

Randos paysannes dans le Trièves : entre rencontres et nature

Une visite du Trièves, ça vous parle ? Situé entre le Vercors et le Devoluy, ce territoire de moyenne montagne est (encore) peu connu. Pourtant, j'ai découvert un véritable paradis pour la randonnée. Le mot peut sembler fort, mais je persiste et signe, car accueil paysan à inventé un concept génial de simplicité : les randos paysannes.

L'idée ? Créer un circuit pédestre dans le Trièves reliant des acteurs du monde rural. Ainsi, non contents de randonner dans de superbes paysages, vous partez à la rencontre de ceux qui les façonnent, les font vivre. Des « accueils paysans » parsèment le parcours, proposant de vous héberger, vous régaler, vous faire vivre l'expérience de la ruralité. Mais pas de n'importe quelle manière ! Oubliez l'agriculture intensive, les accueils impersonnels, les visites désincarnées. Ici, on prend le temps, on partage, on se découvre.

Visite du Trièves, un creuset entouré de montagnes

Avant de visiter le Trièves, je dois avouer que je ne savais pas le situer et encore moins à quels types de paysages m'attendre. Pourtant, j'ai vécu quelques mois à Grenoble, situé à moins d'une heure de route (honte à moi !) …

Alors lorsqu'on découvre un nouveau territoire et que ce dernier s'avère être de toute beauté, le plaisir est décuplé. Vous savez, cette impression de dénicher le petit coin secret que les autres ne connaissent pas. Je sais bien que ce n'est qu'un sentiment, il y a bien sûr beaucoup de connaisseurs qui parcourent le Trièves, mais rien à voir avec les autres stars locales : le Vercors, le Dévoluy et un peu plus loin la Chartreuse, les écrins…

Ce territoire de moyenne montagne, relativement plat dans son ensemble, est entouré de massifs montagneux majestueux, avec d'un côté des « balcons » calcaires et de l'autre des massifs alpins aux sommets encore enneigés lors de ma visite au mois de juin.

Cette topographie m'a procuré un sentiment presque paradoxal. La vue est dégagée, l'horizon lointain, et pourtant on est enlacé par les montagnes. Ce large creuset protège, mais n'étouffe pas.

Si le plateau arbore une végétation typiquement méditerranéenne parsemée de champs et de prairies, les massifs montagneux sont principalement couverts de forêts. En bas, le hêtre est roi, puis en montant, le sapin vient le remplacer. En prenant de l'altitude, la végétation se fait plus petite, plus rare, pour laisser la place à des prairies (superbement fleuries à cette saison !) ou des roches nues lorsque la pente est trop forte. Cet étagement de la végétation offre une diversité de paysages exceptionnelle qu'on ne peut trouver qu'en montagne.







aviez l’idée saugrenue de

Orchis pourpre



[su_box title= »Le mont aiguille, phare du Trièves » box_color= »#ec7206?]Le mont aiguille, roi incontesté du territoire, attire tous les regards. Sa forme si particulière fascine depuis des siècles. Il serait même à l'origine de l'alpinisme.
Autrefois surnommé « le mont inaccessible », Charles VIII, de passage dans la région, ne supporta pas qu'un pan de son territoire lui soit refusé. Ainsi il ordonna son ascension. Le 24 juin 1492, après 3 semaines d'expédition, Antoine de Ville parvint au sommet, marquant ainsi le début de l'alpinisme. C'était la première fois qu'on grimpait une montagne « parce qu'on peut le faire ».

