

En route vers le soleil en raquettes

Pour échapper au stratus hivernal, cap sur les sentiers qui prennent un peu de hauteur, avec quatre randonnées ébouriffantes. Première destination: le sommet de La Berra (FR).

Texte: Patricia Brambilla **Photos:** Christophe Chammartin

Au sommet de La Berra, au-dessus du stratus du Plateau, le randonneur est récompensé par une vue panoramique à 360°.

Pour s'élever raquettes au pied, il faut un brin de courage et une bonne dose d'insouciance. On s'en doute: le panorama se gagne à coup de dénivelés, donc de sueur! Au départ de Torryboden (FR), le sentier pédestre démarre heureusement en douceur le long du petit torrent des Filis torfènes. «C'est un itinéraire que j'aime proposer parce qu'il est plus sauvage, moins connu. Et que l'on découvre progressivement le paysage. Les conditions y sont souvent plus hivernales

aussi», commente Jean-Marie Pasquier, accompagnateur en montagne et grand amateur de la région.

On peut suivre les grands lacets du chemin raquettes, balisé en rose, ou couper par un raccourci à peine plus raide en forêt. Les deux se rejoignent un peu plus haut. Il faut dire que ce jour-là, le décor est parfait: neige fraîche, air vif et limpide qui coule dans les poumons, sapins endimanchés, entièrement pris par la meringue. Chaque piquet

a sa couche de double crème, chaque branche son manchon blanc, chaque brindille son glacis. Tout est givré sous le ciel bleu à peine voilé.

Ne pas déranger la faune

Après une petite heure de montée progressive, on atteint la zone de tranquillité de La Berra, créée en 2013. Dans cet espace protégé du 1^{er} décembre au 30 juin, pas question de sortir des sentiers ou de promener son chien sans laisse. Il y va de la survie de la petite

faune, comme le lièvre variable, la gélinotte des bois et surtout le tétras-lyre. «Cet oiseau mène une vie ralentie en hiver. Il s'alimente au lever et au coucher du jour et passe le reste du temps dans un trou aménagé sous la neige. Il est très sensible aux dérangements», explique Jean-Marie Pasquier.

On glisse donc sans faire de bruit sur le chemin balisé. Qui n'en finit pas de monter. Passe devant la buvette de Cousimbart des Particuliers (ouverte le week-end), puis le splendide chalet



Carnet de route

Boucle: Torryboden (FR) – Cousimbert – La Berra et retour.

Comment s'y rendre: en voiture jusqu'à Torryboden, suivre Le Mouret, Plasselb. Dernier tronçon souvent enneigé, 4x4 recommandé ou chaînes. Places de parc à disposition au lieu-dit Torryboden.

Durée: 4 heures (sans les pauses).

Distance: 10,7 km.

Dénivelé: 706 m montée/descente.

Variante: pour une boucle plus facile, il est possible de rejoindre La Berra par les remontées mécaniques du Brand à La Roche (FR). Plusieurs sentiers raquettes au sommet.

Informations:
www.sur-les-sentiers.ch

d'alpage de Payachon, avec ses tavillons, son fronton ouvragé et sa salle d'exposition en été. De quoi s'attarder, d'autant que le panorama commence vraiment à s'ouvrir en grand. Une dent par ci, un mamelon par-là, la skyline des Alpes bernoises se déploie majestueusement avec l'Eiger et le Mönch en arrière-plan et, devant, le Kaiseregg où tournent les vautours fauves. Quand on atteint la crête, la vue s'ouvre de tous les côtés et plonge sur le Plateau, le lac de la Gruyère,

jusqu'au Moléson et son écharpe de brume.

Trois heures de montée, récompensées au sommet par la buvette de La Berra, fraîchement rénovée. De quoi se restaurer ou savourer une infusion aux plantes du chalet d'à côté. Les plus insatiables peuvent encore crapahuter quinze minutes pour atteindre la pointe sommitale de La Berra: vue panoramique à 360° garantie, au soleil, tandis que toute la plaine disparaît sous un plateau d'argent.



Autour de La Berra, il existe plusieurs itinéraires raquettes, soit 18 km de sentiers tous niveaux.



Trois cantons, trois sentiers raquettes



En face des Dents-du-Midi (VS)

À Champoussin, sur les hauts du val d'Illiez (VS), près de 40 km de sentiers raquettes attendent le mollet hardi et friand de soleil. L'itinéraire qui part du couvert de Frâchette (parking à disposition) en direction des Crosets présente plusieurs atouts: chemin souvent large et bien damé, plusieurs restos en piste comme l'incontournable Ferme à Gaby – une chèvrerie avec son musée alpin – mais aussi le bien nommé Relais panoramique des Crosets, avec son parc aux alpagas et ses rôtis déclinés de mille façons. Une boucle de 6,5 km pour 450 mètres de dénivelé positif qui s'avale en trois heures sous l'escorte rocheuse et élégante des Dents-du-Midi. Qui dit mieux?

Informations: www.regiondentsdumidi.ch

Sous les étoiles des Pléiades (VD)

À l'heure bleue, monter dans le Train des Étoiles au départ de Vevey (VD) et descendre à la station terminus des Pléiades (1397 m). Au charme de la crémaillère s'ajoute alors l'esprit Grand Nord. Des raquettes sont mises à la disposition des marcheurs, qui peuvent s'aventurer sur un sentier éclairé en toute sérénité (deux boucles au choix d'environ 20 ou 45 minutes). À la magie des flammes tremblotantes se superpose celle du soleil couchant qui embrase le Léman. Mais la féerie ne s'arrête pas là: une fondue ou un röst montagnard attendent les explorateurs du froid au restaurant 1209 à Lally le vendredi soir et au chalet des Pléiades le samedi soir.

Offre: (20 francs enfant/49 francs adulte) valable les vendredis et samedis soir jusqu'au 25 février 2023.
Informations: www.mob.ch



Sur la crête du Mont-Soleil (BE)

Une jolie balade le long des crêtes entre Mont-Soleil (BE) et Mont-Crosin, possible à faire dans les deux sens. De Saint-Imier, montée en funiculaire jusqu'à Mont-Soleil (1300 m), où les pistes blanches attendent le trappeur. Cap sur Mont-Crosin pour un trajet de 7 km au faible dénivelé. Un itinéraire entre conifères et éoliennes, avec vue imprenable sur la réserve naturelle de la Combe-Grède, le massif du Chasseral et tout le plateau des Franches-Montagnes jusqu'aux Vosges. Restaurants au départ et à l'arrivée, où déguster les produits régionaux.

Les courageux peuvent faire l'aller-retour et les autres revenir en transports publics. **MM**

Informations: www.j3l.ch

Photos: Litescape-Media, Valentin Flauraud/vfpix.com, Jurabernois Tourisme

Publicité

Action

FORMULE Vegane

Produit composé de 100% SOCIAL 0% PLASTIC

CERTIFIÉ COSMÉTIQUES NATURELS

soin doux et intense

25%

Tous les Nature Box Produits de soins capillaires

p.ex. Shampoing réparateur à l'huile d'avocat, 385 ml, **5.25** au lieu de 6.95

25%

Tous les Nature Box Produits pour la douche

p.ex. Gel douche exotique à l'huile de noix de coco, 385 ml, **3.70** au lieu de 4.95

MIGROS

Simplement bien vivre

* Sans ingrédients d'origine animale
** Hors étiquette
Les articles bénéficiant déjà d'une réduction sont exclus de toutes les offres.
Offres valables uniquement du 21.2 au 6.3.2023, jusqu'à épuisement du stock