

PRÉPAREZ VOTRE RANDONNÉE

Les circuits proposés sur ce topo-guide sont accessibles à toute personne en forme lorsque les conditions météorologiques sont favorables. Cependant, toute randonnée demande une certaine habitude de l'effort physique, si vous êtes débutant, commencez par de courtes randonnées, avec un dénivelé faible !

Soyez prudent, les informations de ce topo-guide ne sont qu'indicatives, vous êtes seul responsable de votre sortie.

CHOISIR SON PARCOURS

► **Adaptez votre balade** selon votre forme physique, et celle des personnes qui vous accompagnent, du temps dont vous disposez et de la météo.

► **Gérez bien l'effort** : commencez doucement en début de randonnée, ne surévaluez pas vos capacités ni celles de vos proches et sachez faire demi-tour si c'est nécessaire.

► **Lisez bien l'introduction** de chaque balade ; elle vous renseignera plus précisément sur la thématique principale, les points remarquables du patrimoine et les difficultés particulières s'il y en a.

► **Les horaires sont indicatifs** et s'adressent à un public varié. Les arrêts prolongés pour les visites ou les casse-croûtes ne sont pas pris en compte.

► NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Le niveau de difficulté des circuits est évalué selon la durée de la randonnée, le dénivelé, la qualité des chemins et les difficultés techniques rencontrées.

Nous vous proposons les niveaux de difficultés utilisés par la FFRP :



PRÉCAUTIONS À PRENDRE ET INFORMATIONS UTILES

► **Prévenez** toujours quelqu'un de votre itinéraire.

► **En cas d'orage**, évitez de rester en crête ou sous les abris rocheux, éloignez le matériel métallique que vous possédez, restez à découvert à genoux et essayez de vous isoler du sol (sur votre sac à dos).

► **Faites attention aux tiques** : portez des vêtements longs, munissez-vous d'une pince à tique et prévenez votre médecin si une inflammation apparaît.

► Essayez de **partir avec la fraîcheur matinale**.

► **Équilibrez votre sac**, évitez de mettre les charges lourdes en bas.

► **Alimentez-vous** et **buvez** régulièrement.

► **Prenez garde aux périodes de chasse** (de septembre à mars généralement).

► **Utilisez les services d'un guide ou d'un accompagnateur professionnel**, il vous expliquera tous les charmes de la montagne, tous les pièges à éviter et tous les itinéraires possibles pour pouvoir profiter au mieux de son séjour.

► **N'allumez pas de feux** afin d'éviter les incendies involontaires

RECOMMANDATIONS










Vous êtes en vacances, la montagne vous est ouverte, elle est belle, accueillante, cependant vous devez la respecter et prendre quelques précautions :

RESPECTEZ LA MONTAGNE

- ▶ Contournez les troupeaux pour ne pas les effrayer.
- ▶ Tenez vos chiens en laisse en zone d'estives.
- ▶ Refermez les barrières après votre passage.
- ▶ Un petit effort ! Redescendez vos poubelles en n'oubliant rien, et évitez toute cueillette...

▶ BALISAGE

Vous trouverez aux intersections des panneaux signalétiques indiquant l'itinéraire à suivre et les autres chemins croisés. Tout au long de votre parcours, un balisage de peinture, (placé sur les arbres, les poteaux, etc...) vous indiquera le sentier à emprunter. La couleur du balisage à suivre est indiqué en marge du descriptif de l'itinéraire. Sachez que vous pourrez trouver un balisage de tour de pays ou de GR, ceux-ci sont prioritaires sur le balisage jaune local. Vous pourrez donc retrouver plusieurs types de balisage sur votre itinéraire. Le tableau ci-dessous vous éclairera sur les marquages que vous serez amenés à trouver sur le chemin* :

	Balise	Mauvaise direction	Virages
PR			
GR			
GRP			

* Les signes de couleur ci-dessus sont des marques conventionnées et utilisées par la FFRP.

▶ SÉCURITÉ ET SECOURS

SAMU, gendarmerie, pompiers : **112** (appel centralisé)

Gendarmerie Nationale : **05 61 05 60 17** ou le **17**

Gendarmerie de haute-montagne : **05 61 64 22 58**

Météo montagne : **32 50** (2,99€TTC + prix appel local)

Cette randonnée fait partie d'une collection éditée par la Communauté de communes de la Haute-Ariège. Toute reproduction, même partielle est interdite.

La pratique de la randonnée reste de la responsabilité du randonneur. Les sentiers sont entretenus pour un usage d'avril à octobre. **Les sentiers ne sont pas sécurisés pour la pratique hivernale**, lorsque la neige masque le balisage ou en complique l'accès.

Vous pouvez trouver toutes les informations utiles pour préparer votre séjour auprès de :

l'Office de Tourisme des Pyrénées Ariégeoises
6 Avenue Théophile Delcassé - 09110 AX LES THERMES

Tél : **05 61 64 60 60**

Site : <https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

E-mail : info@pyrenees-ariegeoises.com

N'hésitez pas à faire part de vos remarques, ou signaler toute anomalie observée sur le sentier auprès de l'Office de tourisme ou sur le site :
Suricate : <http://sentinelles.sportsdenature.fr>

Topo-guide des Pyrénées Ariégeoises
Randonnées en Donezan



Le tour des barrages



PYRÉNÉES
ARIÉGOISES
TOURISME

Pour bien utiliser cette fiche :

Le col de la ...



