



DEUX ROUES ET UNE VALLÉE

Le territoire de Torgnon est caractérisé par la présence d'un système de chemins de ferme qui permettent d'accéder à des pâturages d'altitude et de parcourir en toute sécurité la plupart de la zone située au nord de la commune. Ce territoire présente plusieurs attraits naturels, dont l'étang Loditor, une Réserve Naturelle qui figure parmi les Sites Natura 2000. Il offre également la possibilité de visiter les stations d'observation phénologique de l'ARPA Valle d'Aosta et d'approfondir les aspects relatifs à la recherche scientifique et à la connaissance de deux habitats : la prairie alpine et la forêt de mélèzes. Ces deux milieux caractérisent cette partie de la Vallée d'Aoste et constituent le cadre naturel à l'intérieur duquel se développent entièrement les nombreux itinéraires qui peuvent être parcourus en VTT.

C'est le cas du Tour des Grandes Montagnes, qui part de Chantorné le long des pentes qui mènent au village de Gilliarey, une merveilleuse terrasse panoramique sur le Valtournenche et le Cervin, pour retourner le long des sentiers qui, d'un alpage à l'autre, offrent une vue complète sur les habitats et les caractéristiques naturelles de cette zone. Les occasions de halte pour des approfondissements sont nombreuses tout au long du tracé : l'étang Loditor, les prairies alpines et leur faune, les forêts de mélèzes, les stations phénologiques de l'ARPA, l'apiculture et l'élevage à l'alpage de Tellinod.

La visite de l'étang Loditor permet de connaître un milieu complexe, qui évolue constamment et qui est caractérisé par un équilibre extrêmement fragile : l'étang est soumis à un processus d'enfouissement avancé (et incessant) et sa survivance est strictement liée au maintien de l'équilibre hydrique. Les espèces végétales présentent des adaptations spécifiques au milieu aquatique, tandis que les espèces animales les plus typiques ont un cycle vital et reproductif intimement lié à l'eau. A chaque saison, il est possible d'assister à des manifestations du cycle de vie des plantes et des animaux, même si à cette altitude la saison la plus favorable correspond à la période d'été comprise entre fin juin et le mois d'août.

Le tracé peut être parcouru par tous les cyclistes, des passionnés aux moins entraînés, grâce à la possibilité d'utiliser les VTT assistés mis à disposition par la commune de Torgnon ou proposés par les sociétés de services touristiques. Ces moyens de transport permettent à tous de gérer des itinéraires, y compris les itinéraires assez longs, qui se développent à des altitudes significatives (entre 1 800 et 1 900 mètres d'altitude), sur des parcours sans difficultés techniques importantes, comme dans le cas du parcours qui mène à l'étang Loditor.

Pareillement, il est possible d'explorer d'autres milieux comme la zone de Verrayes et Saint-Denis, en passant par le Col des Bornes ou le Col Saint-Panthaléon, à la découverte des milieux arides des versants exposés au soleil de l'Adret.

Les tracés peuvent être parcourus par tous les cyclistes, des passionnés aux moins entraînés, grâce à la possibilité d'utiliser les VTT assistés mis à disposition par la commune de Torgnon ou proposés par les sociétés de services touristiques. Ces moyens de transport permettent à tous de gérer des itinéraires, y compris ceux assez longs, qui se développent à des altitudes significatives (entre 1 800 et 2 200 mètres d'altitude), sur des parcours sans difficultés techniques importantes.





APPROFONDISSEMENTS SUR LES MILIEUX

LA FORÊT EST BIEN PLUS QUE LA SOMME DE SES ARBRES

Si l'on observe la forêt, même de loin, elle nous raconte beaucoup d'elle-même. Ce système complexe, qui comprend des espèces végétales et animales, est vif ; on le perçoit déjà des changements qui se produisent d'une année à l'autre et qui sont encore plus marqués d'une décennie à l'autre.

