

Carnet de randonnée de la Via Alpina

Descriptions des motifs

Tampon N° 1	Château de Vaduz	Le château de Vaduz est l'emblème, visible de loin, de la capitale du Liechtenstein. Ses origines remontent probablement au XIIe siècle. Il devient la propriété de la Maison princière du Liechtenstein en 1712 et accueille alors le siège du grand bailliage. Par la suite, le Prince François-Joseph II le fait agrandir. En 1939, il y emménage avec sa famille et en fait son lieu de résidence permanent.
Tampon N° 2	Cèpe	Tout autour de Sargans, les promeneurs qui ont le sens de l'observation peuvent découvrir des bolets. Les coins particulièrement prometteurs se trouvent dans les forêts de hêtres, là où une bonne quantité de bois mort gît au sol et aussi peu d'herbes que possible, et où se trouvent des trouées dans la canopée permettant aux rayons de soleil de réchauffer le tapis forestier. Toutefois, la cueillette de ces champignons comestibles n'est autorisée qu'en petites quantités pour une consommation personnelle.
Tampon N° 3	Bouquetin	Voici plus d'un siècle que les bouquetins ont été réintroduits dans la vallée de Weisstannen près de Mels. Le signe le plus distinctif de cet animal alpin sont ses cornes. Grandes et imposantes chez les mâles (ou «boucs»), petites et fines chez les femelles (appelées «étagnes»). Mais pour les apercevoir, il faut monter très haut. En effet, ces chèvres de montagne aiment grimper dans les zones rocheuses, bien au-dessus de la limite de la forêt.
Tampon N° 4	Cairn	Au col de Foo, on aperçoit ici et là un «Steinmannli», ou cairn, un de ces amoncellements de pierres formant de petits monticules ou des tourelles. Généralement, ils sont érigés en des endroits précis. Ce sont des formes archaïques de balisage de chemin et ils sont censés faciliter l'orientation des randonneurs sur des terrains accidentés ou sans visibilité, essentiellement en haute montagne.
Tampon N° 5	Martinsloch	Deux fois par an, au matin, le soleil traverse cette ouverture rocheuse et illumine directement le clocher de l'église d'Elm durant quelques minutes: chaque année, les 12 et 13 mars à 8 h 52 CET (heure normale d'Europe centrale - HNEC) et en automne le 30 septembre et le 1er octobre à 9 h 33 CEST (heure avancée d'Europe centrale - HAEC). Dans les faits, les rayons du soleil passent au travers de cette ouverture durant plus d'un mois, mais le phénomène ne peut être observé que depuis le versant ouest opposé.

Tampon N° 6	Hermine	L'hermine est l'animal de l'année 2018 et se rencontre presque partout en Suisse, en dehors des forêts et des agglomérations, jusqu'à 3000 mètres d'altitude. Cette «belette» mesure environ 30 centimètres et pèse au maximum 350 grammes. Elle chasse de préférence des souris. Les hermines vivent en solitaire. Seules les mères restent un peu plus longtemps avec leurs petits.
Tampon N° 7	Barrage de Muttsee	Dans le cadre du projet d'aménagement «Linthal 2015», le volume de retenue du lac de Muttsee est passé de 9 millions de mètres cubes à 23 millions. Grâce à la construction d'un barrage-poids de 1050 mètres de long et de jusqu'à 35 mètres de haut, le niveau du lac a pu être relevé de 28 mètres, portant ainsi la hauteur de la retenue à 2474 m au-dessus du niveau de la mer. C'est de fait le plus long barrage de retenue de Suisse et le plus élevé d'Europe en termes d'altitude.
Tampon N° 8	Taureau uranais	Urnerboden est le plus grand alpage de Suisse et, pour certains, également le plus beau. Une église, un magasin et quelques maisons seulement. Entourés simplement d'une nature d'un vert intense et de pics acérés pointant vers le ciel. Dans ce décor de carte postale ne vivent que 40 habitants. Par contre, plus de 1000 vaches et près de 700 bovins passent chaque année les courts mois d'été à cette altitude.
Tampon N° 9	Rhododendron	Le col du Klausen est réputé pour ses nombreux rhododendrons, la «rose des Alpes». Ces fleurs comptent parmi les plus réputées et assurément aussi les plus belles des Alpes, avec leurs jolis pétales d'un rouge lumineux. Cependant, ce ne sont pas des roses, comme le laisse sous-entendre leur surnom de «roses des Alpes». Il s'agit tout simplement d'un arbuste de terre de bruyère. Il pousse principalement sur des versants montagneux ombragés et aime les roches acides, telles que le granite ou le gneiss.
Tampon N° 10	Monument de Tell	Le monument tout en bronze, érigé à la mémoire du héros de l'indépendance suisse, se dresse sur la place de l'Hôtel de Ville d'Altdorf. Cette statue fut réalisée entre 1882 et 1895 par le sculpteur Richard Kissling. Les politiques qui avaient commandé cette œuvre donnèrent des instructions très précises à l'artiste: il devait représenter Guillaume Tell comme un homme décidé, hardi et fier, arborant le costume traditionnel paysan.
Tampon N° 11	Prière des alpages	Au col de Surenen, il existe une tradition largement répandue dans les régions montagneuses catholiques de Suisse: la prière des alpages, également appelée prière du soir («Betruf»). En guise de porte-voix, l'armailli se sert d'un entonnoir à lait avec lequel il chante sa prière sur quatre à cinq tons afin que «tout ce qui se trouve sur l'alpage ou en fait partie soit protégé et préservé».

