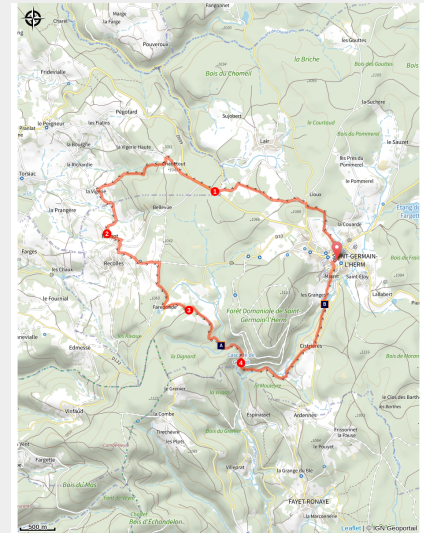


# La cascade

Ambert Livradois-Forez - Saint-Germain-l'Herm



Le Doulon (geotrek)



Découvrez le territoire du Livradois-Forez à travers une randonnée située dans une zone de moyenne montagne...

## Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 3 h 30

Longueur : 12.7 km

Dénivelé positif : 341 m

Difficulté : Difficile


Type : Boucle

Accessibilité : VTT

# Itinéraire

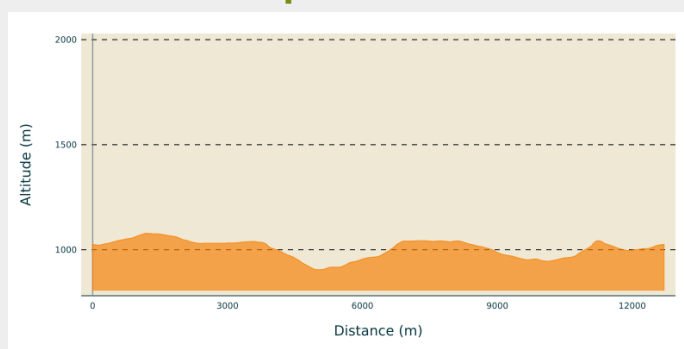
**Départ** : Eglise

**Arrivée** : Eglise

**Balisage** : — Balisage Jaune (PR)   
PDIPR

**Communes** : 1. Saint-Germain-l'Herm  
2. Vernet-la-Varenne

## Profil altimétrique



Altitude min 905 m Altitude max 1078 m

D. Départ de l'église, rejoindre la D 999 au nord. Dans le virage, prendre un large chemin et après 400 m obliquer sur le chemin à gauche. Traverser la D 58, prendre en face un chemin forestier jusqu'à une petite route. L'emprunter à gauche jusqu'à la D 999.

