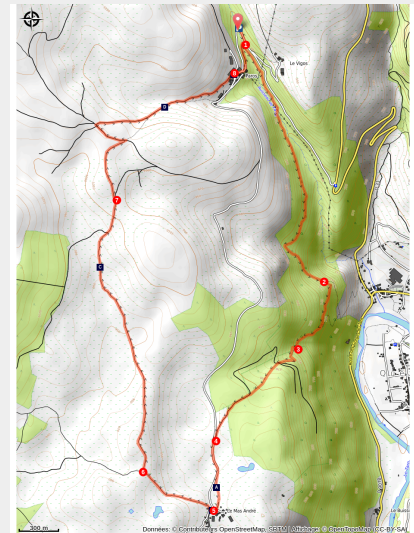


Paros

Causses - Ispagnac



Vue depuis le causse de Sauveterre (C-C Florac - Sud Lozère)



Entre vallée et plateau, forêt et espace pastoral, une mosaïque de paysages s'offre à vous !

La descente offre un panorama sur le vallon d'Ispagnac et de Quézac. La montée dans les pins débouche sur un paysage de bocages propices à de nombreux oiseaux et utilisés par les troupeaux de mouton du secteur.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 3 h 30

Longueur : 10.4 km

Dénivelé positif : 437 m

Difficulté : Intermédiaire

Type : Boucle

Thèmes : Architecture et Village, Faune et Flore, Histoire et Culture

Itinéraire

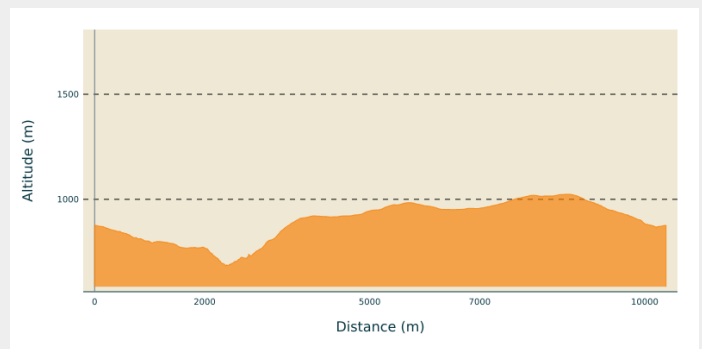
Départ : Paros (Ispagnac)

Arrivée : Paros (Ispagnac)

Balisage : — PR

Communes : 1. Ispagnac
2. Gorges-du-Tarn-Causse

Profil altimétrique



Altitude min 684 m Altitude max 1024 m

Depuis le parking, descendre la route sur 150 m, et tourner à droite.

1 - Descendre le chemin et tourner de suite à gauche pour suivre la rive gauche du ruisseau sec et envahi par la végétation. Au départ, le chemin est encaissé entre haies de buis et murets, puis il remonte légèrement et passe sur la rive droite de la ravine (sentier commun avec le GRP Tour du Sauveterre). Il descend progressivement vers le vallon d'Ispagnac.

2 - À mi-pente se trouve l'intersection pour remonter vers le plateau et le village de Mas André. Le sentier monte progressivement pour arriver sur une piste forestière qu'il faut emprunter par la droite sur 70 m.

3 - Puis, prendre à gauche un sentier qui grimpe vers le causse.

4 - Suivre à gauche la route bitumée, puis le vieux chemin (petite draille à gauche de la route) jusqu'au Mas André.

