

la nature ACCESSIBLE

UN RECUEIL DE PROMENADES NATURE

DESTINÉ AUX PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

ET À TOUS !



Pourquoi ce recueil de promenades ?

Ville verte et accessible, Grenoble dispose de très nombreux espaces verts. La trame verte représente 430 hectares soit 23 % de la surface totale. Ces espaces de respiration dans la ville présentent une grande richesse floristique et faunistique.

La Ville de Grenoble a reçu, en 2012, une « mention spéciale services publics » par l'Access City Award, un prix visant à récompenser les grandes villes européennes prenant des initiatives afin d'améliorer l'accessibilité des personnes à mobilité réduite en milieu urbain. En 2013, Grenoble obtient le 2^{ème} prix européen des villes accessibles. Elle est classée 1^{ère} ville française au baromètre APF de l'accessibilité.

Ainsi, notre ville et sa périphérie disposent de nombreux espaces verts et espaces naturels présentant des intérêts floristiques et faunistiques importants (réseau départemental des ENS, sentiers de randonnée de Grenoble-Alpes Métropole). Ce territoire est impliqué dans l'accessibilité des personnes en situation de handicap.

Pourquoi ne pas associer ces deux aspects pour proposer un guide de référence, original, associant balades nature, accessibilité et autonomie ?

La réalisation de ce guide est le fruit d'un travail collaboratif entre des bénévoles en situation de handicap et d'autres valides ayant envie de partager leurs découvertes dans un guide facile d'utilisation.

L'objectif de ce topoguide est de proposer des balades accessibles à tous et en particulier à toute personne à mobilité réduite. S'adressant principalement aux personnes en fauteuil roulant, les itinéraires de ce guide peuvent s'adapter aux personnes âgées ou aux parents avec poussette tout terrain.

Notre volonté est de vous proposer des balades présentant un intérêt naturel et culturel, pouvant se réaliser sur une demi-journée ou à la journée, centrées sur Grenoble et sa périphérie proche.

Certains itinéraires sont accessibles en transport en commun. Il est nécessaire de prévenir la TAG (Transports de l'Agglomération Grenoble) une semaine à l'avance pour obtenir le service de transport PMR dans les 49 communes de la métropole.





Milieux naturels

Au cours de vos balades vous évoluerez dans divers milieux naturels.

Zones humides

Entre terre et eau, les zones humides sont des terrains où l'eau est présente en permanence ou de façon temporaire. Elles abritent une végétation adaptée, dite hygrophile, et le sol présente des traces d'eau.

Elles sont parmi les milieux naturels les plus riches du monde sur le plan de la faune et de la flore. Elles fournissent l'eau, les aliments et un abri à d'innombrables espèces de plantes et d'animaux (en France, 50% des espèces d'oiseaux dépendent des zones humides). Grâce à elles, les inondations sont moins fortes car elles stockent une

partie de l'eau qu'elles restituent en période sèche. Véritables éponges filtrantes, elles permettent même de dépolluer l'eau.

Du côté de l'agriculture, ce sont des terres fertiles qui permettent aux bêtes de pâturer et qui produisent quantité de fourrage.

Ce sont enfin des zones très appréciées pour le tourisme et les loisirs.

Exemples de zones humides : fleuves, rivières et milieux alluviaux, lacs et étangs, mares, marais et tourbières.

Pelouses et prairies

Les pelouses sèches sont des terrains herbeux secs poussant généralement sur un sol très peu épais voire quasi absent. On y retrouve notamment des espèces thermophiles (aimant la chaleur), à affinités méridionales. De nombreuses espèces végétales sont rares et spécifiques à ces milieux. Une grande diversité d'insectes caractérise également les pelouses sèches. Ces milieux naturels possèdent un fonctionnement très particulier qui les rend extrêmement fragiles. En effet, depuis la disparition des grands herbivores sauvages, ils sont maintenus grâce au pastoralisme et à l'élimination des ligneux. Ces pressions sur la végétation ont permis de bloquer la dynamique végétale naturelle qui tend à fermer ces milieux et à les voir se transformer en landes et boisements. Ainsi, les pelouses sèches sont largement dépendantes de la gestion qui y est effectuée.

Les pelouses alpines et subalpines sont de

grandes étendues vertes en été, elles sont le charme de la montagne. Situées entre 1800 et 3000 m d'altitude, elles sont une zone de transition entre le couvert végétal de la forêt et les zones sommitales rocheuses. Réservoir d'une grande variété floristique, la pelouse de l'étage alpin est aussi une source de nourriture pour la faune sauvage et l'élevage (pastoralisme).