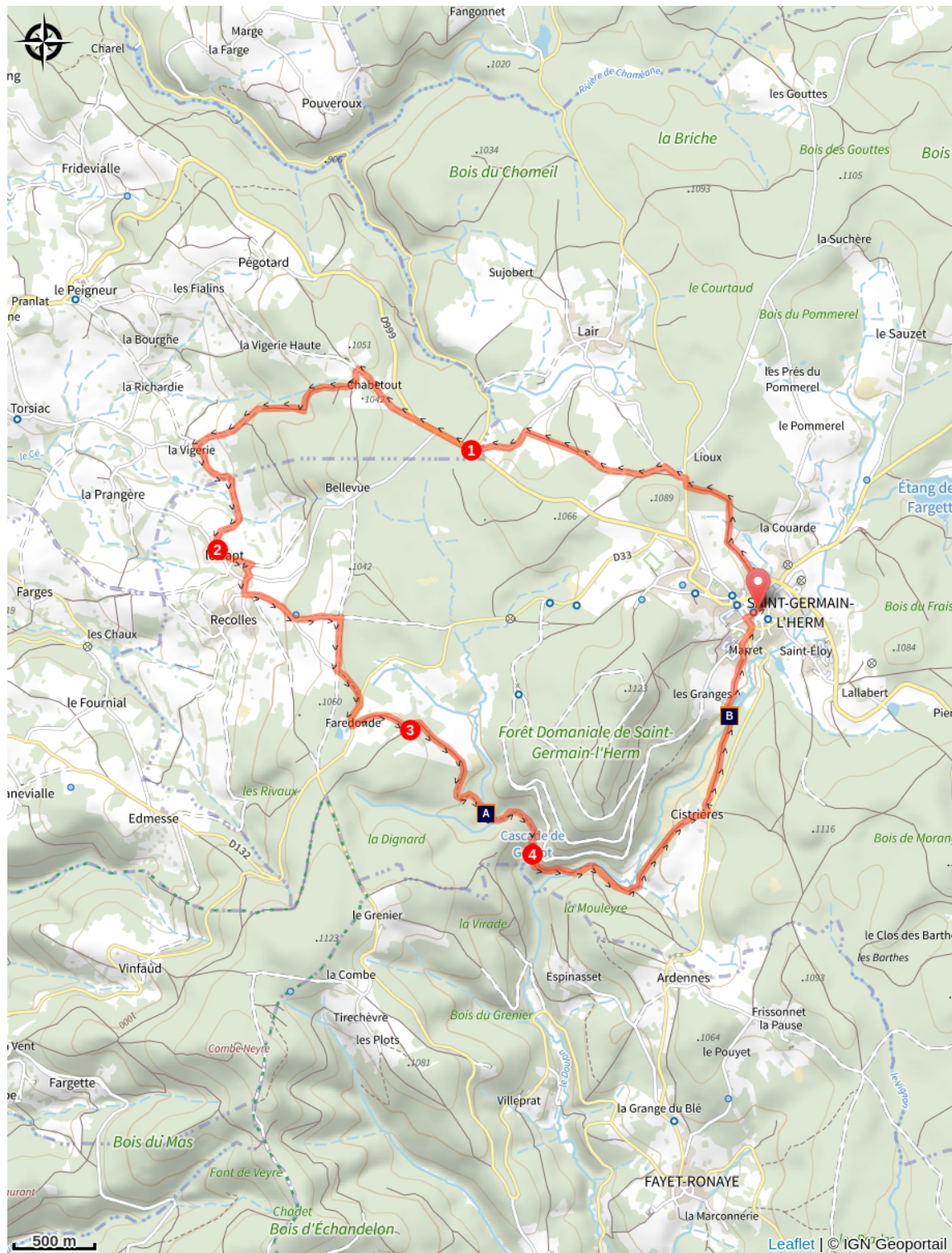
1. Suivre la D 999 sur 500 m ; dans un virage continuer tout droit sur un grand chemin jusqu'à la première maison de Chatebout. Prendre à gauche un chemin qui descend en sous-bois sur la Vigerie. Avant les premiers bâtiments prendre à gauche une large voie menant au Sapt.

2. Traverser le Sapt, suivre la route goudronnée jusqu'au transformateur et tourner à gauche. Monter jusqu'à une maison et bifurquer à gauche (vue sur la chaîne des Puys). Au carrefour, prendre le chemin à droite (en face, Pierre des Prades : 200 m A-R). Après 400 m tourner à gauche. Suivre la D 33 et tourner à gauche vers Faredonde.

3. A la maison, à la patte d'oie, tourner à gauche puis à droite dans une allée sombre. Poursuivre le chemin en forêt jusqu'à une vaste clairière. Prendre à gauche un sentier en forêt jusqu'au ruisseau de Faredonde ; le longer en rive gauche puis le franchir sur un sentier bien tracé jusqu'à une vallée dégagée.

4. A la cascade, monter sur 200 m sans prendre la piste forestière, obliquer à droite et descendre un second ruisseau, le traverser. A une patte d'oie, prendre le chemin qui descend légèrement sur la gauche en laissant le chemin qui monte tout droit, puis qui remonte à Cistrières. A la sortie de Cistrières descendre à gauche par un large chemin vers St-Germain et rejoindre l'église par la rue des Trois Têtes.

