourisme.com
- « Bons plans à pied » – www.sportsnature.ladrome.fr
- www.surlespasdeshughenots.eu



Comment la randonnée est-elle organisée au Luxembourg?

Avec des moyens substantiels développés par l'État. Quand les frontières rouvriront, notre voisin sera un bon plan pour la marche. Avec, en prime, des transports en commun gratuits.

La randonnée est prise au sérieux au Grand-Duché du Luxembourg. Ceux qui ont parcouru la Petite Suisse (Mullerthal), près d'Echternach, sur les sentiers les plus populaires du pays, s'en rendent compte. C'est un parcours varié, bien entretenu, fort bien balisé, sans grandes sections goudronnées, avec de belles surprises géologiques. Le Mullerthal trail, qui a vu 160 000 marcheurs en 2020, a même reçu un label de qualité, Leading Quality Trails – Best of Europe, attribué par la Fédération européenne de la randonnée pédestre. Les sentiers de la Petite Suisse ne forment que la partie émergée de l'iceberg, si l'on peut dire. Ils sont le résultat d'un soutien public important pour l'infrastructure de randonnée.

Une division du ministère de l'Économie

La Direction générale du tourisme est même devenue une division du ministère de l'Économie, avec un ministre spécifique, Lex Delles, ministre du Tourisme et des Classes moyennes. « Le core business du tourisme, au Luxembourg, est le tourisme actif, dont font partie la randonnée et le cyclisme », dit Claude Halsdorf, chargé de projet d'infrastructures de randonnées. Il fait partie de la diversification économique du pays. Près d'un touriste sur trois venant au Grand-Duché y randonne; 9 pour cent ne viennent que pour cela. Les Belges sont en tête des visiteurs randonneurs, suivis des Néerlandais puis des Allemands. Cette année, tout dépendra du moment où les frontières se rouvriront et où les contraintes de la pandémie s'adouciront.

L'État finance les sentiers

L'État grand-ducal finance et gère une importante infrastructure qui s'adresse à tous les types de marcheurs. Depuis la famille qui fait quelques kilomètres le dimanche jusqu'aux randonneurs au long cours, qui suivent des parcours en ligne, comme le sentier Ardennes-Eifel, qui couvre 140 kilomètres et serpente de la frontière belge à celle du Luxembourg avec l'Allemagne, à Echternach, avec plus de 5 500

mètres de dénivelé au total. « La majorité du public se situe plutôt dans des parcours d'une demi-journée, de 5 à 12 kilomètres », indique Claude Halsdorf. Parmi les projets en cours figure un sentier pédestre national, en cours de développement dans le sud du pays, le Minett Trail, de 90 kilomètres. « Il sera ouvert l'an prochain, quand Esch-sur-Alzette sera capitale européenne de la Culture 2022 », continue Claude Halsdorf. « Le sud du pays est moins connu pour les randonnées, car c'est la partie du pays où s'est développé l'industrie (mines, sidérurgie N.D.L.R.), un peu comme le Hainaut en Belgique. Mais il est très intéressant et réserve de belles surprises: le Minett Trail fera le tour de force de passer près d'anciens hauts fourneaux avant de se retrouver peu après parmi des orchidées sauvages. »

Le projet de maillage national

Le plus grand projet porte sur un maillage régulier de sentiers à travers le pays, le « réseau national de sentiers de randonnée ». Ce futur réseau rappelle les points-nœuds pratiqués dans certains coins de Belgique, comme les Cantons germanophones, la Flandre ou la région des Collines (Hainaut). Un dispositif qui se construira progressivement, sur environ cinq ans. Il ne suivra pas l'approche des points-nœuds par numéros, utilisée en Belgique, jugée trop abstraite (lire encadré). À côté du Minett Trail, deux projets pilotes, en cours, seront des éléments du futur maillage national, initiés par la Fédération européenne de randonnée pédestre (FERP): le « Qualitätswanderregion » de la région des Ardennes luxembourgeoises, et le « Kurze Qualitätswege (courtes randonnées de qualité) » pour la région du Centre-Ouest

Toutes les cartes sur le géoportail

Les informations sur les randonnées sont accessibles en ligne de manière centralisée, sur le site de l'agence nationale de promotion touristique (www.visitluxembourg.com) et aussi sur le portail national de l'Administration du cadastre et de la topographie (www.tourisme.geoportail.lu). Ce site, qui propose

un large éventail d'informations géographiques, y compris le cadastre, contient une rubrique «tourisme individuel», où sont répertoriés les parcours de toutes les catégories décrites plus loin, plus les parcours vélos ou équestres. Il fournit les cartes au format pdf, qui peuvent être imprimées, et les fichiers (traces) au format gpx ou kml, qui peuvent nourrir les applications de navigations (ViewRanger, Sitytrail, Komoot, etc.) ou des GPS dédiés comme Garmin ou TwoNav. Ce portail intègre d'autres informations, comme les points d'intérêts (hôtels...) et aussi, chose précieuse, les avertissements sur les déviations temporaires et le calendrier des chasses (rubrique «restrictions temporaires», dans la rubrique «chemins de randonnées»). Le genre de dispositif dont on rêve en Belgique...

Les grandes catégories des sentiers

■ **Les sentiers nationaux pédestres.** Ce sont les sentiers «historiques», nés dans les années 1930 et se développant en ligne. Ils visent un public de randonneurs qui marchent un ou plusieurs jours. Un Belge, Maurice Cosyn, a joué un rôle important, au Grand-Duché comme en Belgique, où il a développé les ancêtres des GR. Un sentier de 30 kilomètres porte son nom, entre Gilsdorf, près de Diekirch, et Echternach. «C'est un réseau d'environ 950 kilomètres, balisé dans les deux directions avec des signes jaune sur fond bleu», dit Claude Halsdorf. «Il a été développé de manière irrégulière, ce qui fait que certaines zones sont très parcourues, d'autres pas du tout.»

