Randonnées dans les montagnes de Shar

(Macédoine)

Présentation

Rédaction : Mathieu SETTE et Chantal SOBRINO TAFUNELL

Photographies : Mathieu SETTE et Chantal SOBRINO TAFUNELL

Réalisation : Mathieu SETTE, Chantal SOBRINO TAFUNELL et Yves FOUQUE

Ce guide a été réalisé en partenariat avec la municipalité de Tetovo, l'Alliance Française de Tetovo et le CRET de Briançon.

Sommaire

Présentation 2

Editorial 5

Note d'information 7

Conseils aux randonneurs 8

UN BREF APERÇU DU MASSIF DE SHAR 12

TETOVO 18

SECTEUR DE LUBOTEN 26

SOMMET DE LUBOTEN 28

LAC LIVADICKO (LIVADHISË) 30

CASCADE DE BELOVISTE 33

LA FAUNE ET LA FLORE DU MASSIF 37

LA VALLÉE DE LA RIVIÈRE PENA ET BRODEC 41

VEJCE-BRODEC 42

SOMMET DE KOBILICA 46

VIVRE ET HABITER LA MONTAGNE 51

LA MAISON TRADITIONNELLE 52

L'AGRICULTURE MONTAGNARDE 54

LE PASTORALISME ET LE CHIEN SARPLANINEC 55

SECTEUR DE LESNICA 58

AUX SOURCES DE LA RIVIERE PENA (SHKUMBINI) 59

LES LACS DE SKAKALO ET KARANIKOLA (XHOLI PAFUMD) . 62
LA MONTAGNE : UNE PRATIQUE ANCIENNE DANS LE MASSIF DE SHAR 67
POPOVA SHAPKA 71
TITOV VRV : LE SOMMET DES MONTAGNES DE SHAR 73
LE HAUT LESNICA 76
GASTRONOMIE 78
LE LAC NOIR ET LE LAC DE BOGOVINJE 83
LE LAC DE BOGOVINE ET LE PIC BRISTAVEC 85
LE LAC NOIR 89
LANGUES ET GLOSSAIRE 92
Renseignements pratiques 95

Editorial

Peu d'entre nous sauraient placer la Macédoine sur une carte. Pourtant, à l'image des pays voisins comme le Monténégro ou la Bulgarie elle devient peu à peu une destination prisée. La devise «*Macédoine, une terre de nature, un pays de Culture*», en première page de toute brochure touristique du pays, illustre à merveille les richesses offertes aux visiteurs en quête de voyages de qualité. Essentiellement montagnarde avec de nombreux grands massifs dépassant les 2000 mètres elle est d'abord un territoire de prédilection de tout amoureux de la nature et de la montagne. Mais pas seulement. A la croisée de l'Orient et de l'Occident, à quelques pas de la méditerranée, sur les vestiges de la Grèce antique, des premiers royaumes chrétiens et de la grande période Ottomane, la Macédoine se révèle aussi comme un pays où le patrimoine culturel est incroyablement dense et complexe. Enfin, ses habitants au sens de l'hospitalité légendaire, vous feront découvrir un savoir-vivre devenu rare en Europe.

Et quel meilleur moyen que découvrir ces trésors en marchant ? Nous vous invitons à travers ce livre à découvrir le plus imposant et peut être le plus enchanteur massif de Macédoine : les montagnes de Shar. Sur ce territoire de caractère qui s'est plus

souvent illustré ces dernières années par des tensions politiques que par sa beauté, une nouvelle ère débute. Depuis Tetovo, capitale de la région du Polog, au Nord-ouest du pays, nous vous invitons à découvrir des paysages fantastiques et méconnus. Entre forêts et prairies d'altitudes, au détour des villages, sur les pas des ours et des chamois, dans le silence d'une mosquée ou d'une église orthodoxe, à travers les ruelles animées des villages ou dans les champs, laissez-vous guider à travers une région surprenante. Ce premier guide, réalisé entre le mois de juillet et celui d'octobre 2008, décrit quelques-unes des belles randonnées à faire dans les montagnes de Shar. Vous y trouverez aussi des descriptions et des textes sur l'histoire, les traditions, la cuisine et les hommes de ce petit bout d'Europe.

Bonnes randonnées dans le Massif de Shar !

Note d’information

- La plupart des randonnées de ce guide sont balisées en rouge et blanc par le club de montagne Luboten. La description des quelques itinéraires hors sentier, moins nombreux que dans les massifs français, sera plus précise avec des illustrations sous la forme de cartes et de photographies. Des pages thématiques complètent les randonnées. Largement illustrées, elles donnent une idée plus précise du contexte historique, sociologique et naturel de cette région.

- Plusieurs langues sont parlées dans les montagnes de Shar et dans la région de Tetovo. Si les Albanais sont majoritaire dans la région de Tetovo, de nombreux Macédoniens vivent aussi dans la vallée du Polog et la plupart des lieux de montagne ont un nom Macédonien. Dans ce guide, nous avons fait le choix d’utiliser l’appellation qui nous a semblé la plus populaire pour chaque lieu et de mettre sa traduction entre parenthèse. De plus, les noms des lieux ne sont pas écrits phonétiquement. Vous trouverez à la fin de ce guide un petit glossaire pour vous aider dans la prononciation.

- Les Albanais de Macédoine se font tout simplement appeler Albanais. Cela peut nous paraître étrange mais les Balkans sont un territoire où les peuples et les Etats s’imbriquent plus que partout ailleurs.

Conseils aux randonneurs

Avant de partir en montagne il faut toujours prendre certaines précautions. Même si une balade peut vous paraître sans aucune difficulté majeure :

- ✓ Ne partez jamais seul,
- ✓ Renseignez-vous sur la météo,
- ✓ Préparez votre itinéraire à l'avance et faites en part à quelqu'un,
- ✓ Prenez un bon équipement :
  - Chaussures de marche confortables (et montantes),
  - Vêtement chaud,
  - Imperméable,
  - Chapeau, lunettes de soleil et crème solaire (le soleil en altitude est particulièrement agressif !),
  - Pharmacie sommaire
- ✓ Prévoyez toujours un ravitaillement et une gourde, même pour une courte balade.

En montagne on ne parle pas de kilomètres parcourus mais de dénivelée et de temps de marche. On compte en moyenne 300 m de dénivelée à la montée en une heure, un peu plus s'il y a de la distance. Le temps de descente est estimé aux deux tiers de la montée. Quand on indique « rive gauche » ou « rive droite » d'un torrent ou d'une vallée, on se place toujours dans le sens orographique, celui de la descente.

Les horaires indiqués peuvent varier en fonction de la forme physique, des conditions météo, des rencontres, des pauses et de tout ce que vous découvrirez en chemin…

Respectez le milieu : ne coupez pas les lacets du sentier, cela les expose au ravinement; ne cueillez pas les fleurs; évitez de déranger les animaux sauvages; respectez les clôtures, les troupeaux (pas de chiens en liberté) et les prairies de fauche; ramenez vos détritus.

Quelques conseils sont spécifiques au massif de Shar. Si vous n'apercevez pas les bergers, ne vous approchez pas des troupeaux. Ils sont gardés par les redoutables chiens Sarplaninec qui défendent les moutons des prédateurs. S'ils s'approchent, éloignez-vous tranquillement. D'autre part, vous évoluerez dans une région frontalière avec une réglementation particulière. N'oubliez donc pas votre passeport et renseignez-vous auprès de la Fédération Nationale des Sports de Montagne, au Club de montagne Luboten, au bureau du tourisme de Tetovo (contacts dans le chapitre : renseignements utiles) ou auprès de votre ambassade.

La meilleure période pour randonner s'étend du début du mois de mai à la mi-octobre. Ainsi ce guide a été réalisé durant l'été 2008. Certaines randonnées en altitude peuvent être dangereuses s'il y a de neige en début d'été ou d'automne. Renseignez-vous à la Fédération Macédonienne de Sports de Montagne ou aux clubs de montagne et vérifiez la météo avant de partir.

Prizren
Sommet de Luboten
(2499m)
Ku
Sommet de Kobilica
(2528m)
Domaine skiable de Popova Shapka
Tetovo
Skopje
Titov Vrv
(2749m)
Pic de Bristavec
(2675m)
Bogovinje
Gostivar
Mont Korab
(2764m)
Prilep
Struga
Ohrid
Bitola

mahovo
Veles
Strumica
LÉGENDE
5 0 5 10 15 20 25 30 35km
Ville
Cours d'eau/Lac
Frontière
Ville de la Vallée du Polog
Routes principales
0m 400m 800m 1200m 1500m 2000m +

UN BREF APERÇU DU MASSIF DE SHAR

Le massif de Shar s'étend sur environ 1600 km2 entre le Kosovo sur le versant Nord (43% de sa superficie) et la Macédoine au Sud (57%). Géographiquement, il est délimité par la vallée du Polog au Sud, la plaine de Prizren au Nord et la rivière Radika au Sud-Ouest. De nombreux torrents entaillent le massif dont les trois plus importants sont respectivement les rivières Pena, Lesocka et Mazdraca. Elles rejoignent en aval le fleuve Vardar qui traverse le pays pour aller se jeter dans la mer Egée à côté de Thessalonique (Grèce). Deux grandes villes sont implantées au pied du massif : Tetovo du coté Macédonien et Prizren du coté Kosovar.

Sources de la rivière Pena

Ce massif est l'un des plus élevés des Balkans avec 15 sommets au-dessus de 2500 m. Il culmine au pic Tito Vrv (« sommet de Tito », 2747 m) et s'étend sur 80 km de longueur pour une largeur qui varie de 10 à 30 km. Tetovo n'étant qu'à 400 m d'altitude, le relief des montagnes de Shar est particulièrement prononcé et n'a rien à envier à la moyenne montagne alpine.

La région est soumise à une double influence : climat Méditerranéen au Sud et Continental au Nord. Les températures

peuvent atteindre près de 40 °C à Tetovo en été et baisser jusqu'à -30°C en montagne pendant des périodes prolongées.
Les précipitations sont plus abondantes en hiver que pendant les autres saisons, avec un enneigement important et prolongé, au grand bonheur des skieurs de la station de ski de Popova Shapka. De décembre à février d'épais nuages envahissent les plaines alors que la partie la plus haute du massif reste souvent dégagée au dessus de 1600 m.

Profil du col et du sommet de Kobilica

Les forêts, essentiellement composées de hêtres et, dans une moindre mesure, de pins et de chênes recouvrent une large partie du massif entre 600 et 1600 m. Au-dessus de cette limite, les arbres sont plus disséminés et laissent peu à peu la place à une lande. La période propice à la croissance des végétaux n'excède pas trois mois et la flore rappelle celle des Alpes. De larges moraines et de hautes falaises caractérisent aussi ce territoire. Les lacs glaciaires sont nombreux, 39 dont 25 permanents. Les plus connus sont le lac de Karanikola (Xholi Pafumd), le lac Noir, le lac Blanc et le lac de Bogovinje, décrits dans le guide.

La flore est riche d'environ 2000 espèces dont 150 endémiques et la faune est représentée par de très nombreux mammifères, oiseaux, reptiles, amphibiens et un nombre incroyable d'insectes pas encore tous identifiés. Plusieurs espèces protégées, rares dans d'autres massifs d'Europe, vivent encore dans les montagnes de Shar. Les plus emblématiques sont l'ours brun, le lynx et le loup.