# Sur votre chemin...



 Cincle Plongeur (A)

 La loutre d'Eurasie (B)

# Toutes les infos pratiques

## Comment venir ?

### Accès routier

Depuis le bourg d'Ambert, emprunter la D906 en direction d'Arlanc. A la sortie d'Ambert, emprunter la D996 en direction de Saint-Amant-Roche-Savine. Après le col des Fourches, emprunter la D39 à gauche en direction de Saint-Germain-l'Herm.

## Accessibilité

---



VTT

## Lieux de renseignement

### MAISON DU TOURISME DU LIVRADOIS-FOREZ

Maison du Parc, 63880 Saint-Gervais-  
sous-Meymont

Tel : 04 73 80 64 48

<https://www.auvergne-livradois-forez.com/>

## Source



Balades et randonnées en Haut-Livradois

# Sur votre chemin...

---



## Cincle Plongeur (A)

Le cincle plongeur est un oiseau à queue courte. La tête, la nuque et le haut du dos sont brun-roux. Le dos est gris-ardoise foncé, avec un aspect écaillé. Le menton, la gorge et la poitrine sont d'un blanc pur, séparés de l'abdomen foncé par une bande couleur châtain. Le bec est noirâtre. Les yeux sont foncés avec une paupière claire, et une membrane nictitante blanchâtre visible quand il cligne des yeux. Cette membrane protège ses yeux quand il est immergé. Les pattes et les doigts sont roses. Les deux sexes sont semblables. Le juvénile est plus gris sur le dessus, avec des liserés foncés. Les parties inférieures sont blanches, tachetées de gris. Les pattes et les doigts sont rosâtres. Il a les yeux foncés avec un cercle oculaire blanchâtre.

Les cincles vivent sur les rives des cours d'eau rapides, dans les endroits rocailleux et escarpés et prioritairement en altitude. Parfois en bordure de lacs ou de mer. Pendant la période hivernale, il leur arrive de redescendre en altitude. Le cincle plongeur est sédentaire, bougeant uniquement dans des conditions hivernales extrêmes.

Crédit photo : Aurélien Audevard



## La loutre d'Eurasie (B)

La loutre d'Eurasie, carnivore de la famille des mustélidés, est remarquablement adaptée au milieu aquatique. Sa fourrure brune très dense, ses pattes palmées et sa morphologie fuselée font d'elle une excellente nageuse. Essentiellement nocturne, elle se nourrit de toutes les espèces fréquentant les milieux aquatiques, adaptant son régime alimentaire aux saisons et aux proies disponibles. Les poissons, les amphibiens, les crustacés (écrevisses), les reptiles, mais aussi les mammifères ou oiseaux semi-aquatiques figurent ainsi à son menu, sa ration quotidienne atteignant environ 800 g de nourriture, ce qui est peu pour un animal d'environ 1,1m de longueur en moyenne (queue de 35 à 40 cm comprise), et pesant environ 8 kg. Le domaine vital de ce super prédateur exigeant sur la qualité de l'habitat est extrêmement étendu, puisqu'il peut atteindre près de 30 km de linéaire en rivière, et plus de 2000 hectares de superficie de zones humides !

Cette particularité explique le fait que l'espèce ne peut pas atteindre de densités élevées, sur un territoire qu'elle balise très régulièrement à l'aide de ses déjections, nommées épreintes. La loutre est une espèce individualiste, le mâle et la femelle ne restent ensemble que les quelques jours que durent les accouplements, c'est ensuite la femelle qui se charge entièrement de l'élevage des loutrons, depuis le choix du terrier de mise bas, la catiche, jusqu'à leur émancipation vers l'âge de 8 mois, en passant par l'apprentissage de la pêche et de la nage. L'espérance de vie en nature est de 5 à 7 ans. Disparue du territoire du Parc Livradois-Forez dans la seconde moitié du XXe siècle, il a fallu attendre les années 2000, près de 30 ans après sa protection légale en 1972, pour la voir recoloniser naturellement la Dore et ses affluents, ou encore la Senouire, l'Ance, la Borne ou l'Arzon. Le territoire du Parc permet désormais à l'espèce d'essaimer vers le fleuve Loire, à la fois au sud, à l'est et vers le nord.

Crédit photo : PNRLF