■ **Les sentiers internationaux.** Ils suivent les parcours des sentiers nationaux existants. C'est notamment le cas du GR5/E2, «qui est très fréquenté». Il n'y a pas d'association des sentiers de Grande Randonnée au Grand-Duché, donc pas de bénévoles qui, comme en Belgique, balisent les GR. Le balisage «rouge et blanc» comme le connaît la Belgique va être instauré, à terme, dans le cadre de l'installation du nouveau réseau de sentiers de randonnée nationaux.

■ **Le Mullerthal Trail.** Avec l'Escapardenne (voir ci-dessous), et leurs labels «Leading Quality Trails – Best of Europe», c'est un peu la vitrine internationale de la randonnée pour le Grand-Duché. Les parcours de la Petite Suisse, située à l'est du pays, sont connus pour leurs passages dans des rochers de grès dans les forêts proches d'Echternach, sur 112 kilomètres. Ils sont divisés en trois grandes boucles, que l'on peut parcourir en itinérance.

■ **Escapardenne.** Sentier en ligne transfrontalier Belgique - Luxembourg de 158 kilomètres, qui va d'Ettelbruck, dans le centre du Grand-Duché, à La Roche-en-Ardenne, en huit étapes. Divisé en deux parties, le «Eislek Trail» (106 km) et le Lee Trail (52 km); «Lee» désigne des crêtes rocheuses avec 2 000 m de dénivelé), l'Escapardenne est un parcours ardennais exigeant. Comme le Mullerthal Trail, il a reçu le label «Leading Quality Trails – Best of Europe», seulement décerné dix-neuf fois pour toute l'Europe.

■ **Naturwanderpark Deluxe.** Bouquet de neuf randonnées serpentant entre le Luxembourg et l'Allemagne, autour de l'Our et de la Sûre (Sauer), entre 12 et 30 kilomètres. Elles prolongent bien les balades dans la Petite Suisse et s'étirent jusque dans les Ardennes, de part et d'autre de la frontière avec l'Allemagne, qui y présente un relief similaire.

■ **Les trois «Traumschleifen»** (boucles de rêve) le long de la Moselle (Manternach, Ahn et Schengen). Il s'agit de trois sentiers labellisés «Premium Wanderwege» du «Deutsches Wanderinstitut» (8 à 10 km).

■ **Les sentiers auto-pédestres.** Ils sont nés dans les années 1960. Ce sont des boucles dans les 6 à 12 kilomètres. «C'est lié au développement de la voiture, et l'idée venait d'Allemagne», dit Claude Halsdorf. D'où le nom: le randonneur se rend en auto au point de départ. «Il y en avait une vingtaine dans les années 1960, et déjà plus de cent dans les années 1980; maintenant on en compte 201. Ils sont très prisés des Luxembourgeois, beaucoup ne connaissent en fait que les sentiers auto-pédestres pour la randonnée.» Un épais guide de 380 pages, sous forme de classeur à fiches, est publié par l'éditeur Guy Binsfeld (38 euros), et peut être commandé en ligne.

■ **Les sentiers CFL de gare en gare.** Un peu l'équivalent de nos parcours de gare à gare, sauf qu'ici ils sont organisés par les pouvoirs publics. Au total, 43 parcours sont disponibles, entre 10 et 15 kilomètres.

■ **Les sentiers des Auberges de jeunesse.** Option intéressante, qui consiste à programmer une itinérance entre les neuf auberges de jeunesse du pays. Les parcours suivent des sentiers existants (sentiers nationaux), avec des liaisons vers et depuis les hébergements. Peut se combiner avec le transport des bagages, qui restera gratuit en 2021 (d'avril à octobre).

Quatre équipes de balisage

L'infrastructure nationale des sentiers est suivie par le ministère de l'Économie, en collaboration avec les Offices régionaux de Tourisme (ORT). «Nous avons quatre équipes de balisage», explique Claude Halsdorf. «Ce sont des contrats avec des associations de réinsertion sociale. Elles assurent le balisage et les petits travaux, comme la réfection des rampes, des petits pontons, d'escaliers. Pour le fauchage, le dégagement des sentiers, nous nous appuyons plutôt sur le bénévolat grâce aux syndicats d'initiatives locaux, parfois épaulés par les services techniques des communes, aidés par les ouvriers des triages forestiers et les gardes forestiers.»

Lorsque des arbres sont tombés sur des chemins, le ministère informe les triages forestiers pour examiner la situation. «Cela dépend si le terrain est public ou privé. Un gros arbre peut représenter un capital économique, on ne peut pas le couper n'importe comment. Il peut y avoir un souci de sécurité, un arbre couché peut présenter des tensions internes, même éclater si on y touche. Nos équipes n'interviennent que pour les branchages, les couronnes de branches.»



Le château de Vianden.

L'inspiration allemande

L'organisation luxembourgeoise des sentiers paraît très proche du système allemand, qui est lui aussi très organisé, davantage qu'en Belgique, où les pouvoirs publics interviennent nettement moins. «C'est très différent car le système allemand est basé sur des «Wandervereine», les clubs de randonnée, associations anciennes et très organisées, qui développent des sentiers; chez nous le rôle des pouvoirs publics est très important.»