Structures en bois d'une maison de Shipkovica

Jeunes filles jouant un tambourin décoré à Germo

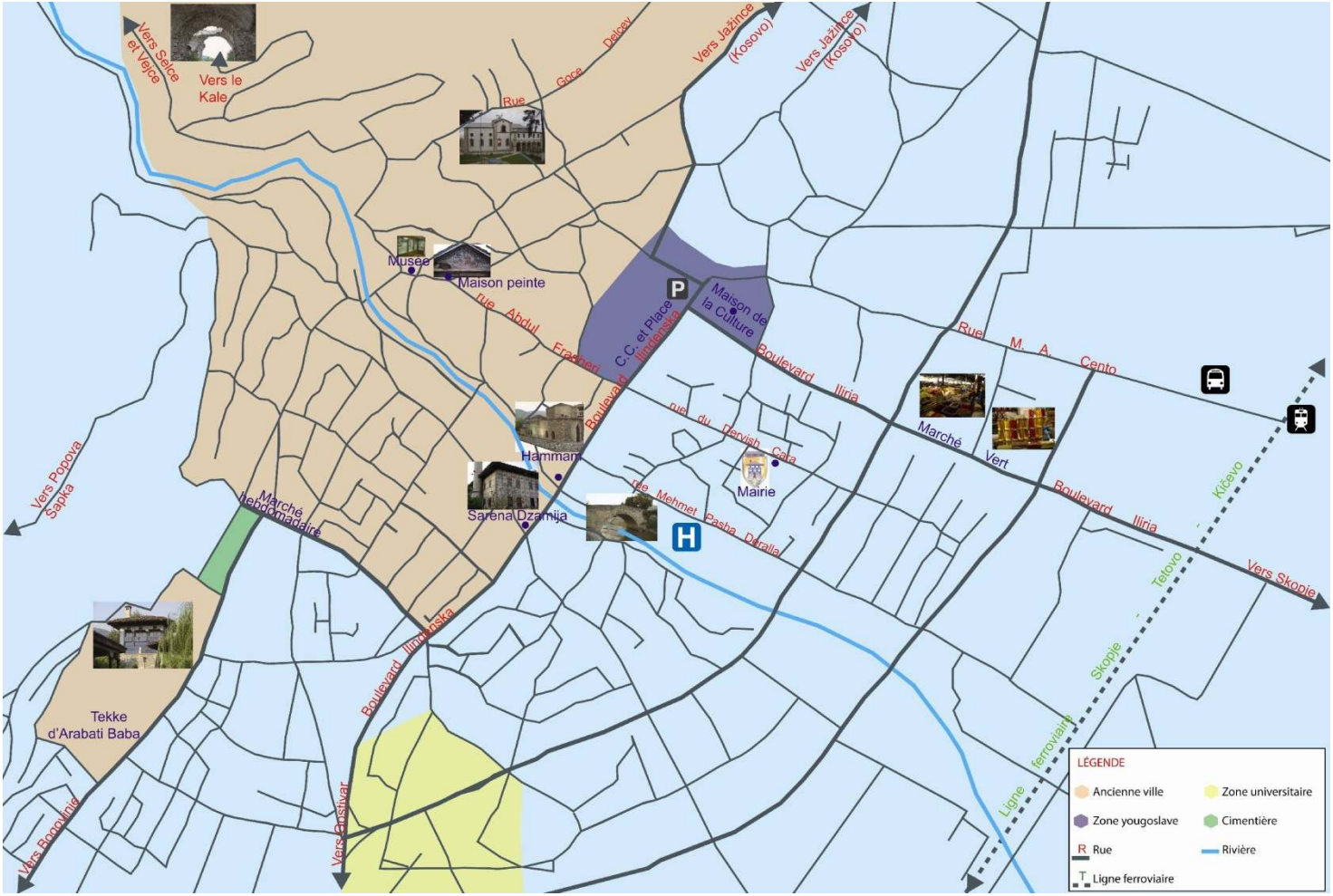
L'occupation humaine est très ancienne et on ne compte plus les peuples qui ont déferlé sur ce petit territoire au cœur des Balkans. Ici, Grecs, Romains, Slaves, Ottomans conquirent tour à tour les vallées du massif de Shar. Ces différentes civilisations ont apporté leurs savoirs et techniques et cette diversité culturelle est encore très présente avec des vestiges de villes chrétiennes, des églises du Vème siècle, des mosquées baroques de l'ère ottomane... Des inscriptions hébraïques et la fameuse statue en bronze « Menada» ont aussi été

retrouvées et sont exposées aux musées de Tetovo et de Skopje. Avec des variantes locales, le bâti ancien est homogène et utilise les matériaux locaux.

Pasteur avec ses troupeaux près du sommet de Luboten

L'agriculture est encore très vivante et produit des légumes de qualité. La présence d'immenses alpages d'altitude favorise le pastoralisme, une tradition ancestrale. Production de fromages, cueillette de myrtilles, fauchage à la main et élevage font toujours partie des us et coutumes des villageois. Hormis le tourisme lié à l'exploitation de la station de ski de Popova Shapka, le potentiel touristique de la montagne est encore largement sous-exploité car méconnu. Le territoire n'est toujours pas classé en tant que réserve naturelle à l'inverse du versant Kosovar. La prise de conscience de la fragilité de cet écosystème montagnard est lente mais un projet de Parc National laisse de l'espoir.

Vue de la vallée du Polog depuis le Kale de Tetovo


Vers Salce et Vejce
Vers le Kale
Rue
Goce
Delcev
Vers Jažince (Kosovo)
Vers Jažince (Kosovo)
Musee
Maison peinte
rue Abdul Frasheri
C.C. et Place Ilindenska
Maison de la Culture
Boulevard Iliria
Rue M. A. Cento
Hamman
rue du Derviš Cata
Marché Vert
Mairie
Sarena Dzamija
rue Mehmet Pasha Deralla
Marché Hebdomadaire
Vers Popova Šapka
Boulevard Ilinska
Tekke d'Arabati Baba
Vers Bogoslinie
Vers Gostivar
Kičevo
Tetovo
Skopje
Vers Skopje
Ligne ferroviaire
LÉGENDE
Ancienne ville
Zone universitaire
Zone yougoslave
Cimentière
R Rue
Rivière
T Ligne ferroviaire

TETOVO

Vues du graffiti *à l'entrée de la ville*

Au pied du massif de Shar, Tetovo est une grande ville de 90 000 habitants, capitale de la région du Polog. Une fresque urbaine aux dimensions impressionnantes (plus de 250m²) réalisée par des artistes marseillais durant l'été 2008 marque l'entrée principale de la ville (depuis Skopje). L'arrivée sur le Boulevard Iliria avec ses magasins, ses restaurants et ses cafés donne une impression de dynamisme avec beaucoup de jeunes, ville étudiante oblige. Immédiatement à droite du boulevard, le foisonnant marché vert de Tetovo regorge des produits de la région : miel, herbes médicinales, fruits secs, fruits et légumes de saison.

En haut du boulevard, la place centrale marque le cœur de la ville. Dans cette partie de Tetovo, la Maison de la Culture est un des rares édifices de l'ère yougoslave qui vaut le détour avec ses sculptures représentant des soldats et des paysans au travail. Depuis la place, la vieille ville est à deux pas. Petits jardins, anciennes maisons, dédale de ruelles pavées et échoppes en tout genre caractérisent ce quartier très agréable. Essentiellement

Arrivée des choux au Marché Vert de Tetovo, le marché journalier

Invités à un mariage à l'église de Saint Cyrille et Méthode, dont sa collection d'icones est à souligner

peuplé par des macédoniens orthodoxes, il abrite de remarquables églises dont Saint Cyrille et Méthode avec sa collection d'icônes.

La visite finie, vous pouvez emprunter une belle rue pavée puis goudronnée dans la partie haute, qui rejoint le Kale, ancienne forteresse dominant la ville (moyennant une petite heure de marche). Erigé entre la fin du XVIIIème siècle et le début du XIXème siècle par le gouverneur ottoman de la ville, Abdourrahman Pasha, la forteresse en pierre donne une idée de la puissance du vilayet ottoman d'alors. Selon les récits d'Ami Boué, un européen ayant traversé et décrit la région en 1848, le Palais était la demeure d'été du Pasha où il vivait entouré de son harem. Des fouilles archéologiques viennent d'être menées et il est possible de se frayer un chemin entre d'immenses remparts, à

Le mur d'enceinte du Kale de Tetovo à sa sortie vers Lavce

la découverte des voûtes, canalisations, passages secrets menant à certaines salles encore intactes. Comme tout lieu stratégique, il offre également une vue imprenable sur la ville et la vallée du Polog en contrebas ainsi que sur le pic Kobilica au Nord et la rivière Pena (Shkumbini) au fond de la vallée.

De retour sur la place centrale, le boulevard Ilindeska mène aux berges de la rivière Pena, un bon endroit pour s'accorder une pause café lorsque la chaleur de l'été est trop forte. D'autant plus qu'au bord de la rivière se trouvent certains des plus beaux édifices de Tetovo. La *Sarena Dzamija* (littéralement « mosquée peinte »), l'une des dernières mosquées peintes des Balkans, est un de ces trésors. Intérieur et extérieur sont totalement couverts de décorations picturales très travaillées et dans l'enceinte, délimitée par un muret, un mausolée de pierres taillées abrite ses deux fondatrices, Hurshida et Mensura Hatun.
Un petit parc, accolé à la mosquée est très apprécié des habitants de Tetovo. Quant à l'imposant mur de pierre qui délimite le parc au nord, il cache des regards curieux l'ancienne résidence du Pasha, une belle demeure qui vaut plus qu'un détour. Sur la rive orientale, les bains turcs du XVème siècle en pierre et en brique abritent une galerie d'art. Plus en aval de la rivière, un pont de pierre et les ruines de l'ancienne madrasa sont une autre trace, plus discrète, de la présence ottomane, alors que partout autour se dressent des bâtiments modernes.

Au Nord de ces monuments, en remontant les berges de la rivière, on arrive dans la partie de la vieille ville à majorité Albanaise. C'est dans cette zone que se trouve la rue

Vendeurs de citrouilles devant la Mosquée Peinte.

commerçante Abdoul Frasheri (voir sur la carte), avec ses boutiques qui présentent divers vêtements brodés pour les grandes occasions ainsi que de l'artisanat local. En haut de cette rue se trouvent la maison de Souleyman V. D. Alija Ixhlal dont la façade est couverte de fresques de 1804 puis, une centaine de mètres plus loin, le musée de Tetovo. Il présente deux expositions sur l'histoire de la région au XXème siècle. Son personnel vous fournira, en anglais, des informations précises sur la ville et la région.

Dernier endroit à ne pas manquer, le Tekke Arabati Baba se rejoint après 10 minutes de marche depuis le musée. Situé au pied de la montagne et à coté du cimentière musulman de la ville (en vert sur la carte), cet espace protégé par un haut mur d'enceinte abrite une petite communauté Bektashi pratiquant un islam soufiste Avec un grand jardin, des arbres centenaires, des fontaines, une mosquée et une tour bleue du nom de Fatima, ce lieu semble dédié à la méditation et au repos.

Vue des jardins du Tekke*, avec la fontaine de Rexhep Pasha en premier terme et les anciennes zones d'auberge au fond.*

La Tour Bleue ou de Fatima, où aurait été logée une des filles du Pasha qui se serait soignée au reposant entourage du tekke.

Randonneurs au départ du refuge de Luboten

SECTEUR DE LUBOTEN

Longtemps considéré comme le plus haut sommet de la région, le mont Luboten est la dernière grande montagne au Nord-est du massif de Shar. Sur son versant macédonien, à 1600 m d'altitude, un refuge ouvert toutes les fins de semaine de mars à novembre accueille les randonneurs. Véritable institution montagnarde construite en 1931, elle fut le premier abri pour les pionniers de la montagne dans les Balkans. Aujourd'hui, l'hébergement est très fréquenté en saison et donne l'occasion de découvrir la cuisine et le savoir-vivre macédoniens.

Accès routier

Depuis Tetovo, prendre la route en direction de la frontière avec le Kosovo (Jažince), puis tourner à gauche vers le village de Beloviste. En haut du village un panneau du club Luboten illustré d'une photo satellite montre l'itinéraire. On peut laisser sa voiture à proximité et atteindre le refuge à pied (2h 30 sur une piste en terre) ou monter avec un 4X4 directement au refuge.

Col de Luboten
Luboten
Kozja Karpa
Lac
Livadičko
Demir kapija
Kule
Gradska livadica
Žandarska buka
2231
2304
1792
1986
1800
1660
1359
1997
2278
2324
1736
1170.2 G

SOMMET DE LUBOTEN

Altitude de départ : 1630 m
Altitude la plus haute : 2499 m
Dénivellation : 870 m
Temps de marche : 5h
Difficulté : **

Intérêt :
Refuge macédonien typique
Panorama sur le Kosovo et la Macédoine.

L'itinéraire (en jaune sur la carte) débute derrière le refuge par un sentier balisé. Après une bonne demi-heure de marche à travers les prairies, il faut tourner à droite, au niveau d'un embranchement indiqué par des flèches peintes. Dans cet alpage très fleuri, régal des abeilles, les bergers viennent faire paître leurs brebis. Si l'itinéraire est régulièrement balisé, quelques pièges sont à éviter. Ainsi, il emprunte pour quelques mètres une piste en terre mais bifurque à gauche sur un sentier : attention à ne pas continuer sur la piste. De même, à l'approche du sommet, le sentier est moins marqué et il faut zigzaguer sur le large versant de la montagne pour atteindre la crête. Arrivé en haut, un panorama grandiose attend le randonneur. Au Sud-Ouest s'étend la vallée du Polog alors que plus à l'est la ville de Skopje est clairement visible. De l'autre coté, au Nord, l'immense plaine du Kosovo s'étire à l'horizon avec la ville blanche de Pristina.

