

# La tête d'Oréac

Vallouise - Les Vigneaux



Vue sur le Pelvoux depuis la tête d'Oréac (Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Ecrins)



## *Forêt, alpage et grand tour d'horizon.*

Entre forêt et alpage, ce circuit paisible offre non seulement le vaste panorama depuis la tête d'Oréac mais aussi la découverte du charmant plateau de Tournoux.

## Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 3 h

Longueur : 6.0 km

Dénivelé positif : 353 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Col, Flore, Point de vue

# Itinéraire

**Départ** : Col de la Pusterle

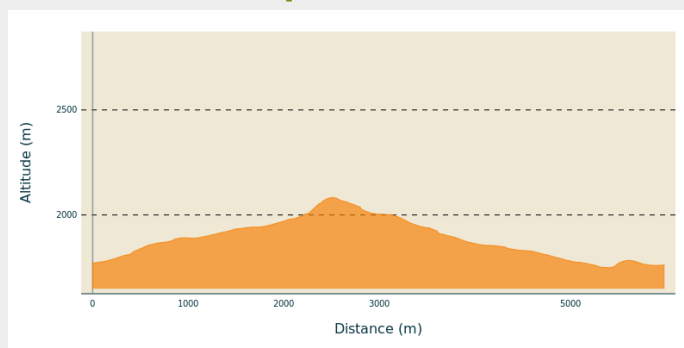
**Arrivée** : Col de la Pusterle

**Communes** : 1. Les Vigneaux

2. L'Argentière-la-Bessée

3. Puy-Saint-Vincent

## Profil altimétrique







Altitude min 1750 m Altitude max 2084 m




Suivre la direction de la tête d'Oréac ainsi que la signalétique pour le trail 25. Le chemin s'élève jusqu'au bord du plateau d'Oréac puis change de direction pour aller rejoindre par un court raidillon le sommet.

1. Au sommet (cairn), il faut prendre à droite le sentier descendant légèrement jusqu'à un panneau. Là, il faut continuer de suivre le trail 25 en bifurquant sur la gauche. Le sentier débaroule de tête d'Oréac pour rejoindre le col de pré Rouge, où se situe une réserve collinaire.
2. Longer la réserve collinaire par la droite puis descendre sur la piste jusqu'à un bâtiment. Prendre alors en face de celui-ci un petit sentier rejoignant le lac des Hermes.
3. Au lac des Hermes, il faut emprunter le chemin à droite, situé 10 mètres avant le panneau indicateur, pour descendre sur la maison du Laus.
4. Suivre alors à droite la direction de Tournoux, d'où l'on rejoint le plateau de la Pusterle par un chemin se faulant sous les falaises de la tête de la Rochaille puis par un sentier signalé par le trail 25.

# Sur votre chemin...



-  Le sanglier (A)
-  Le pinson des arbres (C)
-  Le panorama (E)
-  L'hélicon des granites (G)

-  La tête d'Oréac (B)
-  La gentiane jaune (D)
-  L'ancolie des Alpes (F)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Ce circuit traverse un alpage à vaches. Tenir son chien en laisse. Ne pas oublier de refermer les clôtures après son passage.

## **Comment venir ?**

### Accès routier

A Puy-Saint-Vincent, se rendre au hameau des Prés puis à Prey d'Aval, Prey d'Amont et continuer sur la piste menant au col de la Pousterle.

### Parking conseillé

Col de la Pousterle

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Aigle royal

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août

Contact : Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification de l'Aigle royal

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec l'Aigle royal en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2230m.

## Faucon pèlerin

Période de sensibilité : Février, Mars, Avril, Mai, Juin

Contact : Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Faucon pèlerin.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Faucon pèlerin en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

En cas de survol merci de rester au-dessus de 2140m d'altitude à une distance de 300m sol.

Au site dit de Grand Bois, le couple de faucons a retrouvé son aire de prédilection dans le secteur "flamme de pierre" ; à éviter donc.

