



## CODE DE BALISAGE

	PÉDESTRE	ÉQUESTRE	VTT
BONNE DIRECTION	—	—	▲
CHANGEMENT DE DIRECTION À GAUCHE	↙	↙	◀
CHANGEMENT DE DIRECTION À DROITE	↘	↘	▶
MAUVAISE DIRECTION	✕	✕	✕
COULEURS DES BALISAGES PÉDESTRES	GR®	GRP®	PR

## LÉGENDE DES CARTES



## CHARTE DU RANDONNEUR



Rester sur les chemins et sentiers balisés.



Ne pas jeter de débris, les emporter avec soi.



Tenir son chien en laisse aux approches des prairies et des estives.



Rester courtois avec les riverains des chemins et les autres utilisateurs de la nature.



Attention aux chiens de troupeau car ils sont là pour le défendre. Contourner le troupeau au large.



Tenir compte des consignes des chasseurs pendant les périodes de chasse traditionnelles.



Se montrer silencieux et discret, observer la faune, la flore sans la toucher.



Respecter les équipements d'accueil, de signalisation et de balisage.



Ne pas faire de feu et ne pas fumer dans les bois ou à proximité des lisières et des broussailles.



Respecter les autres pratiquants randonneurs, cavaliers et cyclistes.



Faire attention aux cultures et aux animaux.



Respecter les clôtures, refermer les barrières.

**MONTFERRER** DÉPART

DURÉE ET DISTANCE AR OU BOUCLE: **2h - 7,7 km** 340 m DÉNIVELÉ

BALISAGE: [Icon of a cross and a yellow line]

STATIONNEMENT: [Icon of a P in a circle] AIRE DE STATIONNEMENT DU VILLAGE

DIFFICULTÉ: [Icon of a footprint]



PDF ET GPX



- Télécharger un lecteur QRcode sur votre smartphone.
- Flasher le code sur les fiches.
- Accéder au site de téléchargement



## RECOMMANDATIONS

- Éviter de partir seul. Avertir un proche de son itinéraire.
- Ne pas se surestimer, repérer le parcours et le choisir en fonction de ses capacités physiques.
- Ne pas oublier la carte du secteur concerné (IGN Top 25 de préférence) ainsi qu'une boussole.
- Si possible, prévoir une solution de repli en cas de problème (refuge ou autre itinéraire)
- Éviter de partir par mauvais temps et adapter son parcours en fonction des saisons (orages violents l'été, avalanches au printemps).
- En cas d'orage, éviter d'utiliser le téléphone et les appareils électriques, ne pas s'abriter sous les arbres.
- Emporter, même en été, des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps, des chaussures de marche adaptées

au terrain et à ses pieds, un sac à dos, des accessoires indispensables (gourde, couteau, pharmacie, lampe de poche, boussole, chapeau ainsi que des bâtons de marche).

- Penser à prendre suffisamment d'eau, éviter de boire l'eau des ruisseaux.
- Se munir d'aliments énergétiques riches en protéines, glucides et fructose tels que des barres de céréales, pâtes de fruits, fruits secs...

Les parcours proposés étant susceptibles de modifications liés notamment à l'obtention de conventions de passage et aux éventuels changements de propriétaires, la seule responsabilité de la COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU HAUT VALLESPIR ne saurait être engagée.