Pour rentrer, vous pouvez retourner par le même itinéraire mais aussi redescendre jusqu'au col Luboten (voir sur la carte). Dans ce dernier cas, il faudra être vigilant car ce passage est particulièrement raide, voire vertigineux par endroits. Le balisage du sentier, qui s'était interrompu au sommet, reprend à partir du

Montagne de Luboten

Versant sud de Luboten depuis le Kozja Karpa

col. Une source d'eau cristalline permet à chacun de se rafraîchir quelques dizaines de mètres plus loin, juste avant la traversée d'une belle moraine, dominée par le Kozja Karpa, littéralement « le rocher des chamois ». Cet immense pierrier (voir photo), reconnaissable de loin, caractérise le versant Sud-ouest de la montagne Luboten. Il offre un paysage lunaire, alternant roches érodées, traînées ocre et monticules rocheux aux formes étranges sous les cris stridents des faucons A sa sortie, le refuge est bientôt visible.

LAC LIVADICKO (LIVADHISË)

Altitude de départ : 1630 m
Altitude la plus haute : 2325 m
Dénivellation : 695 m
Temps de marche : 6h00
Difficulté : ***

Intérêt :
beau panorama et chemin de chemin de crête

Itinéraire

Le second itinéraire à partir du refuge (en rouge sur la carte) mène au lac de Livadičko (Livadhisë) situé de l'autre coté de la frontière, au Kosovo. Considéré à juste titre comme un itinéraire difficile, le parcours emprunte en grande partie la ligne de crête du massif. Si le temps est dégagé, le point de vue permet d'observer à des kilomètres à la ronde, de la Macédoine à l'Est au Kosovo au Nord-Ouest. Depuis le refuge, il faut prendre le sentier qui permet de rejoindre le col de Luboten par le pierrier du rocher aux chamois. Ainsi, à l'intersection située à 30 minutes du refuge, on tournera cette fois-ci à gauche. La première partie de la montée

Lac de Livadičko

est relativement douce mais il faut faire attention aux randonneurs marchant sur la crête quelques centaines de mètres plus haut et qui peuvent faire tomber des pierres. Une fois au col, poursuivez sur un sentier à gauche puis rejoignez la crête après une dizaine de minute de marche en contrebas de celle-ci Contrastant avec le paysage lunaire du versant lunaire de Luboten, le sentier domine alors les vastes étendues verdoyantes du massif de Shar, les forêts et les villages nichés dans les vallons et, au loin, les grandes plaines du Kosovo et du Polog. Après deux heures de marche sur la crête, le lac se distingue de loin. Il est niché entre les montagnes Tumba et Livadica et donne naissance à un joli cours d'eau. Très fleuri en début d'été, ce haut lieu de la montagne est un point de rencontre privilégié entre montagnards des deux versants. Le retour se fait par le même chemin.

Pršlika
10/0.2 G
1205
Orteac
1115
Beloriška
8/0.12 G
12/0.15 G
Garišta
15/0.3 G
1057
10/0.15 SG
Gariški p.
Klade
Popova livada
1168
1028
863
8/0.10
10/0.15 SG
Rapradnica
Belovište

CASCADE DE BELOVISTE

Altitude de départ : 750 m
Altitude la plus haute : 1300 m
Dénivellation : 550 m
Temps de marche : 4h00
Difficulté : **

Intérêt :
Jolie cascade de montagne

Accès routier

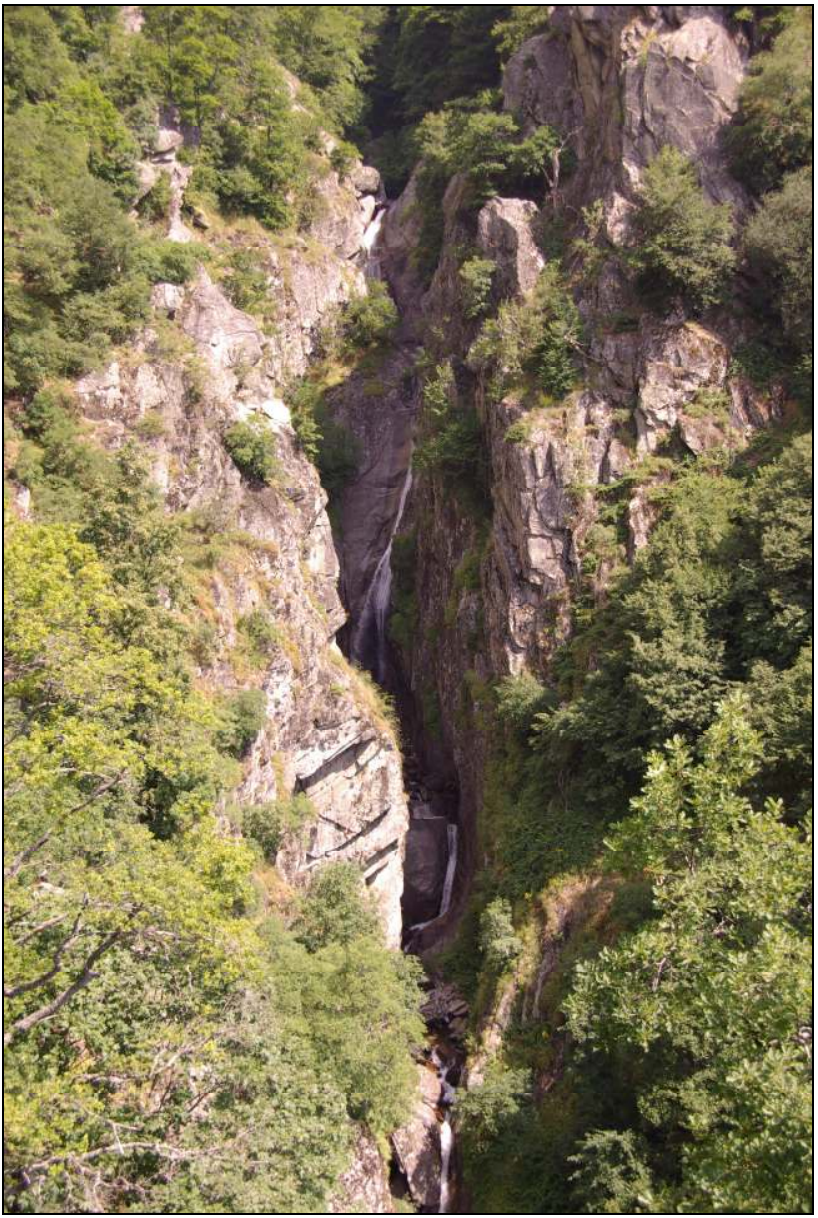
Se rendre au village de Belovište et garer sa voiture à coté du café principal.

Itinéraire

Maisons traditionnelles à la sortie de Belovište et au centre du village

Avant d'entamer la randonnée, le village macédonien de Belovište mérite à lui seul une petite visite pour ses nombreuses maisons anciennes, typiques du massif de Shar. Elles ne sont plus habitées qu'occasionnellement et servent surtout à entreposer le foin mais elles révèlent aussi l'ingéniosité caractéristique des anciens bâtisseurs de la région. L'itinéraire commence en face du café central, au niveau d'un panneau représentant la randonnée sur une photo satellite. Il suit la ruelle goudronnée qui longe la rive droite de la rivière Brotonica puis dépasse une jolie fontaine en pierre taillée permettant de remplir ses gourdes. Vingt mètres plus

loin on longe un petit pont avant de dépasser les dernières maisons. La ruelle devient alors sentier et tourne à droite le long d'un mur surplombé par une végétation abondante. A partir de là, l'itinéraire est balisé en rouge et blanc très régulièrement. La première partie de la randonnée, à la sortie du village, permet d'admirer de très nombreuses espèces d'arbres fruitiers. Pruniers, cerisiers, noyers et châtaignés bordent le chemin. Plus loin, il s'enfonce dans les bois au milieu de nombreux noisetiers, une vraie bénédiction aux heures chaudes de la journée. Le reste de la montée alterne clairières, champs de fougères, et autres traversées à l'ombre de la forêt. Au fur et à mesure, la vue se dégage sur la vallée du Polog puis le lac Vratnica, en contrebas. La dernière montée, après avoir franchi un ruisseau, est relativement escarpée et nécessite une bonne condition physique. De l'autre coté de la crête, après une centaine de mètres de descente, apparaissent enfin les majestueuses chutes d'eau. Ce point d'arrivée panoramique face aux cascades est un lieu idéal, avec ombre et grandes pierres plates, pour récupérer des efforts. Il est déconseillé de s'approcher des cascades tant le terrain est accidenté. Le retour se fera par le même chemin. Avant de rejoindre le village de Belovište, l'église de Sveta Petka vaut le détour. Il suffit de traverser le premier pont qui traverse la rivière sur la gauche et de suivre une route pavée sur quelques centaines de mètres. Derrière le restaurant, dans une gorge ombragée de la rivière sont nichées la petite église ainsi qu'une chapelle orthodoxes. Cette dernière abrite une source qui, dit-on, soigne les yeux. Le lieu est en tout cas apprécié des macédoniens qui y viennent se détendre, se restaurer et chanter les fins de semaine.



Cascade de Belovište

LA FAUNE ET LA FLORE DU MASSIF

Groupe de chamois près du lac Karanikola

Parcourir les montagnes de Shar c'est aussi partir à la découverte de la flore et des nombreux animaux qui rendent ces excursions encore plus passionnantes. Les chamois sont nombreux à fréquenter les crêtes et parfois un aigle royal dans les airs ou un ours au détour d'une clairière rendent ces journées inoubliables. Autour des lacs et sur les versants dégagés, des dizaines de fleurs différentes s'étalent à perte de vue pendant la belle saison. Plus bas, de denses champs de fougères occupent les sous-bois et les lisières des forêts de hêtres.

Cette richesse est due aux conditions climatiques du massif de Shar, exposé à un fort ensoleillement, soumis à de fortes variations de températures toute l'année et protégé des vents. La lande herbacée d'altitude considérée comme la plus vaste d'Europe apporte aussi une explication : son riche écosystème qui se révèle à la faveur de l'été, garantit des conditions optimales

pour le développement des espèces de tout le massif. Vous serez surpris de voir dans les airs des dizaines de rapaces chassant ensembles, de vous promener au milieu de plantations de pruniers chargés à craquer de ses fruits ou de cueillir dans les sous bois ou sur les versants dégagées des fraises ou des myrtilles à profusion Peu dérangées par l'homme, des espèces emblématiques comme le loup, le lynx, la loutre, l'ours, le chat sauvage, le chamois, l'aigle royal, le grand duc, la perdrix bartavelle et le faucon pèlerin sont présentes en grand nombre. Il faut aussi noter des tortues terrestres et de nombreuses grenouilles. Dans les vallées, les torrents sont peuplés de truites vigoureuses. Quant aux invertébrés, seule une petite partie a livré ses mystères. Et quel plaisir à la belle saison quand les myrtilles foisonnent sur tous les versants.

Les tortues terrestres sont encore présentes au massif

Aigle survolant le massif

Butineur sur une fleur

Toutes ces espèces ont établi des stratégies de survie très différentes. L'ours hiberne après avoir fait de bonnes réserves pendant la belle saison alors que nombre d'animaux quittent les cimes dégagées pour s'abriter dans les forêts et trouver de la nourriture pendant l'hiver. Beaucoup de ces espèces sont protégées ou ont disparu de nombreux massif d'Europe. Malgré cela, la pression démographique et le braconnage rendent cet équilibre fragile, d'autant que le massif n'est pas encore un espace protégé.

Ours brun près du lac Noir

LA VALLÉE DE LA RIVIÈRE PENA ET BRODEC

En amont de la ville de Tetovo commence la plus grande vallée du massif. Depuis des siècles, les villages albanais de Brodec, Vejce, Vesala, Shipkovica, Bozovce et Selce jalonnent les deux versants de la rivière Pena. En ces lieux, l'intérêt de la randonnée réside aussi dans l'authenticité des hommes et des paysages qu'ils ont façonnés. L'agriculture est montagnarde, riche et variée. Les vieilles maisons en bois et en pierres regorgent de foin et des autres récoltes saisonnières. Au cœur des villages, vous découvrirez ruches, bassins à truites, et petits jardins. Et si vous avez la chance de vous faire inviter par les habitants, vous recevrez un accueil hors du commun et goûterez les excellents produits locaux.

