



### Les pierres écrites

Gravées par les habitants ou les militaires de passage, ces pierres sculptées et disséminées par centaines se cachent dans la montagne et les ruelles des villages. On y retrouve des évocations de flore et de faune, de personnages, de calamités naturelles, de sentences morales et d'inscriptions religieuses.

### Les hameaux oubliés

Autrefois habités à l'année, certains des 15 anciens hameaux d'Abriès-Ristolas furent dévastés par des incendies. Avec l'exode rural du XIX<sup>e</sup> siècle, ils sont ensuite devenus sites d'estive pour être complètement délaissés entre les deux guerres... Aujourd'hui, des projets de réhabilitation voient le jour pour certains.

### Légende

- € DISTRIBUTEUR DE BILLET SELON LES HORAIRES D'OUVERTURE
- 🚐 AIRE DE CAMPING-CAR
- ♻️ TRI SELECTIF
- P PARKING
- 🏠 OFFICE DE TOURISME
- 🎮 AIRE DE JEUX
- 🚗 NAVETTE GRATUITE ÉTÉ ET HIVER
- 🍴 TABLE DE PIQUE-NIQUE
- 🗨️ BELVÈDÈRE
- 🚻 TOILETTES PUBLIQUES ÉTÉ UNIQUEMENT
- 💧 EAU POTABLE
- 🚰 EAU NON SURVEILLÉE

# Abriès - Ristolas



### L'Arche des Cimes

Ce musée présente la richesse de la faune et de la flore de la vallée : monde vivant, complexe, dont l'évolution incessante et la beauté fragile sont mises en scène dans cet espace du parc naturel régional du Queyras.

### Eglise Saint Marcellin

Détruite au XVI<sup>e</sup> siècle par une inondation, elle aurait été reconstruite en 1575, date sur le linteau de la porte, après les guerres de religion. Le chœur, lui, date plutôt du XVIII<sup>e</sup> siècle.

### Eglise Saint Pierre

Plus ancienne église du Queyras (1387), elle a été victime des assauts des éléments naturels et des hommes. Pourtant, elle n'a pas perdu sa richesse avec ses sculptures extérieures et ses décors peints intérieurs datés de l'époque baroque (XVII<sup>e</sup>).

### Fontaines et turbines

Jadis, les fontaines et lavoirs servaient à éteindre les incendies, arroser les jardins ou faire la lessive. Les turbines exposées dans la cour de l'église d'Abriès et à Ristolas sont les vestiges d'une utilisation précoce de la force de l'eau pour alimenter les usines électriques et maisons du village.

### Les oratoires

Petits édifices consacrés à la prière, les oratoires fleurissent au bord des chemins. Certains appartiennent aux anciennes familles du village, d'autres sont publics. Lieux de culte et d'offrande, on s'y attarde pour chercher la protection d'un Saint ou pour prier ses morts.

### Le calvaire du GR®

Le GR®58 emprunte le chemin de croix pentu et jonché de 13 stèles (ou stations). A la 14<sup>ème</sup> (mise au tombeau du Christ), trône une chapelle au doux nom de Calvaire. L'ensemble date des années 1830.

### Les halles

Dès le Moyen-Age, les halles d'Abriès sont témoins d'une certaine opulence grâce au commerce par les cols frontaliers essentiellement. On peut voir encore les arcs de la façade à l'office du tourisme, dont d'anciennes pierres sont gravées.

### Label Architecture contemporaine remarquable

A la dernière guerre, Abriès-Ristolas a été bombardée et les habitations détruites. Des fonds allemands ont permis de rebâtir les grandes fermes actuelles. Ce label, qui reconnaît une valeur esthétique et technique aux édifices réalisés il y a moins de 100 ans a été décerné à Ristolas.