## NUMÉROS UTILES

☀	MÉTÉO	32 50
🚑	SECOURS SAMU	112
🚒	POMPIERS	18



Village de La Bastide

## LA BASTIDE

4h00 - 11 km 590 m



**P** LA BASTIDE

### Histoire et Patrimoine

#### Le Haut Vallespir et le pastoralisme

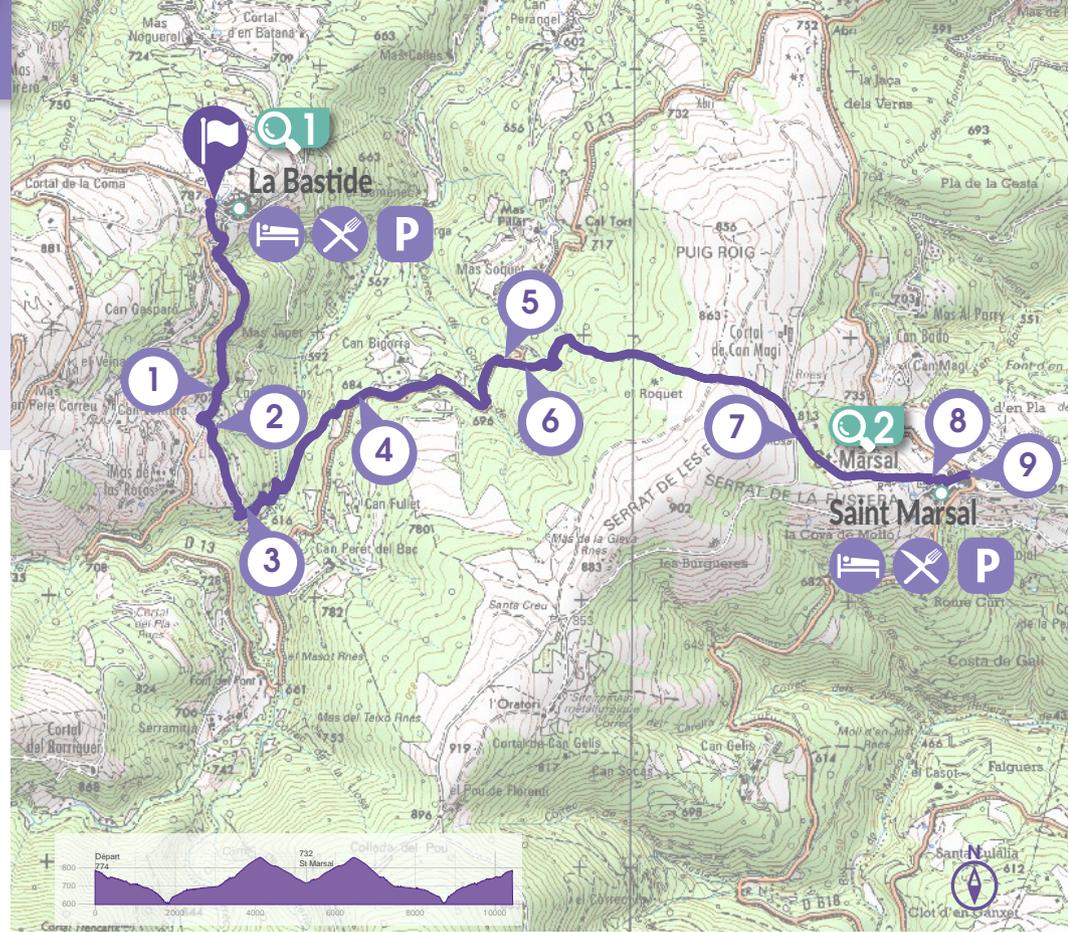
La baisse du pastoralisme s'est accélérée avec l'exode rural massif entre les deux guerres. Peu à peu, l'enfrichement des prairies, des pelouses montagnardes et subalpines a gagné du terrain. Ce processus de fermeture s'est accéléré surtout après les inondations de 40. Face à ce déséquilibre croissant au niveau de l'écosystème, le pastoralisme est à nouveau valorisé car il contribue à l'entretien des paysages, et notamment ces zones de montagne. De plus, il diminue les risques naturels d'incendie. Sur ces espaces, la gestion des troupeaux est essentiellement collective grâce aux Groupements Pastoraux. Ovins et bovins se partagent les estives à peu près à part égale. La

qualité de nos élevages a été reconnue à travers différents labels :

La Rosée des Pyrénées (veau) est la première viande bovine de la région placée sous le label officiel « certifié qualité conforme ». Elle est issue d'un veau élevé en liberté et à l'herbe des montagnes. Cette viande d'estive de couleur rosée a un goût unique.

El Xai (agneau) est un label créé par la Coopérative Catalane des Éleveurs. Les agneaux sont élevés en permanence avec leurs mères. Ils consomment un maximum de lait maternel, ce qui rend cette viande tendre et claire, sans excès de gras ou de goût.

El Tirabuixó (cochon) est un porc de ferme élevé dans le respect du bien-être animal, en plein air ou sur litière paillée.



Communauté de Communes du Haut Vallespir tous droits réservés®

Licence IGN

- Départ :** À l'entrée du village de La Bastide, au niveau de la première maison à droite, repérer un poteau de signalétique (sculpture en fer forgé) balisage blanc et jaune PR labellisé fléché St Marsal.
  - 1,10 km :** Arrivé sur une piste, descendre 50 m jusqu'à l'épingle suivante pour retrouver du sentier dans la courbe (Cap 100).
  - 1,15 km :** Ce chemin tourne en épingle à gauche : reprendre alors tout droit le fil du sentier, balisage jaune (Cap 170).
  - 1,85 km :** Descendre en épingle à droite et franchir le torrent (Cap 50), avant de remonter en face.
  - 2,45 km :** Liaison goudronnée (tout droit / Cap 50).
  - 3,25 km :** Quitter l'asphalte pour prendre vers la droite le sentier qui démarre à côté du portail (Cap 100).
  - 3,45 km :** Reprendre en face le cours du sentier derrière le grillage (Cap 110).
  - 4,65 km :** Traversez la route pour continuer à descendre (Cap 150).
  - 5,30 km :** Arrivé sur les hauts de St Marsal, passez sous la voûte et descendre jusqu'en bas du village (Cap 80).
  - 5,50 km :** Le chemin rural rejoint la D618.
- Pour le retour :** Même itinéraire qu'à l'aller.

## Q1 À voir en chemin



### LA VALSE DES NOMS

Certains villages portent un nom qui a évolué au fil du temps. D'autres ont enchaîné les ajustements avant de changer radicalement de nom : Moletum, Molled, Molletello, San Miquel de Mollet pour devenir La Bastide aux premières fortifications.



### CHEMIN RURAL

Le Chemin Rural appartient au domaine privé de la commune. Il est affecté à l'usage du public (Art L.161-1 du Code Rural). Sur le cadastre, il ne traverse jamais une parcelle. Ce sont les parcelles qui bordent de chaque côté le chemin rural.

