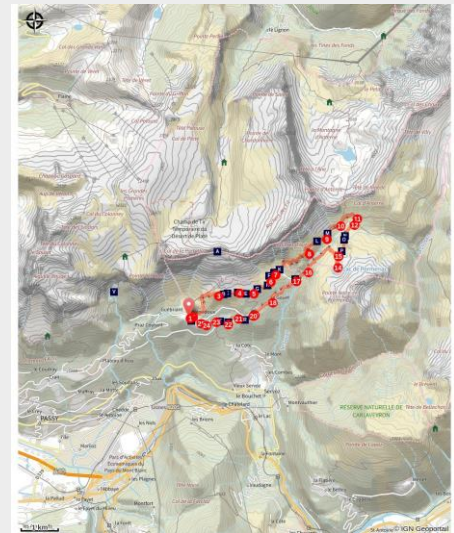


# Lac de Pormenaz : un écrin de biodiversité

Réserve Naturelle de Passy - Passy



Lac de Pormenaz et reflets Fiz (Julien Heuret - CEN 74)



*Des odeurs, des couleurs, et une belle vue sur le massif du Mont blanc : venez savourer la beauté du lac.*

La tentation est grande de découvrir un lac aux reflets changeants, avec une île en son milieu, niché dans un creux fleuri de rhododendrons à la belle saison. A l'aller, le Mont-Blanc en perspective vous captivera. Au lac et au retour se sont les Rochers des Fiz et le massif des Aravis qui vous charmeront.