Terres agricoles – Les haies

En alignement d'arbres et d'arbustes, les haies délimitent un réseau de prés et de champs. Ce paysage, appelé aussi bocage, a été façonné par les hommes et s'est maintenu jusqu'à la disparition progressive de la polyculture élevage (cultures et élevages diversifiés), après la seconde guerre mondiale. En Isère, on trouve plusieurs types de haies, depuis le bosquet d'arbustes derrière les maisons, jusqu'à la bande boisée, en passant par les rives boisées (ripisylves) en bord de canaux, ruisseaux et rivières.

Forêts

La forêt occupe environ le tiers de la surface de l'Europe occidentale, ce qui correspond à trois fois la surface de la France. En Isère, 1/3 de la surface départementale est occupé par différents types de forêts.

Les forêts collinéennes font partie des forêts tempérées. Elles s'étalent entre 0 et 900 m d'altitude et sont composées de feuillus (chêne, charme, frêne, châtaignier, noisetier...). L'histoire de la forêt est fortement liée aux activités humaines (premières coupes dès le Néolithique, défrichements importants au Moyen Age...). Aujourd'hui, la forêt se reconstitue encore et de nombreuses fonctions lui sont attribuées. Ainsi, la forêt est reconnue pour ses fonctions écologiques (biodiversité, formation et conservation du sol, lutte contre l'érosion, stockage de carbone), économiques (production de bois, récoltes...), sociales (loisirs...).

Une forêt vivante et fonctionnelle est caractérisée par :

- Une diversité des essences forestières
- Une grande diversité de structure grâce à des arbres de taille et d'âges différents au sein d'une même parcelle et entre les parcelles
- La présence de bois mort.

Les forêts de montagne dans les Alpes du Nord sont caractérisées par la hêtraie-sapinière. Les conditions climatiques et les caractéristiques du sol limitent la variété des essences. L'exposition du versant adret (ensoleillé) ou ubac (à l'ombre) détermine l'altitude à laquelle la forêt commence



Lac Tourbière du Luitel © T. Delarotta



Pelouse sèche © P.-C. Petit



Lis Martagon © P.-C. Petit



Lichen © P.-C. Petit

(de 900 à 1200 m) et se termine (de 1500 à 1800 m). La forêt montagnarde est un abri hiver comme été et une source alimentaire pour toute la faune de montagne. Elle est aussi un important rempart contre les avalanches, les éboulements, l'érosion des sols.

Rochers, éboulis et sables

Roche sédimentaire, le calcaire, composé notamment de carbonate de calcium, s'est formé avec le lessivage des roches continentales et les débris des êtres marins déposés au fond des mers secondaires il y a 80 à 180 millions d'années. Les escarpements rocheux sont perpétuellement transformés par l'érosion chimique et mécanique de l'eau, ainsi que par le vent et le gel. Lieu de nidification d'oiseaux et repère de mammifères de montagne, les escarpements rocheux sont aussi colonisés par une végétation soumise à des conditions climatiques difficiles (grandes amplitudes thermiques). Dans le langage courant, on parle de falaise mais cette terminologie ne s'applique qu'aux escarpements rocheux du littoral.



Rochers et éboulis calcaires © H. Taunay

Faune et flore

Chaque milieu naturel est représenté par un cortège de fleurs et d'animaux adaptés à leur milieu. Quelques exemples vous sont présentés ci-dessous.

Zones humides

Faune : reptiles (couleuvres à collier et vipérine, cistude d'Europe), invertébrés, organismes microscopiques $\leq 0.1\text{mm}$ (microfaune), libellules (anax empereur, agrion de Mercure...), papillons (azuré de la sanguisorbe, cuivré des marais...), crustacés, vers, insectes aquatiques (gyrin, dytique, nêpe, notonecte, gerris...), amphibiens (crapaud commun, grenouilles vertes et rousses, crapaud sonneur à ventre jaune, triton crêté, ponctué, palmé), poissons (carpe commune, poisson chat, gardon, tanche, brochet...), mammifères (putois, chauve-souris, musaraigne aquatique, rat des moissons, castor d'Europe), oiseaux (brauant des roseaux, busard des roseaux, butor étoilé, blongios nain, rousseroles sp., râle d'eau, sarcelles, canards, vanneau huppé)...

Flore : phragmite, iris jaune, massette, scirpe, renoncule aquatique/grande douve, sagittaire, nénuphar, potamot, myriophylle, élodée, carex, utriculaires, droséras, sphaignes, molinies, saules, bouleau...