Vue du village de Vejce

VEJCE-BRODEC

Altitude de départ : 1161 m
Altitude la plus haute : 1262 m
Dénivellation : 101 m
Temps de marche : 2h
Difficulté : *

Intérêt :
Découverte des villages locaux
Agriculture montagnarde

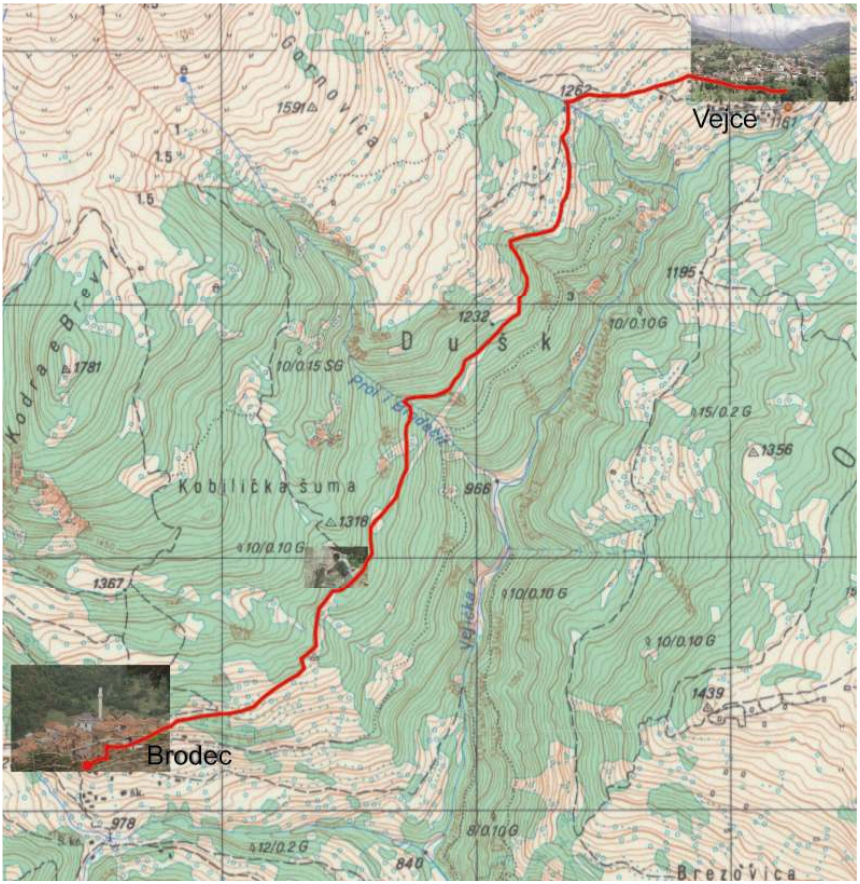
Accès routier

Depuis Tetovo, aller au village de Vejce par la même route qui monte vers le Kale (la forteresse ottomane) mais prenez à gauche à la première intersection quelques centaines de mètres après la sortie de la ville. Traverser le village de Selce puis continuer jusqu'à l'entrée du village de Vejce. Laisser sa voiture à l'entrée du village à droite du pont.

Vue de la mosquée de Vejce

Itinéraire

Cette jolie balade permet de découvrir deux villages albanais typiques où les paysans exploitent encore avec courage les ressources naturelles. Prenez donc le temps de les visiter et de rencontrer leurs habitants. Souvent, les enfants et les hommes du village sortent des maisons ou du café à la rencontre des nouveaux venus. Quelques mots en albanais



voire en anglais suffisent pour rendre l'atmosphère conviviale. Après ces salutations, il est toujours plus simple et agréable de déambuler dans les ruelles en admirant de belles fermes à l'architecture traditionnelle. Depuis votre voiture, il faut d'abord remonter au cœur du village par la rue principale jusqu'au café. Prenez ensuite la ruelle pavée sur la gauche quelques mètres après ce dernier. L'itinéraire surplombe le village, se transforme en un large chemin après les dernières maisons et mène directement à Brodec. Bordé de cornouillers, de pommiers et de

pruniers le chemin alterne montées et descentes tranquilles. Il offre une jolie perspective sur la vallée de Vejce puis sur le village de Shipkovica, situé en face de Brodec, de l'autre coté de la rivière Pena. En s'approchant du village, la multiplicité des vergers et des champs, les milles barrières de bois qui délimitent les prairies, les potagers regorgeant de tomates au rouge éclatant attestent du travail réalisé par les hommes pour vivre dans ces montagnes. Outre les arbres fruitiers, des ruches bordent les champs et deux fontaines permettent de se rafraîchir. On y rencontre souvent les habitants de la vallée avec leurs chevaux et leurs mules faisant la navette d'un village á l'autre. A Brodec, le chemin arrive par le haut du village (voir photo) avec une vue remarquable sur les toits et la mosquée. Comme à Vejce la plupart des maisons sont traditionnelles et se présenter ouvre de nombreuses portes.

Vue de Brodec

Sommet de Kobilica
Kučibeg
2068
Golem kamen
1612
10/0.2 G
1.5
Gornovica
1591
1904
Guri i Epr
1932
Kodra e Bleve
1781
10/0.15 SG
Kobilička šuma
1318
1388
1367
Brodec

SOMMET DE KOBILICA

Altitude de départ : 1110 m
Altitude la plus haute : 2528 m
Dénivellation : 1418 m
Temps de marche : 6 h
Difficulté : ***

Intérêt :
Panorama, faune, pastoralisme

Accès routier

Depuis Tetovo, prendre la route menant à Popova Šhapka puis prendre à droite en direction de Shipkovica. Traverser ce premier village et continuer jusqu'au pont sous le village de Brodec où vous pourrez aisément vous garer.

Itinéraire

Longue randonnée, le pic Kobilica est l'ancien point de passage entre les villes de Tetovo et Prizren, au Kosovo. Pendant la période ottomane, cette voie de communication était régulièrement empruntée, comme l'atteste le voyageur Ami Boué dans son *Recueil d'itinéraires dans la Turquie d'Europe*, publié à Vienne en 1854 :

> *«Nous montâmes depuis Kalkandel [Tetovo] au pic de Kobilitza, une des hautes sommités du Shar. On y arrive depuis une route établie avec art sur le coté escarpé et oriental de la grande gorge au Nord de la ville, d'où sort un torrent. On passe ainsi le harem d'été du Pasha pour gagner au-delà deux villages albanais placés sur la pente des montagnes et entourés de vergers et de champs. Le premier s'appelle Seltza [Selce] et est presque vis-à-vis de Shipkovitza, qui est placé sur*

le bord occidental de la gorge. Arrivé à l'endroit où la gorge se divise en deux, on suit le bord très élevé du torrent qui vient du N.E et on se rend au village bègue de Veitza [Vejce] à 3216p d'altitude et 3h 30 de Kalkandel. Depuis là il faut encore 3h pour se rendre à la cime du pic, qui forme une proéminence isolée au milieu de la chaîne dans une partie, où elle est traversée par des doubles crevasses débouchant à Kalkandel et par celles se terminant à Prizren » (Ami Boué, *Recueil d'itinéraires dans la Turquie d'Europe: détails géographiques, topographiques et statistiques sur cet Empire*, Vienne, Braumüller, 1854, vol. I, p. 308)

Après avoir laissé sa voiture en contrebas du village de Brodec puis atteint l'entrée du village, on traverse la localité en remontant

Deux enfants jouant au campement d'été de Kobilica

la ruelle principale à gauche de la mosquée. En haut du village, commence une piste avec un balisage blanc et rouge. Elle emprunte le même itinéraire que celui qui mène à Vejce sur une pente assez raide. Après une bonne demi-heure de marche, au milieu d'arbres fruitiers et de prairies, on arrive à une fontaine flanquée d'un long bassin. Quelques mètres après cette dernière, l'itinéraire bifurque à gauche en devenant sentier, passe dans des fougères puis traverse une forêt. L'ascension est plutôt rude à travers les noisetiers et les pins ! A la sortie des bois, elle se poursuit sur de larges prairies d'où l'on aperçoit le sommet, loin au dessus.

On atteint finalement un plateau avec une bergerie en ruine et un robinet d'eau fraiche, un bon endroit pour faire une pause ! Puis il faut traverser un campement de bergers qui viennent trouver en ces lieux la fraîcheur et l'herbe appréciées des brebis pendant les chauds mois d'été. Au dessus du campement, le sentier zigzague en direction du versant Nord-Est, option permettant une ascension plus douce jusqu'à une crête rocheuse avec une vue imprenable sur la partie Est du massif de Shar. Depuis cette dernière, il ne reste que 300 mètres de dénivelée pour rejoindre le sommet. Il y a quelques 150 ans Ami Boué décrivait déjà son émotion :

> *« Le panorama depuis ce pic de 7389p est un des plus beaux que l'on puisse voir, car si la vue est bornée à l'E, et à l'O par les cimes du Shar, qui s'élèvent de 7800 à 8100 p, au S. S. E, on aperçoit le Songora près de Bitoglis en deça d'un grand rideau de montagne et même on entrevoit la place du lac d'Och rida, tandis qu'au N et N. E, on a sous soi toute la Métochie*

ainsi que la plaine du Kosovo et pour horizon les montagnes du Scordus ou d'Ipekez et celles de Kopnonik en Servie. Au S. E les montagnes paraissaient infiniment plus basses et on distinguait la vallée du Vardar. Depuis cette montagne on pouvait aussi suivre une grande partie de la route de Kalkandel à Prizren » (Ami Boué, *Op. Cit.*, vol. I, pp. 308-309)

Depuis le sommet, on peut redescendre jusqu'au campement de bergers, puis continuer dans le vallon en contrebas qui vous mènera directement au village de Brodec à l'ombre de la forêt.

Paysan avec son fils au campement de Kobilica

Vue du massif de Shar

VIVRE ET HABITER LA MONTAGNE

Les hommes vivent dans le massif de Shar depuis (presque) toujours ! Ils y ont développé des pratiques, des savoir-faire et un habitat adapté à la vie en montagne. Dans la vallée qui surplombe Tetovo, de nombreux villages (Brodec, Vejce, Veshalla ou Bozovce) ont conservé une activité agricole, des maisons traditionnelles, un code vestimentaire et des coutumes qui sont en voie de disparition partout ailleurs. Et même si aujourd'hui de nombreux habitants investissent dans des constructions nouvelles, on retrouve ici une authenticité peu commune. Parcourir ces vallées est une invitation à remonter le temps.

Paysan au campement d'été de Shipkovica

LA MAISON TRADITIONNELLE

L'habitat traditionnel le plus répandu du massif de Shar est une imposante maison sur deux niveaux. Les murs du rez-de-chaussée sont en pierre et ceinturés environ tous les mètres par une armature en bois assurant aux fondations une robustesse à toute épreuve. Ce niveau sert à entreposer le foin et garder les animaux. L'étage se compose de briques séchées, liées avec de l'argile, renforcé par un quadrillage de poutres apparentes qui soutiennent l'édifice. Un balcon en bois appelé « *cardak* » est accessible par un escalier extérieur. Profond et protégé par le toit, on y fait sécher poivrons, oignons, ails et autres produits du terroir pendant les mois d'été. C'est aussi le lieu où les villageois tissent et confectionnent les objets de tous les jours. Les toits à quatre versants sont traditionnellement de chaume ou de pierres plates ingénieusement posées, souvent remplacés aujourd'hui par des

Moulin en pierre près de Neproshteno

Toiture intérieure du cardak *d'une maison*

tuiles. Dans les arrières cours, poules, canards, chiens et lapins se mêlent aux hommes. Des ruches et des petits jardins sont souvent installées à proximité immédiate des habitations. Selon les endroits, la maison est protégée des regards extérieurs par un mur d'enceinte ou reste au contraire ouverte vers l'extérieur, entourée de jardins. Aujourd'hui, de nombreux habitants construisent de nouvelles maisons en brique et conservent les anciennes pour les récoltes et le bétail. L'étage du haut sert alors de grange pour entreposer le foin et celui du bas accueille les animaux.

