

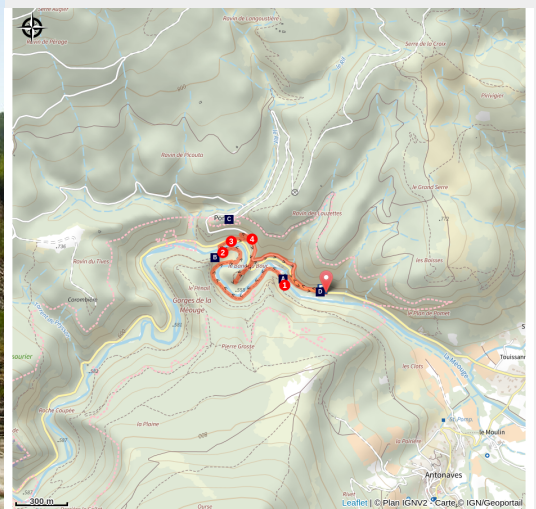
VAL BUËCH-MÉOUGE - Le Banc du Bouc



Parc Naturel Régional des Baronnies Provençales - Val Buëch-Méouge



Le Banc du Bouc (Manon SAPHORE - PNR Baronnies provençales)



Pour bien apprécier les gorges de la Méouge voici un parcours qui mène du bord de l'eau au belvédère du Banc de Bouc.

"Le matin, avant l'arrivée des baigneurs, j'aime parcourir ce sentier pour prendre de la hauteur et me plonger dans la face cachée et moins connue de la carte postale ! Tout en restant assez accessible, ce parcours, parfois vertigineux, permet de voir les gorges sous différents angles et d'apprécier la richesse naturelle de ce site Natura 2000." Xavier Mordefroid, Accompagnateur en montagne.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 1 h 30

Longueur : 2.8 km

Dénivelé positif : 102 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Géologie, Patrimoine et histoire

Itinéraire

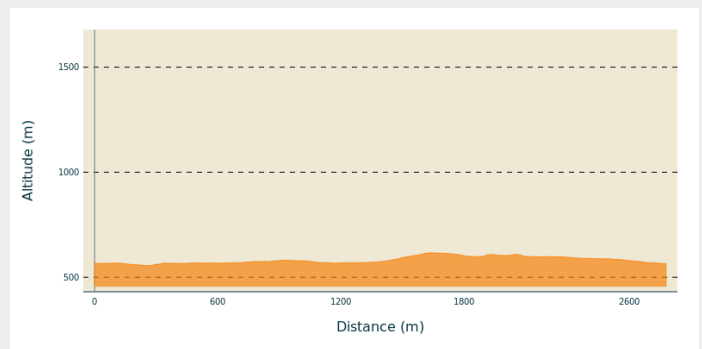
Départ : Carrefour de Pomet, Val Buëch-Méouge

Arrivée : Carrefour de Pomet, Val Buëch-Méouge

Balisage :  GRP  PR

Communes : 1. Val Buëch-Méouge

Profil altimétrique



Altitude min 555 m Altitude max 616 m

Du parking remonter la route (direction-Barret-sur-Méouge) (prudence !) sur environ 120 m. S'engager sur le chemin descendant à gauche sous le mur sur 85 m pour rejoindre la Méouge. Au pont roman, le franchir puis remonter le sentier sur la gauche en suivant le balisage du GR de Pays (balisage jaune et rouge).