Les associations allemandes jouent néanmoins un rôle pour le Grand-Duché car la proximité linguistique de l'allemand facilite les échanges, comme le «Deutscher Wanderverband», plus que centenaire, organisation faîtière de 58 associations locales, comptant au total 600 000 membres. Elle a accumulé une expertise importante sur le balisage, la mesure de la qualité des sentiers.

En Allemagne, la notion de label est très importante pour attirer les marcheurs. «Notre public de randonneurs vient beaucoup de Belgique, de Flandre, et de plus en plus d'Allemagne, grâce en particulier aux labels qu'ont le Mullerthal Trail et l'Escapardenne. Cela joue un rôle important», observe Claude Halsdorf.



Toutes les informations sur les randonnées au Grand-Duché figurent sur le site Visit Luxembourg, rubrique «Randonnées au Luxembourg», www.visitluxembourg.com

Les cartes et les traces gpx sont disponibles sur le géoportail: www.tourisme.geoportail.lu

Infos auberges de jeunesse: www.youthhostels.lu

Robert van Apeldoorn



Un exemple des futurs poteaux indicateurs du futur maillage national.

Le futur maillage national

Le grand projet du Grand-Duché est de créer, sur environ cinq ans, un maillage de sentiers nationaux de randonnée. L'approche est comparable aux réseaux de points-nœuds développés dans certains coins de Belgique, notamment en Flandre et dans les Cantons germanophones. Ces réseaux se basent sur des poteaux numérotés. Le Luxembourg conserve le principe d'un maillage de sentiers, mais remplace la numérotation par des flèches directionnelles (voir photo), reprenant chaque fois trois destinations à des distances différentes. «De cette manière, le marcheur peut utiliser le réseau pour composer librement un itinéraire de son choix», dit Claude Halsdorf. Par exemple avec un village intéressant à 4 kilomètres, un autre point d'intérêt à 8 kilomètres et encore un autre à 13 kilomètres. «Le dispositif fonctionnera aussi, bien sûr, avec une carte et nous prévoyons de créer une application pour construire les randonnées.» Il y aura moyen de construire des boucles plus ou moins grandes, ou des trajets en ligne. Les sentiers existants seront intégrés dans ce maillage national. «À cette fin, nous ajouterons une deuxième ligne de flèches directionnelles, propres au sentier en question.» Claude Halsdorf prévient: «C'est un projet de longue haleine, pour le moment on ne voit encore rien.»

Transports en commun gratuits

Prendre le bus, le train ou le tram est gratuit, au Grand-Duché, depuis mars 2020. La mesure, une première pour un pays, concerne les Luxembourgeois, mais aussi les visiteurs, donc les randonneurs. Elle permet d'envisager des randonnées en ligne et de revenir à son point de départ, sans se soucier du système de paiement des tickets. D'aller en train depuis la Belgique (là, c'est payant) et de rayonner (gratuitement) dans le Grand-Duché. Il n'y a aucune condition pour bénéficier de cette gratuité. Il suffit de monter dans n'importe quel tram, train ou bus. Une application et un site permettent de consulter les horaires et les trajets. www.mobiliteit.lu

Transport de bagages gratuit

En 2021, le Grand-Duché répétera l'opération MoveWeCarry du 1^{er} avril au 31 octobre: le transport gratuit de bagages pour les randonneurs et les cyclistes, jusqu'à deux pièces, maximum 20 kilos par bagage, depuis et vers un hébergement commercial. Réservations à partir du 15 mars. www.movewecarry.lu



Un printemps à Hollogne

En bordure du GR 579, la réserve naturelle du Haut-Geer, gérée par Natagora et située au cœur de la Hesbaye liégeoise, est un repaire de choix pour de nombreux oiseaux. Les espèces évoluent au fil des saisons et des migrations. Petit aperçu des visiteurs à plume que vous pourriez observer ce printemps.

Anciens bassins de décantation de la râperie d'Hollogne-sur-Geer, la réserve multiplie les biotopes intéressants. Étangs vaseux et étangs d'eau claire s'y côtoient, évoluant en roselières, plans d'eau à massettes, bassins bordés de buissons et autres aux berges dégagées. Les zones de vase nue, abritant nombre d'invertébrés, attirent les petits échassiers en migration. Des zones boisées et de friche complètent ce tableau.

Hollogne compte la première population nicheuse en Wallonie du grèbe à cou noir. Il profite de la présence d'une colonie de mouettes rieuses pour s'installer parmi leurs nids. En hiver, ils sont rejoints par les canards

en provenance du nord, qui profitent de nos températures tempérées tant que les étangs ne sont pas gelés. Les décanteurs deviennent alors une vitrine de tout ce que la Wallonie peut compter d'anatidés: sarcelle d'hiver, canards pilet, souchet, siffleur, chipeau et colvert, harles piette et bièvre, nette rousse, fuligules, garrot, oies... Lorsque commence la saison des parades, le spectacle est total!

En période de migration, le site constitue une halte de choix pour les limicoles et petits échassiers. Plus de trente espèces fréquentent le site: certaines assez courantes comme la bécassine des marais, d'autres exceptionnelles comme le chevalier stagnatile ou le

phalarope à bec large. Mais c'est évidemment au printemps qu'il est le plus agréable d'aller se balader dans les décanteurs, les floraisons multiples et les émergences d'insectes offrant aux oiseaux un cadre idyllique.

