

# Le chemin des cabanières

Des falaises de Roquefort au Rougier



Chaos Rocheux de Roucangel (Théo Bertrand)



Vivez l'expérience des cabanières, ces ouvrières paysannes employées par les fabricants de Roquefort pour la saison d'affinage, qui se rendaient au travail à pied, parfois quotidiennement, depuis Montclarat et les alentours

Chaque jour de la campagne de production, les cabanières de Montclarat arpentaient le paysage dominé par la butte du Combalou, puis regagnaient le soir leur village haut perché. Cet itinéraire, qui garde secrètement l'empreinte de leurs pas, vous propose une randonnée dans un environnement bucolique et riche d'une tradition rurale

## Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 3 h 45

Longueur : 12.1 km

Dénivelé positif : 641 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Histoire et patrimoine

# Itinéraire

**Départ** : Roquefort - Office de Tourisme

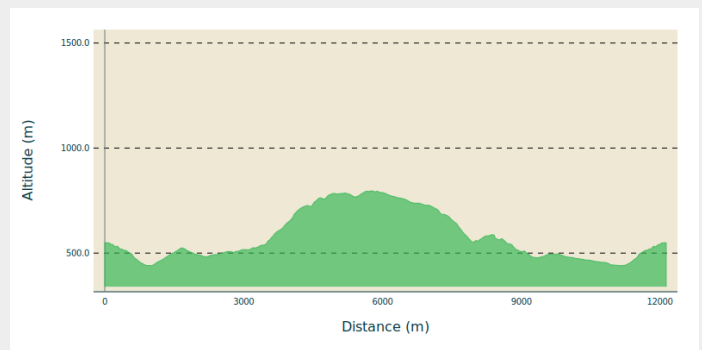
**Arrivée** : Roquefort - Office de Tourisme

**Balisage** : — PR

**Communes** : 1. Roquefort-sur-Soulzon

2. Saint-Rome-de-Cernon

## Profil altimétrique



Altitude min 440 m Altitude max 796 m




Les cabaniers, au début du siècle dernier, faisaient tous les jours le trajet Roquefort-Montclarat (certaines depuis Mézac) pour venir travailler.

1. Au départ de l'office de Tourisme, prendre le chemin plongeant vers la vallée du Soulzon (celui qui passe devant les WC publics). Suivre la piste sur 200 m, puis plonger dans le sentier de gauche. Traverser ensuite la route et continuer à descendre jusqu'au niveau du ruisseau.
2. Au fond de la vallée, au carrefour, prendre à gauche en direction de Montclarat. À la route tourner à droite pour traverser le ruisseau en empruntant le pont et suivre la piste s'élevant face à vous jusqu'à rejoindre la route de Monclarat.
3. Tourner à droite et rester sur la route sur 1km. Descendre le chemin sur votre gauche pour passer à la source, continuer sur ce chemin pour remonter à la route et rejoindre Montclarat.
4. Au niveau des premiers bâtiments du hameau, prendre le monotrace montant en épingle sur votre droite. Vous entamez alors l'ascension vers le plateau.
5. En sommet de côte, juste avant d'atteindre la large piste, suivre le sentier balisé sur votre gauche. Ce dernier vous mènera au cœur des dédales rocheux de Roucangel.
6. A la sortie de ce chaos rocheux, suivre la piste entre les pins jusqu'au niveau de la bâtisse de Fournials.
7. Environ 100m après le bâtiment, tourner à droite pour vous engager dans descente dite de l'ingénieur (cirque de Boutinenque). Au carrefour suivant, rester à droite afin de rejoindre le passage à niveau (PN47).
8. Traverser ce dernier, puis suivre les méandres du Soulzon. Passer devant de le menhir, avant de retrouver le point n°2. Vous pouvez alors regagner votre point de départ.



# Sur votre route...



-  Source (A)
-  Histoire de Cabanière (C)
-  Menhir du Soulzon (E)

-  Croix de Jean Carles (B)
-  Le Rocher de Roucangel (D)

# Toutes les informations pratiques

## **UNESCO Causses et Cévennes**

Cet itinéraire est situé dans la zone cœur du Bien Causses et Cévennes, paysage culturel de l'agropastoralisme méditerranéen.



