



18

## VALLON DU MONT NOIR

### Au départ de Notre-Dame-des-Fontaines (870 m)



Cette petite randonnée facile et accessible à tous mène à une succession de cascades et de launes qui apportent une ambiance ombragée et fraîche même au plus fort de l'été. L'itinéraire traverse le bas du quartier du Castillon face au massif forestier du Mont Noir. Il chemine pratiquement de niveau, au-dessus des vallons de la Madone et du Mont Noir, qui prennent leur source dans l'ubac des Fraches sous la crête frontière. Il est intéressant de rappeler qu'une partie des riches campagnes du quartier des Fraches reste la propriété de familles de Triora, village italien situé au-delà du Colle Ardente. Au retour, on ne manquera pas de rajouter une touche culturelle à cette promenade en visitant la Chapelle de Notre-Dame-des-Fontaines et ses fresques du XVe siècle signées Canavesio et Baleison, qui relatent la passion du Christ peinte par les artistes de façon très vivante, dans un écrin de nature.

### Itinéraire

A partir du parking de Notre-Dame-des-Fontaines (balise 266), laisser le sanctuaire sur la droite pour s'engager sur environ 200 mètres sur la piste que l'on quitte au premier lacet (b.265). Traverser après quelques mètres le torrent de la Madone puis prendre le sentier (b.264) qui monte et ne tarde pas à s'aplanir. Par une agréable traversée en sous-bois, atteindre les launes et les petites cascades du vallon Noir (1 050 m - b.267) légèrement en aval de la cascade des Fraches.

Le retour s'effectue par le même itinéraire.



### Caractéristiques de la randonnée

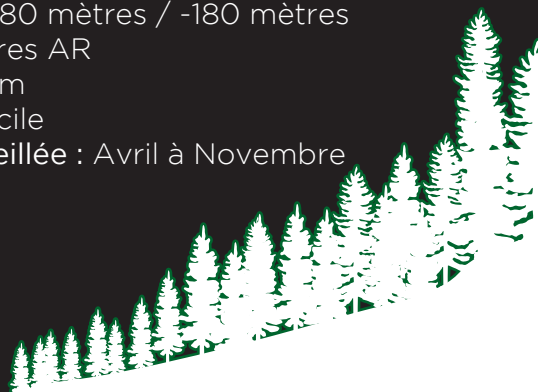
Dénivelée : +180 mètres / -180 mètres

Durée : 2 heures AR

Distance : 6 km

Difficulté : Facile

Période conseillée : Avril à Novembre





# INFORMATIONS & AVERTISSEMENTS

## Signalétique, cartographie et balisage

Présente aux départs des itinéraires, aux bifurcations et aux cols, la signalétique départementale en bois gravé, facilement



reconnaissable, équipé l'ensemble des itinéraires pédestres inscrits au PDIPR. Chaque poteau porte un numéro de référence que l'on pourra aisément retrouver sur la carte IGN TOP 25 du secteur, complément indispensable du descriptif de chaque itinéraire, qui permet une orientation de terrain précise, l'analyse des principaux paramètres du circuit (pente, dénivelée, abris...) et en cas de

problème, de trouver le chemin ou la route à emprunter pour gagner le village le plus proche.

Les rectangles de peinture jaune (chemin de petite randonnée) ou blanche et rouge (chemin de grande randonnée) balisent les itinéraires entre les poteaux indicateurs.



## Pastoralisme

Pour protéger leurs troupeaux contre les attaques de prédateurs, les éleveurs et bergers sont amenés à utiliser des chiens de protection pour dissuader tout intrus de s'approcher du troupeau.

Vous pouvez être amené à rencontrer un ou plusieurs chiens de protection : contournez largement le troupeau, évitez de le traverser, face au chien arrêtez-vous, restez calme, ne le menacez pas, ne le caressez pas, et si vous avez votre chien de compagnie, ne le prenez jamais dans les bras.

**Dans tous les cas, quand vous voyez un troupeau, gardez vos distances !**



## Parc national du Mercantour

En zone cœur du Parc national du Mercantour, une signalétique directionnelle sur panneaux jaunes remplace le fléchage en bois gravé. Prenez soin de vous renseigner sur la réglementation spécifique appliquée dans cet espace protégé.

## Consignes de sécurité

Les randonnées qui vous sont proposées se déroulent dans un milieu naturel de montagne soumis aux aléas climatiques. Chaque usager évolue dans cet environnement en fonction de ses capacités, sous sa propre responsabilité, en connaissance des risques encourus liés au milieu ou à l'activité et doit prendre les précautions nécessaires pour une pratique en toute sécurité. Les descriptifs donnés à titre d'information et ne dispensent pas de faire preuve de vigilance et de bon sens et d'adapter votre comportement aux circonstances effectivement rencontrées sur le terrain.

**Encadrement :** n'hésitez pas à faire appel à un professionnel qui saura vous guider, vous former et vous faire découvrir les joies de la rando en toute sécurité. Accédez aux coordonnées des professionnels de l'activité en vous adressant à la mairie ou à l'Office de Tourisme le plus proche.

**Recommandations de pratique :** un équipement adapté au parcours, des conditions météorologiques vérifiées avant le départ, constituent des facteurs importants de confort et de sécurité.

**Pour alerter les secours, composez le 112.**

**Attention !** En fonction de la couverture GSM, le recours au téléphone portable ne peut être systématique.