Tampon N° 12	Titlis	Au sommet de la montagne emblématique d'Engelberg, il n'existe qu'une seule saison: l'hiver. Sur le Titlis se trouve l'unique glacier accessible en Suisse Centrale. De là, on profite d'une vue panoramique magnifique sur les montagnes enneigées et les sommets alpins immaculés. Et, à 3041 m d'altitude, le spectaculaire Titlis Cliff Walk, le plus haut pont suspendu d'Europe attend les promeneurs.
Tampon N° 13	Chocard à bec jaune	Difficile d'échapper à leur fascination: les choucas des montagnes ou chocards à bec jaune sont parmi les rares «montagnards» à rester tout au long de l'année en altitude, sur le col du Joch. Leur plumage scintille de reflets noir mat, leurs pattes sont rouge corail et leur bec jaune, et ce sont de fantastiques aviateurs! Dès que des grimpeurs apparaissent à proximité d'un sommet, ces corvidés curieux viennent planer autour d'eux.
Tampon N° 14	Chardon argenté	Cette beauté épineuse que l'on trouve sur l'alpage d'Engstlenalp est l'une des fleurs alpines les plus réputées et les plus appréciées. Le soir et par temps pluvieux, ses feuilles en rosette se recourbent et forment un toit conique pour protéger ses capitules. C'est pourquoi le chardon argenté fut longtemps considéré comme un baromètre qui permettait de prévoir le temps. En langage populaire allemand, on l'appelait le «Wetterdistel», ou «chardon du temps». Le chardon argenté fait partie des plantes protégées.
Tampon N° 15	Meringues	La théorie selon laquelle les meringues seraient une invention suisse est largement répandue. L'histoire de ce pâtissier italien qui aurait inventé vers 1600 cette recette à Meiringen court encore. S'inspirant du nom de ce village dans l'Oberland bernois, celui-ci aurait donné le nom de «meringues» à son invention à base de sucre et de blancs battus en neige.
Tampon N° 16	Campanule	La Campanula alpina qui pousse sur la Grosse Scheidegg fait partie de la famille des Campanulacées. On la trouve en bordure des bois et des chemins jusqu'à une altitude de 2400 mètres. Sa tige, duveteuse, porte des fleurs en forme de clochettes en entonnoir. De juin à septembre, leur couleur couvre toute la palette du bleu au violet. La Campanule alpine peut atteindre jusqu'à un mètre de hauteur.
Tampon N° 17	Face nord de l'Eiger	Longtemps, elle fut considérée comme invincible. Même après la première ascension de la face nord de l'Eiger en 1938, celle-ci fut le théâtre de nombreuses tragédies. Mais la fascination est toujours présente, de même que le désir chez de nombreux alpinistes de vaincre une fois dans leur vie la plus célèbre face nord des Alpes. L'un des plus grands défis alpins.

