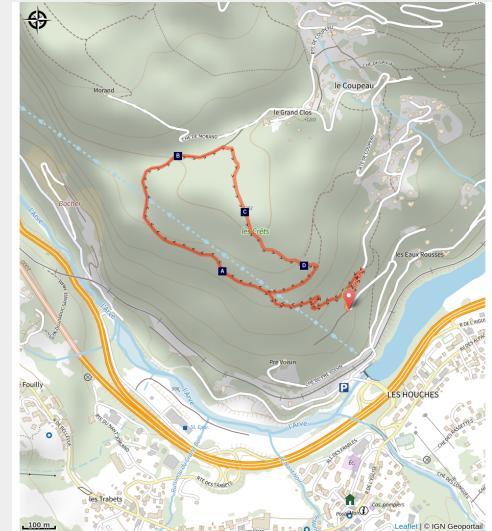


# Boucle des cerfs : raquette Les Houches

Les Houches



(@LaurentDelomez)



*Boucle hivernale à l'affût des cerfs, au cœur de la forêt.*

Sur les traces des grands cervidés, découvrez les secrets de la forêt en hiver.

## Infos pratiques

Pratique : Rando hiver

Durée : 1 h 20

Longueur : 2.9 km

Dénivelé positif : 161 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Faune, Flore, Point de vue

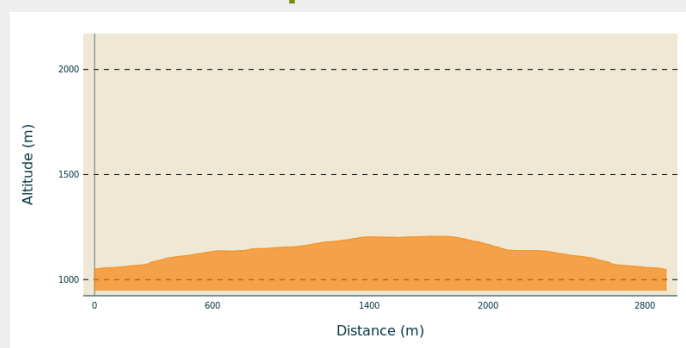
# Itinéraire

**Départ** : Parking route de coupeau

**Arrivée** : Parking route de coupeau

**Communes** : 1. Les Houches

## Profil altimétrique



Altitude min 1047 m Altitude max 1206 m

1. Rejoindre le point d'eau des Mouilles après une courte montée raide
2. Suivez le tracé, itinéraire balisé (panneau raquette violet)
3. Admirez le point du vue aux Gouilles à 1200m d'altitude.
4. A la descente, retournez sur vos pas pour les deux derniers virages.

# Sur votre chemin...



🦌 Le cerf élaphe (A)

☘ La barbe de jupiter (C)

🏠 Aux portes de la réserve naturelle (B)

☘ La pessière (D)

# Toutes les infos pratiques

## Animaux acceptés

De manière générale votre chien, s'il est autorisé, doit être tenu en laisse en espaces naturels. Par sa présence, son odeur et ses déjections, votre chien peut perturber la biodiversité. Sa divagation dans la nature peut avoir des conséquences lourdes pour la faune sauvage et les troupeaux (transmission de germes, stress de la faune sauvage, destruction des couvées au sol). Les chiens sont interdits en cœur de parc nationaux et dans la plupart des réserves naturelles.

## Recommandations

Attention : Les conditions des sentiers sont susceptibles de changer, pensez à vous renseigner avant de partir.

Soyez toujours prudent et prévoyant lors d'une randonnée. Asters-CEN74 n'est pas tenu responsable en cas d'accident ou de désagrément quelconque survenu sur ce circuit.

Accès au sentier soumis aux conditions météorologiques. Pour plus d'informations, contacter l'Office de Haute Montagne de Chamonix : +33 (0)4 50 53 22 08.  
<https://www.chamoniarde.com/>

## En cas de rencontre avec un animal sauvage, que faire ?

Les conditions rudes de l'hiver ne laissent pas d'autres choix aux animaux que de survivre au quotidien. Notre présence sur leur territoire va naturellement les perturber, voire les effrayer.

Minimisons donc ce dérangement :

- Arrêtons-nous et laissons l'animal s'écarter tranquillement de notre chemin.
- Ne crions pas et ne faisons pas de gestes brusques afin de ne pas stresser l'animal davantage.
- N'allons pas à sa rencontre et ne le suivons pas.

## Comment venir ?

## Transports

Train : Gare des Houches puis rejoindre, par la route la boucle des cerfs, itinéraire balisé.

.

## Accès routier

En voiture : Rejoindre les Houches-centre **sortie N°27**, au Parc Merlet. Un parking se trouve route de coupeau, sur le deuxième virage.

En train: Gare des houches

## Parking conseillé

Parking route de coupeau ( deuxième virage)

## Accessibilité

### **Lieux de renseignement**

#### **Office du tourisme des Houches**

Pl. de la Mairie, 74310 Les houches

Tel : 04 50 55 50 62

<https://www.chamonix.com/la-vallee/les-stations-villages/les-houches>

# Sur votre chemin...

---



## Le cerf élaphe (A)

Animal herbivore et ruminant, sa nourriture est principalement constituée d'herbe suivant les saisons. En hiver, il vit principalement sur ses réserves et ne mange que 2 à 3 kg de matière sèche par jour, contrairement aux autres saisons où il mange 10 kg de nourriture par jour.

Son territoire est beaucoup plus restreint en hiver, il reste en forêt et près des villages pour s'économiser.

Le mâle perd ses bois en mars et ils repoussent en mai.

La femelle du cerf : la biche, se confond parfois avec le chevreuil ! Ce dernier est beaucoup plus fin (20-25 kg) et ses bois sont nettement plus petits.



## Aux portes de la réserve naturelle (B)

Au dessus de vous, se trouve la réserve naturelle de Carlaveyron.

Protégée depuis 1991, Carlaveyron offre une variété remarquable de paysages. Au fond des gorges de la Diosaz, la forêt se rapproche, par la diversité de ses espèces, d'une véritable forêt naturelle. Plus haut, admirez le travail exceptionnel de l'érosion.

Un ancien glacier a modelé le relief, permettant à l'eau d'aménager son jardin : lac, tourbières...

Observez les animaux, profitez du calme et de la beauté d'un espace protégé.

Crédit photo : @LaurentDelomez





## ☁ La barbe de Jupiter (C)

Ce lichen fruticuleux que l'on peut apercevoir descendant des branches est nommé communément « barbe de Jupiter » ou « usnée barbue ». Plante de moyenne ou haute montagne qui pousse dans des milieux humides, elle indique une bonne qualité de l'air. Elle se plaît surtout dans les forêts tranquilles de conifères, sapins, épicéas, mélèzes... Elle colonise les branches et les troncs en poussant très lentement et sa longévité est exceptionnelle. Elle constitue une nourriture appréciée par les cerfs, biches et chamois quand l'herbe se fait rare en hiver. Renseignez-vous sur les nombreuses vertus de cette plante sauvage !

Crédit photo : @JulietteBuret



## ☁ La pessière (D)

Cette forêt où domine les épicéas est un élément important des paysages alpins. Elle peut être d'origine naturelle ou issue de plantations, destinées à protéger les sols de l'érosion ou à la production de bois.

Elle héberge de nombreuses espèces d'oiseaux comme les pics noirs ou les chouettes. Son bois mort est également favorable à la vie de nombreux insectes saproxylophages, c'est-à-dire se nourrissant de bois mort.

Crédit photo : @ericAlibert