## Infos pratiques Pratique :

Rando été Durée : 5 h 30

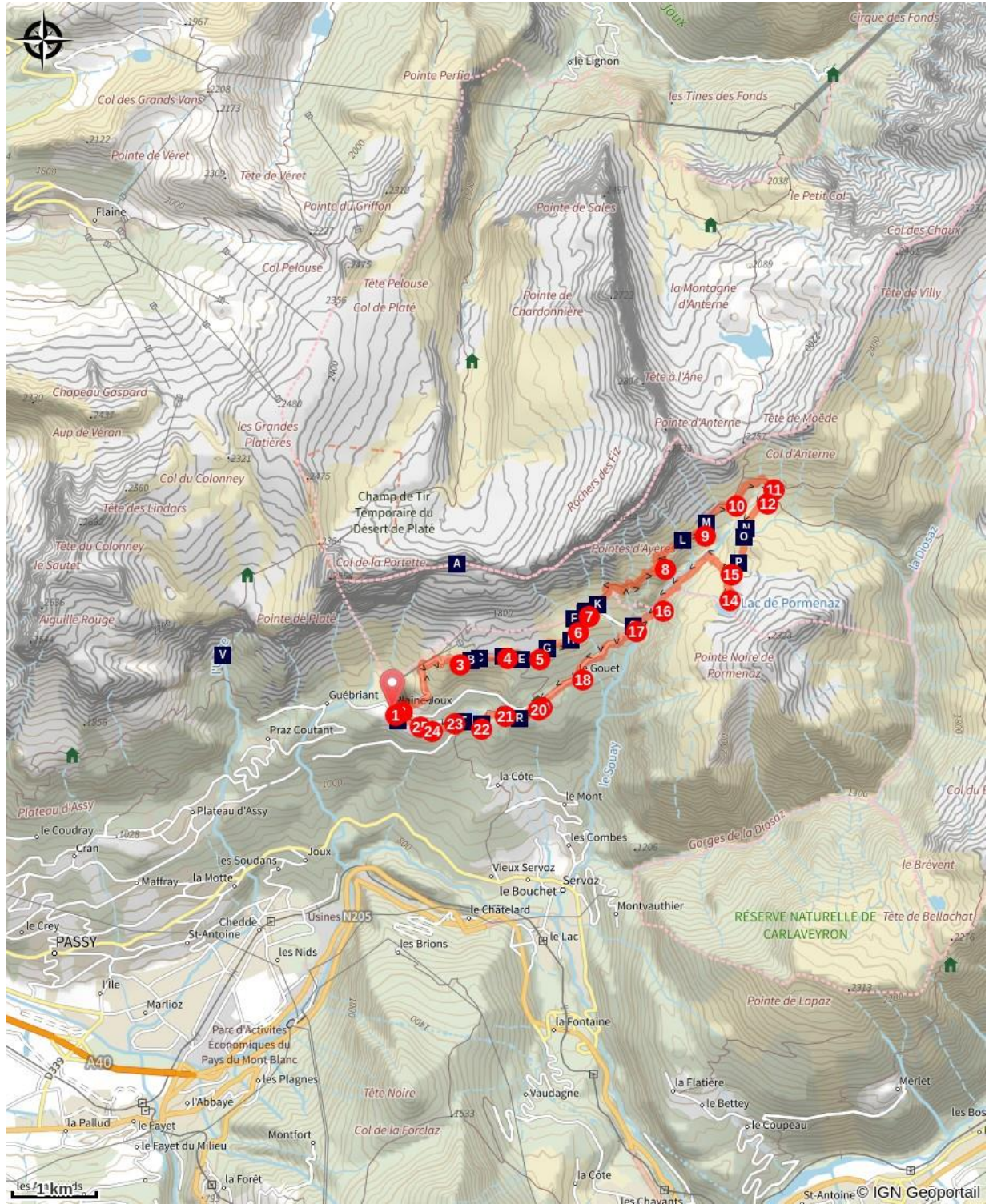
Longueur : 15.7 km

Dénivelé positif : 896 m

Difficulté : Intermédiaire

Type : Boucle

Thèmes : Lac et glacier



## **Recommandations**

Le sentier des Argentières sur le retour est aérien. Une alternative de descente est proposée.

Soyez toujours prudent et prévoyant lors de la randonnée. Asters, CEN 74 n'est pas tenu responsable en cas d'accident ou de désagrément quelconque survenu sur ce circuit.

## **Comment venir ?**

### **Transports**

Bus SAT Mont-Blanc L85

### **Accès routier**

Accéder à la station de Passy Plaine-Joux par la route D43.

Parking à l'entrée de la station.

Ligne de bus L85 (SAT Mont-Blanc).

### **Parking conseillé**

Plaine Joux



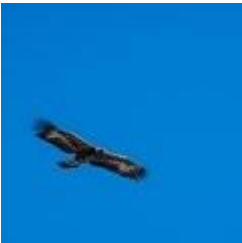
### 🌟 Le Vautour fauve (A)

C'est un visiteur d'été en Haute-Savoie. L'espèce est monogame, c'est-à-dire que les couples sont unis pour la vie !

Cet oiseau vit en colonies de plus ou moins grandes tailles dont les plus proches sont situées dans le sud Vercors. Ce sont surtout les jeunes individus qui explorent de nouveaux territoires. Pour se nourrir, cet oiseau est également capable de couvrir des centaines de kilomètres grâce à sa pratique du vol à voile, sous réserve de conditions météorologiques favorables.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74

---



### 🌟 L'Aigle royal (B)

Tout est exceptionnel chez lui !

Avec une envergure pouvant aller jusqu'à 2 mètres, il règne en couple sur un territoire équivalent à 10 000 terrains de foot !

Sa vue perçante et légendaire, détecte les mouvements d'une proie à plus de 1 km de distance. Ses yeux sont comme des loupes qui grossissent 6 à 8 fois ce qu'il perçoit et son champ de vision est de 240°.

Outre les couleurs, il est capable de déceler les ultra-violets, un atout de taille pour ce grand chasseur qui peut fondre sur sa proie en piqué à la vitesse de 350 km/h.

Mais nul n'est parfait : il rate 9 proies sur 10 !

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74

---



### 🌟 Le lagopède alpin (C)

Cette espèce, douée de mimétisme, est capable de transformer son plumage entre les saisons d'été et d'hiver afin de se fondre dans son environnement. En hiver, son plumage est blanc pur ; en été, il y a des taches brunes et noires sur le dessus ; en automne : grisâtre écaillée de blanc sur le dessus.

Son nom, qui signifie "pied de lièvre", provient du fait que ses doigts sont recouverts d'un épais duvet en hiver !

C'est l'un des oiseaux les plus menacés des Alpes.

Dans les réserves naturelles de Haute-Savoie, un suivi des populations est réalisé tous les ans afin de mesurer l'évolution des effectifs, en collaboration avec "L'Observatoire des Galliformes de Montagne".

Crédit photo : @JulienHeuret



### ❖ Le Pic noir (D)

C'est le plus grand des 8 pics présents en France. A l'origine, espèce purement montagnarde, il se rencontre désormais aussi en plaine ! En effet, il s'adapte aussi bien aux forêts de feuillus que de résineux, dès lors qu'elles sont de grandes surfaces et qu'elles disposent de bois morts laissés sur place et de vieux arbres de gros diamètres.

Il se reconnaît aisément à son plumage entièrement noir égayé d'une tâche rouge vif, limitée à la nuque chez la femelle et plus étendue chez le mâle.