100 M

## 5 IDÉES BALADES À ABRIÈS-RISTOLAS



### Chemin de l'antenne par le Calvaire

4.5 KM 1h30 256 M Parking du Bouchet

Une balade pour prendre de la hauteur et voir le village autrement ! En hiver, depuis le parking, le plus simple est de remonter le long du torrent vers le chemin du Génébrier. Aux dernières maisons, la route devient piste. Celle-ci nous mène jusqu'à l'antenne en passant sous le hameau en ruine du Villard et sa jolie vue sur la vallée. La descente se fait par le même chemin l'hiver, à moins d'être bien équipé et de couper par le Calvaire. En fonction de l'état de la piste l'hiver, une paire de bâtons et de raquettes ne sont pas de trop. Quand il est sec, le sentier du Calvaire est bien praticable. Depuis le parking, suivre le GR®58 (tour du Queyras), balisé rouge et blanc. Le sentier monte en direction des 13 stations du chemin de croix. La 14<sup>ème</sup> se trouve sur le Calvaire, la petite chapelle que l'on voit d'en-bas. Il rejoint la piste qui mène à l'antenne. Retour par le même chemin.

Balade à faire en été ❄️ Balade à faire en hiver



### Un peu de télésiège

4.6 KM 1h30 476 M Station de ski

À la station de ski d'Abriès-Ristolas, le télésiège fait le bonheur des randonneurs aussi bien l'hiver que l'été. Pendant que certains glissent sur les pistes de ski, les piétons contemplatifs iront se promener du côté du belvédère. Arrivé en haut du télésiège, prendre à droite et suivre l'itinéraire damé jusqu'au belvédère. Faite en bois local et dotée d'une carte panoramique, la plateforme offre un ravissant point de vue sur le Mont Viso et ses compatriotes d'altitude. En hiver, la balade est un aller-retour depuis le haut du télésiège. En été, elle continue pour former une boucle en passant par l'étang de Moussou avant de redescendre au pied de la station. Ce paisible point d'eau niché dans la montagne semble méditer devant les sommets. À la caisse des remontées mécaniques, un jeu de piste sur la faune et la flore est disponible gratuitement. A toi de retrouver les balises !



### Les Hameaux oubliés

6 KM 2h 300 M Parking du Roux

Une boucle à la rencontre de hameaux abandonnés, témoins d'une vie d'antan rythmée par les estives. La balade commence au bout du hameau du Roux sur la piste en surplomb du torrent. Elle passe d'abord devant la chapelle Saint-Antoine qu'on ne manquera pas de saluer. Après avoir traversé le torrent de la Montette qui mène au hameau du même nom, la pente devient plus raide. Une fontaine sculptée dans un tronc de mélèze offre un agréable rafraîchissement. Tout en haut, à la chapelle Sainte Marie Madeleine, prendre à droite en direction du col Saint Martin. Le sentier redescend légèrement vers la passerelle qui permet de traverser une nouvelle fois le torrent. Prendre à droite le chemin à travers bois qui conduit au hameau de Pré Roubaud. Sa chapelle restaurée et ses fresques ainsi que le four communal valent le coup d'oeil, avant de redescendre au Roux.



### De Ristolas à Abriès le long du Guil

6.5 KM 1h45 115 M Haut du village

Rien de mieux lors d'une chaude journée que d'aller se promener à l'ombre du mélèze ! Depuis le parking en haut du village de Ristolas, une passerelle permet de traverser le torrent de Ségure. Sur la gauche, suivre la piste à travers bois. En regardant bien, on trouvera peut-être quelques framboises sauvages à grignoter ! Le chemin surplombe le torrent du Guil qui joue à cache-cache derrière les mélèzes. Et si les oiseaux sont joueurs, on pourra éventuellement être accompagné du chant de mésanges, pics ou autres amis à plumes ! La piste continue jusqu'aux abords d'Abriès, où l'on emprunte le pont de Guillestre, pour passer sur l'autre rive de la rivière et revenir vers Ristolas. La piste longe le Guil qu'il faut une seconde fois enjamber pour rejoindre le point de départ de la balade. Possibilité de rentrer à Ristolas par la navette de l'Escarton en saison uniquement.



### Sentier des vaches

6 KM 2h 138 M Haut du village

Des vaches, il ne porte que le nom ! Ce sentier est très discret voire secret. Depuis le haut du village de Ristolas, monter la piste forestière qui s'enfonce dans le bois en direction du vallon de Ségure. À la 3<sup>ème</sup> épingle à cheveux, prendre le sentier (balisé en jaune) sur la gauche dans le virage. À la fraîcheur des mélèzes, le chemin surplombe le village à l'ubac en longeant la courbe de niveau. Selon l'époque de l'année, de belles fleurs sauvages ornent la balade. Le sentier redescend tranquillement vers la Monta, ce hameau « martyr », frappé des foudres des guerres, incendies et inondations, et dont il ne reste presque rien, si ce n'est la chapelle et le refuge, maison familiale en vieilles pierres chargée d'authenticité. De la vie il y en a aussi au camping, avec son ambiance guinguette et convivialité garantie. Un bout du monde en pleine nature où l'on peut faire une halte avant de retourner à plat le long du Guil jusqu'au point de départ.