Niveau de difficulté

Altitude maximale

Dénivelé positif

Altitude minimale

Balisage de l'itinéraire

Distance totale



Itinéraire en zone pastorale : tenez vos chiens en laisse

Balises présentes sur le terrain (calées sur le descriptif) ►

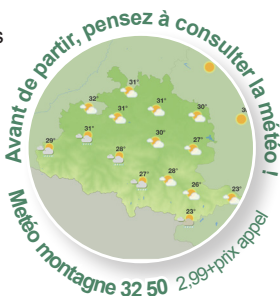
Correspond aux repères situés sur la carte, page de gauche

► **4 2h 40.** – Passer le pont puis prendre la première à droite pour traverser Mijanès en longeant la rive gauche de La Bruyante. Par cette route, rejoindre Rouze. Continuer cette route jusqu'à un petit escalier sur la droite à emprunter pour retrouver la voiture.

► Pour bien vous orienter, n'oubliez pas la carte IGN **TOP 25 2248ET**.

► S'ÉQUIPER

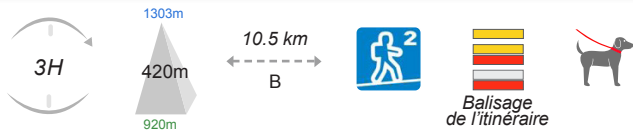
Emportez dans votre sac le nécessaire mais pas trop !



Emportez à votre guise tout autre équipement qui pourrait agrémenter votre balade ou amuser vos enfants (appareil photo, jumelles, livre de botanique...) mais ne vous encombrez pas inutilement pour profiter pleinement de la balade.

Enfin, n'oubliez pas une poche plastique pour remporter tous vos déchets.

Le tour des barrages



Cette superbe boucle autour des villages du Donezan livre la vie de ses habitants d'hier à aujourd'hui. En effet, l'itinéraire permet de découvrir des barrages, des villages et des éléments du patrimoine local comme les fours à pain, les pontets ou encore les travaux (« trabalh » en occitan). Le point culminant de cette balade permet d'avoir un panorama magnifique sur toute la vallée du Donezan.

Accès routier : Depuis Ax-les-Thermes, prendre le col de Pailhères (vérifier qu'il soit ouvert) via la D25 puis prendre la direction de Mijanès. Après le pont, suivre la direction de Rouze en prenant à gauche aux deux intersections. A Rouze, se garer sur le parking de la poste, le long du cours d'eau.

ITINERAIRE

D Prendre la route en face de la Poste en direction du Château d'Usson. Avant le pont, emprunter le chemin goudronné qui descend. Arriver à un nouveau pont, le traverser puis prendre à droite. Par une série de lacets, s'élever vers le barrage du Rialet (ou de Rouze).

1 40 min. – Arriver au barrage. Continuer tout droit le long de la route qui contourne le lac. Après l'usine, prendre à droite direction Artigues. Arriver sur une route goudronnée, que l'on suit vers la gauche puis à droite pour emprunter la D116 en direction de Mijanès un court moment. Après le premier tournant, obliquer à gauche sur un sentier en direction d'Artigues. 50 mètres plus loin, au croisement, continuer vers la gauche pour passer sur un petit pont. Emprunter les lacets qui amènent à une prairie. La franchir pour arriver ensuite à une route goudronnée et continuer tout droit pour rejoindre Artigues.

2 1h 40. – A Artigues, contourner l'église puis passer sous un pontet. Tourner tout de suite à droite pour monter au col d'Aspil. Il est possible de monter, en aller-retour, la butte arborée jusqu'à Mascara (1303 m) pour avoir un superbe point de vue sur la vallée. Du Col d'Aspil, descendre jusqu'au Lac de Noubals (ou lac des Grandes Pâtures). Continuer sur la rive droite jusqu'à atteindre le barrage.

3 2h 20. – Descendre les lacets derrière le barrage et traverser le pont pour prendre le sentier qui part vers la droite en direction de Mijanès. Arriver à une route que l'on traverse pour continuer sur un sentier. Suivre une nouvelle route vers la gauche pour rejoindre le village de Mijanès.

4 2h 40. – Passer le pont puis prendre la première à droite pour traverser Mijanès en longeant la rive gauche de La Bruyante. Par cette route, rejoindre Rouze. Continuer cette route jusqu'à un petit escalier sur la droite à emprunter pour retrouver la voiture.

A 3h. – Parking de la poste de Rouze.

Conseil :

Le poids du sac à dos est le premier ennemi du randonneur. Emportez le nécessaire mais pas trop ! « Faire son sac » demande expérience et rigueur.



500m

TOP 25 2248ET.

Vie des villages d'hier :

Parmi les animaux d'élevage, la vache jouait un rôle central et certaines d'entre elles étaient utilisées pour effectuer des travaux des champs et des transports de marchandises. On les appelait « les vaches de travail » et elles étaient ferrées, comme les chevaux, afin d'éviter l'usure excessive de la corne de leurs sabots. Le forgeron accomplissait cette tâche après avoir immobilisé et attaché la vache sur une structure appelée le « travail » ou le « tralalh » en occitan.



Un Tralalh



« Chambre » et Four à pain

Une autre trace du passé est le passage couvert en hauteur appelé un « pontet » ou une « chambre ». Ces structures permettaient d'agrandir les maisons sans augmenter l'emprise des constructions au sol, pratique datant de l'époque où le Donezan était victime de surpopulation. D'autre part, les fours à pain (excroissance arrondit au niveau du premier étage) sont également construits en hauteur pour optimiser l'espace et apporter un chauffage à l'espace de vie. Chaque maison disposait de son fournil.

l'espace de vie. Chaque maison disposait de son fournil.