

# Vars

LA FORÊT BLANCHE



## VAL D'ESCREINS

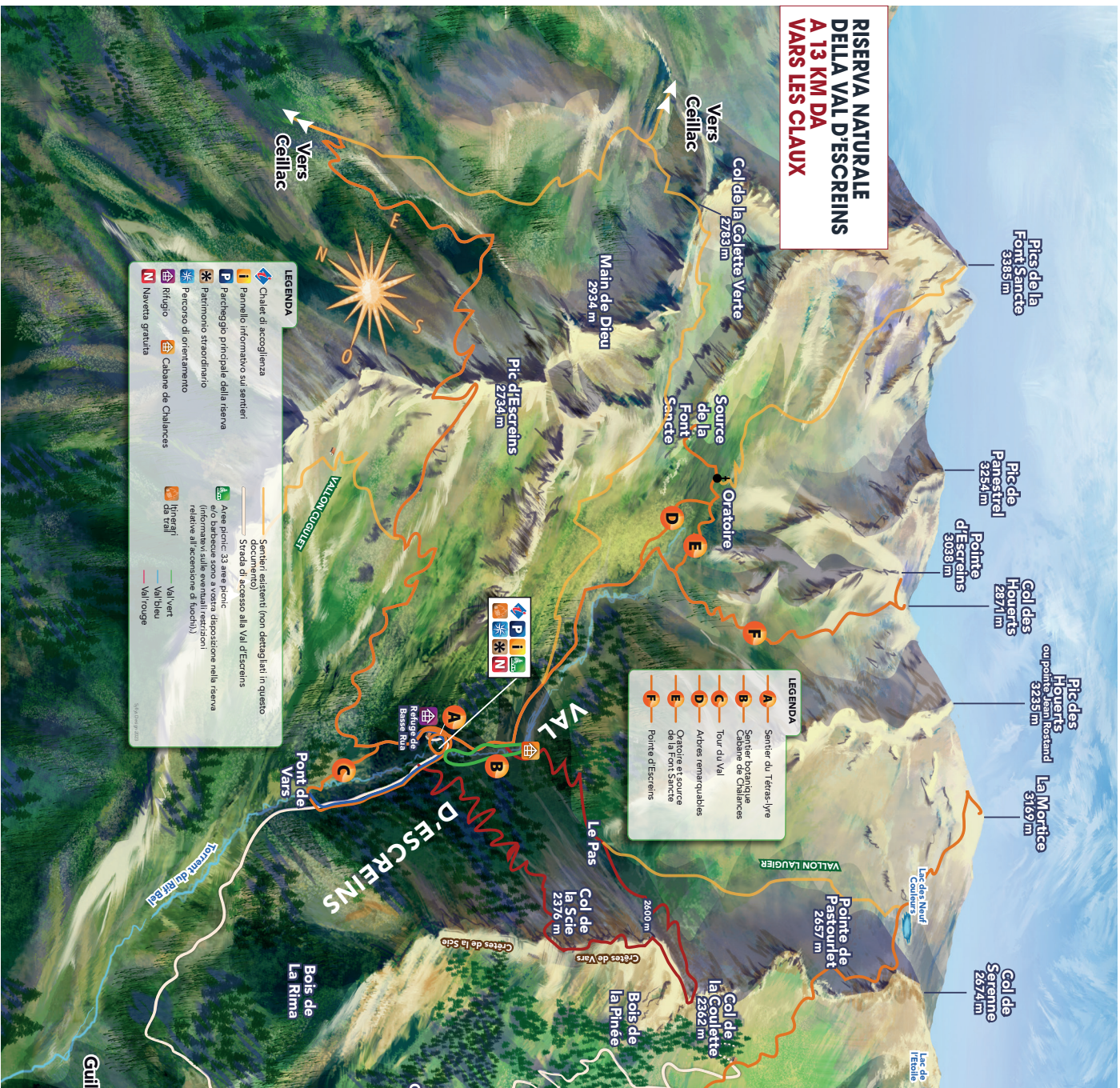
### RISERVA NATURALE COMUNALE

IL VOSTRO SPAZIO DIVERTIMENTO A GRANDEZZA NATURALE

Superficie: 25 km<sup>2</sup>.