Tampon N° 18	Marmotte	Pour se protéger de leurs ennemis sur le terrain particulièrement découvert de la Kleine Scheidegg, ces drôles de petits rongeurs sont tributaires de leurs constructions. En cas de danger, ils disparaissent à vitesse grand V dans leur abri ou dans une des galeries de fuite longues de un à deux mètres. Fin septembre, les marmottes se retirent dans leurs douillots terriers, bien capitonnés en vue de l'hiver, pour sombrer dans un long sommeil hivernal.
Tampon N° 19	Chutes de Staubbach	Avec une hauteur de chute de près de 200 mètres de haut, la cascade du Staubbach est la troisième plus haute de Suisse. En été, des vents chauds font tourbillonner les gouttes d'eau qui s'éparpillent en tous sens. Ces gerbes de gouttelettes fines comme de la poussière («Staub») ont donné leur nom au ruisseau («Bach») et à la chute («Fall»). Le poète Johann Wolfgang von Goethe y aurait trouvé l'inspiration pour son poème «Chant des esprits au-dessus des eaux».
Tampon N° 20	Chamois	Les chamois que l'on peut découvrir sur la Sefinafurrga ne sont pas des animaux de haute montagne à proprement parler. Certes, on peut les rencontrer là tout au long de l'année, mais leur habitat de prédilection est la lisière des forêts. Ils ne se rendent sur les hauteurs que l'été pour s'y nourrir d'herbe fraîche et de plantes. Grâce à leurs sabots spéciaux, constitués d'une partie cornée dure et d'un talon tendre, les chamois font partie des meilleurs grimpeurs du règne animal.
Tampon N° 21	Salamandre noire	La salamandre des alpes ou de montagne que l'on rencontre sur l'alpage Griesalp est, à bien des égards, un amphibien singulier et hors norme. Elle s'est totalement éloignée des eaux libres: elle est même une bien piètre nageuse. Seule l'humidité lui suffit tout en étant vitale pour elle. C'est pourquoi on peut la dénicher dans les pâturages et prairies d'alpage pas trop secs, ainsi que le long des torrents de montagne.
Tampon N° 22	Hohtürli	Le Hohtürli est un col situé à 2778 m d'altitude entre Kandersteg et la vallée de Kiental. Il forme une entaille entre le massif de la Blüemlisalp au sud et le massif du Dündenhorn au nord et se trouve exactement à la frontière entre les Alpes et les Préalpes. Une arche rocheuse naturelle, éboulée au début du XXe siècle, a donné son nom au col (Hohtürli signifie «petite porte haute»).
Tampon N° 23	Lac d'Oeschinen	Situé à 1578 mètres d'altitude, le lac d'Oeschinen, avec ses eaux d'un bleu profond, est l'un des lacs les plus célèbres et les plus photographiés de Suisse. D'une profondeur de 50 mètres, il est alimenté par les torrents de montagne qui dévalent des sommets de 3000 m environnants. Ce lac de montagne fait partie du site des «Alpes suisses Jungfrau-Aletsch» et, en tant que tel, est inscrit depuis 2007 au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Tampon N° 24	Lièvre variable	Le lièvre variable est parfaitement adapté à l'environnement sur le col de Bunderchrinde. C'est un véritable champion de la métamorphose, qui change de couleur de fourrure trois fois par an: au printemps, son pelage est de couleur gris-brun, en été il devient brun et, en hiver, tout blanc. Seule la pointe de ses oreilles reste noire en toute saison. Outre des oreilles plus petites, il se distingue également du lièvre brun par la taille de ses pattes, plus courtes, mais qui ne l'empêche pas d'être extrêmement agile.
Tampon N° 25	Vogel-Lisi	Vogel-Lisi (Lisi aux oiseaux) est une célèbre chanson en suisse allemand, devenue l'un des emblèmes d'Adelboden. Elle fut composée spontanément dans les années 1950 lors de l'ouverture d'un restaurant. Elle raconte l'histoire d'une femme herboriste qui a réellement vécu à Adelboden et qui était toujours accompagnée par un corbeau lorsqu'elle ramassait ses herbes.
Tampon N° 26	Aigle royal	Lorsqu'un sifflement aigu unique retentit sur le col de Hahnenmoos, le roi des Alpes n'est pas loin. Cet élégant oiseau de proie se nourrit le plus fréquemment de marmottes. L'été, en particulier, il lui faut apporter de grandes quantités de nourriture à son refuge pour l'élevage des aiglons. Celui-ci se trouve généralement dans un creux de rocher et est souvent utilisé par le même couple d'aigles pendant des dizaines d'années.
Tampon N° 27	Fête alpestre	Lors de la fête de la désalpe à Lenk im Simmental, culture et coutumes traditionnelles sont soigneusement entretenues. Les vaches, magnifiquement parées de fleurs, de cloches et de sonnailles, et les fiers armaillis célèbrent la fin de la saison d'estivage. Le clou de cet événement est l'élection de Miss Lenk, la plus belle des quadrupèdes! Et toutes les heures a lieu un cortège de troupeaux, appelé «Züglete», où les vaches décorées avec amour paradent dans tout le village.
Tampon N° 28	Edelweiss	Le symbole des Alpes pousse aussi sur le col Trütlbergpass et vit souvent en compagnie de l'aster des Alpes. On peut ainsi plus facilement le détecter en concentrant ses recherches sur ces belles fleurs violettes. L'edelweiss est reconnaissable de loin car il se pare souvent de reflets argentés sous la lumière du jour. L'edelweiss est une espèce strictement protégée et sa cueillette est interdite.
Tampon N° 29	Chèvre de Saanen	Cette chèvre, généralement de grande taille et dépourvue de cornes, à la toison courte et blanche, est initialement originaire de la vallée de la Sarine dans l'Oberland bernois. Aujourd'hui, cette race est répandue un peu partout. Excellente laitière, elle a été croisée dans le monde entier avec de nombreuses espèces locales. C'est pourquoi elle est considérée comme la race d'origine de pratiquement toutes les chèvres à fort rendement laitier et comme la race caprine la plus performante au monde.

