



Vallée du Trient Vallorcine
ESPACE MONT-BLANC
FINHAUT

Finhaut - Emosson

Sentier Balcon du Mont-Blanc

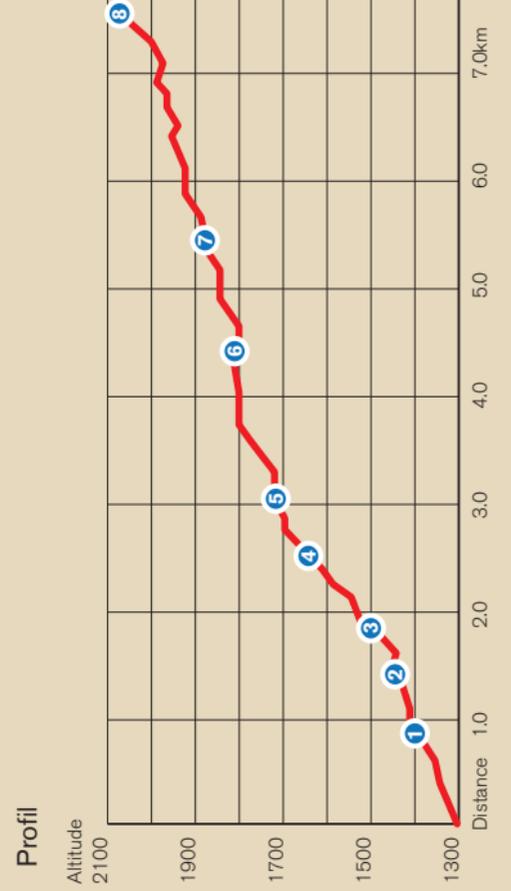


Finhaut - Emosson

Sentier Balcon du Mont-Blanc



Distance : 7 km 700
Montée totale : 788 m
Descente totale : 53 m
Temps de marche : 3 h
Suivre le balisage : Tête de la Boffa
 puis Fénestral-Emosson-Six Jeur



Le Balcon du Mont-Blanc

Ce sentier didactique a été réalisé en 1998 par la commune de Finhaut avec le soutien d'Espace Mont-Blanc. Il est l'un des trois «Sentiers de Finhaut», un projet didactique qui a pour but de présenter l'histoire et le patrimoine de la commune. Outre le sentier «Balcon du Mont-Blanc», le «Sentier des Dinosaures» décrit la formation géologique des Alpes, et le sentier «A Travers Finhaut» présente l'histoire et le développement des localités

de Finhaut-Châtelard-Giétroz. L'itinéraire qui vous est proposé est entièrement balisé et figure sur les cartes de randonnée de la région. Pour l'emprunter, nous vous recommandons de vous munir de bonnes chaussures de marche, d'un équipement adéquat et d'un ravitaillement. Les conditions atmosphériques peuvent grandement varier entre 1'300m et 2'062m d'altitude.



Poste n°1 : Le marais du stand

A la sortie du village, aux Thiés, le panneau du sentier «A travers Finhaut» marque le départ. Il décrit les types de roches que l'on trouve sur le territoire communal. Le chemin traverse ensuite la route du barrage d'Emosson, emprunte celle montant au stand de tir de Finhaut, et se poursuit en longeant la ligne de tir.

La zone du stand abrite différents biotopes: la zone centrale marécageuse, les talus aux prairies de fauche et les rocailles.

Dans la dépression centrale, l'eau tend à s'accumuler. On y trouve une végétation relativement pauvre qui

se minéralise lentement pour former la tourbe qui comble progressivement le marais. Sur les talus en pente, la fauche annuelle permet le maintien d'une grande biodiversité: fleurs et papillons y abondent. Quant aux rocailles, elles abritent une végétation qui supporte l'absence de sol et le manque d'eau.



