

# Lac de l'Hivernet

Embrunais - Embrun



Lac de l'Hivernet en période de printemps (Amélie Vallier)



*Ce parcours verdoyant propose des paysages aux multiples ambiances : forêts, prairies, paysages minéraux et enfin le lac de l'Hivernet !*

On trouve aussi des lacs d'altitude à Serre-Ponçon, à l'image du lac de l'Hivernet qui culmine à 2400 m d'altitude, sous la tête de l'Hivernet. L'ascension se fait d'abord par une forêt de mélèzes ombragée et animée par la présence de nombreuses espèces sauvages. Puis une seconde partie un peu sportive passe par une pente plus raide et ensoleillée au pied de barres rocheuses aux curieuses formes géologiques. Vos efforts seront récompensés par l'arrivée au lac et ses couleurs chatoyantes.

## Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 4 h 15

Longueur : 8.7 km

Dénivelé positif : 759 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Lac et glacier

# Itinéraire

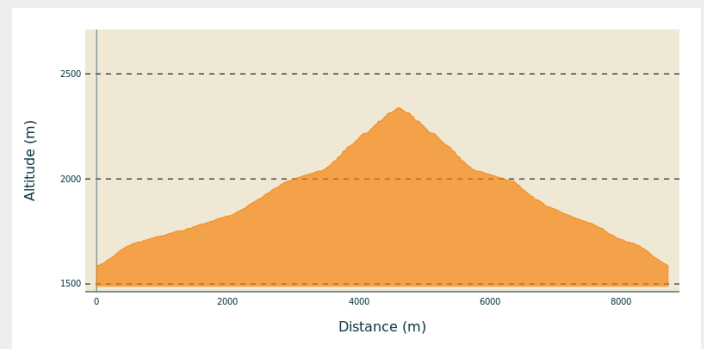
**Départ** : Parking de la forêt, Embrun (attention parking non accessible en période hivernale).e

**Arrivée** : Embrun

**Balisage** : — PR

**Communes** : 1. Embrun

## Profil altimétrique





Altitude min 1588 m Altitude max 2339 m

Du parking, prendre à droite sur la piste.

1. Arriver au chalet des fontainiers, (après la cabane) prendre à gauche direction « le lac de l'Hivernet » par « Pré Clos » et « Pierre Pointue ».
2. Au prochain croisement prendre à droite.
3. Arrivé au « Pré Clos », prendre à droite direction « lac de l'Hivernet ».
4. Au prochain croisement continuer tout droit.
5. Au niveau du portillon aller toujours tout droit. Continuer le sentier jusqu'à rejoindre le lac de l'Hivernet. Lors de votre retour au niveau du portillon prendre à gauche direction la cabane de l'Aiguille. Passer devant la cabane et suivre le chemin à droite qui rejoindra le chalet des fontainiers. suivre ensuite le sentier pour rejoindre le parking.

# Sur votre chemin...



- |  |  |
|--|--|
|  Le Mélèze (A)                        |  Sylvopastoralisme (B)      |
|  Orties (C)                           |  Pastel des teinturiers (D) |
|  Pied-de-coq (E)                      |  Le Chevreuil (F)           |
|  Pissenlit (G)                        |  Gentiane Printanière (H)   |
|  Fougère Polystic en fer de lance (I) |  Thym Serpolet (J)          |
|  Marmotte (K)                         |  Le Coucou Gris (L)         |

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Attention le lac de l'Hivernet peut fréquemment se tarir en période estivale.

## **Comment venir ?**

### Transports

Transports en commun : [ccserreponcon.com](https://ccserreponcon.com)

### Accès routier

De la gare d'Embrun, monter en direction du haut de la ville, passer au-dessus la voie ferrée puis prendre la direction de Caleyère jusqu'au hameau. Continuer ensuite sur la route principale en direction des portes de la Forêt. Attention parking non accessible en période hivernale.