Rainette verte

Pelouses et prairies

Les pelouses sèches

Faune : fauveltes (à tête noire, des jardins et grisette), bruants (zizi, jaune, ortolan et proyer), pouillots, pie-grièche écorcheur, alouette lulu, circaète Jean-le-blanc, engoulevent d'Europe, criquet italien, Oedipode aux ailes bleues, citron (papillon), couleuvre d'Esculape, couleuvre verte et jaune, vipère aspic, lézard vert, lièvre commun...

Flore : potentille du printemps, ail à tête ronde, thym serpolet, pulsatile rouge, orchis singe, orchis brûlé, orchis bouffon, prunellier, cornouiller, aubépine...

Les pelouses alpines et subalpines

Faune : grand apollon, moirés, criquets, chocard à bec jaune, crave à bec rouge, traquet motteux, pipit spioncelle, marmotte des Alpes, chamois...

Flore : gentianes (jaune, de Koch, printanière, acaule), trèfle des Alpes, arnica des montagnes, aster des Alpes, nigritelle noire...



Gentiane de Koch © P.-C. Petit

Terres agricoles – Les haies

Faune : mammifères (renard, campagnol, muscardin, lapin, lièvre, hérisson, chauves-souris, écureuil roux...), oiseaux (chardonneret, troglodyte mignon, pipit des arbres, merle noir, pie grièche écorcheur...), reptiles (couleuvre à collier, lézard des murailles), amphibiens (crapaud commun, grenouille rousse), invertébrés (araignée épeire, papillons), lombrics et autres animaux de la litière...

Flore : frêne, charme, aulnes blanc et glutineux, alisier blanc, néflier, sorbier des oiseleurs, houx, buis, aubépine, églantier, cornouillers, troène, fusain...



Epeire @ FNE Isère



Femelle Fauvette à tête noire © F. Breyton



Forêts

Les forêts collinéennes

Faune : mésanges, pics noir et épeiche, sittelle torchepot, chouette hulotte, mulot sylvestre, blaireau d'Europe, martre, sanglier, noctule commune, vers, escargots, limaces, araignées...

Flore : chêne (sessile, pédonculé, pubescent), charme, frêne, châtaignier, merisier, noisetier, aubépine, troène, houx, ronce, lierre, chèvrefeuille, clématite, scille à deux feuilles, petite pervenche, arum tacheté, pâturin commun, fougères...

Les forêts de montagne

Faune : écureuil roux, chevreuil, chamois (hiver), chouette de Tengmalm, chouette chevêchette, casse-noix moucheté, bec-croisé des sapins, grimpeur des bois...

Flore : sabot de Vénus, clématite des Alpes, anémone sylvie, myrtille...

Rochers, éboulis et sables

Faune : bouquetin des Alpes, chamois, faucon pèlerin, chocard à bec jaune, martinet alpin, traquet motteux, merle de roche...

Flore : pin à crochets, primevère auricule, génépi, lichens, benoîte rampante, dryade à huit pétales, saule réticulé...



Chamois © É. Breyton



Grive muscienne © É. Breyton



Campagnol roussâtre © P.-C. Petit



Sabot de vénus - @ A. Douçé



Grand corbeau © É. Breyton



Contextes administratif et juridique



Les balades présentées se situent parfois dans des espaces naturels réglementés ou dont la flore et la faune ont été inventoriés. Vous trouverez ci-dessous une liste des principaux classements définis. Pour plus d'informations, référez-vous aux sites Internet.

Arrêté Préfectoral de Protection de Biotope (APPB) – statut réglementaire

La protection des biotopes, essentiels à la survie de certaines espèces animales et végétales, est assurée par des arrêtés préfectoraux. La réglementation instituée par l'arrêté consiste essentiellement en interdiction d'actions ou d'activités pouvant nuire à l'objectif de conservation du ou des biotopes (et non des espèces elles-mêmes). Les interdictions édictées visent le plus souvent : l'écobuage, le brûlage des chaumes, le brûlage ou broyage de végétaux sur pied, la destruction de talus ou de haies, les constructions, la création de plans d'eau, la chasse, la pêche ou encore certaines activités agricoles telles que l'épandage de produits anti-parasitaires, l'emploi de pesticides, les activités minières et industrielles, le camping, les activités sportives (telles que motonautisme ou planche à voile par exemple), la circulation du public, la cueillette...

<http://www.auvergne-rhone-alpes.developpement-durable.gouv.fr/les-arretes-prefectoraux-de-protection-de-biotope-a2535.htm>

Corridor écologique - inventaire

Les corridors écologiques assurent des connexions entre des réservoirs de biodiversité, offrant aux espèces des conditions favorables à leur déplacement et à l'accomplissement de leur cycle de vie.