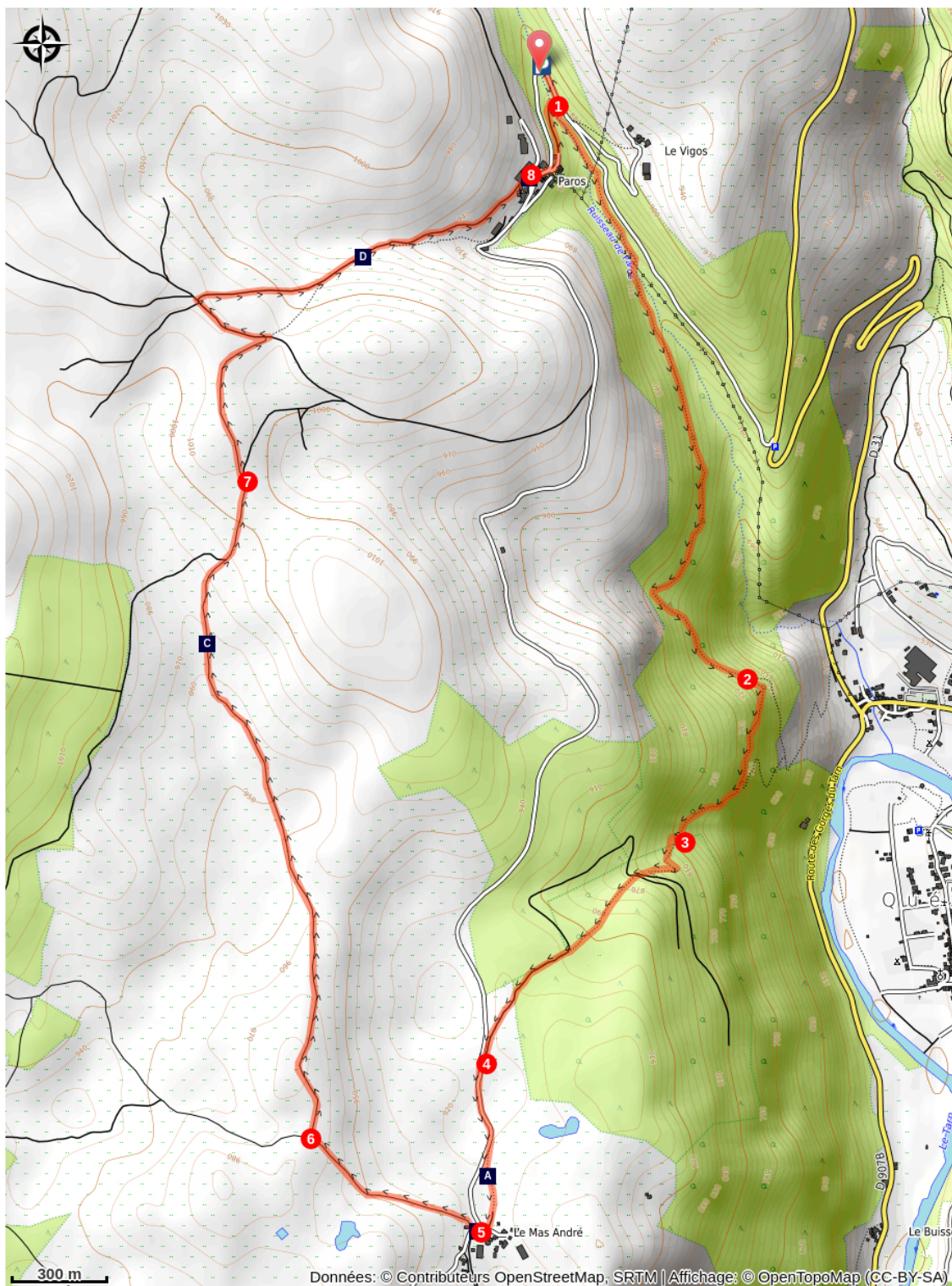
5 - Au Mas André, prendre à droite puis, aux ruines, de nouveau à droite. Monter le large chemin

6 - Avant la cime, bifurquer à droite vers le boisement de pin. Le chemin traverse ensuite une plaine, avec des parcelles cultivées puis des landes. On atteint la piste et la base du mont Chabrié (colline sur la droite).

7 - Bifurquer à gauche, au bout de 500 m prendre à gauche la piste et 300m plus loin tourner à droite sur un ancien chemin où la roche affleure pour rejoindre le hameau de Paros.

8 - Le chemin débouche dans le cœur du hameau entre le ferradou et le four à pain. Continuer à descendre ; à la croix de fer, prendre le chemin à droite jusqu'à la route. Tourner à gauche pour rejoindre le parking.

Sur votre chemin...