Cuivré sur alchémille



Gazé sur oeillet fourchu



Grand apollon sur renouée bistorte



Moyen nacré sur vipérine



Pensée tricolore



Petite tortue sur scabieuse



Raiponce en épi

L'érosion glaciaire

Le paysage de cette zone, composé de petits vallons marécageux délimités par des rochers arrondis et émoussés, résulte de l'érosion glaciaire.

Lors de la dernière grande glaciation, qui s'est terminée il y a un peu plus de 10'000 ans, les glaciers recouvraient la région jusqu'à une altitude de 2'500 m environ.

Les roches qui bordent le chemin ont subi une importante pression, due au poids de la masse de glace. Cette pression et le mouvement du glacier ont provoqué des cassures dans la roche. Les matériaux

arrachés au lit rocheux sont restés prisonniers de la glace basale; ils ont rayé le fond rocheux et laissé des « lignes » : les stries glaciaires.

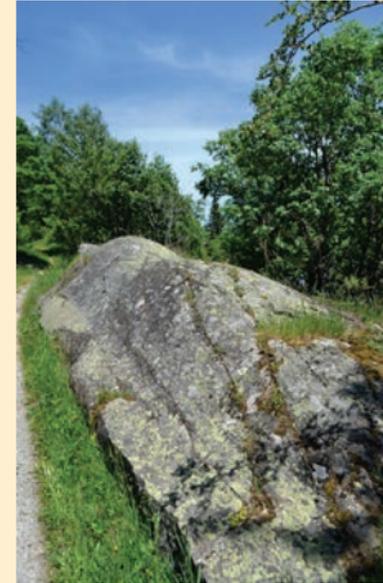
Le glacier a poli la surface rocheuse et émoussé les formes : c'est pourquoi les rochers affleurants de cette zone ont tous une surface bombée et relativement lisse, en forme de « dos de baleine »: les roches moutonnées.

D'autres formes d'érosion sont encore plus spectaculaires. Sur la Tête des Crêts, non loin de là,

plusieurs marmites glaciaires ont été découvertes. La plus grande d'entre elles mesure 1 m 20 de profond et 2 m 70 de diamètre.



Marmite de la Tête des Crêts



Roche moutonnée et stries glaciaires

Poste n°2 : Ancienne bergerie

Tout au long du chemin, vous avez pu apercevoir des murs en pleine forêt. Ces murs de pierre sèche sont les vestiges d'anciens travaux agricoles. Ils ont été érigés afin d'aplanir le terrain pour permettre la culture du seigle, du froment, de la pomme de terre, et pour faciliter la fauche et la récolte du foin. Avec la diminution du nombre des paysans de la région, au cours du XX^e siècle, ces terrains ont peu à peu été abandonnés et la forêt a reconquis le sol.

Les premiers défrichements de la région ont certainement eu lieu dès le XI^e-XII^e siècle, lorsque le plateau de Finhaut était utilisé comme mayen par les gens de Salvan, qui y transitaient avec leurs troupeaux avant de gagner les alpages de Fénéstral et d'Emosson. C'est dans la seconde moitié du XIII^e siècle que les premiers Fignolins (nom donné aux habitants de Finhaut) se sont installés à l'année.

Certains auteurs signalent aussi dans ce secteur un ancien hameau abandonné après une épidémie de peste au XIV^e siècle.



Ruines d'un ancien « hameau » abandonné ?



Chevreuil
(A. Scheurer)



Renardeaux
(A. Scheurer)