Les intrépides de mars

Dès les premiers jours de mars, un trille clair annonce le retour du grèbe castagneux, discret et vivace petit plongeur. Le grèbe à cou noir arrive deux semaines plus tard. Reconnaissable à ses yeux de braise, il forme ici la plus grosse population nicheuse de Wallonie. Mars est un des meilleurs mois pour les canards. Outre les espèces nicheuses, comme le colvert, le chipeau ou le souchet, on peut notamment observer le superbe canard pilet, en petites troupes pouvant compter plus de vingt oiseaux. En fin de mois arrivent les premières sarcelles d'été.

C'est aussi en mars que débute le passage des chevaliers culblanc, gambette et combattant. Les premières hirondelles rustiques profitent des insectes au-dessus de l'eau et les foulques construisent leur nid. Les cris éraillés de la mouette rieuse commencent à envahir l'espace sonore, parfois ponctués du cri de cochon égorgé du râle d'eau. Plus discrets, les superbes gorgebleues et le bruant des roseaux se repèrent à leurs plumages colorés.

Le fil d'avril

Le mois d'avril est une des périodes préférées des observateurs. Toutes les espèces de canards sont encore présentes, accompagnées de nombreux limicoles, avec notamment le chevalier aboyeur. De multiples passereaux insectivores sont également de retour. Sur l'eau, les grèbes castagneux et à cou noir chantent et se disputent bruyamment leurs territoires. Les mouettes rieuses, qui forment à Hollogne une belle colonie, sont parfois rejointes par une mouette mélanocéphale, une mouette pygmée ou une guifette noire. Les limicoles, aux longs becs dessinés pour

fouiller dans la vase, s'attardent habituellement peu lors de la migration prénuptiale. Mais si une belle vasière est disponible, on peut observer le combattant varié, différents chevaliers, le bécasseau variable et le petit gravelot, pour ne citer que les plus courants. L'huitrier pie, aux contrastes bien marqués, est régulier chaque année entre avril et juillet. Dans la roselière, le bruant des roseaux, la rousserolle effarvate, le phragmite des joncs s'en donnent à cœur joie, accompagnés parfois d'une locustelle tachetée ou lusciniotide. Autant de passereaux en régression avec la lente disparition des milieux humides.

Le joli mois de mai

En mai, la migration bat son plein pour les limicoles et – sous réserve de vasière disponible – quelques espèces de la famille viennent encore compléter le tableau: bécasseau cocorli, bécasseau minute, bécasseau de Temminck et chevalier sylvain. La sarcelle d'été s'attarde parfois, tandis que le faucon hobereau attrape quelques insectes au-dessus de l'eau. Les mouettes rieuses couvent alors que foulques et grèbes nourrissent leurs premières nichées, ainsi que les colverts ou les impressionnants tadornes de Belon.

Les berges et zones dénudées peuvent parfois accueillir, aux côtés de dizaines de bergeronnettes grises et printanières, des raretés comme les trois pipits à gorge rousse aperçus en 2009. La fauvette grisette est bien présente sur les digues et le fait savoir, de même que la rousserolle verderolle dans les orties et les buissons. Si le printemps est la saison la plus courue par les observateurs, la réserve d'Hollogne promet de nombreuses surprises à toutes les saisons. Veillez cependant à bien respecter ce sanctuaire ornithologique en restant sur les sentiers et en réservant à votre chien d'autres balades. Accès via le chemin partant derrière la boulangerie: 21, rue du Centre, 4250 Hollogne-sur-Geer.

 Alain Jortay & Benjamin Legrain





VOUS AIMEZ LA NATURE ? CRIEZ-LE TRÈS FORT.

Nous allons porter votre voix, comme nous portons celle de nos 26 000 membres, et vous faire entendre auprès des décideurs, ici en Wallonie et à Bruxelles mais aussi en Europe et partout où cela compte.

WWW.NATAGORA.BE/MEMBRES



Il sème à tout vent...

Symbole de la dissémination de la connaissance nichée dans le Larousse de nos enfances, nous avons tous participé à sa prolifération en soufflant sur sa fleur arrivée à maturité pour en disperser les aigrettes.

Quelques années plus tard, il se retrouve dans nos pelouses, solidement installé, car ses racines peuvent atteindre une profondeur de 50 centimètres. Il y fait moins notre joie car l'en ôter est loin d'être une sinécure...

Il n'est plus à présenter: il s'agit du pissenlit!

De son nom botanique *Taraxacum officinalis*, il porte maintes autres appellations en fonction de l'endroit où on le trouve.

Jugez-en: dent de lion ou liondent (ce qui fait référence à la découpe de ses feuilles), salade de taupe, laitue de chien, pisse-au-lit, florin d'or, coq, cochet, groin de porc, couronne de moine, fausse chicorée, grimace...

Lors de nos randonnées, nous le retrouvons au bord des chemins, dans les champs et les prairies.

Sa racine est profonde et charnue, ses feuilles sont disposées en rosette, ses fleurs jaunes sont ligulées (le capitule du pissenlit est en fait constitué de nombreuses fleurs, ce qui est caractéristique de son espèce, les *astéracées* ou fleurs composées). Les tiges creuses des fleurs sont remplies de latex. Les fruits – des akènes – sont réunis en une boule semblable au duvet que le vent dissémine dès qu'ils sont arrivés à maturité.

Les anciens auraient utilisé le latex de ses tiges pour soigner les irritations oculaires, ce qui lui aurait valu son nom *Taraxacum* (*taraxis* désignant une inflammation de l'œil).

Mais notre compagnon de randonnée a plus d'un tour dans son sac. Au début du 20^e siècle, il semble d'ailleurs avoir été à ce point utilisé qu'on a baptisé «taraxacothérapie» toute thérapie faisant appel à lui.