Maison traditionnelle avec son çardak *à Belovište*

L'AGRICULTURE MONTAGNARDE

Séchage de poivrons

La montagne est encore largement exploitée dans la région. Même sur des pentes raides, les champs sont fauchés pour assurer des réserves de foin suffisantes pour nourrir les brebis durant les longs mois d'hiver. Dès la mi-juillet, d'immenses bottes coniques sèchent au soleil avant d'être redescendues au village par les mules et les chevaux. Ces derniers sont restés le moyen de locomotion privilégié pour se déplacer en montagne. Petits et robustes, ils emmènent les paysans sur les pentes les plus abruptes et ont la charge d'acheminer les récoltes dans les granges. Autour des maisons, les jardins potagers sont magnifiques, avec tomates, poivrons, maïs, aubergines, courges, courgettes et haricots. Inutile de dire que ces légumes cultivés sans engrais chimiques sont excellents ! Plus haut, de nombreux pruniers, cornouillers, pommiers, amandiers, cerisiers, noyers … sont plantés et exploités. Leurs fruits seront séchés ou transformés en confitures ou *rakija* (eau de vie) nécessaires pour passer un hiver dans les meilleures conditions. Toutes ces pratiques rendent ces villages vivants et accueillants.

LE PASTORALISME ET LE CHIEN SARPLANINEC

Le pastoralisme est l'autre grande activité rurale. En été de nombreux moutons font la transhumance jusqu'aux montagnes de Shar où l'herbe est abondante et de très bonne qualité. Autrefois, cette pratique était la principale ressource de la région comme l'attestent des récits de voyageurs ou les imposantes demeures du village de Galicnik, datant du XIX siècle (plus au sud dans le massif du Korab). Une légende raconte que les moutons formaient une ligne ininterrompue depuis le massif de Shar jusqu'au port de Thessalonique en Grèce. Il y a encore quelques dizaines d'années, des centaines de milliers de moutons étaient élevés dans le massif pour leur viande et pour la production de fromage. Aujourd'hui, «l'estive» est moins développée mais de nombreux troupeaux continuent de paître à la belle saison et quelques belles cabanes de berger sont implantées de part et d'autre des versants. Les troupeaux sont défendus des prédateurs par le chien Sarplaninec. Ce molosse, emblème du massif et reconnu sous ce nom depuis 1957, est vraiment impressionnant par sa taille et son agressivité.

Moutons rejoignant une bergerie près du lac de Bogovinje

Berger avec ses chiens Šarplaninec

Falaise de Lesniča

SECTEUR DE LESNICA

Lesnica est un haut lieu de la montagne dans le massif de Shar. Chaque année de nombreux randonneurs s'y rejoignent, notamment le premier week-end du mois d'août, jour de fête nationale en Macédoine. Autrefois, cette grande clairière encaissée, bordée par la rivière Pena (Shkumbini) et logée entre forêt et hautes falaises, abritait trois belles maisons de pierre et de bois, l'une pour les pêcheurs, l'autre pour les gardes frontaliers et la dernière pour les randonneurs. Comme bien d'autres infrastructures montagnardes, le conflit de 2001 a eu raison de ces refuges mais l'endroit est tout indiqué pour passer une nuit sous tente. Lesnica est relié par une piste praticable (pour les voitures robustes) à la station de ski de Popova Shapka ou au village de Bozovce. Nombreux sont les habitants de la vallée à venir y passer une journée pour pêcher les truites de torrents ou pour un simple pique-nique agrémenté d'une balade dans les environs.

Accès routier

Depuis Tetovo aller en direction de la station de ski de Popova Shapka, traverser le village privé de la station et continuer sur une piste en terre à condition d'avoir une voiture robuste ou un 4x4. La meilleure option reste de relier Lesnica à pied (voir secteur de Popova Shapka).

AUX SOURCES DE LA RIVIERE PENA (SHKUMBINI)

Altitude de départ : 1450 m
Altitude la plus haute : 2300 m
Dénivellation : 850 m
Temps de marche : 5 h
Difficulté : **

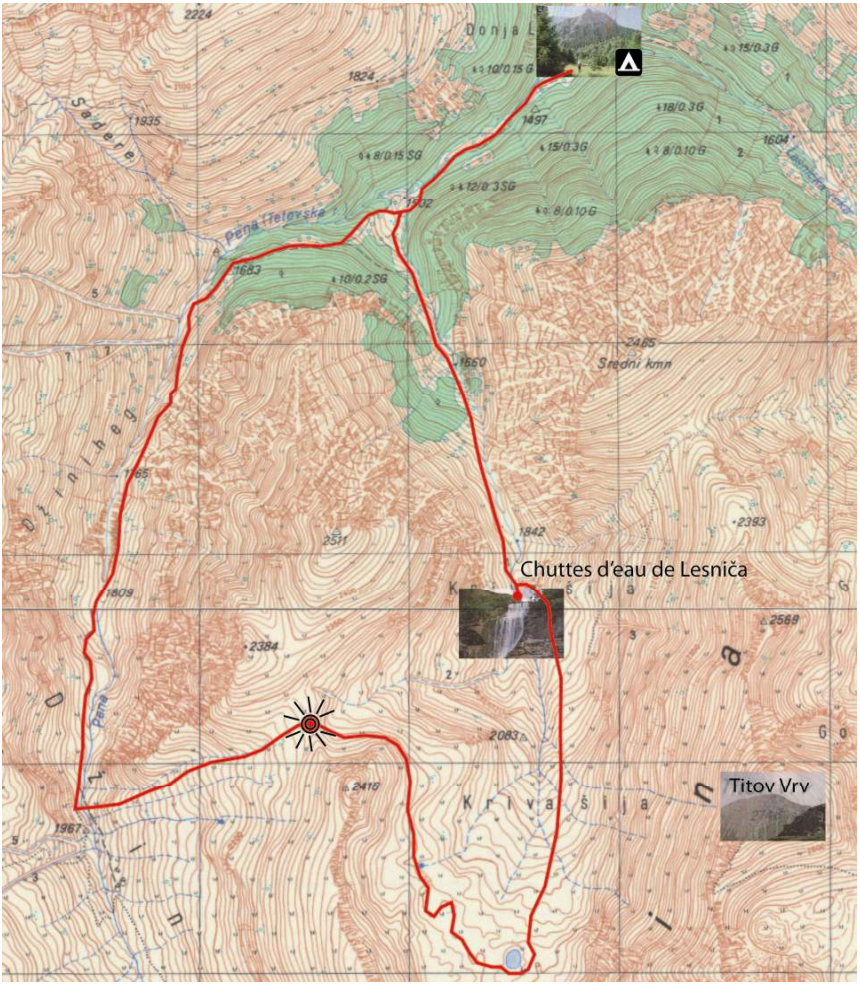
Intérêt :
Faune, cascade, torrents, flore

Itinéraire

Ce premier itinéraire permet de remonter aux sources de la rivière Pena (Shkumbini), symbole de la ville de Tetovo, entre deux vallées sauvages bordées de falaises. Depuis Lesnica, il faut prendre vers l'amont le chemin rive droite de la rivière. Après une bonne centaine de mètres l'itinéraire balisé bifurque à gauche à flanc de montagne pour éviter le lit de la rivière, devenu impraticable. Quelques minutes plus tard, il rejoint de nouveau le torrent et remonte la vallée face à une falaise, toujours rive droite. Un panneau indique deux directions. Il faut prendre à droite vers

Arrivée aux chutes d'eau de Lesnica

Ginibec puis traverser une partie boisée assez raide. La végétation est dense et il faut faire attention à ne pas perdre le sentier. Si vous passez par là vers la fin du mois d'août et que



vous êtes des amateurs éclairés, vous trouverez de nombreux champignons. Le sentier retrouve la rivière Pena (Shkumbini) cernée par d'impressionnantes falaises. On longe le ruisseau,

avec de petits canyons, de nombreuses cascades et une eau limpide qui incite à un plongeon. De part et d'autre, myrtilles et framboises abondent à la bonne saison (au milieu du mois d'août). Les chamois sont nombreux et avec un peu de chance vous en apercevrez quelques-uns sur les cimes environnantes. L'aigle royal et de nombreux faucons survolent continuellement les pics et les vallées. Ces derniers profitent des courants aériens pour faire du surplace et observer leurs futures proies avant de leur fondre dessus.

Quittant cette vallée, l'itinéraire bifurque à gauche, un panneau indique le croisement. Depuis ce point, il faut monter à un col qui offre une vue imprenable sur le versant Nord de Titov Vrv, second plus haut sommet du pays, facilement reconnaissable à sa tour construite en hommage à Tito. Pour rejoindre le col, montez une pente raide qui coupe droit le flanc herbeux de la montagne. Arrivé en haut, traversez sur la droite et rejoignez un petit lac tout en haut de cette vallée suspendue. Depuis le lac il ne vous reste plus qu'à redescendre toute la vallée. Ne manquez pas une jolie cascade sur ce chemin de retour, située derrière une cabane de berger dans l'un des passages les plus escarpés de la vallée. En bas, on reconnaît le début du sentier et la rivière Pena (Shkumbini) puis la clairière de Lesniča.

Clairière de Lesniča

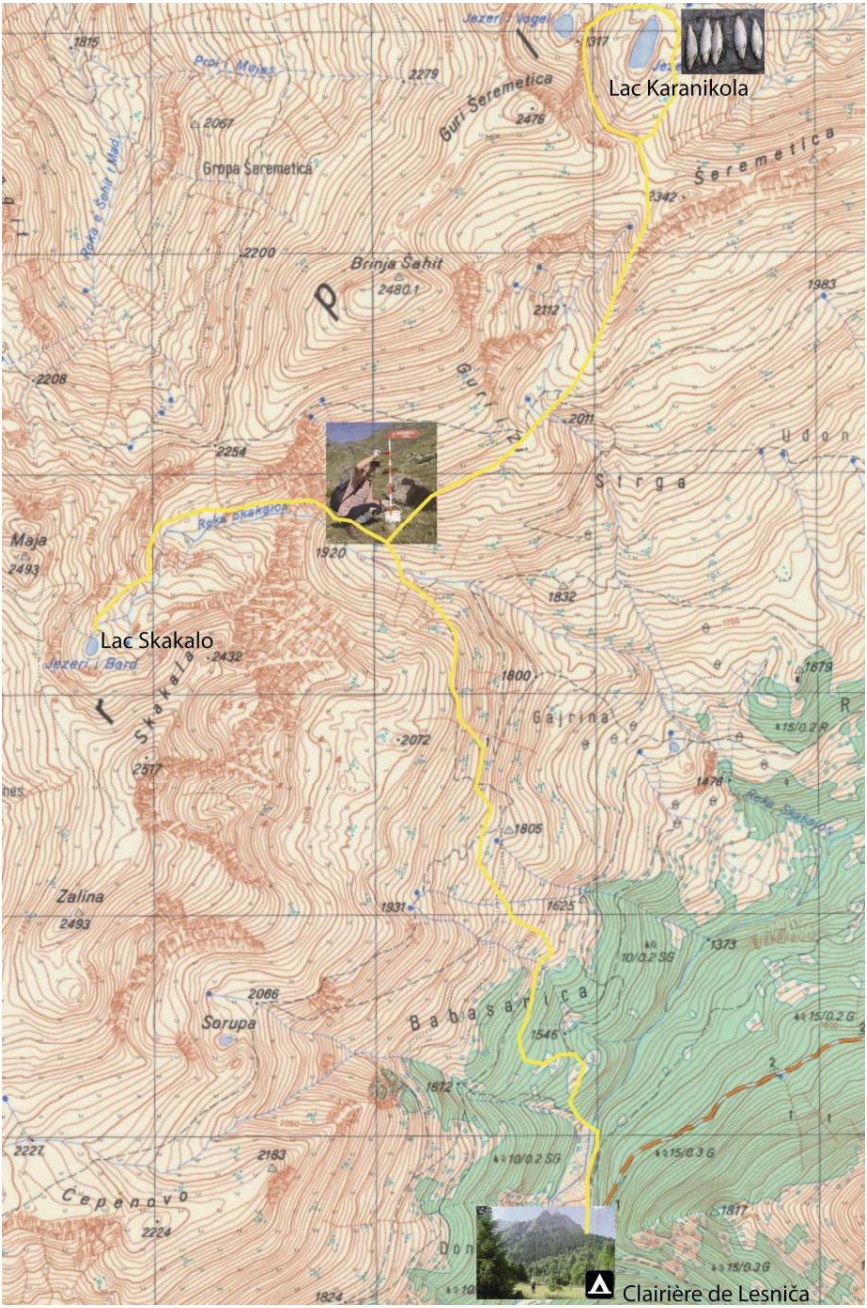
LES LACS DE SKAKALO ET KARANIKOLA (XHOLI PAFUMD)

Altitude de départ : 1450 m
Altitude la plus haute : 2340 m
Dénivellation : 890 m
Temps de marche : 6 h
Difficulté : **

Intérêt :
Lacs, torrents de montagne,
Faune (chamois, ours…)