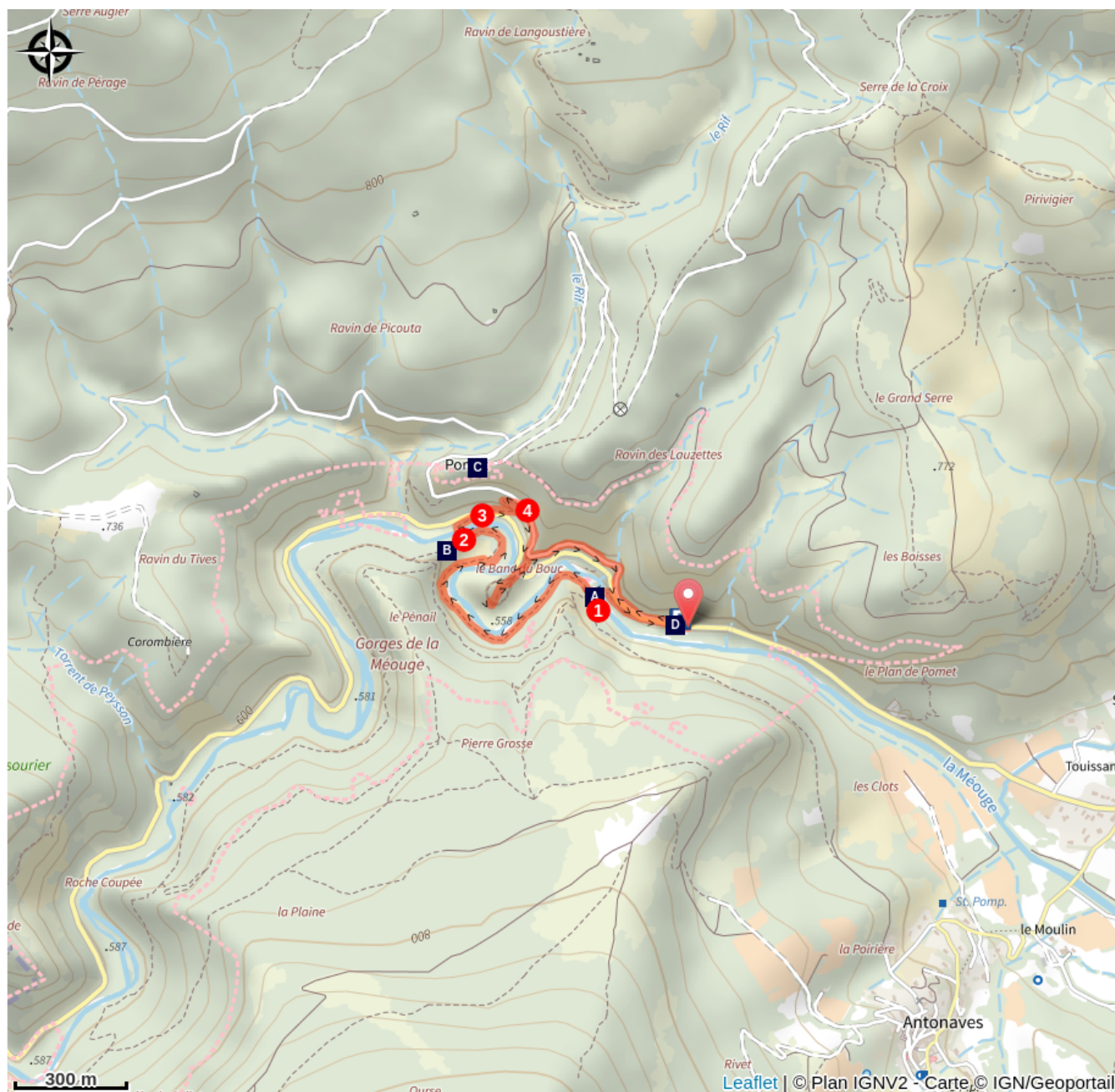
1- Au carrefour « La Pinède » s'engager sur le sentier à droite direction « La Plaine » ou Saint-Pierre-Avez. Suivre le sentier alternant montées et descentes sur environ 850 m jusqu'à atteindre l'aire de pique-nique sur la gauche. Poursuivre jusqu'à une fourche.

2- Emprunter la passerelle sur la droite puis remonter jusqu'à la route. Laisser le balisage GR de Pays pour suivre le balisage jaune.