[http://www.ecrins-parcnational.fr/actualite/amis-grimpeurs-attention-aux-pelerins-voies?fbclid=IwAR2Z8hX\\_38vpdW3mS499aRnY08jarhfm-5-eNV8K29k3WB3q3Ik2US\\_Alec](http://www.ecrins-parcnational.fr/actualite/amis-grimpeurs-attention-aux-pelerins-voies?fbclid=IwAR2Z8hX_38vpdW3mS499aRnY08jarhfm-5-eNV8K29k3WB3q3Ik2US_Alec)



## **Lieux de renseignement**

### **Bureau d'Information Touristique de Puy Saint Vincent 1400**

Les Alberts, 05290 Puy Saint Vincent  
1400 m

[contact@paysdesecrins.com](mailto:contact@paysdesecrins.com)

Tel : +33(0)4 92 23 35 80

<https://www.paysdesecrins.com/>



### **Maison du Parc de Vallouise**

[vallouise@ecrins-parcnational.fr](mailto:vallouise@ecrins-parcnational.fr)

Tel : 04 92 23 58 08

<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



### **Office du tourisme Puy-Saint-Vincent 1600**

Les Alberts, 05290 Puy-Saint-Vincent

[contact@paysdesecrins.com](mailto:contact@paysdesecrins.com)

Tel : 04 92 46 68 58

<http://www.paysdesecrins.com/>



## **Source**



Parc national des Ecrins

<https://www.ecrins-parcnational.fr>

# Sur votre chemin...

---



## Le sanglier (A)

Cet animal bien connu est omnivore et peut aller haut en altitude. Il n'est pas rare d'observer dans les alpages ses boutis, les endroits où il a labouré le sol pour y trouver vers ou tubercules de plantes. Ses traces sont caractéristiques : les deux « pincettes » (sabots de devant) sont larges et les deux « gardes » (sabots des deux doigts de derrière, généralement situés plus haut) apparaissent. Chez les autres ongulés de nos régions (cerf, chamois ...) seules les pincettes marquent le sol.

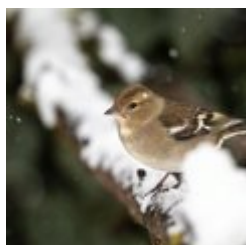
Crédit photo : Marc Corail

---

## La tête d'Oréac (B)

Ce petit sommet débonnaire offre une très belle vue sur les plus beaux sommets du massif, comme le Pelvoux, mais aussi sur la vallée de la Durance, ou encore le sauvage vallon du Fournel. On est également tout près de la crête Est de la Pendine, point culminant de la station de Puy-St-Vincent.

---



## Le pinson des arbres (C)

Oiseau très commun, ce pinson vit aussi bien en forêt que dans les villages. Le mâle est plutôt dans les tons de rosé, avec une calotte gris bleu, la femelle plus terne dans les tons de gris vert. C'est un oiseau assez grégaire, hormis en période de reproduction et les oiseaux communiquent souvent entre eux par des « pink, pink ». Il est partiellement migrateur, les populations du nord de l'Europe viennent passer l'hiver en France et autres pays tempérés.

Crédit photo : Pascal Saulay

---



## La gentiane jaune (D)

Cette grande plante aux fleurs jaunes, commune dans les pâturages, est bien connue pour les propriétés toniques et apéritives de sa racine. Il ne faut cependant pas la confondre avec le vétrate blanc d'allure semblable avant la floraison mais très toxique. Les feuilles de la gentiane sont disposées de façon opposée par rapport à la tige alors que chez le vétrate elles sont alternes, c'est-à-dire échelonnées de part et d'autre de la tige.

Crédit photo : Coulon Mireille



## Le panorama (E)

Du sommet de la via ferrata, le panorama est vaste sur la vallée de Vallouise. On peut voir vers le nord ouest le sommet du Pelvoux et son glacier (quasi) somital et à sa gauche le Pic Sans Nom et L'Ailefroide. A sa droite, la langue terminale du Glacier Blanc.

Crédit photo : Maillet Thierry

---



## L'ancolie des Alpes (F)

Cette plante donne de très belles fleurs grandes et bleu azur, peu nombreuses sur la tige et un joli feuillage. Elle se rencontre dans les endroits frais de préférence sur calcaire. Elle est rare et protégée. Malheureusement, même un photographe bienveillant peut lui faire du tort en écrasant par mégarde de jeunes plants qui ne devaient fleurir que une ou deux années plus tard. Il faut donc être vigilant. Elle est endémique des Alpes occidentales.

Crédit photo : Cyril Coursier

---



## L'hélicon des granites (G)

Voici un escargot bien mal nommé ! En effet, il ne vit pas spécifiquement sur les roches granitiques, comme le montre ici une importante population de cette espèce, sur calcaire. Il se réfugie dans des casses (éboulis à gros blocs) humides et fraîches. Son corps est noir et il a une belle coquille de près de 2 cm de largeur, un peu aplatie. Il est peu commun et sa répartition ne se situe que dans une toute petite partie des Alpes.

Crédit photo : Combrisson Damien