### Parking conseillé

Parking de la Forêt, terminus de la route, Embrun. Attention parking non accessible en période hivernale.

## **Lieux de renseignement**

### **Bureau d'Information Touristique Embrun**

Place Général Dosse - BP 49, 05202 Embrun

[embrun@serreponcon-tourisme.com](mailto:embrun@serreponcon-tourisme.com)

Tel : 0492437272

<https://www.serreponcon-tourisme.com/>



## **Source**



Serre-Ponçon

<https://www.serreponcon.com>

# Sur votre chemin...

---



## ❁ Le Mélèze (A)

Arbre roi dans les montagnes des Alpes du Sud, le mélèze est le seul conifère à perdre ses aiguilles en hiver. Ses cônes, au printemps, sont d'un violet sombre caractéristique. Le mélèze est une des rares essences européennes imputrescibles (qui ne pourrit pas). C'est pourquoi malgré sa torsion au séchage il est beaucoup utilisé dans les charpentes, les abreuvoirs et autres rigoles des villages montagnards. Incapable de se régénérer sous son propre sous-bois, il a besoin d'ouvertures naturelles, parfois créées par des avalanches, pour que les jeunes pousses se développent. On le retrouve jusqu'à plus de 2200 mètres d'altitude, où il adopte alors des formes naines dans ces zones dites "de combat". Le mélèze présenté en ce point de la randonnée est plusieurs fois centenaire.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

---

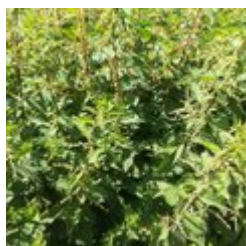


## 🐑 Sylvopastoralisme (B)

La forêt communale d'Embrun concilie des objectifs forestiers et pastoraux. Ce mélézin de 646 ha constitue en effet un bois clair permettant la pousse de ressources fourragères. 1200 moutons et 150 vaches pâturent ainsi dans un des plus beaux mélézins des Hautes-Alpes. Cette forêt qui protège les terrains avals des avalanches, des coulées de boue et des chutes de pierre est un bel exemple de forêt multifonctionnelle où production de bois d'œuvre ou de chauffage, pâturage et accueil du public coexistent.

Crédit photo : Christian Couloumy - PNE

---



## ❁ Orties (C)

Nommée la grande Ortie, cette plante est urticante. Riche en protéines, en vitamines et en minéraux, sa consommation s'est généralisée au cours de périodes de famine à la fin du Moyen-Age ou au cours des deux Guerres mondiales. Elle est totalement adaptée pour des cures de santé et se déguste en soupe, en accompagnement ou en limonade. Hormis cette utilisation, elle devient au XVIème siècle une plante utilisée à des fins industrielles dans la fabrication de papiers, de vêtements...

Crédit photo : Amélie Vallier



## ✿ Pastel des teinturiers (D)

Ponctuant le bord des chemins, cette bisannuelle, verte et glabre, est aussi connue comme l' « herbe de Saint Philippe ». Grande plante robuste surmontée d'une ombrelle de fleurs jaunes, elle a de multiples utilités. Tandis que ses feuilles fournissent une teinture bleue utilisée pour colorer les vêtements, les façades et les charrettes (le fameux « bleu charrette » qui avait pour vertu d'éloigner les mouches), ses racines sont employées contre les oreillons, l'hépatite infectieuse, le mal de gorge ou la fièvre.

Crédit photo : Bernard Nicollet - PNE

---



## ✿ Pied-de-coq (E)

Plus communément appelée le bouton d'or, c'est une fleur bien connue du public. Les fleurs sont visibles de mai à septembre et se trouvent généralement dans des pelouses ou en bordure de chemin. Ses tiges et ses feuilles possèdent un peu de poils. Elle est peu consommée par les animaux d'élevage car elle est toxique, ce n'est que lorsque celle-ci sèche qu'elle perd sa toxicité. Cette plante fait partie de la grande famille des renonculacées.