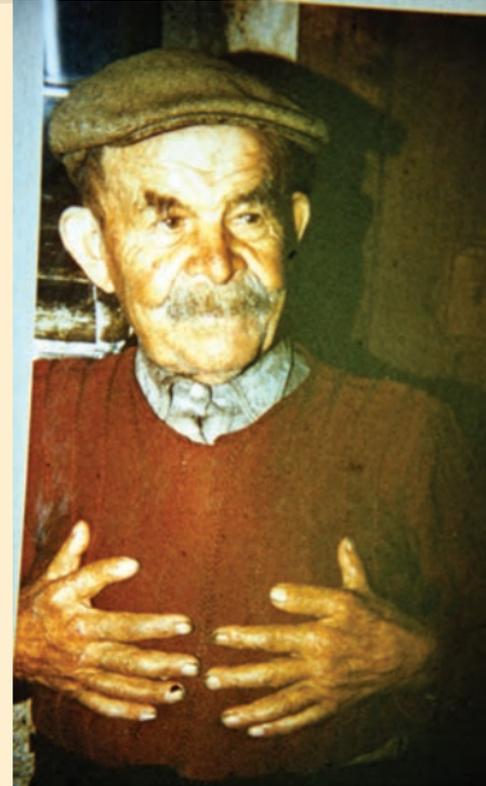
Louis des six doigts

Sur un rocher, à droite du chemin, près d'une ancienne bergerie, vous pouvez voir d'étranges empreintes de pieds et de mains gravées en 1927 par Louis Lugon-Moulin.

« Louis des six doigts », comme on le surnommait, est né le 14 décembre 1881, avec six doigts à chaque membre : on dit même qu'à la naissance, il en avait sept mais que le septième, sans ossature, aurait été coupé.

Convoyeur postal entre Finhaut et Vernayaz jusque vers 1935, il assurait le transport du courrier par tous les temps, été comme

hiver. Paysan de montagne à ses heures, il gardait le bétail et travaillait la campagne. Louis a toujours refusé de devenir une attraction de cirque, comme on le lui avait proposé. Il est décédé à Finhaut, le 27 février 1969.

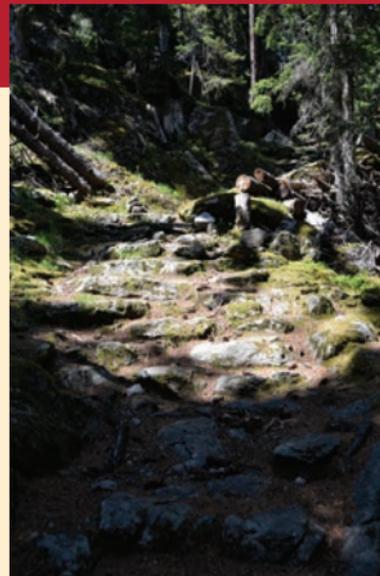


Poste n°3 : Tête de la Boffa

Après avoir gravi les marches d'un important éboulement datant vraisemblablement de la fin de la dernière glaciation, le chemin sort de la forêt et traverse un couloir d'avalanche. Il bifurque ensuite vers l'amont en direction de Fénes-tral.

Tout au long du parcours, nous allons traverser plusieurs couloirs d'avalanches. La végétation y est riche, car le passage répété des coulées, chaque hiver, empêche les arbres de grandir et la forêt de se former.

De nombreuses espèces y cohabitent, car elles n'ont pas à craindre la concurrence des arbres qui accaparent toute la lumière en grandissant. En effet, dès qu'ils atteignent une certaine taille, leur flexibilité diminue: ils se cassent, ou sont déracinés, lors du passage d'une avalanche. Le fait de se plier et de se relever de façon répétée lorsqu'ils sont jeunes, a pour effet de leur donner cette forme caractéristique dite «en sabre»: ils sont tous recourbés vers leur pied.



La végétation des couloirs

C'est au début de l'été que la flore des couloirs est la plus diversifiée, jusqu'à fin juillet environ. Au milieu des arbustes, où certains grands mammifères aiment à se cacher, le jaune des genêts domine, d'où le nom de cette association végétale : la lande à genêts.

Il n'est pas rare de découvrir parmi les bruyères, les myrtilles, les vernes (aulne vert) et autres arbrisseaux, le lis martagon, le lis anthéric, des campanules, le géranium des bois, la marguerite, l'épilobe, ainsi que diverses fougères et ombellifères.