L'alternance des saisons apporte à la forêt des changements visibles, qui sont liés au cycle vital des plantes.

La rigueur de l'hiver à la montagne, entre neige, froid et vent fort, oblige la nature à une période de repos durant laquelle la croissance se bloque et les plantes dorment littéralement.

La chaleur du printemps et les journées plus longues réveillent la nature : une explosion de bourgeons, avec l'apparition de fleurs et de feuilles jeunes qui reverdisent et rénovent les couronnes des arbres.

En été les étapes du cycle vital deviennent plus serrées, parce que la belle saison dure peu et il faut produire un grand nombre de graines pour les plantes.

L'automne signifie des journées de plus en plus brèves et des températures plus basses, notamment la nuit. Les plantes le perçoivent et se préparent : elles jaunissent et perdent leurs feuilles, sauf les conifères, qui sont toujours verts. Le mélèze est lui-aussi une exception, car c'est le seul arbre angustifolié européen qui est nu en hiver.

Le temps passe et saison après saison la forêt évolue et mûrit, comme nous.

Les plantes se développent en hauteur et surtout en dimensions du tronc : l'écorce devient plus épaisse et les racines s'élargissent.

Le temps qui passe laisse un signe profond dans le tronc : les anneaux de croissance. Ces derniers se forment parce que le bois que l'arbre produit au printemps est clair, alors que le bois produit en hiver est sombre. Les anneaux ont plusieurs mesures : s'ils sont larges, la plante était en bonne santé, tandis que s'ils sont étroits la plante a souffert du manque de lumière ou d'eau. Chaque anneau correspond à une année de vie. Pour cette raison, si on les compte sur un arbre abattu il est possible de connaître exactement l'âge d'une plante.

Et si l'on veut connaître l'âge d'un arbre vivant ? Pour une valeur indicative il suffit de mesurer la circonférence avec un mètre-ruban de couturière, puis diviser la valeur obtenue par 2,5. Aujourd'hui, il est assez probable que le calendrier et l'aspect de la forêt n'aillent pas de pair. Les rythmes saisonniers d'une plante sont assujettis au changement climatique : un printemps précoce peut anticiper de plus d'un mois l'apparition de bourgeons, feuilles et fleurs, un hiver prolongé peut retarder l'apparition des nouvelles aiguilles, alors qu'un septembre froid peut anticiper le jaunissement des aiguilles. Il n'y a plus de saisons. Est-ce vrai ?

Pourquoi le mélèze vit bien ici ?

Ses feuilles modifiées en aiguilles limitent la perte par transpiration d'eau précieuse. Son écorce épaisse le protège contre le froid.

Sa couronne nue en hiver à cause de la chute des aiguilles le rend indifférent à la chute de neige. Ses aiguilles tendres rendent sa couronne légère ; cet aspect, associé à l'élasticité des branches et aux racines fortes et profondes, permet de supporter les vents, même forts, de pousser sur les crêtes et d'atteindre des altitudes plus élevées.

La forêt exprime une grande positivité. L'aspect esthétique est le plus évident et immédiat : la forêt est belle et rend le paysage agréable. Mais ce n'est pas tout.

La forêt protège contre les inondations, les éboulements, les avalanches, la chute de rochers, la force du vent.

La forêt nous fait du bien : elle adoucit le climat, améliore la salubrité de l'air en augmentant son humidité, en l'enrichissant d'oxygène et en consommant l'anhydride carbonique (produite par le chauffage, les véhicules à moteur, etc.) ; la forêt est aussi l'endroit idéal pour les loisirs en plein air. La forêt produit : elle est un véritable réservoir de ressources (bois de chauffage, bois pour menuiserie, charpenterie et construction, mais aussi champignons, fruits, etc.)

La forêt conserve la biodiversité : elle est précieuse parce qu'elle abrite plusieurs formes de vie animales et végétales.