Altitudine: da 1.600 m al Pont de Vars  
a 3.385 m al Pic de la Font-Sainte.

Corsi d'acqua: Rif-Bel, affluente del Chagne,  
a sua volta affluente del Guil.



- Rispettate l'itinerario e la segnaletica sui sentieri attrezzati
- Gli animali selvatici e il bestiame hanno bisogno di tranquillità. Non fate rumori inutili
- I cani devono essere tenuti al guinzaglio
- Non fate rotolare le pietre lungo i pendii perché potreste ferire qualcuno senza rendervene conto
- Zona pastorale
- Evitate di raccogliere i fiori, anche se ne trovate in abbondanza. Alcune specie sono protette
- Non accendete dei fuochi al di fuori delle apposite aree
- Dopo il parcheggio la circolazione è vietata a tutti i veicoli, a eccezione di quelli di servizio
- Bivacchi e campeggi sono vietati

**NAVETTE GRATUITE FINO ALLA VAL:**  
Orari e informazioni disponibili presso l'Ufficio del turismo, su vars.com e tramite l'app VARS



### SIETE IN UN TERRITORIO "ZERO RIFIUTI":

Vi invitiamo a portare con voi i vostri rifiuti e a depositarli negli appositi contenitori per la raccolta differenziata presenti nei vari villaggi di Vars. Le discariche non autorizzate sono severamente vietate.

### DIMOSTRIAMOCI RESPONSABILI TUTTI INSIEME

**Chalet di accoglienza Escreins**  
Orari di apertura: 9:00-13:00/14:00-17:00 tutti i giorni  
dal 6 luglio al 1° settembre 2024.

**Ufficio del turismo di Vars  
les Claix e Vars Sainte-  
Marie**  
+33 4 92 46 51 31  
WWW.VARS.COM

**Rifugio de Basse Rua**

+33 6 22 66 58 21

**Comune di Vars**  
05560 Vars Sainte-Marie  
+33 4 92 46 50 09



## LA RISERVA NATURALE / DELLA VAL D'ESCREINS

La Val d'Escreins, una delle prime riserve naturali comunali della Francia, permette a tutti di immergersi in una natura accessibile a tutti. Vero e proprio conservatorio naturale di flora e fauna, questa "terra di mezzo", tra la valle di Vars e il Queyras, è interamente dedicata alle escursioni, alle passeggiate e al relax nel cuore della natura. In questo luogo risiede un vero senso di immensità e di essere all'altro capo del mondo. Una volta superata la strada carrozzabile lungo il crinale, una sorta di porta si chiude alle spalle di ogni visitatore e gli permette di entrare in questo piccolo Canada varsino...

### UN PO' / DI STORIA



Un ghiacciaio ha modellato "a imbuto" la valle, riempiendola per diverse centinaia di metri ancora 16.000 anni fa.

Le montagne sono scolpite in uno spesso calcare, con cime ardite come Font-Sancte (3.385 m di altitudine).



L'esistenza del villaggio di Escreins nel Medioevo, composto dalle frazioni di Haute e Basse-Rua, è attestata in un testo del 1432. Era l'habitat permanente di pastori e silvicoltori.

Ogni anno, nei periodi di siccità, i pellegrini si recavano in processione alla sorgente di Font-Sancte per chiedere la pioggia. Secondo la leggenda la sorgente fu scoperta miracolosamente da una giovane pastorella.



In origine i primi edifici furono costruiti su iniziativa di alcuni varsini, che si resero conto che i terreni della Val d'Escreins erano propizi alla coltivazione dei cereali. Gradualmente l'attività si è spostata verso l'allevamento di bestiame. In inverno i suoi abitanti tornavano a Vars o a Guillestre.



Nel 1916, per ragioni misteriose che lasciano spazio alle leggende, il villaggio fu bruciato. In assenza degli uomini, mobilitati durante la guerra, non fu possibile salvarlo e fu abbandonato. Ancora oggi gli animali pascolano sulle terre della Val d'Escreins. Nel 1982 la cappella è stata restaurata utilizzando metodi e materiali tradizionali della regione (scandole in legno di larice, pietre, ecc.).

## LE VOSTRE ESPERIENZE NELLA NATURA / NELLA VALLE

**LEZIONE DI FLORA E FAUNA**  
Immergersi nella Val d'Escreins significa osservare tutto ciò che vi circonda. Aprite bene gli occhi per scoprire le specie vegetali e animali della Val.