Itinéraire

Cette randonnée permet de découvrir trois jolis lacs à proximité de la ligne de crête formée par les plus hauts sommets du massif. Depuis Lesnica, il faut cette fois suivre la piste située à l'aval de la clairière sur la rive gauche de la rivière. La première partie de l'itinéraire remonte pendant une bonne demi-heure dans la forêt puis à travers des champs de fougères en limite de prairies. Arrivé sur une partie plate, l'itinéraire bifurque rapidement sur la gauche et quitte la piste de terre pour un sentier. Montez ensuite tout droit


Lac Karanikola
Lac Skakalo
Clairière de Lesniča
Jezeri / Vogel
Gurr Seremetica
Seremetica
Grupa Seremetica
Brinja Šahit
Gurr
Udon
Sirga
Maja
Jezeri / Bard
Skakalo
Gajrina
Zalina
Sorupa
Babasarica
Čepenovo
Don

sur une pente raide parsemée de buissons. Quelques minutes plus tard, le sentier redevient visible et zigzague sur les pentes de la montagne. La vallée du lac Skakalo, le plus proche, est celle située la plus à gauche. Dans ce secteur, les bergers exploitent la vallée pendant l'été pour engraisser leurs bêtes et à la bonne saison, vous apercevrez des dizaines de paysans munis de « peignes » cueillant des myrtilles sur les rudes versants. Accompagnés de solides chevaux, ils redescendent ensuite vendre les baies le long des routes ou dans les marchés.
Le sentier est relativement facile à suivre sur une pente douce. Un croisement est signalé par un panneau avec deux possibilités : le

Femme cueillant des myrtilles

lac Karanicola (Xholi Pafumd) en prenant à droite et celui de Skakalo si vous continuez tout droit. Il reste alors une bonne heure de marche pour rejoindre le lac de Skakalo avec une partie raide où il faudra parfois poser les mains.
Ce dernier lac est l'un des plus petits et moins profonds du secteur mais il a beaucoup de caractère. Ainsi, de majestueuses cascades de glaces l'entourent jusqu'au début de l'été. Arrivé ici, on peut continuer jusqu'au grand lac de Karanikola (Xholi Pafumd) par la crête mais le sentier n'est pas marqué. Une bonne expérience de la montagne et une carte, voire un guide, sont donc à recommander. La vue sur le massif de Shar est en revanche magnifique, de Titov Vrv et sa tour au Sud à Kobilica et son arête découpée au Nord Ouest.
Pour y accéder par un sentier, il faut redescendre au panneau qui indique le croisement entre les deux lacs et prendre la direction du lac Karanikola (Xholi Pafumd). Dans ce cas, il faut monter rive gauche de la rivière pour sortir de la vallée, traverser un autre ruisseau sur un plateau avant d'entamer une ligne de crête jusqu'au col Seremetica. Le lac est visible en contrebas. Vous pourrez remonter jusqu'à la ligne de crête principale pour admirer un autre petit lac situé en amont du lac Karanikola (Xholi Pafumd). Encore une fois, la vue est splendide. Avis aux amateurs de pêche, les truites abondent ! Prendre le même itinéraire pour le retour.

Lac de Skakalo

Lac Karanikola

LA MONTAGNE : UNE PRATIQUE ANCIENNE DANS LE MASSIF DE SHAR

Montagnards au refuge de Luboten en 1930

La pratique de la montagne est relativement ancienne dans les montagnes de Shar. La création du premier club de montagne de Macédoine, le club *Luboten*, date de 1925. A l'époque, la plupart de ses membres viennent de Belgrade, capitale du Royaume des Serbes, des Slovènes et des Croates dont la région de Tetovo faisait partie. La montagne de Shar est alors le lieu pionnier de la montagne, de l'alpinisme et du ski dans les Balkans. En 1929 une première section de ski ouvre à Popova Shapka puis sont construits dans la foulée le refuge de Luboten en 1931 suivi de celui de Popova Shapka en 1934, les deux premiers de Macédoine. Si la seconde guerre mondiale ralentit

considérablement ces efforts, tous les refuges détruits pendant la guerre seront reconstruits.

Jeunes à Titov Vrv (1933)

De 1947 à 1957, l'Etat Yougoslave va mettre en œuvre des moyens considérables pour développer la pratique de la montagne. Avec l'appui local du club Luboten, chargé des constructions, un nouveau refuge est construit à Jelak, un hôtel à Popova Shapka et des abris autour des sites et des sommets les plus intéressants. Cette «belle époque» est symbolisée par l'édification de la tour dédiée à Tito sur le plus haut sommet du massif de Shar en 1957. Une autre manifestation de ce dynamisme est l'organisation de rencontres de montagnards entre les clubs de toute la Yougoslavie à Titov Vrv en 1953 et à Lesnica en 1954, tradition qui dure encore malgré la dislocation de la Fédération de Yougoslavie. Pendant cette période, Popova Shapka devient l'un des principaux centre de ski en Yougoslavie et des infrastructures de qualité sont construites comme le téléphérique reliant la ville de Tetovo à la station de ski. Malheureusement, après l'indépendance de la Macédoine, peu d'investissements sont réalisés pour le tourisme et la guerre de 2001, responsable de la destruction des plus beaux refuges et du téléphérique plonge pour un temps ces belles montagnes dans l'oubli.

Refuge de Luboten en 1931

Ski à Popova Shapka en 1928

Vue de la station de Popova Shapka et du village homonyme au fond

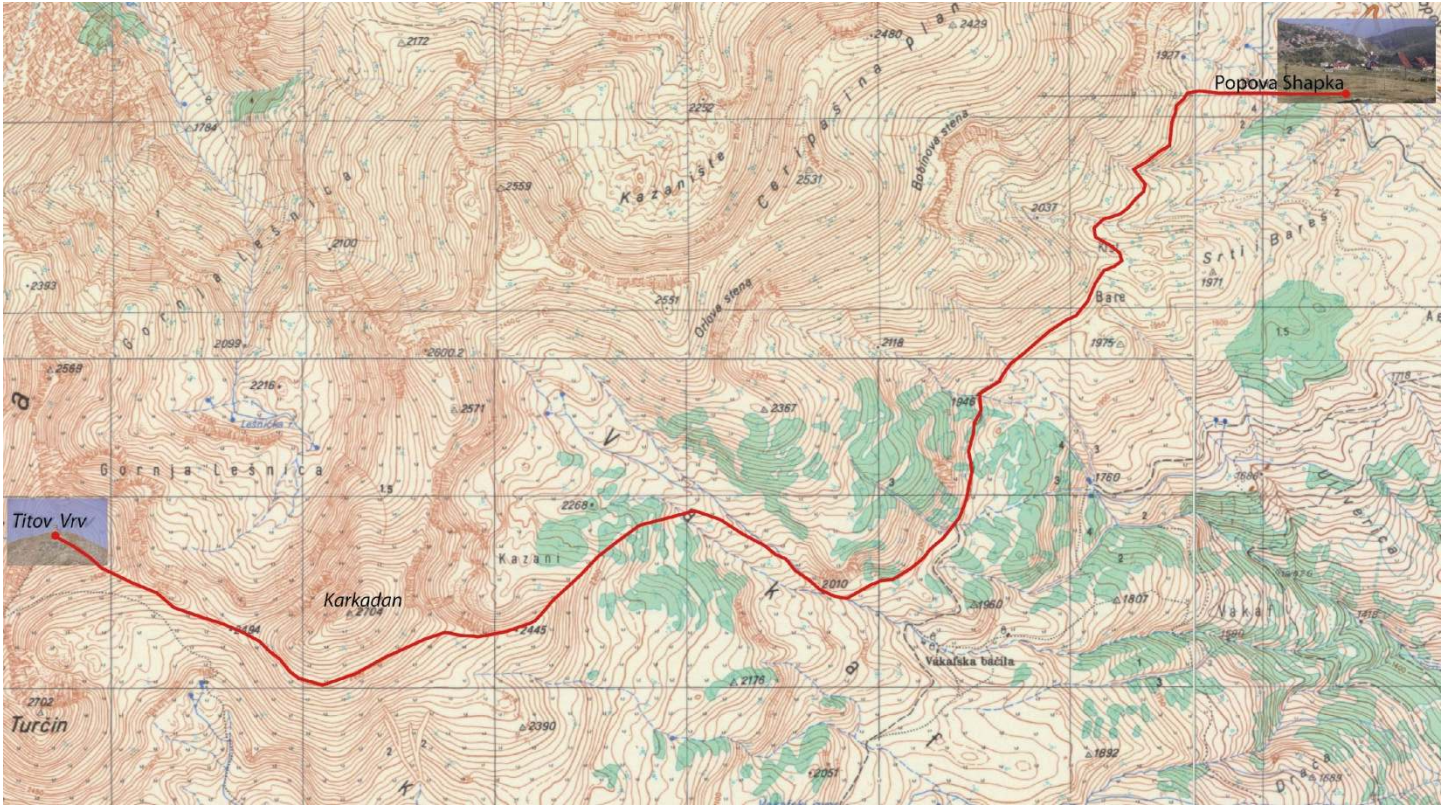
Au dessus de Popova Shapka

POPOVA SHAPKA

Popova Shapka, à 1600 m d'altitude, est un des meilleurs accès au massif de Shar. Le ski est ici une tradition ancienne puisque certaines photos d'archives montrent les premiers skieurs à Popova Shapka en 1928. Le domaine skiable est particulièrement intéressant avec plus de 15 pistes et fut des plus fréquentés de la Yougoslavie de Tito. Si les infrastructures commencent à dater, des milliers de macédoniens et de touristes viennent toujours y goûter aux plaisirs de la glisse et du soleil alors que les villes des plaines sont recouvertes d'un épais manteau nuageux.
En été la station est moins fréquentée sauf quand la chaleur se fait écrasante dans les plaines. D'autant que par sa position centrale dans le massif, elle permet de rejoindre des lieux emblématiques tels que Lesniča, le lac de Bogovinje ou la montagne des Turcs.

Accès routier

Depuis Tetovo prendre la route de Popova Shapka. Arrivé à la station, attention à ne pas aller dans le village privé construit à la droite de l'entrée de la station. Il faut avancer jusqu'aux grands chalets et l'hôtel Popova Shapka avant de se garer sur l'un des nombreux parkings alentours.


Popova Šhapka
Titov Vrv
Karkadan
Turčin
Kazanište
Čerpasina plan
Bobinova stena
Srti i Bare
Bare
Gornja Lešnica
Kazani
Vakalska bačila
Vakaf
Drača

TITOV VRV : LE SOMMET DES MONTAGNES DE SHAR

Altitude de départ : 1600
Altitude la plus haute : 2749 m
Dénivellation : 1145 m
Temps de marche : 7 h
Difficulté : ***

Intérêt :
Panorama, faune, histoire

Itinéraire

En partant du grand hôtel Popova Shapka, l'ascension est assez raide, sous les remontées mécaniques de la station. On rejoint après trente minutes de marche une large piste en herbe presque plate qui permet de contempler sans effort la station et la vallée du Polog. Attention, la piste mène au lac de Bogovinje à 5 heures de marche mais pas au sommet. Veillez donc à ne pas manquer le croisement, bien identifié, et suivez l'itinéraire qui bifurque sur la droite vers le Titov Vrv et les deux autres grands sommets du massif, le Petit Turc et la montagne de Barkardan. Ces trois

Titov Vrv

sommets sont appelés, la montagne « Tri Chin » (à trois têtes) ou encore la montagne des Turcs. Cette appellation a été donnée par les habitants de Gostivar pour évoquer le climat instable sur ces sommets, à l'image de leurs maîtres ottomans de l'époque.
Le sentier progresse sur des pentes assez raides jusqu'à un joli plateau. Vous ne risquerez pas de vous égarer, car le sentier est jalonné de piquets blanc et rouge visibles de loin, bon moyen d'assurer la sécurité des randonneurs quand la neige est encore présente au début de l'été ou que le brouillard est très dense. Avancez de quelques mètres sur le plateau avant de prendre sur la gauche pour contourner la montagne de Karkardan et arriver au pied de Titov Vrv. Le sommet du Petit Turc et celui de Titov Vrv avec sa belle tour ronde se dressent majestueusement devant le randonneur. Le pic, plus haut sommet non frontalier de Macédoine avec ses 2749 m, a changé plusieurs fois de nom au gré des rapports de force et des aléas politiques qui ont marqué ce territoire. Pendant l'époque ottomane, il fut le Grand Turc. A la chute de l'Empire, il garda son appellation avant d'être renommé officiellement en 1934 Alexandrov Vrv (sommet d'Alexandre) en hommage au roi du royaume Croate, Slovène et Serbe auquel fut rattaché une partie de la Macédoine sous l'appellation de Serbie du Sud. Après la Seconde Guerre Mondiale, toute trace de royauté ayant disparu, il redevint le Grand Turc avant d'être finalement nommé Titov Vrv en 1953, sommet de Tito. Une tour, qui aurait besoin d'être restaurée, fut alors construite en hommage au père de la Yougoslavie. Les jours de beau temps, vous pourrez apercevoir à l'Ouest le mont Korab, point culminant des Balkans et au Nord-Ouest le mont Luboten, dernier sommet des montagnes de Shar. Rentrez par le même itinéraire.