Tampon N° 30	Mur de pierres sèches	Le mur en pierres sèches sur le col de Jable s'étend exactement à la frontière linguistique et, de fait, à la limite entre les cantons de Berne et de Vaud. Long de 199 mètres, il fut probablement érigé dès le XVI ^e siècle. De 2016 à 2018, il a été restauré grâce à une action de grande envergure. Chaque mètre de mur nécessitant une tonne de pierres, il a donc fallu, au total, 199 tonnes!
Tampon N° 31	Fromage d'alpage	L'Étivaz est un fromage à pâte dure très apprécié, fabriqué au lait cru par près d'une centaine de fromageries d'alpage vaudoises. Selon la recette traditionnelle, de façon artisanale et au feu de bois. Le lait cru est transformé directement sur place, ce qui lui permet de conserver tous les fins arômes des herbes alpines. D'où le goût fruité et aromatique prononcé, avec une légère note de noisettes, de l'Étivaz.
Tampon N° 32	Grand Chalet	Le Grand Chalet de Rossinière bat tous les records: 500 m ² de surface au sol, 5 étages, 113 fenêtres et une dédicace composée de 2800 lettres peinte en façade. C'est la plus grande maison d'habitation en bois de Suisse. La cave a dicté les dimensions du chalet, car elle était prévue pour le stockage et l'affinage de 600 meules de fromage.
Tampon N° 33	Fondue au fromage	Le restaurant au col de Chaude sert une fondue exceptionnelle. Ce plat national suisse est entouré de nombreux us et coutumes. Ainsi, une tradition très répandue veut que le convive faisant tomber son bout de pain dans le caquelon à fondue paie sa tournée de vin blanc, eau-de-vie ou autre alcool ou bien se lève et chante une chanson.
Tampon N° 34	Rochers-de-Naye	Les Rochers-de-Naye, culminant à 2042 mètres d'altitude, sont prisés depuis toujours comme but d'excursion. À lui seul, le trajet en train à crémaillère depuis Montreux jusqu'au sommet vaut le voyage. Et là-haut s'offre à vous le plaisir d'une vue époustouflante. On peut admirer le lac Léman, les Alpes vaudoises, bernoises et valaisannes, et même les Alpes françaises.
Tampon N° 35	Statue de Freddie Mercury	Freddie Mercury s'était établi à Montreux pour le calme et la sérénité des lieux. C'est ici qu'il enregistra son dernier album avec le groupe Queen: «Made in Heaven». En mémoire de son séjour, une statue en bronze de Freddie Mercury orne la promenade sur les quais depuis 1996. Celle-ci est fleurie tous les jours par ses fans, encore aujourd'hui.