Dès la mi-juillet, la bruyère fleurit, il est temps de cueillir la myrtille et la framboise. Aux endroits particulièrement ensoleillés, au sol peu développé, c'est par contre l'airelle qui mûrit.



Campanule barbue



Genêt ailé



Epilobe (A. Scheurer)



Lis martagon



Cuivré sur marguerite



Rosier



Airelle rouge et lichen

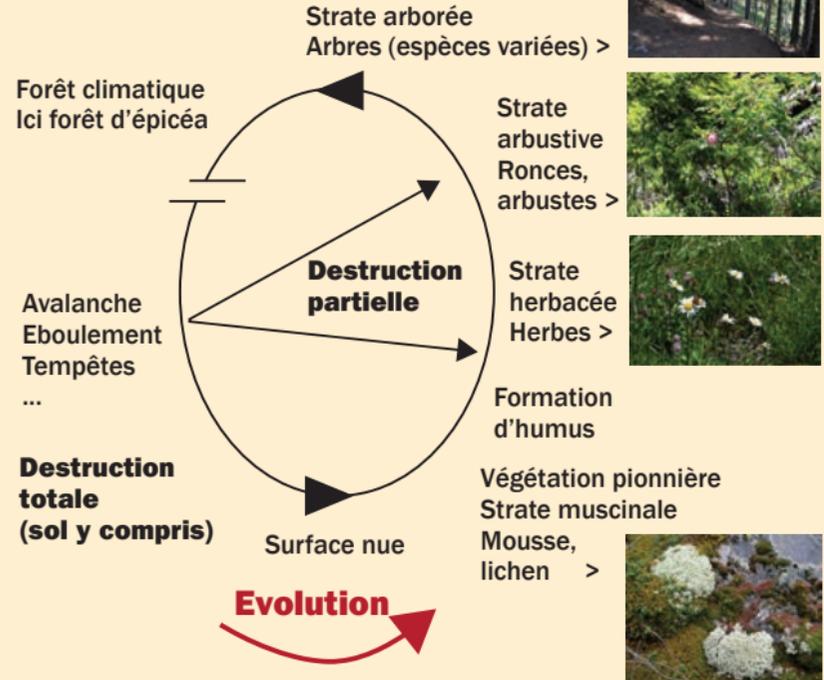
Poste n°4 : Les Montuires

A la suite d'une catastrophe ou d'un accident (une avalanche, un ouragan ou un incendie), après quelques temps, la végétation réapparaît et se remet à pousser. Cette recolonisation dépend de l'état de la surface résultant de l'accident : si le sol s'est maintenu, ce sont les herbes et les arbustes, dès le printemps suivant, qui recolonisent l'espace; par contre, si la surface a été complètement mise à nu, ce sont les mousses et les lichens qui s'installent d'abord et permettent d'emprisonner des poussières et d'autres fragments pour former de l'humus, puis un

sol, après de longues années. Quatre strates végétales se succèdent : la strate muscinale, la strate herbacée, la strate arbustive et enfin la strate arborée. Dans cette dernière, si, au début, plusieurs essences cohabitent (feuillus et conifères), avec le temps, une espèce prend le dessus et colonise peu à peu tout l'espace. Cette communauté, que l'on nomme forêt climacique ou climax, persiste pour autant que les conditions environnementales ne varient plus.

Recolonisation végétale

Evolution vers la forêt climacique alpine



Les arbres



Haut : Epicéa - Mélèze - Arole / Bas : Bouleau - Cytise - Aulne vert (verne)
(Dessin A. Scheurer)



Alisier blanc



Bouleau



Cytise



Noisetier



Erable des montagnes



Frêne



Mélèze



Epicéa



Sorbier

Poste n°5 : La forêt du Larzey

La forêt du Larzey surplombe le village de Finhaut; elle lui offre sa protection contre les avalanches, éboulements, chutes de pierres, glissements de terrain et autres coulées boueuses. C'est pourquoi, depuis le XIV^e siècle, cette forêt a aussi été protégée et son accès réglementé.