Popova Shapka
Titov Vrv

LE HAUT LESNICA

Altitude de départ : 1600 m
Altitude la plus haute : 2000 m
Dénivellation : 400 m
Temps de marche : 4 h
Difficulté : *

Intérêt :
Bergeries, falaises

Itinéraire

Rejoindre Lesnica depuis Popova Shapka revient à relier deux lieux emblématiques des montagnes de Shar, l'historique station de ski, pionnière dans toute l'ancienne Yougoslavie et la clairière mystique, terre de prédilection des amoureux de la nature. Depuis le grand hôtel Popova Shapka, au pied de la station, rejoignez la piste qui surplombe le village privé. Cette piste en terre, accessible pour les 4x4, mène directement à Lesnica par une pente douce, tout indiquée pour des randonnées. Mais nous vous proposons ici, une variante beaucoup plus spectaculaire par le Haut Lesnica. L'itinéraire donne accès à des vallées encaissées, des bergeries et permet d'apercevoir le Titov Vrv et les hauts sommets voisins. Après une bonne heure sur la piste principale, il faut prendre à gauche, au niveau d'une grande cabane de bergers située en dessous du chemin. A partir de ce croisement, l'itinéraire devient sentier balisé. Montez ensuite jusqu'au col du Haut Lesnica, avec en contrebas une nouvelle bergerie construite dans une partie large de la vallée appelée également «Haut Lesnica » (voir photo). En continuant dans cette vallée vers l'amont, il est possible d'accéder au Titov Vrv. Mais pour rejoindre Lesnica, descendez dans la vallée entre les falaises puis dans la forêt. La clairière, ses ours, sa rivière et son charme indescriptible vous attendent…

Gornja Lesnica

GASTRONOMIE

Les produits frais de saison sont la base de la cuisine macédonienne

La cuisine de la région de Tetovo, résolument balkanique, est le résultat d'un savant mélange entre cuisines occidentale et orientale.

Une de ses spécificités est l'utilisation des produits de saison. En été, les Macédoniens raffolent des nombreuses salades composées de légumes locaux alors que l'hiver, les plats cuisinés sont légion. Tetovo est notamment reconnue au niveau national pour être le foyer du *tafche gavche*, plat constitué d'haricots de Tetovo gratinés au four dans une casserole de terre (donnant le nom au plat), particulièrement apprécié les soirées d'hiver.

Les repas peuvent commencer par les *mezze* (du persan *maze*, « goûter », « amuse-gueule »). Ce hors d'œuvre est très complet avec des produits locaux comme les olives, le fromage, les piments verts, les *sarma* (feuilles de vigne remplies de viande hachée et/ou de riz), les *burek* (des pâtisseries salées à base de fromage, viande hachée, épinards ou champignons) et les salades. Les deux salades les plus populaires sont la *shopska salata*, combinaison de tomates, concombres et d'un fromage de brebis râpé sur la salade. L'autre grande classique est la *Makedonska salata* qui rajoute aux ingrédients cités, oignon et poivron frais ou grillé.

Les *mezze* sont souvent accompagnés d'un alcool, la *rakija* dont la plus populaire est la *zolta,* (littéralement « jaune »). D'autres préfèrent la *mastika* (liqueur anisé servie froide et coupée avec un glaçon) ou sa variante grecque, l'*ouzo*. La *rakija* s'obtient en distillant des fruits (prune ou raisin à Tetovo) et avoisine les 40 degrés.

Distillation de prunes à Belovishte

Femme préparant ajvar *à Tetovo*

Le plat principal est à base de viandes, parfois de poisson. La Macédoine offre un large choix de préparations de viande grillée. Les plus connues sont le *kebabci* (un mélange de viandes hachée et d'épices de forme allongée), la *pleskavica* (proche du *kebabci*), la *Šarska pleskavica* (avec du fromage *kashkavall* à l'intérieur), l'*uvijac* (un rouleau de viande de porc entourée de bacon et avec du fromage à l'intérieur) ou du foie. Les truites se préparent frites et assez salées.

L'*ajvar,* sorte de caviar de poivrons cuits, est une des entrées les plus populaires des Balkans. Sa préparation, entre les mois de septembre et d'octobre, est l'occasion d'une vraie fête, une rencontre familiale à ne manquer sous aucun prétexte. Les rues deviennent alors rouges et parfumées, un vrai régal. Vous pourrez en acheter dans n'importe quelle échoppe même si la qualité n'est pas la même que celle des *ajvar* faits maison.

Les plats peuvent être accompagnés de bière et de vin. La majorité des vins macédoniens proviennent de la région de Tikveš où les vignerons produisent des vins rouges, rosés et blancs qui mériteraient d'être mieux connus. Le *T'ga za jug* (« La nostalgie/le chagrin du Sud »), un vin rouge qui reprend le titre d'un poème de Konstatin Miladinov (1830-1862) est l'un d'eux. Les bières locales (*pivo*) sont de bonne qualité, notamment la *Skopsko*, symbole national dont la brasserie a été fondée en 1924 à Skopje.

Les repas se terminent souvent avec un café ou des desserts. Le miel de la région, d'excellente qualité, sert de base de la plupart des pâtisseries locales. Les yaourts et laits fermentés (*kiselo mleko*) sont destinés à accompagner les *burek* ou autres pâtisseries salées.
Deux types de café sont très appréciés. Le café *expresso*, souvent assez serré, et le « café macédonien » (*makedonsko kafe*), une appellation nationale du café turc. La préparation de ce dernier obéit à un véritable rituel. En premier lieu, il faut mettre de l'eau à chauffer dans le *djézvé*, petite casserole prévue a cet effet. Quand l'eau frémit, on mélange doucement quelques cuillères de café et on attend qu'il remonte à la surface. Après avoir répété trois fois l'opération, le café peut être servi. N'oubliez pas d'attendre que le marc se dépose au fond de la tasse avant de le boire ! Vous pouvez aussi prendre une infusion dont le *Planinski caj* (thé de montagne) et le *Makedonsko caj* (mélange d'infusions) sont les plus populaires. Attention, si vous demandez un thé, il vous sera toujours servi une infusion sauf dans les grands hôtels.

Préparation du café turque au campement d'été de Shipkovica

Vue du massif (en haut) et du lac noir (en bas) depuis le pic Bristavec

LE LAC NOIR ET LE LAC DE BOGOVINJE

Le lac Noir et le lac de Bogovinje sont parmi les lacs les plus profonds et les plus grands du massif de Shar. Séparés par le pic Bristavec, à 2675 m d'altitude, ils méritent une ou deux belles journées de randonnées dans un cadre où seule la présence de quelques bergers et de leurs moutons peut troubler un espace naturel particulièrement préservé.

Accès routier

Depuis Tetovo, prendre la route du village de Bogovinje. Quelques centaines de mètres avant le village prendre la route de Novo Selo (à droite juste après un stade de football). Garer sa voiture au centre du village.

Arrivée d'un troupeau au lac de Bogovinje

Lac de Bogovinje
Novo Šelo
Lac noir
Govedarski kmn
Crni kmn
Urdešarke
Lastin kmn
Jovorika
Slap
Dolgi nivi
Fisnik
Škala e Jezerit
Ljakidat
Šturnica
Gura e Aruŝes
Varjaca
Selsko kamenje
Baravica
Kazani
Argače
Mečkine livade
Šafar
Reka Mazrek
Mazrek rid
Velika r.
Bogov
Crni kmn
Govedarski kmn
Maja smreka
Bunovec

LE LAC DE BOGOVINE ET LE PIC BRISTAVEC

Altitude de départ : 1300 m
Altitude la plus haute : 2675 m
Dénivellation : 1375 m
Temps de marche : 5 h
Difficulté : **

Intérêt :
Lacs, vue, pastoralisme

Itinéraire

Cette première randonnée permet de découvrir le lac de Bogovijne puis de gravir le pic de Bristavec, très avancé vers la vallée du Polog. Depuis Novo Selo, il faut d'abord rejoindre le canal du massif de Shar situé quelques centaines de mètres au dessus du village. Construit en 1953, il achemine les eaux du massif jusqu'au lac artificiel de Mavrovo, à une quarantaine de

Vue du Petit Turc *au cours du chemin qui mène au lac de Bogovinje*

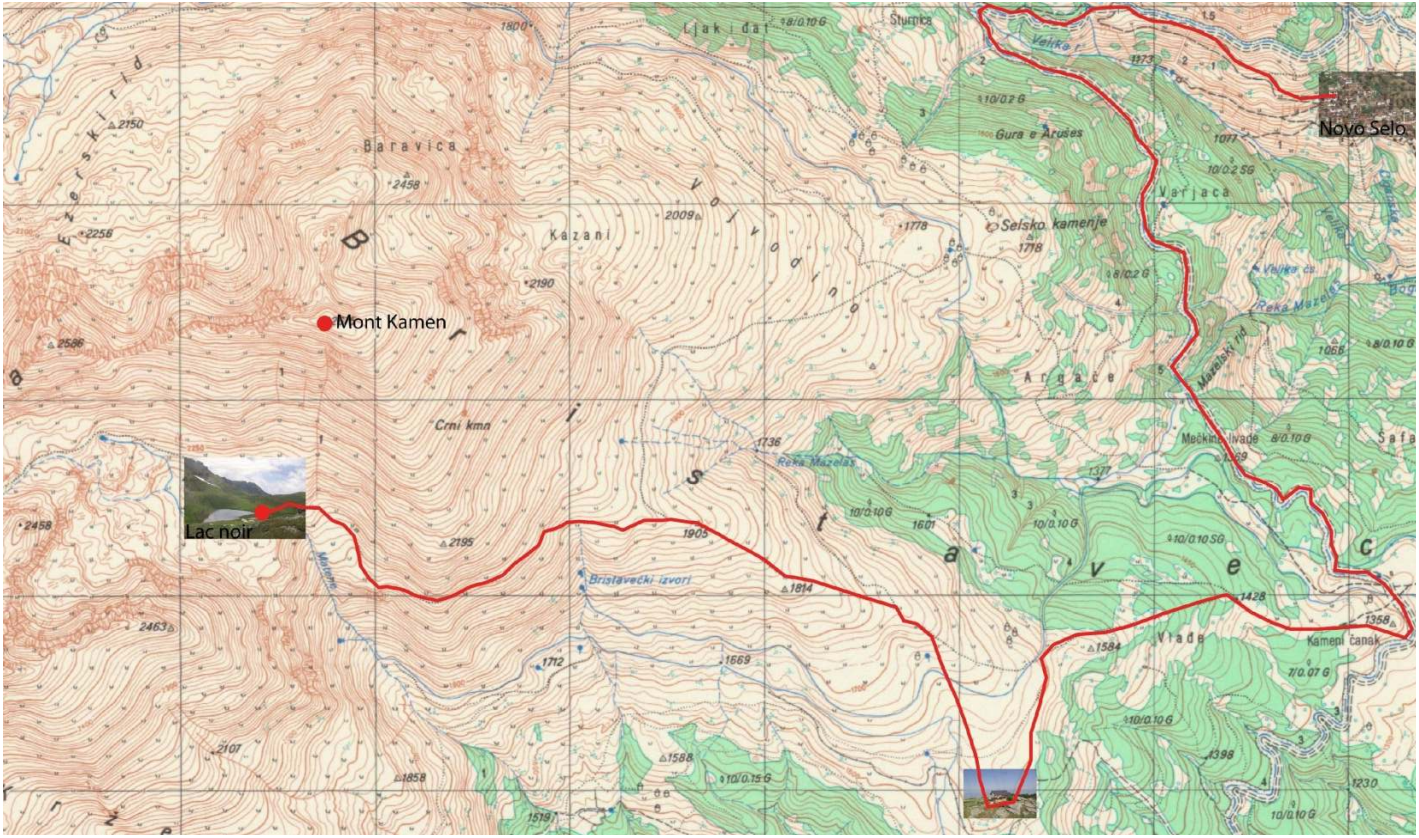
kilomètres de là. Il est recouvert par une piste surplombant la vallée du Polog, très appréciée par les amateurs VTT qui rejoignent dans la journée Popova Shapka et Gostivar. Une fois sur le canal, il faut marcher jusqu'au torrent en fond de la vallée (à gauche). L'itinéraire balisé commence au dessus d'un petit barrage.