LE QUEYRAS  
GUILLESTRE - MONT VISO



## ABRIÈS-RISTOLAS, UN COEUR BATTANT AUX PORTES DU VISO

Abriès est l'un des villages les plus actifs et vivants du Queyras. Plus gros marché du Queyras aux temps anciens, le village a gardé son caractère de joyeuse auberge gourmande, son centre animé et coloré. Ristolas, un bout du monde qui déroule son vert tapis sur les premières marches de la haute-montagne, les cols et les sommets qui sentent déjà l'Italie. Portes du Haut-Guil et du géant Mont-Viso, les villages réunis forment un palais de pierre et de neige parmi les plus convoités des Alpes. Avec son architecture et ses hameaux, cette haute vallée a mille histoires fascinantes à nous raconter !

### Le fameux « Retour d'Est »

Alimentée par les massifs des Ecrins et du Pelvoux, la région bénéficie d'un régime « sous le vent », l'épargnant des perturbations venues de l'Atlantique. Les 300 jours de soleil par an ne sont donc pas un mythe.

Mais à ce climat sec et ensoleillé s'ajoute un phénomène météorologique bien particulier : le retour d'Est. Une à deux fois par an, les masses d'air gorgées d'humidité en provenance du sud-est viennent buter sur le relief abrupt du Piémont italien. Elles débordent alors au dessus des crêtes frontalières... Et là c'est la douche assurée !

En hiver, on parle parfois d'un mètre de neige en 24 heures dans le Haut-Guil, bien plus servi que le reste du Queyras. En été, ce phénomène peut donner lieu à des crues dévastatrices, comme ce terrible juin 1957 où, associées à une importante fonte nivale, les colères du Guil ont tout détruit sur leur passage.

Réserve naturelle nationale de Ristolas Mont Viso

## C'EST DANS LEUR NATURE

Les chiens sont interdits même tenus en laisse afin d'éviter de déranger la faune sauvage, comme les tétras lyre qui nichent au sol jusque fin juillet. L'hiver aussi, les animaux fragilisés par leurs rudes conditions de vie doivent être préservés des nuisances.

La salamandre de Lanza n'existe qu'autour du Viso et sous les lacs Malrif. Adaptée à l'altitude et aux conditions météorologiques, elle sort au petit matin les jours humides et les jours de pluie. Regarde bien où tu mets les pieds !!!

### « Barrage-piscine » dans le Guil

Une faune sympathique vit sous les rochers présents dans les cours d'eau. En les déplaçant pour contruire ton barrage dans la rivière, ces petits animaux délogés deviennent des proies faciles pour leurs prédateurs. Ils sont alors en grand danger. Aussi, ces barrages empêchent la libre circulation des animaux dans la rivière. Pour nager, la piscine d'Aiguilles t'accueille tout l'été.

### TOPONYME \*

Abriès  
Abrii, aper arium  
Village d'échange et de commerce. Aper signifie sanglier (surnom d'un homme).



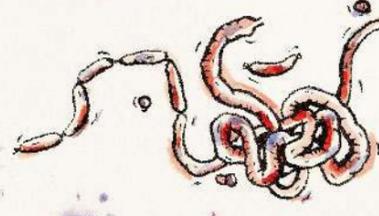
\* Étude de l'origine des noms de lieux.

Ristolas  
Ristolacium rivus tollens  
Le ruisseau destructeur, présence de nombreux ruisseaux.



### SOBRIQUET \*

Abriès  
Les tripes Lonjes  
Littéralement « tripes longues ». Gens toujours affamés, avides de tout.



\* Surnom familial, généralement moqueur.

Ristolas  
Champion Tortis  
Se faire tant beau pour attirer le monde va à la ruine du Queyras.