Ses propriétés médicinales tiennent principalement à sa teneur en lactones sesquiterpéniques (appelées autrefois – à fort juste titre – «principes amers»).

C'est surtout la racine du pissenlit qui dispose de propriétés thérapeutiques. Mais feuilles et racines peuvent être utilisées pour favoriser l'appétit (comme d'autres plantes amères qui ont des vertus apéritives) mais aussi la digestion. Le pissenlit favorise, en effet, la sécrétion et l'élimination de la bile.

Feuilles et racines ont, par ailleurs, des propriétés diurétiques (le nom de pissenlit n'est pas étranger à cette caractéristique...) et dépuratives de manière générale, ce qui en fait un adjuvant intéressant pour des pathologies rhumatismales ou dermatologiques, ou encore dans le cadre d'un régime amaigrissant.

Plus inattendues sont ses propriétés antidépresseuses qui ont été mises en lumière *in vivo* tout récemment.

Le pissenlit se prend sous forme d'extrait sec en gélules ou sous forme liquide (extrait fluide de plantes fraîches, suspension intégrale de plante fraîche ou teinture mère).

On peut bien entendu faire directement appel à Dame Nature et le consommer sous forme de tisane. Il suffit dans ce cas de réaliser une décoction en faisant bouillir 4 à 5 grammes de racines coupées en tranches fines pendant une dizaine de minutes (consommer trois tasses de décoction par jour maximum). À prendre en cures courtes.

Sa consommation est totalement déconseillée en cas de calculs biliaires ou rénaux.

Ses jeunes feuilles au printemps peuvent également garnir nos assiettes avec bonheur. C'est une bombe de nutriments. Il est principalement riche en provitamine A, vitamines C et B9. On le préparera avec une simple vinaigrette et un petit peu d'ail, ou encore garni de lardons ou de fines tranches de magret de canard ou d'œufs pochés. Il peut également se cuire comme d'autres salades.

Notre compagnon de randonnée sème la santé à tout vent!

 Nadine Swolfs
naturopathe

Alléger son sac: quelques astuces faciles



Randonner plus léger, c'est d'abord dans la tête que ça se passe. Se poser les bonnes questions et y apporter des réponses qui nous conviennent.

Le bonheur est énorme de bivouaquer avec un sac de 6 kg plutôt que 12 ou 15 kg.

Mais comment faire?



Amorti du dos de sac servant d'assise à la pause



Dentifrice « séché maison »

Il n'y a pas de règles!

On n'allège pas son sac de façon heurieuse en appliquant une liste magique qui conviendrait à tous. Nous sommes différents. Notre sac doit correspondre à ce que nous aimons, en gardant un œil sur:

- **le randonneur:** suis-je frileux ou pas?...
- **le projet:** passer de village en village en Auvergne n'est pas traverser l'Islande
- **le matériel:** ce sac de couchage est un peu/moyennement/très chaud.

C'est l'adéquation entre ces trois éléments qui permettra de randonner en sécurité. Avec ce principe essentiel en tête et en déclinant les astuces suivantes à sa sauce, on peut alléger son sac pour plus de plaisir.

Emmener peu

Vêtements: pour une rando d'une semaine ou plus, au total je me contente de:

- 1 chemise, 1 polaire, un panta-short, 3 caleçons, 2 ou 3 paires de chaussettes, 1 T-shirt dodo, 1 veste imper respirante et 1 paire de chaussures.
- Le tout en « technique »: léger et rapide à sécher. Un peu de savon pour laver ces affaires.

Reconditionner: crème solaire, savon, papier toilette, dentifrice.

Un objet = plusieurs usages

Un savon pour tout: lessive, hygiène du corps, vaisselle.

Les Marcheurs Ultra Légers optent pour un sac accueillant un mini-tapis en mousse pour l'amorti du dos. Ôté à la pause, il offrira une assise moelleuse. Glissé sous le matelas il augmentera son isolation.

Les bâtons de rando servent aussi... de mâts!

Grâce à une conception ingénieuse, ma tente 2 personnes confortable pèse ±500g (version simple toit) et ±1 000 g (version double toit). À titre de comparaison, une tente 2 personnes dite « légère » issue d'une manufacture classique pèse aux alentours de 2 kg...

Du matériel léger et bien pensé

Les gadgets sont nombreux parmi les articles proposés pour la randonnée et la légèreté n'est pas toujours au rendez-vous... De petites entreprises, associant techniques simples utilisées depuis longtemps et matériaux d'aujourd'hui, proposent du matériel à la fois léger et efficace.

Ai-je vraiment besoin de ce couteau de Rambo...? Quand ai-je dû dépecer un ours pour la dernière fois? Mon couteau sert avant tout à couper le saucisson et au besoin un bout de ficelle. Un couteau à lame de 4 cm suffit! (10 g)

Une popote en titane pèse entre le tiers et la moitié de son équivalent inox et ne dégage pas les substances toxiques de l'aluminium. Elle fera aussi office de tasse (97g)

Le duvet est le choix par excellence pour un maximum d'isolation à poids léger.

Une fois allégé le contenu du sac, on peut envisager un sac lui-même léger: 600 ou 900g pour un 50 ou 60 litres; c'est bien, non? Surtout quand les sacs à dos classiques pèsent typiquement 1 300 à 2 500 g pour ce même volume.