ESPACES OUVERTS DE MONTAGNE : LA PRAIRIE ALPINE

Au fur et à mesure que l'on monte en altitude les conditions ne sont plus favorables au développement des arbres et l'on entre dans le royaume de la prairie alpine.

Le paysage est dominé par la présence d'un tapis vert apparemment monotone qui ne dévoile sa variété qu'à un regard plus attentif.

Le mélange d'espèces est le résultat d'un processus dynamique à la recherche de l'équilibre entre sol, climat, exposition, altitude et monde végétal. La couche herbeuse dense et continue est le type de végétation la plus complexe et stable possible, à un endroit où le long enneigement, le climat et le vent conditionnent la composition et l'aspect de la flore présente.

La taille basse des plantes est une stratégie de survie qui leur permet d'obtenir chaleur et protection du sol. La plupart des herbes sont pérennes et poussent en touffes qui, au fil du temps, se réunissent et s'étendent grâce à des fûts souterrains qui, chaque année, produisent de nouvelles branches et feuilles.

Les arbrisseaux, comme les rhododendrons, les genévriers, les myrtilles, se sont adaptés au milieu grâce à leurs branches flexibles qui supportent le poids de la neige.

Les herbes les plus nombreuses ont en commun un fût délicat, un nombre limité de feuilles fines et longues, presque tranchantes, qui partent du sol, des fleurs peu voyantes, simples, très petites, réunies en inflorescences verdâtres, qui mûrissent et se transforment en épis et en petits épis qui libèrent les graines qui seront transportées par le vent. D'autres espèces ont recours aux insectes pour transporter le pollen ; pour cette raison, elles les attirent avec leurs fleurs très colorées, parfumées et voyantes.

Spécialistes d'altitude

Le **Saule herbacé (*Salix herbacea*)** est un champion de nanisme : sa hauteur n'atteint que quelques centimètres. Il protège ses fûts en les enterrant, en les faisant glisser au sol ou encore en les cachant dans les fentes des roches d'où émergent seulement les feuilles et les fleurs.

Le curieux **Silène acaule (*Silene acaulis*)** est à même de supporter le vent et le poids de la neige grâce à son aspect en coussinet formé de feuilles minuscules et ravivé de petites fleurs de couleur rose.

L'**Étoile des neiges (*Leontopodium alpinum*)** résiste bien aux basses températures grâce à ses poils denses et courts qui la couvrent entièrement. Ce qui semble une fleur est un ensemble de petites feuilles qui évoquent des pétales. Les poils laineux qui la couvrent lui confèrent un aspect blanc, plus clair que les autres feuilles. La vraie fleur correspond aux structures rondes et jaunâtres qui se trouvent au milieu des faux pétales.

Gentianes et Gentianelles. Au fur et à mesure que l'on monte en altitude les tonalités violet, rouge et lilas sont plus fréquentes. C'est une astuce qui permet de protéger les pétales délicats contre les rayons ultra-violet qui deviennent plus pénétrants à cause de la raréfaction de l'air. Les pigments sombres absorbent l'excès de lumière solaire comme lorsqu'on se bronze.

La **Joubarbe des montagnes (*Sempervivum montanum*)** est une plante succulente qui, comme les cactus, contient presque 95% d'eau. En haute altitude il est essentiel de garder une réserve d'eau, un élément qu'ici se trouve souvent sous forme de neige ou de glace non assimilable par les plantes.

La prairie alpine :

- offre aux vaches et aux chèvres une herbe excellente qui donne une saveur spéciale au lait et aux fromages d'alpage ;
- protège les versants contre l'érosion de la pluie ;
- met plusieurs herbes comestibles ou curatives à la disposition de tous ;
- est une collection vivante de plantes et de fleurs, mais aussi un archive pour la conservation des graines ;
- représente un habitat fondamental pour plusieurs animaux sauvages qui trouvent ici un abri (marmottes) ou leur nourriture (aigles).