



MÉTÉO 32 50

SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18



RANDONNÉES
PÉDESTRES

CHARTE DU RANDONNEUR



Rester sur les chemins et sentiers balisés



Ne pas jeter de débris, les emporter avec soi



Respecter les clôtures, refermer les barrières



Rester courtois avec les riverains des chemins et les autres utilisateurs de la nature



Faire attention aux cultures et aux animaux



Se montrer silencieux et discret, observer la faune, la flore sans la toucher



Tenir compte des consignes des chasseurs pendant les périodes de chasse traditionnelles



Respecter les équipements d'accueil, de signalisation et de balisage



Ne pas faire de feu et ne pas fumer dans les bois ou à proximité des lisières et des broussailles



Respecter les autres pratiquants randonneurs, cavaliers et cyclistes



RECOMMANDATIONS

- Évitez de partir seul.
- Avertissez vos proches de votre itinéraire.
- Ne vous surestimez pas, repérez le parcours et choisissez-le en fonction de vos capacités physiques.
- N'oubliez pas la carte du secteur concerné (IGN Top 25 de préférence), une boussole.
- Si possible, prévoyez une solution de repli en cas de problème (refuge ou autre itinéraire).
- Évitez de partir par mauvais temps et adaptez votre parcours en fonction des saisons (orages violents l'été, avalanches au printemps).
- En cas d'orage, évitez d'utiliser le téléphone et les appareils électriques, ne vous abritez pas sous les arbres.



ÉQUIPEMENT

- Emportez, même en été, des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps, des chaussures de marche adaptées au terrain et à vos pieds, un sac à dos, des accessoires indispensables (gourde, couteau, pharmacie, lampe de poche, boussole, chapeau) ainsi que des bâtons de marche.
- Pensez à prendre suffisamment d'eau, évitez de boire l'eau des ruisseaux.
- Munissez-vous d'aliments énergétiques riches en protéines, glucides et fructose tels que des barres de céréales, pâtes de fruits, fruits secs... etc.

16

Le chemin du facteur

Le 1^{er} avril 1830 l'application de la loi Bargeant crée 191 bureaux de distribution et 5 000 facteurs sont recrutés partout en France. Les facteurs ruraux parcouraient 20 à 25 kilomètres par jour pour se rendre dans les hameaux ou maison isolés. Avec ce chemin, vous allez refaire la tournée des facteurs d'antan.