**FATE UNA PAUSA**  
È il momento di un picnic, di una grigliata in riva all'acqua in una delle tante aree attrezzate o di un buon pasto sulla terrazza di un ristorante... e sembra che il tempo si arresti. A voi la scelta!

**IL VAL AL PASSO, AL TROTTO O AL GALOPPO**  
Percorrete le diverse escursioni proposte al vostro ritmo. Fate una breve e divertente escursione con i bambini, andate un po' più lontano se siete dei buoni camminatori e fate un "3.000" verso la Pointe d'Escreins passando dal Col des Houerts se siete degli appassionati di trekking!

**A**



**IL SENTIER DE DÉCOUVERTE DU TETRAS-LYRE**

offre un approccio multidisciplinare all'interpretazione degli habitat. Dei pannelli adatti ai bambini permettono a tutti di ricevere un'infarinatura di

geologia, flora, storia e sulle abitazioni tradizionali. Visita libera, itinerario di un'ora.

**B**



**IL SENTIER BOTANIQUE / CABANE DE CHALANCES**

Date una dimensione educativa alla vostra passeggiata su questo facile circuito ad anello con cartelli esplicativi sulle specie naturali

che incontrerete lungo il percorso, tra cui pini uncinati, pini cembri, larici, ginepri, genziane di ogni tipo, ecc.

La guida botanica dedicata a questo sentiero è in vendita presso l'Ufficio del turismo di Vars. Elenca tutte le specie incontrate e vi guida nel corso della vostra escursione.

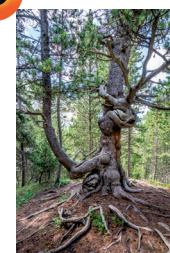
**C**



**IL TOUR DELLA VAL D'ESCREINS**

Una vera e propria scoperta del sito della durata di un'ora e mezza attraverso i boschi, lungo i torrenti, un'avventura al vostro ritmo, in famiglia e una bella escursione nel cuore della natura incontaminata. 5,5 km

**D**



**IL SENTIER DES ARBRES REMARQUABLES**

Un'escursione nel cuore del patrimonio "genetico" della Val d'Escreins. Gli escursionisti scopriranno una decina di alberi pluricenteneri, alcuni dei quali superano i quattro metri di circonferenza! Durata: 3 ore.

**E**



**LA RANDONNÉE DE L'ORATOIRE ET DE LA SOURCE DE LA FONT SANCTE**

Un'escursione di 2h30 fino all'oratorio e di 30 minuti supplementari fino alla sorgente, nel cuore della natura incontaminata della Val. Livello medio.



**IL PERCORSO DI ORIENTAMENTO**

3 percorsi divertenti con livelli diversi da scoprire da soli, in gruppo o in famiglia. Prendete una mappa e una bussola allo chalet di accoglienza e partite alla ricerca dei cartelli

segnalatici in legno sparsi per la Val. A ogni cartello che troverete, perforate la vostra mappa nella casella corrispondente utilizzando la punzonatrice rossa incastonata nel cartello di legno. Un'attività di analisi, osservazione e divertimento!

Date un'occhiata al programma settimanale degli eventi, disponibile presso l'Ufficio del turismo: alcuni di essi si svolgono nel cuore della riserva naturale

### GLI ITINERARI DA TRAIL / DELLA VAL:



3 percorsi per tutti i livelli vi aspettano a Val d'Escreins:



**Percorso VERDE: livello principiante**

Lunghezza: 3.937 km / Altitudine minima: 1.781 m / Altitudine massima: 1.889 m / Dislivello +/-: 121 m.



**Percorso BLU: livello intermedio**

Lunghezza: 9.218 km / Altitudine minima: 1.615 m / Altitudine massima: 1.888 m / Dislivello +/-: 319 m.



**Percorso ROSSO: livello avanzato**

Lunghezza: 9.125 km / Altitudine minima: 1.780 m / Altitudine massima: 2.552 m / Dislivello +/-: 788 m.

Un opuscolo dedicato a tutti gli itinerari da trail permanenti di Vars è disponibile presso gli Uffici del turismo e presso lo chalet di accoglienza della Val.