Tester et mettre de côté mes a priori

Dormir sous abri mono-paroi avec une simple bâche légère posée sur le sol a été pour moi un gros pas. *Allais-je être couvert d'insectes pendant la nuit? Et si le loup venait me manger?* Réponses: non, et il n'est jamais venu me dévorer! Et je sais désormais que s'endormir et se réveiller au contact quasi direct de la nature est un plaisir sans pareil. C'était une évidence dès la première nuit et je ne reviendrai pas en arrière. Le bonheur de randonner avec un sac au poids réduit de moitié, voire plus, est immense!

Olivier – Trekking Fox

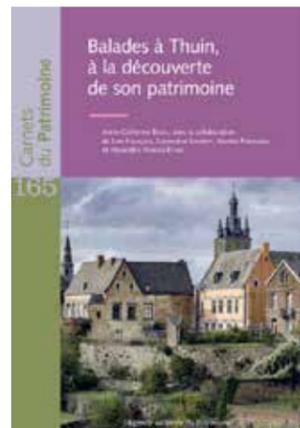
Plus de conseils et d'illustrations pour un sac léger sur www.trekking-fox.com/articles/blog:

- 1 250 g pour 9 jours de rando en hébergement www.trekking-fox.com/sac-dos-de-1-250g-pour-rando-hebergement-comment

- Un sac léger et confort pour la rando: 4 kg pour camper

www.trekking-fox.com/sac-leger-confort-pour-rando-4-kg-pour-camper





Balades à Thuin, à la découverte de son patrimoine

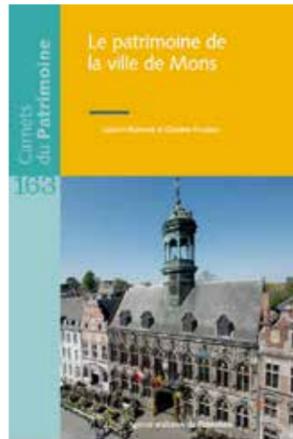
Traversée par le GR 129, «La Belgique en diagonale», Thuin est une citadelle riche d'histoire, perchée sur un nid d'aigle. C'est aussi un petit port fluvial baigné par la Sambre qui en fit une grande cité batelière. À Thuin, la Sambre rencontre la Biesmelle, ruisseau qui sinue depuis le plateau en creusant une vallée pittoresque. Le grand Thuin s'étend au-delà de Ragnies, l'un des

plus beaux villages de Wallonie, et englobe les ruines somptueuses de l'abbaye d'Aulne. De la ville à la campagne, des patrimoines exceptionnels en symbiose avec la nature... Ce Carnet suscite la curiosité des randonneurs comme la fierté de ses habitants. *Balades à Thuin, à la découverte de son patrimoine* Carnet du patrimoine n° 165 – 64 pages – 6 €.

Le patrimoine de la ville de Mons

Le chef-lieu du Hainaut possède un remarquable patrimoine bâti, riche et diversifié. En parcourant le GR 129 et les rues de Mons, le randonneur ne peut qu'être frappé par les très nombreux témoignages architecturaux qui couvrent toutes les périodes de l'histoire de la ville depuis le bas Moyen Âge. La collégiale Sainte-Waudru, l'hôtel de ville et le beffroi en sont les fleurons. Mais le paysage montois est aussi constitué d'églises paroissiales, d'anciens couvents, refuges d'abbayes et chapelles et de plusieurs centaines de demeures privées, maisons de maître ou habitations plus modestes. Le patrimoine montois, en grande partie préservé des destructions et mutilations volontaires ou accidentelles, n'en est pas pour autant figé. Depuis

les années 1970, la rénovation et la réhabilitation de plusieurs quartiers par des restaurations et des constructions neuves ont permis de sauver de nombreux immeubles anciens, mais aussi d'y intégrer des éléments d'architecture contemporaine. La désignation de Mons comme capitale européenne de la culture en 2015 a renforcé davantage encore cette évolution. Sur la base d'un plan à la fois chronologique et thématique, ce *Carnet du Patrimoine* invite à la découverte du patrimoine d'une ville historique, harmonieuse et accueillante, mais aussi engagée dans une vision d'avenir. *Le patrimoine de la ville de Mons* Carnets du Patrimoine, n° 163 – 68 pages – 65 illustrations – 6 €.



Une nouvelle vie pour les châteaux d'industriels

Sauvegarder et réaffecter ces lieux de mémoire

- Ces belles demeures aux airs de petits châteaux, de castels, nous en croisons régulièrement lors de nos randos le long du sentier GR 412 qui parcourt les anciens bassins industriels wallons et leur périphérie.
 - Demeures d'industriels dans le bassin du Couchant de Mons
 - Les châteaux d'industriels au Pays de Charleroi
 - Au pays du Far West industriel... aux demeures patronales significatives du bassin du Centre
 - Les châteaux industriels dans le bassin liégeois
 - Demeures des industriels du textile de la région verviétoise
 - Les demeures patronales industrielles à Mouscron
- Ou quand les industriels se mettent au vert en Brabant wallon
- Une nouvelle vie pour les châteaux d'industriels*
Les Dossiers de l'IPW, 18 – 240 pages – 247 illustrations – 20 €



Le château Passelecq à Drampremy © Ville de Charleroi



Vue actuelle de la Closière © Focant G. Ó SPW-Patrimoine



Le château de Seraing © Focant G. Ó SPW-Patrimoine



Le château de Vivier au Court, côté jardin © Cliché d'Ottavio et Bazelaire



Le château de la Hulpe © Focant G. Ó SPW-Patrimoine



Le château Puissant à Merbes-le-Château © Commune de Merbes-le-Château



Toutes les publications sont disponibles dans les librairies de Wallonie ou auprès du service des Publications – publication@awap.be – 081 230 703 ou via le site de vente en ligne: www.institutdupatrimoine.be

GR Carte réseau Belgique - 7 € (toutes réductions comprises et hors frais de port)	
GRT SAT Sentier des Abbayes trappistes de Wallonie 13 € Chimay - Rochefort - Orval (290 km) - Éd. 3	Nouvelle édition entièrement actualisée
GRT SAT Grote Routepad van de trappistenabdijen 13 € (toutes réductions comprises et hors frais de port) - Éd. 2	Nouveau
GRT SMA Sentier des Monts d'Ardenne 13 € Botrange - Fraiture - Croix Scaille (225 km)	
La Lesse et la Lomme par le GR 17 261 km dont 10 boucles	Nouveau
L'Ambève par les GR Comblain - Stavelot - Robertville - Butgenbach (156 km + 10 boucles) - Éd. 2	
GTFPC Grande Traversée de la forêt du Pays de Chimay 13 € Macquenoise - Virelles - Hastière (178 km) - Éd. 2	
GRP 123 Tour de la Wallonie picarde Tournai - Lessines - Mont-de-l'Enclus - Tournai (218 km)	Nouvelle édition entièrement remaniée
GRP 125 Tour de l'Entre-Sambre-et-Meuse Walcourt - Namur - Walcourt (262 km) - Éd. 3	
GRP 127 Tour du Brabant wallon Wavre - Waterloo - Rebecq - Nivelles - Jodoigne (266 km)	
GRP 563 Tour du Pays de Herve Herve - Eupen - Aubel - Herve (170 km)	
GRP 571 Tour des vallées des légendes: Ambève, Salm et Lienne (166 km) - Éd. 7	
GR 12 Amsterdam - Bruxelles - Paris + GR 121 Brabant wallon Atomium - Walcourt - Moulin-Manteau (212 km) - Éd. 4	
GR 126 Bruxelles - Membre-sur-Semois Ohain - Namur - Dinant - Houyet - Beauraing - Gedinne (241 km) - Éd. 5	
GR 129 La Belgique en diagonale! (Wallonie sud) Ellezelles - Mons - Marezdous - Dinant (198 km) - Éd. 3	
GR 14 Sentiers de l'Ardenne - de l'Éifel aux Ardennes françaises Monschau - La Roche - Saint-Hubert - Sedan (277 km) - Éd. 3	
GR 15 Sentiers de l'Ardenne - de la Lorraine belge à l'Éifel Arlon - Monschau (229,2 km) - Éd. 4	
GR 151 Tour du Luxembourg belge Neufchâteau - Libramont - Marche - Bastogne - Neufchâteau (226 km)	Refonte en cours
GR 16 Sentier de la Semois Arlon - Florenville - Bouillon - Monthermé (209 km) - Éd. 6	
GR 412 Sentier des terrils Borinage - Charleroi - Basse-Sambre - Hesbaye - Bassin Liégeois	Refonte en cours
GR 5 Mer du Nord - Méditerranée Kanne - Spa - Diekirch - Rumelange (360 km) - Éd. 7	
GR 56 Cantons de l'Est et parc naturel Hautes Fagnes - Éifel Sankt Vith - Malmédy - Monschau - Manderfeld - Burg-Reuland - Sankt Vith (168 km) - Éd. 7	
GR 57 Sentiers de l'Ourthe Liège - La Roche - Houffalize - Ourthe - Troisvierges - Clervaux - Diekirch (357 km)	Refonte en cours
GR 573 Vesdre et Hautes Fagnes Liège - Botrange - Pepinster (159 km) - Éd. 6	
GR 575/576 À travers le Condroz Ciney - Andenne - Esneux - Aywaille - Gesves - Ciney (293 km)	
GR 577 Tour de la Famenne Marche - Han-sur-Lesse - Houyet - Hotton - Marche-en-Famenne (170 km)	Refonte en cours
GR 579 Bruxelles - Liège + GR 564 Avernas - Huy Bruxelles - Jodoigne - Avernas - Liège (182 km) - Éd. 2	Épuisé
GR 655 Saint-Jacques-de-Compostelle Bruxelles - Paris - Tours	
RB Bruxelles 12 randonnées en boucle à la journée dans la Région et sa périphérie - Éd. 2	
RB Province du Brabant wallon 16 randonnées en boucle à la journée dans la province - Éd. 3	
RB Province de Liège Tome 1 16 randonnées en boucle à la journée dans la province - Éd. 5	
RB Province de Liège Tome 2 16 randonnées inédites en boucle à la journée dans la province - Éd. 2	
RB Province de Namur Tome 1 16 randonnées en boucle à la journée dans la province - Éd. 4	
RB Province de Namur Tome 2 16 randonnées inédites en boucle à la journée dans la province	Nouveau
RB Province de Luxembourg Tome 1 16 randonnées en boucle à la journée dans la province - Éd. 3	Nouvelle édition augmentée
RB Province de Luxembourg Tome 2 16 randonnées inédites en boucle à la journée dans la province (en 1 ou 2 jours)	Nouveau
RB Province de Hainaut 15 randonnées en boucle dans la province	Refonte en cours
RB Randonnées de gare à gare par les GR Tome 1 20 randonnées d'un jour en ligne en Wallonie	Nouveau
RB Wallonie Nature 10 randonnées en boucle à la journée (de 9 à 22 km) 8 € (réduction membre non cumulable)	Fin de stock
RB Dans les parcs naturels de Wallonie 18 randonnées vertes	Refonte en cours
RF en province de Liège 15 randonnées familiales en boucle d'un jour dans la province (de 7 à 13 km)	
RF en province de Luxembourg 15 randonnées familiales en boucle d'un jour dans la province (de 7 à 14 km)	
RF en province de Namur 15 randonnées familiales en boucle d'un jour dans la province (de 7 à 14 km)	Nouvelle édition augmentée
• Prix de vente des topo-guides en nos bureaux sans frais: 16€, excepté SAT, GTFPC et SMA: 13,00€ toutes réductions comprises. RB Wallonie Nature: 8€ - ou sur notre site où les prix indiqués ne comprennent pas les frais d'expédition; - ou chez nos revendeurs, consultez la liste sur le site. • Livraison après versement: IBAN BE96 0689 0864 5305 BIC GKCCBEBB ou paiement en ligne sur le site www.grsentiers.org • Contact: expedition@grsentiers.org	