Les arbres, grâce à leur enracinement, favorisent la stabilité du sol et l'infiltration de l'eau; ils empêchent aussi le glissement des plaques de neige en hiver.

La forêt joue également le rôle de déviateur et de frein pour les chutes de pierre et les coulées qui

se déclenchent au-dessus de sa limite supérieure. Elle n'a par contre que peu d'effet contre les avalanches qui, partant du sommet des crêtes, prennent rapidement de la vitesse et dévastent tout sur leur passage.

C'est pourquoi il est nécessaire de compléter ses effets protecteurs par des paravalanches artificiels: les digues de terre, hautes de plusieurs mètres, détournent ou arrêtent les coulées; les chevalets de bois, placés dans les couloirs stabilisent le manteau neigeux; les barrières en bois ou métalliques, maintiennent les plaques de neige.



Rocher stoppé par un épicéa



Paravalanches en bois



Claie métallique

La faune

Dans la région du stand, il n'est pas rare de découvrir les dégâts causés par les sangliers : le sol est retourné sur 10 à 20 centimètres de profondeur. Le cerf, le chamois et le chevreuil laissent aussi des traces de leur passage: ils grattent le sol et râclent le tronc des jeunes arbres avec leurs bois. Le cerf fréquente plutôt la forêt humide au-dessus de la Boffa, et le chevreuil les vallons ombragés entre les deux premiers postes. Il est plus aisé d'apercevoir le chamois dans les couloirs d'avalanches.

Autres mammifères présents : le renard, près des villages et dans la forêt, territoire qu'il partage avec le blaireau. La forêt est aussi l'habitat privilégié du lynx, seul grand prédateur de ces parages. Au-dessus de sa limite, vous entendrez le sifflement aigu de la marmotte et, plus rarement, apercevrez des bouquetins.

Tout au long du chemin, vous pourrez croiser des grenouilles et des tritons dans les lieux humides, mais aussi, dans les lieux secs, des vipères, des couleuvres ou des lézards, ainsi qu'une grande variété d'insectes et de papillons.



Ascalaphe



Grenouille rousse



Lézard



Chamois (A. Scheurer)



Marmottes (A. Scheurer)



Bouquetin

Poste n°6 : L'alpage de Fénestral

Situé sur le territoire de Salvan, l'alpage de Fénestral est fréquenté depuis les XII^e-XIII^e siècles. Traditionnellement, c'est à la fin mai que chaque village des Alpes se vide de sa population pour l'été. Toute la famille rejoint les mayens avec vaches, chèvres et cochons. Là, à mi-hauteur entre les villages et les alpages, femmes et enfants passent l'été. A la fin juin, les vaches montent à l'alpage. On suit ainsi la croissance de l'herbe. A l'alpage, la journée est occupée à la traite, à la confection du fromage, à la mise en place des parcs, aux soins du troupeau. Au mayen, l'occupation principale

est la récolte du foin. Après la fauche, il est séché, retourné plusieurs fois, et enfin engrangé pour l'hiver.

Fin septembre, tout le monde regagne le village: c'est la désalpe. Certains partent alors vendanger en plaine, les enfants reprennent l'école ; on fauche une dernière fois (les regains). L'automne est aussi la période des foires de plaine, des derniers combats de reines, du ramassage des pommes de terre, de la coupe des branches, de la cueillette des champignons et surtout de la chasse.