### ❖ La Gélinotte des Bois (E)

C'est la plus petite et la plus discrète des espèces de Galliformes de montagne.

Elle est bien moins connue que le Tétraz-Lyre ou que le Lagopède alpin du fait de ses mœurs exclusivement forestières !

Mais elle est aussi importante d'un point de vue biologique et scientifique : c'est une espèce indicatrice des changements environnementaux. Ses exigences marquées en termes de végétation et de variété d'essences d'arbres la mettent en danger face à une mauvaise gestion forestière. C'est d'ailleurs l'une des principales causes de régression de l'espèce.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74



### ❖ Le parler sifflé de la Marmotte (F)

La Marmotte est le met préféré de l'Aigle royal et dans une moindre mesure, du Renard. Toujours vigilante, en position de

« chandelle », elle surveille donc son environnement pour ne pas se faire prendre. Grâce à des yeux au champ de vision très large, à une ouïe et à un flair très performants, rien ne lui échappe. En cas d'alerte, elle prévient les autres par un cri d'alarme : très aigüe et bref pour un danger venant du ciel, sifflé et répété pour un danger au sol. Et ce danger, c'est parfois vous !

Crédit photo : Frank Miramand - CEN 74



## Le Sorbier des Oiseleurs (G)

C'est un petit arbre qui pousse en lisière des forêts. Ses fruits, appelés "sorbes", sont des baies rouges orangées qui sont très appréciées des grives et des merles.

Il est possible d'en faire de l'eau de vie, de la gelée ou de la confiture. A condition d'être cueillis avant maturité sous peine de toxicité !

Dans la réserve, le sorbier est étudié dans le cadre d'un programme de science participative destiné à mesurer l'impact du changement climatique en montagne.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74



## Les Ayères (H)

A l'origine, le terme « Ahier » provient du patois roman qui désigne l'Erable sycomore. Les termes "pierrières" et "roc" proviennent des nombreux blocs rocheux qui sont les témoins des éboulements du Dérochoir dont celui de 1751 qui tua 6 personnes et quelques animaux domestiques. Tous ces chalets étaient des chalets d'alpage à vocation agricole.

Maintenant ce sont des résidences secondaires.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74



## Chiens de protection des troupeaux (I)

Ce sont des chiens de travail, leur présence est donc acceptée dans les réserves naturelles. Ils sont là pour défendre les moutons et brebis des attaques de grands prédateurs, comme le loup. Souvent de grande taille, ces chiens, qualifiés de "molossoïdes", dédient leur vie à la protection des troupeaux auxquels ils sont très attachés.

A l'approche du troupeau, il est important de rester attentif à leur comportement et de s'adapter, tout en [respectant certaines consignes](#) :

- Rester à distance du troupeau (le contourner si possible)
- Se signaler, à voix haute, aux troupeaux et aux chiens pour éviter de les surprendre
- Garder votre calme et éviter les gestes brusques, continuer à marcher sans courir. N'hésitez pas à leur parler doucement pour qu'ils s'habituent et acceptent votre présence.
- Eviter de regarder les chiens dans les yeux et mettre un objet entre vous et le chien.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



### ❁ Le Loup (J)

Le loup est de retour en France, par ses propres moyens, depuis les années quatre-vingt-dix. Partie d'Italie, l'espèce a d'abord colonisé les Alpes du Sud, puis l'ensemble du territoire alpins.

Depuis l'été 2019, sa présence est avérée dans certaines des Réserves naturelles de Haute-Savoie d'où la présence de chiens de protection auprès de plusieurs troupeaux.

En effet, le loup est carnivore. Il se nourrit principalement d'animaux sauvages tels chamois ou chevreuils. Mais il peut aussi consommer des brebis ou des moutons, surtout quand le troupeau ne sont pas gardés.

Pour ne pas gêner le travail des chiens, respectez les consignes !

Crédit photo : Anne-Laure Martin

---



### ❁ La Gentiane jaune (K)

Cette grande plante vivace, de plus de 1m, se rencontre dans les prairies, les landes ou les clairières de forêts des étages montagnard et subalpin.

Utilisée en phytothérapie, il convient de ne pas la confondre avec le Vêrâtre blanc, hautement toxique, à côté duquel elle pousse et à qui elle ressemble beaucoup !

Seules les fleurs ne se ressemblent pas. Celles de la Gentiane sont jaunes. En dehors des périodes de floraison, c'est surtout les feuilles qu'il faut regarder. Celles de la Gentiane sont face à face sur la tige, tandis que celles du Vêrâtre sont alternées.

Crédit photo : Julien Heuret – CEN74