CAUDIÈS-DE-FENOULLÈDES
/ CAMPS-SUR-AGLY

5 h 00 - 15 km

555 m



Parking de l'Office de Tourisme Intercommunal à Caudiès-de-Fenouillèdes



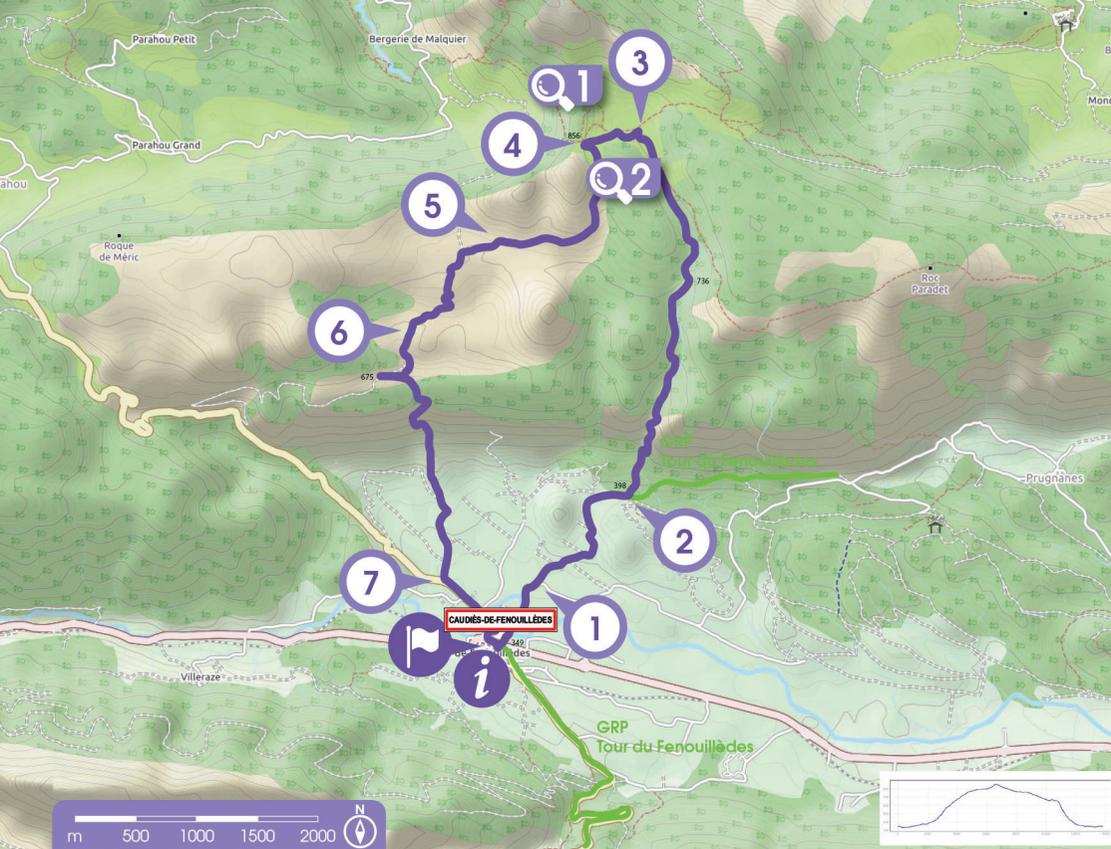
Chevaux et vaches à Campeau

Interreg
POCTEFA



GPS Tourism

Fonds Européen de Développement Régional (FEDER)



© les contributeurs d'OpenStreetMap

Q Du parking de l'Office de Tourisme Intercommunal, avancer au stop et suivre la route D 20 vers Prugnanes. Au carrefour de rues, à droite puis à gauche pour sortir de Caudiès-de-Fenouillèdes et arriver à une fourche de routes.

1 Prendre la petite route à gauche, plus loin, passer à gauche d'une haie de cyprès, la route devient piste après un pont. Garder la piste principale qui monte dans une pinède jusqu'à une fourche de pistes : prendre à droite à plat puis en montée jusqu'à un col.

2 Prendre à gauche la piste DFCI F4 qui monte en forêt. À la fourche suivante, monter à droite. La piste devient sentier qui décrit 2 lacets (ignorer à droite le sentier du roc Paradet). Il s'enfonce dans un ravin caillouteux puis très boisé. Plus haut, toujours parmi les buis, les chênes verts sont remplacés par les hêtres «océaniques». Sortir de la forêt (belle vue au nord-ouest sur le Bugarach), le GR rejoint le sentier plus large, et arriver au hameau en ruine de Campeau, frênes et érables remarquables.

3 Juste après le lac, monter à gauche dans la prairie et rejoindre la bergerie en ruine de la Couillade.

4 Suivre la piste à gauche (vue au sud sur le Canigou et au nord sur le Bugarach). Passer la clôture et garder la piste principale jusqu'au plateau de Malabrac (vue à l'ouest sur les Pyrénées ariégeoises) et une fourche de pistes.

5 Prendre à gauche. Peu après à gauche entre 2 haies de buis, la piste qui descend et décrit 3 lacets. Après un virage marqué à gauche, arriver à un carrefour avec sentier.

6 Remonter un peu, puis descendre dans une forêt plus épaisse. Longer à plat une haie de buis puis tourner nettement à gauche pour descendre vers le sud (puits de Malabrac à droite) et repasser en végétation méditerranéenne (vue sur Caudiès-de-Fenouillèdes). Le sentier en descente très raide décrit des lacets dans le sous-bois épais. Plus bas il débouche hors forêt à une route. La suivre à gauche jusqu'à un carrefour avec la D 9.

7 La suivre à gauche jusqu'à Caudiès-de-Fenouillèdes. Passer le pont sur la Boulzane, prendre la rue principale à droite et arriver place de la mairie. Suivre à gauche la Grand-rue, continuer à gauche vers Perpignan et retrouver le parking de l'Office de Tourisme Intercommunal.



Malabrac

A voir en chemin



Vue sur le Pic de Bugarach

Q1 « Barrière » de garrigue buis chênes verts et les hauts pâturages de Campeau.

Q2 Vue sur le Bugarach, pic à l'altitude modeste et à l'allure de haute montagne.

Profitez de votre randonnée pour découvrir aussi Notre-Dame-de-Laval chapelle-ermitage du XV^e siècle, le Col de Saint-Louis et son pont en collimaçon à Caudiès-de-Fenouillèdes, les Gorges et l'Ermitage de Galamus à Saint-Paul-de-Fenouillet.