Aujourd'hui, je vous rassure, vous n'aurez pas besoin de trois semaines, mais d'une journée pour conquérir le mont aiguille. Deux descentes en rappel sont nécessaires, mais il ne s'agit pas pour autant d'escalade pure et dure. Attention, si vous voulez vous lancer, privilégiez le hors saison. Aux mois de juillet et août, il vous faudra faire la queue pour atteindre le sommet… [/su_box]

Le Trièves, des randonnées, des balades et des Hommes

Les randos paysannes dans le Trièves ne s'adressent pas qu'aux bons marcheurs. Le parcours possède assez peu de dénivelé et avec un minimum de préparation, c'est accessible au plus grand nombre. Les distances sont d'environ 15 à 20 km par jour, de quoi se faire plaisir sans s'épuiser et profiter de soirées conviviales revigorantes. Initialement, en 2017, il y avait 8 étapes mais le parcours a depuis évolué suite à la fermeture de plusieurs hébergement. En 2023, il est possible d'effectuer une traversée depuis la gare de Clelles jusqu'à Prébois (hébergement la Poulanerie) puis de poursuivre jusqu'à Tréminis (hébergement Cris Cath). Il faut ensuite trouver un moyen de revenir à Clelles ou bien faire une dernière étape jusqu'à lus La Croix-Haute pour rejoindre la gare SNCF. N'hésitez pas à contacter l'Office de Tourisme qui vous aidera à composer votre parcours.

La moindre parcelle plate est utilisée en forêt

Présent seulement trois jours et n'étant pas un surhomme (si si je vous assure), je n'ai malheureusement pas pu effectuer la totalité du parcours… Quand on a peu de temps, il vaut mieux en faire moins pour profiter pleinement des moments offerts.
C'était juste assez pour m'imprégner de l'ambiance de ces randonnées, m'abreuver des paysages du Trièves et me nourrir de rencontres intenses.

Plutôt que vous décrire les étapes point par point, les villages traversés tous plus charmants et dynamiques les uns que les autres, je préfère m'attarder sur des détails, des rencontres, des initiatives qui m'ont marqué.

Cathy, Valérie, Eric, Sabine, Anthony… Et tant d'autres !

La grande force de ces randonnées paysannes, c'est qu'elles favorisent les rencontres avec des habitants engagés pour leur territoire, avec un lien fort à la terre. Des gens simples et passionnants qui m'ont marqué par leur chaleur, leur générosité, leur envie de partager leur passion.

Je ne peux que vous implorer de dépasser votre retenue naturelle pour aller à leur rencontre. Visiter la ferme



avec Eric, découvrir la
, autant d'expériences

rche, c'est une
ence du territoire en

Cathy, gérante du gîte et de la ferme Chris Cath. Impossible de ne pas tomber sous le charme de son enthousiasme communicatif



Un pique nique convivial au pied du mont aiguille, emmené par Antony, guide passionné par les montagnes du Trièves



Valérie, gérante du gîte la plume de l'oiseau, passionnée par les plantes sauvages et les oiseaux. Forcément, ça créé des affinités !

[su_box title= »Le berger et le loup… » box_color= »#ec7206?]Le loup est revenu depuis déjà pas mal d'années dans le Trièves. Beaucoup s'en réjouissent, pour le symbole de reconquête de la nature qu'il représente. Mais la plupart des bergers le voient d'un autre œil, confrontés à des attaques de loups parfois dévastatrices. En discutant avec Eric, confronté au souci en tant qu'éleveur, j'ai pu apprécier plus clairement les difficultés que cette cohabitation implique. Si je suis naturellement favorable à la présence du loup dans nos montagnes, je n'en demeure pas moins conscient que cela pose de réels soucis aux bergers. Les pro loups arguent des mesures de protection efficaces, le chien de garde en premier lieu : le patou. Mais même bien dressés, ces derniers ne sont pas infaillibles et peuvent poser des problèmes. Des randonneurs imprudents se font régulièrement attaquer et certains chiens ont tendance à changer de troupeau, provoquant la panique chez les moutons. Bref, un sujet sensible et complexe ![/su_box]

Le lac de Monteynard

Certes, il est artificiel, créé par un barrage sur le Drac, mais quelles couleurs ! Situé dans des gorges calcaires, le bleu turquoise intense du lac de Monteynard offre un panorama à couper le souffle. Ce canyon aux couleurs vives est un réceptacle parfait pour la randonnée, la navigation, et même le trail. Chaque année, un trail allant jusqu'à 65 km passe autour du lac pour les sportifs en recherche de sensations extrêmes.