Haies (A)

Lavande sauvage (C)

Paros (Perros) (E)

Mas André (B)

Draille (D)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Adaptez votre équipement aux conditions météo du jour. N'oubliez pas que le temps change vite en montagne. Pensez à emporter de l'eau en quantité suffisante, de bonnes chaussures et un chapeau. Refermez bien les clôtures et les portillons.

Comment venir ?

Accès routier

À Ispagnac, prendre direction Molines, puis direction Mende par la D31. En haut de la côte de Molines, bifurquer à gauche vers le hameau de Paros. Le départ du sentier se trouve à gauche avant le petit pont (parking), environ 100 m après l'embranchement du Vigos.

Parking conseillé

Avant le village de Paros, au petit pont.

Source

CC Gorges Causses Cévennes

Parc national des Cévennes

Sur votre chemin...



Haies (A)

Les haies (buis ou épineux), si utiles aux agriculteurs jusqu'au début du XXe s, jouent un rôle de protection vis-à-vis des cultures, de la flore et de la faune. Délimitant les parcelles, les haies sont des sites de nidification privilégiés pour de nombreuses espèces d'oiseaux nicheurs ou migrateurs. Elles sont aussi des postes d'affût, non seulement pour certains rapaces, tels que la buse, l'épervier, les busards, mais aussi pour des insectivores, comme le rougequeue à front blanc et la pie grièche. Quant aux haies à fruits de certains arbustes (prunellier, genévrier, églantier), elles transforment ces haies en véritables garde-manger pour oiseaux granivores : grive, serins gros-bec, bruant ortolan.

Crédit photo : C-C Florac - Sud Lozère



Mas André (B)

Les « mas » sont des domaines ou des petits hameaux. Actuellement, au Mas André, vivent deux familles d'éleveurs de brebis à viande (500 à 600 bêtes). À la sortie du hameau, un arrêt s'impose devant un ensemble de ruines, dégagant de superbes voûtes. Souvent de type « superposée », la voûte s'employait aussi bien pour faîter le grenier que pour couvrir la bergerie. L'absence de bois de charpente et d'eau, la peur des incendies, mais aussi l'abondance des pierres justifiait ce genre d'ouvrage. Enfin, une charpente ne supporterait pas la lourde toiture de lauzes calcaires (400 à 500 kg/m²). (P. Grime)

Crédit photo : Nathalie Thomas



Lavande sauvage (C)

Sur le causse de Sauveterre, jusqu'en 1960, la cueillette de la lavande sauvage (*Lavandura angustifolia*) constituait une source de revenus saisonnière importante. Encore aujourd'hui, un groupe de femmes ramasse la lavande pour la distiller dans deux alambics de Saint-Etienne-Vallée-Française et produire des huiles essentielles. Une partie de la récolte est également distillée à Faux, près d'Ispagnac, où se trouve encore un bouilleur de cru. Michel Vieilledent raconte : « La lavande se récoltait à partir du 15 juillet, jusqu'à mi-août. Il fallait couper quand la fleur changeait de couleur et devenait grise, elle donne plus de parfum. Une bonne coupeuse pouvait ramasser 120 kg par jour. Il fallait distiller 200 kg de tiges pour obtenir un peu plus d'un litre d'huile essentielle...» (P. Grime)

Crédit photo : Nathalie Thomas



Draille (D)

Le chemin change très vite d'aspect. À certains endroits, les bas cotés sont maçonnés. Vous marchez sur un tronçon de l'Estrade, la première route carrossable du causse de Sauveterre et ancienne voie muletière, déjà mentionnée en 1703 (chemin de Mende). L'Estrade passait dans le ravin entre Paros et le Vigos, et reliait Ispagnac à Mende et à d'autres grandes voies. C'est aujourd'hui une draille, utilisée par les éleveurs de brebis de Paros, pour disperser leurs troupeaux dans les pâturages du causse. (P. Grime)

Crédit photo : Nathalie Thomas



Paros (Perros) (E)

Le four à pain de Paros a la particularité d'être surmonté de la cloche de l'école qui lui donne un air de « clocher des tourmentes ». La cloche de l'école est un souvenir du temps où chaque hameau était peuplé et où les déplacements étaient plus difficiles. En 1873, Paros comptait 13 ménages et jusque dans les années 50, 9 agriculteurs.

Crédit photo : nathalie.thomas