Le cirque glaciaire de Fénéstral

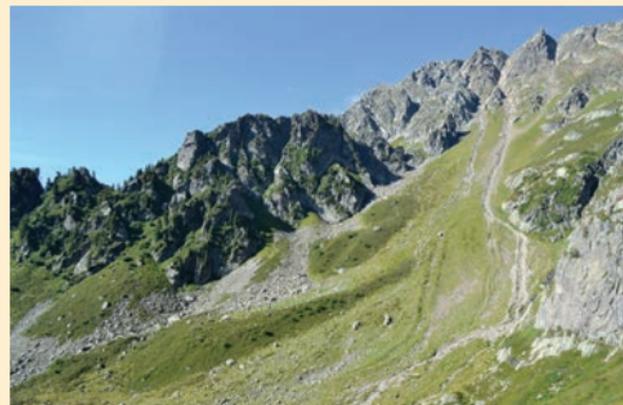
L'alpage de Fénéstral a été aménagé dans un ancien cirque glaciaire, sur une moraine frontale (amas de blocs, graviers et sables de différentes tailles transportés par un glacier et accumulés à l'avant de la langue glaciaire). Cette moraine marque la dernière avancée importante du glacier avant sa disparition du cirque, il y a plus de 10'000 ans.

Formée en arc de cercle, surmontée de nombreux blocs erratiques, elle se compose de matériaux hétérogènes tombés ou arrachés des parois environnantes et déposés, par le glacier lors de sa

fonte. Les différentes phases du recul du glacier du «Bel Oiseau» peuvent être visualisées grâce à la présence des cordons morainiques qui se succèdent dans le terrain.

La plus importante de ces moraines frontales, outre celle de l'alpage, est celle qui délimite le Plan des Marais et que l'on aperçoit 200 m en amont, recouverte de lande à rhododendron et de mélèzes. Le torrent du Besson y a creusé son cours.

Cette succession de moraines témoigne du recul du glacier par paliers successifs.



Poste n°7 : Les Luées de Balayé

Dans les Alpes, la végétation varie grandement en fonction de l'altitude. Les conditions se font plus rudes en s'élevant. A 2000 m, la végétation dispose de 70 jours de moins qu'à 1000 m pour effectuer tout son cycle. A cela s'ajoute la force du vent, plus violente vers les sommets, le manque d'oxygène et la température qui, avec l'altitude, décroît en moyenne de 0,6°C par tranche de 100 mètres.

Ces phénomènes se traduisent sur le terrain par une diminution de la taille des plantes et par leur étalement à la surface du sol.

A mesure que l'on s'élève, la forêt mixte de conifères et de feuillus cède la place à la forêt de conifères, principalement d'épicéas. Vers 2'000 m (limite de la forêt), la forêt s'éclaircit et ne persistent dès lors, parmi la lande alpine, que de petits groupes d'arbres. La lande se compose ici de rhododendrons, de bruyères, de quelques pins à crochets et de génévriers. A la fin de l'été, les myrtilles et les airelles y mûrissent.

Plus haut, cette lande cède sa place à la pelouse alpine, composée d'herbages qui bientôt ne persistent que par plaques pour

céder définitivement la place aux rochers et aux neiges éternelles. A l'étage nival, plus rien ne pousse excepté quelques fleurs, à l'exemple de la renoncule des glaciers, qui résiste aux endroits ensoleillés des pierriers.



Renoncule des glaciers (A. Scheurer)

L'utilisation des plantes

Leurs vertus

De nombreuses plantes ont des vertus médicinales, comme le millepertuis qui, en tisane, soulage les troubles nerveux, les insomnies et, transformé en huile, soigne les plaies ouvertes, les irritations, les douleurs dorsales et les coups de soleil. L'épilobe à petites fleurs est efficace contre la prostate et les troubles de la vessie. Le solidage verge d'or est utilisé contre les affections rhénales et les maladies intestinales. L'arnica (marguerite jaune) est fébrifuge et est utilisé pour soigner les contusions mais,

pris en trop grande quantité, il devient toxique. D'autres plantes, au contraire, peuvent être mortelles. Elles recèlent des poisons, c'est le cas de l'aconit napel et de l'aconit tue-loup qui contiennent des aconitines.