Crédit photo : Amélie Vallier

---



## 🦌 Le Chevreuil (F)

Fin, agile et rapide, le chevreuil est très discret mais laisse l'empreinte de ses frêles sabots sur la neige ou la boue jusqu'à l'étage alpin. Il est également repérable à sa "voix" forte puisqu'il émet un aboiement puissant lorsqu'il est dérangé. Dans la pénombre, leur miroir, cette tache blanche sous la queue en forme de cœur pour la femelle et de haricot pour le mâle les trahit parfois. Au début de sa vie, le faon est couvert de taches blanches qui le camouflent. Ce « bambi » reste très souvent couché dans l'herbe. Si vous en découvrez un, ne le touchez pas : il n'est pas abandonné.

Crédit photo : Albert Christophe - PNE



## ✿ Pissenlit (G)

Il est aussi appelé dent de lion en référence à ses feuilles crantées. Mal vu par les jardiniers, cette plante est pourtant un véritable allié. L'utilisation du pissenlit comme plante médicinale trouve ses origines dans l'Antiquité grecque. Les jeunes feuilles du pissenlit sont servies en salade ou blanchies comme des épinards. Traditionnellement, les fleurs étaient utilisées pour en faire un vin qu'on disait fortifiant, elles peuvent également être infusées dans un sirop de sucre. Elles forment une sorte de miel, appelé cramailotte.

Crédit photo : Amélie Vallier



## ✿ Gentiane Printanière (H)

Egalement appelé Gentiane de Printemps, dans la famille des petites gentianes vivaces à la fleur d'un bleu profond, celle-ci se reconnaît à sa courte tige portant une à deux paires de feuilles opposées. Elle s'identifie surtout grâce à ses feuilles aiguës et au moins deux fois plus longues que larges, regroupées en rosettes à la base. Elle fait partie des plantes pouvant s'adapter à une très large amplitude altitudinale, de l'étage collinéen à l'étage alpin.

Crédit photo : Amélie Vallier



## ✿ Fougère Polystic en fer de lance (I)

Cette espèce de fougère développe ses feuilles au printemps. Son feuillage est semi-persistant et elle est assez rustique puisqu'elle ne craint pas le gel avant -20 C°. La fougère est un des végétaux les plus anciens apparus sur terre.

Crédit photo : Amélie Vallier



## ✿ Thym Serpolet (J)

Dans la grande famille des Thym, le Serpolet est connu pour ses vertus médicinales depuis l'Antiquité. C'est une plante vivace qui a des tiges qui s'étalent au sol. Les fleurs sont regroupées en épis et sont visibles du mois de juin à octobre. Elle se développe dans les milieux secs et peut se retrouver jusqu'à 2 400m d'altitude. Cette plante est idéale en tisane pour calmer la toux et fluidifier les bronches.

Crédit photo : Amélie Vallier



## Marmotte (K)

Rongeur de taille moyenne, la marmotte est un symbole des pelouses d'altitude. Elle a un corps massif et quasi cylindrique, des oreilles courtes, des pattes trapues et munies de fortes griffes. Elle émet un sifflement aigu et puissant au moindre danger. Véritable hibernante, elle n'est visible que d'avril à octobre. La marmotte vit en famille. Les relations sociales y sont nombreuses : toilettage, jeux, mais aussi rixes et morsures assurent la cohésion du groupe et le respect de la hiérarchie.

Crédit photo : Marc Corail - PNE



## Le Coucou Gris (L)

C'est un oiseau migrateur de taille moyenne, c'est par son chant « cou-cou » qu'on l'identifie, d'avril à juillet, entre boisements et espaces ouverts.

Les femelles recherchent les nids de petits passereaux et mangent un des oeufs du nid occupé avant d'y pondre le leur. Dans le nid parasité, le poussin coucou, qui naît avant les autres va éjecter tous les autres œufs pour être élevé par ses parents adoptifs.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE