



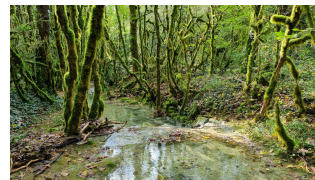
## A VOIR EN CHEMIN...



### Le ruisseau du cabéou, le ruisseau et le lavoir d'embarre

Le ruisseau du Cabéou est un petit cours d'eau. Le terme "Cabéou" pourrait avoir des racines occitanes, et faire référence à une cabane (ou "cabèou" en occitan), qui est un petit abri rural, souvent utilisé par les bergers. Les ruisseaux comme celui d'Embarre étaient essentiels dans la vie rurale, alimentant les besoins en eau des maisons et des fermes. Ils étaient aussi utilisés pour irriguer les cultures dont celle du chanvre, faire fonctionner les moulins à eau, ou servir de source pour les animaux. Les ruisseaux peuvent aussi être associés à des histoires locales et des légendes.

Les ruisseaux et lavoirs étaient souvent des symboles de la vie quotidienne, mais aussi de la résilience de la communauté face à la nature. L'eau, élément vital, était une ressource précieuse, et son accès influençait la localisation des villages, des fermes et des habitations. Les lavoirs étaient souvent des lieux de rencontre et de socialisation pour les femmes, qui venaient là non seulement pour laver les vêtements, mais aussi pour discuter, échanger des nouvelles et renforcer les liens sociaux. Ces lieux, empreints de mémoire et d'histoire, font partie d'un patrimoine à préserver, rappelant les modes de vie passés et les liens profonds entre les habitants et leur environnement.



## BRUNIQUEL

### CIRCUIT DU PAPILLON PR7

Ce circuit, entre mousses, lichens et lumière filtrant à travers les arbres, est une invitation à découvrir les paysages cachés de Bruniquel. Ses sentiers pittoresques, ses ruisseaux cristallins et sa flore luxuriante créent une atmosphère magique. Une escapade en pleine nature, loin de l'agitation.

#### A SAVOIR...

Le chanvre a été cultivé pendant des siècles pour ses fibres robustes et ses graines nutritives. À Bruniquel, la culture du chanvre remonte probablement à l'époque médiévale, lorsque cette plante était utilisée principalement pour fabriquer des tissus solides, des cordages et des toiles.

Le fragon, aussi appelé petit houx, regorge de particularités fascinantes : Il possède de nombreux surnoms évocateurs comme "buis piquant", "houx-frelon", "fesse-larron" ou "épine de rat". En anglais, il est nommé "balai de boucher" car utilisé historiquement par les bouchers pour nettoyer leurs étals grâce à ses propriétés antiseptiques. Ses jeunes pousses se consommaient comme des asperges ou en salade. Ses baies étaient torréfiées pour produire une sorte de café de substitution. Malgré ses gros fruits, aucun oiseau ne semble disperser ses graines, ce qui intrigue les scientifiques.