## **Matériel**

Prévoir une réserve d'eau et une tenue adaptée

## **Comment venir ?**

### Transports

Toutes les informations sur le site de [l'office de tourisme](#)

### Accès routier

à 25 km au Sud-Ouest de Millau par les D 992, D 999 et D 23 direction Albi. A 14 km de St-Affrique par la D999 en direction de Millau.

### Parking conseillé

Office de Tourisme

## **Lieux de renseignement**

### **OT Pays du Roquefort**

Avenue de Lauras, 12250 Roquefort/  
Soulzon

[contact@roquefort-tourisme.fr](mailto:contact@roquefort-tourisme.fr)

Tel : 0565585600

<http://www.roquefort-tourisme.fr/>



## **Source**

## Sur votre route...

---

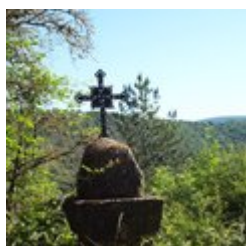


### Source (A)

La source de Montclarrat à Saint-Rome-de-Cernon invite à une parenthèse de sérénité. Réputée pour ses eaux limpides et ses légendes d'antan, elle témoigne du lien précieux entre nature et traditions locales. Ce lieu enchanteur, idéal pour une halte bucolique, ravira les amateurs de balades et de découvertes authentiques. Un trésor discret à savourer au fil de l'eau.

Crédit : Delphine Atché

---



### Croix de Jean Carles (B)

La Croix de Jean Carles tire son nom, selon la tradition orale, d'une personne du même nom qui aurait possédé un terrain à proximité. Cet élément patrimonial, ancré dans la mémoire locale, témoigne de l'importance des récits transmis de génération en génération. Source : Collectage par Katia Fersing auprès de M. Thibal.

Crédit : Delphine Atché



## Histoire de Cabanière (C)

Récit de Jaqueline Esteban : "Elles avaient trait les brebis, elles faisaient leur journée de cave et le soir à 6h elles repartaient à pied toutes les deux. C'était deux sœurs et en arrivant elles traisaient les brebis. C'était en 53 quand je suis allée à la Société parce que j'avais travaillé avec ma mère chez un petit, un petit industriel, Daure et c'est en 1953, quel âge on avait ? 19 ans, Vous vous rendez compte les journées qu'elles faisaient ces filles ? Et encore en plus elles devaient aider la maman à travailler après, les lessives, et tout et tout...Et le midi elles restaient à Roquefort, il devait y avoir la cantine à cette époque là"

Récit de Francine Galibert : "Montclarat, c'était tout simple. Ils prenaient le chemin, ils filaient et ils arrivaient par le fameux chemin du pont du Souizon, là, et ils montaient sous la décharge, et sans problème... c'était emprunté, là. D'ailleurs y'en avait même de St Rome qui montaient par là. Par le bord du Souizon, oui, de Raspailac au bord du Souizon et qui venaient atterrir sous la décharge."

Source : collectage par Katia Fersing



## Le Rocher de Roucangel (D)

Le nom "Roucangel" tire son origine du terme occitan "ròca," signifiant "rocher." Selon l'ouvrage de Bernard Gèze, le rocher de Roucangel s'apparente aux fameuses "villes de rochers" de Montclarat, Montpellier-le-Vieux, et Nîmes-le-Vieux. Il présente une structure ruiniforme, avec des "rues" et "tourelles" naturelles, créées par l'érosion des roches dolomitiques du Bathonien supérieur. Un véritable "village de rochers" à explorer pour les amateurs de géologie.

Crédit : Théo Bertrand





## © Menhir du Soulzon (E)

Le menhir du Soulzon est une grande pierre de plus de 3 mètres de hauteur, que l'on appelle localement "menhir", bien qu'il ne présente pas les caractéristiques habituelles d'un menhir authentique. Ce type de pierre dressée remonte à l'âge du bronze, et son rôle dans le paysage antique reste un sujet de débat. Certains pensent qu'il s'agit simplement d'un vestige naturel du Combalou, sur lequel une croix aurait été gravée au Moyen Âge, peut-être pour en faire une borne limitrophe. D'autres évoquent l'hypothèse d'un menhir préhistorique christianisé, une pratique courante dans la région. Les deux croix profondément gravées sur ses faces renforcent cette hypothèse.

Crédit : Roquefort Tourisme