- **Siège social et administratif**
Les Sentiers de Grande Randonnée asbl «Mundo – N», rue Nanon 98, 5000 Namur
Tél. 081 39 06 15 – gr@grsentiers.org
- **Président**
Marc Vrydagh – Tél. 0470 93 10 81
president@grsentiers.org
- **Secrétaire**
Françoise Delsaute – Tél. 0472 42 88 99
secrétaire@grsentiers.org
- **Trésorière**
Brigitte Charbonnel – Tél. 0497 18 10 07
tresorier@grsentiers.org
- **Pôle Communication – Médias – Presse**
Alain Carlier – Tél. 0475 58 01 93
communications@grsentiers.org
Développement numérique
Jean-Bernard Demorcy – Tél. 0479 25 10 55
developpement@grsentiers.org
- **Appli GR Rando**
Jana Mazurova - 0496 89 01 79
gr.rando@grsentiers.org
- **Pôle Réseau – Balisage**
Jean-Pierre Beeckman – Tél. 0471 81 17 82
reseau@grsentiers.org
Sauvegarde des sentiers
Raoul Hubert – Tél. 0485 80 19 02
sentinelles@grsentiers.org
- **Pôle Topo**
Jacques Mahieu – Tél. 063 41 27 61
topoguide@grsentiers.org
- **Cartographe**
Xavier Van Damme – Tél. 0479 42 31 58
cartes@grsentiers.org
- **Pôle Support**
Michel Dawirs – Tél. 0496 52 04 68
support@grsentiers.org
Commandes professionnelles
Pierre Jassogne – Tél. 0494 45 57 01
tresorier.adjoint@grsentiers.org
Service membres – Cotisation
Georges Alain Chalanton – Tél. 0477 65 93 27
affiliations@grsentiers.org
- **Brabant - Bruxelles**
Kati Palfy – Tél. 0472 26 75 97
brabant@grsentiers.org
Danielle Thille – Tél. 0477 89 35 28
adjoint.brabant@grsentiers.org
- **Hainaut**
Micheline Dufert – Tél. 0494 14 40 42
hainaut@grsentiers.org
Jean-François Dobeckies – Tél. 0498 54 05 32
adjoint.hainaut@grsentiers.org
- **Liège**
Alain Cordonnier – Tél. 0474 54 11 79
liege@grsentiers.org
Michèle Rosoux – Tél. 04 233 52 03
adjoint.liege@grsentiers.org
Communauté germanophone
Horst Michels – Tél. 0467 11 21 70
koordinator-ostbelgien.luttich@grsentiers.org
- **Luxembourg**
Jacques Mahieu – Tél. 0476 42 03 56
luxembourg@grsentiers.org
Christian Reynaert – Tél. 0479 48 10 60
adjoint.luxembourg@grsentiers.org
- **Namur**
Pascal Lenoir – Tél. 0473 61 75 79
namur@grsentiers.org
Guy Henne – Tél. 0484 96 10 07
adjoint.namur@grsentiers.org
- **Rédaction: LE MAG GR – LA LETTRE GR Inf@**
Alain Carlier – Tél. 02 229 30 78
redaction@grsentiers.org

Le saviez-vous ? Ce magazine est entièrement imprimé sur du papier écologique avec des encres à base végétale. Bouclage de ce numéro achevé le 20 mars 2021. Le prochain magazine paraîtra le 30 juin 2021. Photos DR sauf mention contraire. Vos réactions et infos sont les bienvenues avant le 25 mai 2021 sur redaction@grsentiers.be. Ont contribué bénévolement à ce numéro: Henri Corne, Xavier Van Damme, Pierre De Keghel, Jean-Pierre Beeckman et Bernard Weickmans. Impression: Imprimerie Snel, 4041 Vottem. Routage: www.ateliercambier.be – Publicité: communications@grsentiers.org. La reproduction, même partielle, d'articles et illustrations est interdite sauf accord écrit préalable de la redaction@grsentiers.org. **Passez au digital dès aujourd'hui !** Votre magazine est aussi disponible sous forme de fichier informatique (pdf). Les membres intéressés peuvent ainsi remplacer la version papier en nous envoyant un courrier électronique à l'adresse communications@grsentiers.org. **Sommaires des derniers numéros du magazine GR Sentiers.** Consultables sur notre site Internet et les numéros les plus anciens en téléchargement libre sur www.grsentiers.org. **Commander les anciens magazines.** Possibilité pour les n°s 219 à 229 au prix de 6 €/ex, 9 €/ex (U.E.). (frais de port compris) tresorier.adjoint@grsentiers.org





Chacun son chemin...



NGI IGN

www.ngi.be