Le sentier monte sur la rive gauche de la rivière et longe cette dernière sur quelques centaines de mètres puis s'enfonce dans la forêt. Il est balisé mais le marquage date un peu. Un premier passage peu évident se présente à la sortie de la forêt. Un gros rocher empêche de continuer le long de la rivière et il faut monter à droite face à la pente sur une bonne centaine de mètres pour rejoindre un autre sentier. Au niveau d'un affluent de la rivière, l'itinéraire balisé semble s'enfoncer vers une autre vallée et la montagne des Turcs (voir photo). Il faut certes marcher quelques dizaines de mètres dans cette direction mais surtout tourner de nouveau à gauche et reprendre le chemin vers la vallée principale pour rejoindre le lac. Une fois ces petits pièges évités, le sentier permet d'admirer en contrebas des gorges escarpées où coule le torrent. Plus haut, au centre d'un beau cirque de montagne le lac, peu profond, est couvert pour un tiers de roseaux. Il offre un bel espace de repos pour ceux qui préfèrent s'arrêter là ou une agréable halte pour les plus chevronnés dont l'intention est de gravir les hauts sommets avoisinant. L'un d'eux est le pic Bristavec qui culmine à 2675 m avec un panorama grandiose.

Pour atteindre le sommet, il n'y a guère de sentier. Le mieux est de traverser la rivière juste en aval du lac puis de monter à droite des falaises qui se dressent devant vous. Il faut ensuite bifurquer et traverser tout le versant par la gauche en passant au dessus

des parois jusqu'à une nouvelle crête. Arrivé à cette dernière, montez jusqu'au sommet en suivant l'arête sur la droite. Une bonne expérience de la montagne est nécessaire pour réaliser cette ascension. Si elle n'est pas particulièrement technique, la pente est parfois raide au point de poser les mains sur quelques passages. Au sommet, comme souvent dans le massif de Shar, la vue fait vite oublier les efforts consentis. Vous pourrez alors redescendre vers le lac Noir ou retourner sur vos pas.

Le lac de Bogovinje, le plus grand des lacs du massif


Novo Selo
Mont Kamen
Lac noir
Baravica
Kazani
Crni kmn
Selsko kamenje
Gura e Aruses
Varjaca
Argaće
Mečkin livade
Vrađe
Kameni čanak
Bristavečki izvori
Reka Mazelas
Štumica
Ljak i dai
Šafa
Vojvodino
Bistavec

LE LAC NOIR

Altitude de départ : 1300 m
Altitude la plus haute : 2122 m
Dénivellation : 822 m
Temps de marche : 5 h
Difficulté : **

Intérêt :
Faune, lac de montagne, canal

Itinéraire

Les alentours du lac noir gardent une flore et une faune très riches

Comme pour monter au lac de Bogovinje, la randonnée emprunte la piste qui recouvre le canal de Shar mais dépasse, cette fois, le point de départ de la randonnée de Bogovinje. En continuant sur la piste, vous croiserez de nombreux petits ruisseaux et vous dominerez des maisons de paysans accrochées à la pente. On marche alors sur le versant face au village de Novo Selo. Encore quelques centaines de mètres et il faut quitter la piste en prenant sur la droite jusqu'à un haut plateau situé en amont des arbres. Plusieurs sentiers et une autre piste mènent à ce dernier mais le meilleur point de repère reste une ancienne bergerie de briques rouges en ruine sur une colline, dressée face à la plaine du Polog. A partir de la bergerie, la meilleure option est de monter dans les prairies face à la montagne de Bristavec. Une piste, empruntée par les bergers et nettement visible, part dans cette direction. Vous pourrez la prendre comme point de repère puis, alors que la pente s'accentue, traverser sur la gauche en amont du déversoir du lac. Ce dernier est l'un des plus profonds

et peut-être le plus beau du massif. Sa profondeur lui donne un aspect sombre, d'où son nom, « lac noir ».
Avec un peu de chance, vous pourrez y observer des ours bruns. La Macédoine est en effet l'un des derniers pays d'Europe où ce bel animal, symbole de la vie sauvage, peut encore vivre en paix. La très faible présence humaine favorise ici encore plus qu'ailleurs sa survie et seuls le prix de sa fourrure et des coupes de bois illégales lui causent des torts. Au printemps, des tapis de fleurs s'étalent tout autour du lac et au-dessus, un univers de rochers et de crêtes rendent cet endroit magique. La haute montagne commence ici. Le retour s'effectue par le même chemin mais vous pourrez aussi rejoindre le pic Bristavec puis rentrer par le lac de Bogovinje.

Ours brun près du lac noir

Le lac noir

LANGUES ET GLOSSAIRE

Le macédonien, une langue slave méridionale écrite en cyrillique, est la langue officielle de la République Macédonienne. Néanmoins plusieurs minorités utilisent d'autres langues de communication (albanais, turque, serbe, rom et valaque). Parmi ces minorités il faut signaler les Albanais (25,17% de la population selon un recensement réalisé en 2002[1]) qui sont majoritaires dans certaines zones du pays, notamment au nord-ouest. Ainsi, sur le territoire de la municipalité de Tetovo, ils représentaient en 2002, 70,32% de la population. Les différences entre ces deux langues (macédonien et albanais) sont importantes. Car si le macédonien utilise l'alphabet cyrillique, l'albanais, qui constitue une branche à part dans la famille des langues indo-européennes, utilise, depuis 1908, une adaptation de l'alphabet latin.

En ce qui concerne les langues étrangères, une majorité de Macédoniens s'exprime clairement en anglais, surtout les jeunes. Chez les albanophones l'allemand et l'italien sont assez répandus (car de nombreux Albanophones travaillent en Allemagne et en Italie). L'espagnol est parfois parlé par les femmes grâce aux *telenovelas* sud-américaines, sous-titrées (mais pas doublés), qui passent plusieurs heures par jour sur les chaines de télévision nationales.

[1] Source : http://www.stat.gov.mk/pdf/kniga_13.pdf

Dans tous les cas, il est toujours utile et bienvenu de pouvoir s'adresser à la population dans sa langue (même si ce n'est que pour les expressions de courtoisie et de politesse). Voici, donc, un petit glossaire albanais-français-macédonien. Nous avons utilisé les termes en albanais et tenté d'écrire une prononciation figurée des termes macédoniens (à exception de la « j » que, comme en albanais, nous prononcerons « y »). Une des caractéristiques facilement visibles de l'albanais est le « ë », dont la prononciation varie entre le « *œ*» ou « *e* », et qui devient presque muet en fin de mot. Mis à part ce cas, la majorité des lettres de l'alphabet se prononcent comme en français, néanmoins certaines d'entre elles et certains digraphes posent problème :

Lettre	**Prononciation**	**Exemple**
ç	« tch »	***çaj*** (*tchay*; « thé »)
g	« g » (de « galette », jamais comme « girafe »)	***rrúgë*** (*rougue* ; « rue »)
gj	« di »	***gjak*** (*diak* ; « sang »)
j	« y »	***jo*** (*yo* ; « non »)
nj	« gn »	***një*** (*gnie* ; « un »)
q	« ti »	***qershi*** (*tiershi* ; « cérise »)
r/rr	« r » (roulé/roulé avec insistance)	***rakí*** (*raki* ; « eau-de-vie »)
th	« th » anglais	***djathë*** (*diath* ; « frommage »)
u	« ou »	***újë*** (*ouye* ; « eau »)
x	« dz » ou « zz »	***xero*** (*dzero* ; « zéro »)
xh	« dj »	***xhamí*** (*djami* ; « mosquée »)
zh	« j »	***zhúrmë*** (*jourme* ; « bruit »)

ALBANAIS	FRANÇAIS	MACEDONIEN
Tung !	Salut !	Zdravo !
Mirëmëngjés !	Bonjour !	Dobar den !
Mirupáfshim !	Au revoir !	Prijatno !
Mirëdíta !	Bon matin	Dobro outro
Mirëmbrëma !	Bonsoir	Dobro vetcher
Nátën e mírë	Bonne nuit	Dobra nok
Si je ? / Si jeni ?	Ça va ?	Cako si ?/Cako sté ?
Mírë	Ça va	Dobro
Më fálni	Excusez-moi	Izvinete
Ju lútem	S'il vous plaît	Ve molam
Falemindérit	Merci	Fala / Blagodaram
Urdhëróni ?	Pardon ?	Kako ?
po – jo	oui – non	da – ne
Gëzúar !	À votre santé !	Na zdravje !
Sa kúshton… ?	Combien coûte… ?	Kolku cini… ?
Ku është… ?	Où se trouve… ?	
S'ka problem	Sans probleme	Nema problem
Jam…	Je suis…	(Ja) sum…
Si qúhesh ? / Si qúheni ?	Comment t'appelles-tu ?/ (vous)	Kako se vikash? / Kako se vikate?
Nuk kuptój	Je ne comprends pas	(Ja) ne razbiram

<u>Pour plus de renseignements :</u>

- FOULON-HRISTOVA, J., *Macédonien Express*, Éditions du Dauphin, 2006.
- JAENICKE, C. et A., *L'Albanais de poche*, Assimil, 2006.

- Le bureau du tourisme de la ville de Tetovo peut vous donner de nombreuses informations sur la ville et la région. *Contact : Flora Bajrami, responsable du bureau, (+389) (0)44.356.630.*

- Le bureau des guides de Tetovo et le club de montagne Luboten peuvent vous renseigner sur la météo et les conditions pour chaque randonnée. Si vous ne souhaitez pas partir seul ou que vous souhaitez découvrir les secrets des montagnes de Shar, ils sont d'excellents accompagnateurs (anglophones et francophones pour certains). *Contact : Jovan Bozinovski, président de l'association : (+389) (0)75.649.393 ou Dragan Ilievski : (+389) (0)71.247.056.*
Web : http://www.sharamountainguide.com.mk/
Web : http://www.pkljuboten.org (club de montagne Luboten)

- L'association Eko-Natyra spécialisée dans l'écotourisme propose aussi des activités autour de la découverte de la biodiversité dans le massif. Elle est très impliquée avec les populations des villages locaux. *Contact : Nexhmedin Halidi : (+389) (0)71.363.764.*
Web : http://www.ekonatyra.org/

- La Fédération des Sports de Montagne de Macédoine située à Skopje est l'un des rares endroits où l'on peut se procurer des

informations et notamment des cartes de qualité. Contact : *Konstantin Ciliviri* : *(+389) (0)*71*.369.280.*
Web : http://www.fpsm.org.mk/

- Pour les francophones**, l'Alliance Française de Tetovo** est un lieu apprécié où vous trouverez une abondante documentation sur la montagne et des conseils utiles. *Contact : (+389) (0)44.351.191*
Web : http://www.aft.org.mk/

- Matériel : Vous trouverez à Skopje ou à Tetovo du matériel de montagne, notamment à la boutique Salomon sur le boulevard Iliria. Dans la même ville de Tetovo vous trouverez aussi des magasins dédiés à la pêche et à la chasse. Attention toutefois, l'offre est limitée et les prix élevés.

Nous aimerions remercier le CRET de Briançon et surtout Yves Fouque pour ses conseils avisés ainsi que Pierre Hellion pour son soutien, toute la mairie de Tetovo et notamment, le Maire, M.Hazbi Lika et son conseiller, Valmir Aziri ainsi que les membres du Bureau du développement local, Flora Barjrami, Darko…, l'association Eko-Natyra et son président Nexhmedin Halidi, le musée de Tetovo (notamment Nuna), Tous les membres du club Luboten en commençant par son président Jovan Bozinovski, les ambassades d'Espagne et de France et plus spécifiquement l'Ambassadeur de France, M. Valero et celui d'Espagne, M. Paz Agüeras, le Consul d'Espagne, M. López García de Lomana, Luciano Antón Vives, et le Service de Coopération et d'Action Culturelle de l'ambassade de France (notamment Maud Ramboisée, Anne Segarra et Johann Uhres), la Fédération Nationale de Montagne et plus particulièrement Konstantin Civiliri et les guides de Gostivar, Mavrovo et Ohrid et enfin l'Alliance Française de Tetovo et notamment Paul et Emilie Chambry, Faton Sherifi et Suzana qui ont tout fait pour que ce livre existe. Merci aussi à Dragan, Marina, Pierre, Eli, Miki, Arian et tous ceux qui se reconnaîtront.