3- Traverser la route pour emprunter le sentier et le gravir sur 200 m pour rejoindre la petite route en provenance de Pomet.

4- Enjamber le rail de sécurité et descendre la route par la droite en passant au Banc du Bouc. Il est possible de faire le tour de cet éperon rocheux pour admirer la splendide vue sur les méandres des Gorges de la Méouge. Enfin, descendre jusqu'à rejoindre la D942 pour rejoindre le parking de départ.

Sur votre chemin...



Pont Roman (A)
Fontaine (C)

Gorges de la Méouge (B)
Plaque commémorative (D)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

- Le stationnement est interdit dans les gorges en fonction de la période de l'année.
- RESPECTER LA TRANQUILLITE du lieu où on se promène, [éviter de crier](#) et ne pas utiliser d'instruments ou d'appareils sonores (radio, etc.), par respect pour les autres usagers mais aussi pour la [quiétude de la faune](#), notamment en périodes de reproduction et d'hivernage où les animaux sont beaucoup plus vulnérables.
- Éviter de cueillir les plantes sauvages : certaines d'entre elles sont [protégées](#).
- Éviter de randonner dans le lit des cours d'eau. Le piétinement est susceptible de déranger les espèces et la vie aquatique (poissons, libellules, crustacés). [Marcher de préférence sur les berges de la rivière](#).
- Une partie de l'itinéraire est fortement [exposée au soleil](#), prendre l'équipement nécessaire (eau, casquette, crème solaire, ...) pour les chaudes journées d'été. Privilégier un [départ tôt le matin](#) pour éviter les heures chaudes de la journée.
- RISQUE INCENDIE. Le feu est l'ennemi de la forêt... et du randonneur ! [Ne pas fumer](#) en forêt et [ne pas allumer de feu](#), d'autant que quelle que soit la saison, c'est [interdit](#) ! Et en période estivale, avant de partir en balade, se renseigner sur les [conditions et réglementations d'accès aux massifs forestiers](#).

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Sisteron (16 km), suivre la D948 puis la D942 jusqu'au carrefour de Pomet

Depuis Serres (21 km), suivre la D1075 puis la D942 jusqu'au carrefour de Pomet

Parking conseillé

Parking du carrefour de Pomet (au bord de la D 942), Val Buëch-Méouge

i Lieux de renseignement

**Maison du Parc naturel régional des
Baronnies provençales**

575 Route de Nyons - La plaine du Pont,
26510 Sahune

smbp@baronnies-provencales.fr

Tel : +33 (0)4 75 26 79 05

<http://www.baronnies-provencales.fr/>



**OT Sisteronais-Buëch - Bureau de
Laragne**

Place des Aires, 05300 Laragne-
Montéglin

laragne@sisteron-buech.fr

Tel : +33 (0)4 92 65 09 38

<http://www.sisteron-buech.fr>



**OT Sisteronais-Buëch - Bureau
d'Orpierre**

Le Village, 05700 Orpierre

orpierre@sisteron-buech.fr

Tel : +33 (0)4 92 66 30 45

<http://www.sisteron-buech.fr>



Sur votre chemin...



Pont Roman (A)

Ne manquez surtout pas ce Pont Roman à trois arches, encore en très bon état, qui permet de traverser la Méouge. C'est le lieu phare des Gorges de la Méouge.

Crédit photo : CDRP05



Gorges de la Méouge (B)

Vous êtes ici dans un site classé Natura 2000, aux nombreuses espèces végétales et faunistiques. Ces imposantes falaises calcaires offrent de nombreux lieux de baignade (vasques, cascades...).

Crédit photo : CDRP05



Fontaine (C)

Profitez de cette jolie fontaine en pierre située dans le hameau de Pomet, sur les hauteurs des Gorges de la Méouge.

Crédit photo : CDRP05



Plaque commémorative (D)

Plaque commémorative à tous ces Maquisards et à tous ceux qui les ont aidés pour la libération de notre pays.

Crédit photo : CDRP05