Depuis quelques années, le lac est devenu une attraction majeure du Trièves. La raison ? L'installation de





Que faire autour du lac de Monteynard, notre guide

Le mont aiguille, le grand Ferrand, l'Obiou… Incontournables balades du Trièves

Impossible de les louper. Ils enlacent le Trièves, ils semblent veiller paisiblement sur lui. Les massifs montagneux bordant la région ont chacun un caractère particulier.

Le mont aiguille marquant le début du massif du Vercors est sans doute le plus singulier par sa forme et son histoire. Comme beaucoup de phénomènes géologiques marquants, il est entouré de légendes…





Le bonnet de Cavin, ou mont Châtel



Le mont aiguille

La grande tête de l'Obiou, quant à elle, domine le Trièves avec ses 2790 m et marque le début du massif du Devoluy. L'Obiou est devenu tristement célèbre en 1950, suite à un crash aérien.

Le grand Ferrand, voisin de l'Obiou, est légèrement moins haut mais tout aussi impressionnant. Depuis Tréminis, la vue est absolument incroyable.

[su_box title= »Le bonnet de Calvin » box_color= »#ec7206?]Le Châtel, dernier contrefort nord du Dévoluy était autrefois surnommé le bonnet de Calvin. Une guide du musée du Trièves situé dans le charmant village de Mens m'en a expliqué la raison. La région était autrefois habitée par des protestants (de nombreux cimetières protestants familiaux parsèment encore la région). Lors de la révocation de l'édit de Nantes, les protestants (huguenots) ont fui la France, passant par ce territoire qui ne faisait pas partie du royaume. Calvin étant le réformateur protestant français le plus influant au XVI siècle, le mont Châtel fut vite rebaptisé… Aujourd'hui, un sentier de randonnée partant de la Drôme et allant jusqu'en Allemagne retrace l'exode des Huguenots.[/su_box]

Des initiatives locales inspirantes dans le Trièves

Les campagnes françaises sont superbes, c'est un fait. Mais elles sont aussi parfois en dés-errance, vidées de leur tissu social, de leurs commerces et services de proximité. Dans le Trièves, ce n'est pas le cas. J'ai même eu le sentiment inverse. Avec des villages vivants, solidaires, dynamiques.

Certaines initiatives locales m'ont marqué, autant de signes d'une vitalité débordante. Par ici un théâtre international de proximité (sic !) dans un hameau de quelques centaines d'habitants, par là une recyclerie, ou encore une galerie d'art luxueuse. Partout des associations culturelles, de solidarités, sportives, des artisans fonctionnant en SCOP, des paysans œuvrant pour une agriculture respectueuse de la nature et des Hommes…

Peu de territoires peuvent se vanter d'un tel tissu social, alors que le Trièves ne compte « que » 10 000 habitants.

Au final, le Trièves, découvert au travers de ces randonnées paysannes fut une vrai belle surprise, de celles qui vous donnent envie d'enfiler vos chaussures de marche et de sauter dans un train pour y retourner !

Infos pratiques – visiter le Trièves en randonnée

Circuit pédestre et étapes des randonnées paysannes dans le Trièves

Sur le site d'accueil paysan Rhônes-Alpes, une section entière est dédiée aux randonnées paysannes. Vous pourrez y trouver les fiches descriptives de chaque étape avec les coordonnées des différents hébergements pouvant vous accueillir.

Il est fortement conseillé de réserver avant, surtout en haute saison.

Pour vous faciliter la recherche, voici le lien direct vers les fiches de chaque étape :

Attention, en 2023, certains hébergements ne sont plus disponibles, ce découpage n'est donc pas toujours réalisable. Pour constituer votre propre parcours vous pouvez contacter l'office de tourisme du Trièves.

- étape Monestier – Cornillon : 18,3 km – dénivelé positif : +1020m – 5h30
- étape Cornillon – Mens : 11,3 km – dénivelé positif : +380m – 3h
- étape Mens – Tréminis : 16,5 km – dénivelé positif : +680m – 5h
- étape Mens – Prébois (Vareilles) : 10,6 km – dénivelé positif : +300m – 3h
- étape Prébois (Vareilles) – Tréminis : 11,4 / 13,9 km – dénivelé positif : 870m – 4/5 h
- étape Tréminis – Lalley : 14,7 km – dénivelé : +800m – 5h/6h
- étape Lalley – gare de Clelles – Chichilianne : 18,3 / 21,5 km – dénivelé : +600m – 4h30/5h30
- étape Tréminis – Lus la Croix Haute : 9,7 – 12 – 20,6 (gare) km – dénivelé : +600m – 3h30/7h30

Bien sûr, vous pouvez ne parcourir qu'une partie des étapes si vous le souhaitez. Des liaisons ferroviaires permettent de faire des « courts circuits ». En revanche, il est fortement conseillé de suivre les tracés dans le sens indiqué sur les topos.

Les sentiers sont bien balisés, suivez les rectangles jaunes. Le tracé emprunte des sentiers déjà existants, reliant notamment des itinéraires de randonnée thématiques, tel qu'une rando croquis à Treminis, ou une balade poétique à saint Martin de Clelles.

La chappelle de Trézanne et son charmant toit de chaume

Où dormir dans le Trièves

Je n’ai pas pu visiter tous les hébergements proposés sur le parcours des randos paysannes. En revanche je vous recommande chaudement ceux-ci :

- **Le Cris-Cath à Tréminis**

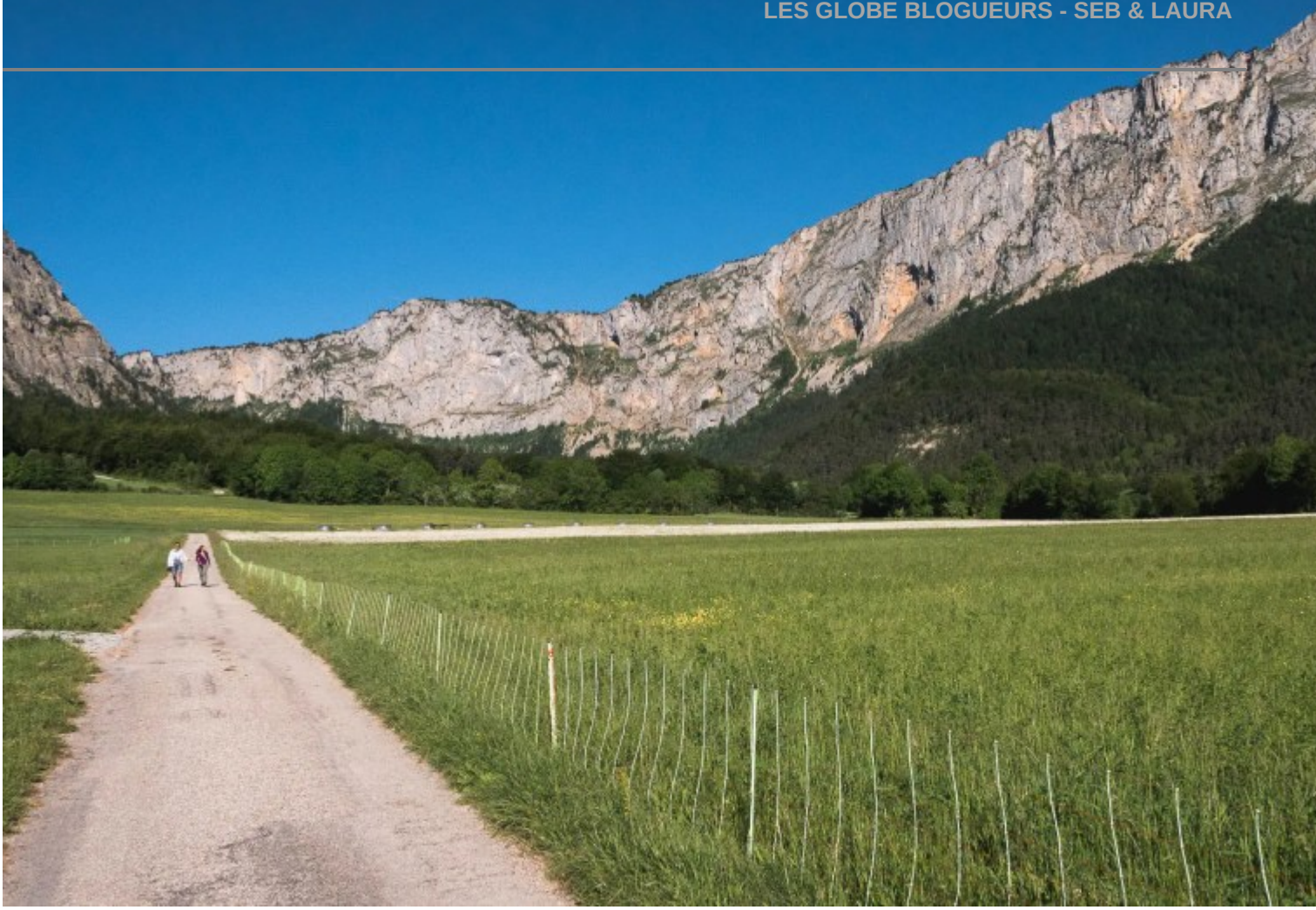
Cathy possède un sens de l’accueil naturel et une bonne humeur communicative. Succombez à ses ravioles, ses fromages et surtout visitez la ferme !