L'eau de vie

La gentiane et le génépi sont les plus connues : l'eau de vie de gentiane est issue de la distillation des racines de la gentiane jaune ; le génépi s'obtient à partir d'une vieille lie à laquelle on ajoute quelques brins de la fleur appelée

aussi armoise en épi. Ces plantes sont aussi curatives, contre les troubles de la digestion et les refroidissements.



Mélitée sur arnica



Aconit napel et aconit tue-loup

Poste n°8 : Le Six Jeur

Un biotope protégé : le bas-marais d'altitude

Un biotope est un milieu offrant un habitat à des espèces végétales et animales déterminées. Il existe de nombreux types de biotopes. Au Six Jeur, parmi la lande à rhododendron, on trouve deux bas-marais d'altitude.

Ces bas-marais possèdent une faune et une flore particulières. Ils abritent le trèfle d'eau, les sphaignes et la linaigrette de Scheuchzer ainsi que, parmi les animaux, diverses libellules aux couleurs chatoyantes, le triton alpestre et plusieurs papillons

comme les moirés, ou le vulcain et le machaon qui y font halte lors de leurs migrations.

Les sphaignes, ces mousses qui forment un véritable tapis végétal, sont particulièrement sensibles au piétinement, veuillez ne pas quitter le sentier.

C'est à la mi-juillet que l'endroit est le plus intéressant, lorsque le trèfle d'eau fleurit et ajoute au vert et au bleu du marais, le rouge et le blanc de ses fleurs.



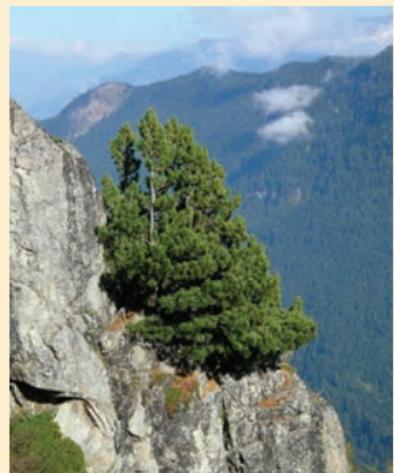
Linaigrette



Triton alpestre



Trèfle d'eau (A. Scheurer)



Arole

Les oiseaux

Au cours de votre randonnée vous pouvez apercevoir et surtout entendre divers oiseaux. Au premier poste se trouvent différentes mésanges. Plus haut dans la forêt, vous entendrez le tambourinement du pic noir qui creuse dans le tronc des arbres morts. C'est aussi le domaine du troglodyte, du roitelet, du pinson, du casse-noix. Dans les zones dégagées, vous entendrez la fauvette babillarde. Fénéstral abrite le faucon crécerelle qui vole sur place, le sizerin et le cincle plongeur au Plan des Marais.

Si vous levez la tête vers les sommets, vous verrez la buse et surtout l'aigle royal, plus rarement le gypaète. Le Six Jeur, quant à lui, abrite le merle de roche et l'hirondelle des rochers. Le chocard à bec jaune souvent vous y accompagne.



Chocard à bec jaune (A. Scheurer)



Gypaète barbu (A. Scheurer)



Aigle royal (A. Scheurer)



Cette brochure disponible à la Maison du Tourisme sert de guide didactique pour le parcours du sentier «Balcon du Mont-Blanc».

Le sentier vous emmène sur plus de 7 kilomètres, des Thiés de Finhaut (1305 m) au Six Jeur près d'Emosson (2062 m), en s'élevant le long du versant ensoleillé de la vallée du Trient. Huit postes d'observation ont été définis, ils sont signalés sur le terrain par le sigle Espace Mont-Blanc et le numéro correspondant.



Sentier Balcon du Mont-Blanc

Finhaut - Emosson



Réalisation :
Commune et Société de
développement de Finhaut

Conception & rédaction :
www.bureaubenedetti.ch

Graphisme & print :
www.pir2.ch

Photographies :
Sandro Benedetti
Alexandre Scheurer

© 2014