9 km



3h



Moyenne

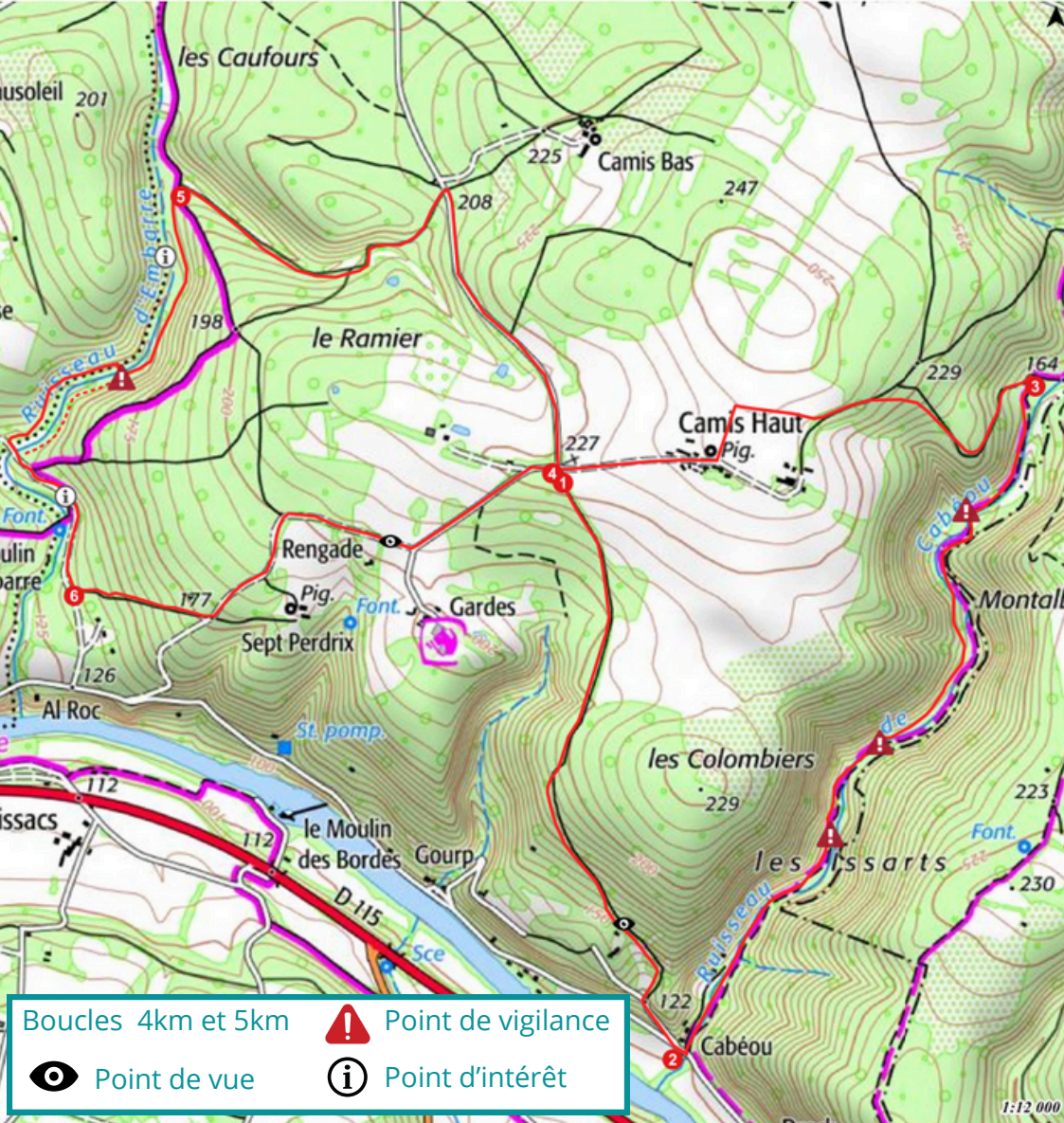


250m

Balisage







## BRUNIQUEL

### CIRCUIT DU PAPILLON PR7

Parking : Bords de route à droite

Départ : 44°04'48.7"N 1°39'16.6"E



- 1 Franchir la chicane à droite et descendre par le chemin de la reine. En bas, emprunter la route à gauche.
  - 2 Au lieu dit Cabéou, prendre à gauche le chemin qui monte le long du ruisseau.
  - 3 A l'intersection prendre à gauche le sentier qui remonte puis prendre à droite la piste qui traverse le champ jusqu'au hameau des Camis haut. Prendre à droite le chemin en castine jusqu'à la route.
  - 4 Au croisement prendre à droite la route goudronnée, sur environ 700m, puis prendre le sentier sur votre gauche.
  - 5 Prendre à gauche le chemin qui longe le ruisseau d'Embarre. Puis prendre à droite et de suite à gauche jusqu'au lavoir d'Embarre (pour la variante estivale continuer tout droit). Table de pique-nique. Continuez tout droit, passez devant le moulin d'Embarre.
  - 6 Prendre le sentier qui monte à votre gauche jusqu'au chemin en castine. Prendre à gauche, puis à droite pour revenir au parking.
- i** Aménagement bâti du ruisseau d'embarre / Lavoir d'embarre