- **La Plume de l’Oiseau à Tréminis**

Valérie, passionnée de plantes sauvages et d’oiseaux est une des initiatrices du tracé des randos, avec Cathy. Autant vous dire que si vous aimez la nature, vous serez en bonne compagnie.

- **La Ferme du Pas de l’Aiguille à Chichiliane**

Une adresse absolument incontournable ! Non seulement Sabine et Eric sont passionnés par leur métier (élevage de brebis et cochons bio), mais ils possèdent une ferme située dans un environnement exceptionnel. Vous pourrez aisément camper sur leur terrain, ou comme moi dans une roulotte. Au réveil, vous serez émerveillés par un panorama à couper le souffle.





A noter que pour la plupart des hébergements, les hôtes vous laisseront la possibilité de camper sur leur terrain pour une somme raisonnable. Une bonne manière de découvrir les randos paysannes de manière très économique !

Transports vers le Trièves

Des trains desservent régulièrement le Trièves depuis Grenoble. Plusieurs villes sont reliées au réseau ferré : Clelles, Monestier le Clermont et Lus la Croix haute. Il est ainsi possible de se passer de voiture ! Vérifiez tout de même les horaires pour vous laisser le temps de rejoindre votre hébergement, la fréquence n'étant pas très élevée.

Guide de moyenne montagne dans le Trièves

Anthony m'a accompagné sur une partie du tracé. Situé en sous bois, le chemin emprunté à pris un relief particulier grâce à sa connaissance fine de la faune, la flore et l'histoire des lieux.

Si vous cherchez à sortir des sentiers battus, avoir une expérience enrichie lors de vos randonnée, être accompagné d'un guide est un plus indéniable. Malheureusement, Anthony n'est plus guide mais en vous rapprochant de l'office de tourisme, vous pourrez avoir d'autres contacts intéressants.

Trouver un accompagnateur de montagne dans le Trièves

Que voir, que faire dans le Trièves ?

Au-delà des randos paysannes, il y a énormément à voir et à faire dans le Trièves. Pour en savoir plus, vous pouvez vous adresser à l'excellente équipe de l'office du tourisme.

---

découvrez ma randonnée en raquettes au grand Veymont pour observer les bouquetins

---



Épingle moi sur Pinterest !

Pour finir, j'adresse un ÉNORME merci à Accueil Paysan Isère et à l'office du tourisme du Trièves pour leur invitation !