On distingue ainsi trois types de corridors écologiques :

- les corridors linéaires (haies, chemins et bords de chemins, ripisylves, bandes enherbées le long des cours d'eau,...)
- les corridors discontinus (ponctuation d'espaces-relais ou d'îlots-refuges, mares permanentes ou temporaires, bosquets,...)
- les corridors paysagers (mosaïque de structures paysagères variées).

www.trameverteetbleue.fr/presentation-tvb/foire-aux-questions/qu-est-ce-qu-corridor-ecologique

Espace Naturel Sensible (ENS) – statut réglementaire

Un ENS est un site naturel qui présente un fort intérêt biologique et paysager.

Il est fragile et souvent menacé et de ce fait doit être préservé.

Le Département de l'Isère mène donc depuis 1985 une politique en faveur des espaces naturels sensibles en mettant en place des mesures de conservation, de gestion et d'ouverture au public. Ces espaces constituent en effet des lieux exemplaires de découverte du patrimoine du département de l'Isère.

On distingue les ENS départementaux gérés par le Département (et propriété du Département) et les ENS locaux gérés par des communes ou des communautés de communes.

<https://www.isere.fr/la-decouverte-des-ens-espaces-naturels-sensibles>

Inventaire tourbières de l'Isère

Cet inventaire s'inscrit dans le cadre des missions du Conservatoire Rhône-Alpes des Espaces Naturels (CREN). Une convention entre la Région Rhône-Alpes et le CREN a été signée le 7 juin 1996. En Isère, la délégation départementale du CREN est le Conservatoire des Espaces Naturels (CEN Isère). Elle anime un réseau de gestion de sites naturels et a pour objet «la conservation et la mise en valeur des richesses biologiques, écologiques et paysagères de la région afin d'en assurer la pérennité pour le bénéfice de la collectivité».

L'inventaire des tourbières du département de l'Isère a ainsi été réalisé entre 1998 et 2000 et a amorcé une meilleure prise en considération de ce type de milieu pour stopper leur régression. Depuis 2005, les services de l'Etat en Isère conduisent une démarche de protection des tourbières de plus d'1 ha par Arrêté Préfectoral de Protection de Biotope (A.P.P.B.) afin de préserver ces milieux en régression.

<http://www.cen-isere.org/accueil2/cartographie-des-zones-humides-de-lisere>

Inventaire zones humides de l'Isère

Conformément à sa vocation et dans le prolongement des actions précédemment menées pour la conservation des zones humides de l'Isère, le Conservatoire des Espaces Naturels Isère est maître d'ouvrage de l'inventaire des zones humides du département entre 2006 et 2012, avec le soutien financier de l'Agence de l'eau Rhône-Méditerranée Corse, du Conseil Départemental de l'Isère et de la Région Auvergne-Rhône-Alpes, très impliqués dans cette politique de conservation des zones humides.

Porté à la connaissance des élus, cet inventaire permet d'envisager la protection des zones humides à travers notamment les outils de planification et d'urbanisme (Plan Local



Triton alpestre © P.C. Petit



d'Urbanisme par exemple). Accessible à tous, il doit permettre aussi d'intégrer les exigences environnementales à l'amont des projets d'aménagement. Depuis 2009, il est complété annuellement par la prise en compte des zones humides dont la surface est inférieure à 1 ha. Cet inventaire doit être utilisé comme un document d'alerte, à l'instar de celui des zones d'intérêt écologique, faunistique et floristique (ZNIEFF) et ne peut être considéré, en l'état, comme exhaustif.

www.isere.gouv.fr/content/download/17693/114312/file/Commentaire.pdf
<http://www.cen-isere.org/accueil2/cartographie-des-zones-humides-de-lisere>

Natura 2000 – statut réglementaire, administratif ou contractuel

Le réseau Natura 2000 est un ensemble de sites naturels européens, terrestres et marins, identifiés pour la rareté ou la fragilité des espèces sauvages, animales ou végétales, et de leurs habitats. Natura 2000 concilie préservation de la nature et préoccupations socio-économiques. En France, le réseau Natura 2000 comprend 1758 sites.

L'objectif ultime est de veiller à ce que les espèces et les types d'habitats protégés parviennent à un état de conservation favorable et que leur survie à long terme soit considérée comme garantie dans l'ensemble de leur aire de répartition en Europe.

Pour atteindre cet objectif, les États membres peuvent librement utiliser des mesures réglementaires, administratives ou contractuelles selon le principe général de subsidiarité.

<http://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/reseau-europeen-natura-2000-1>

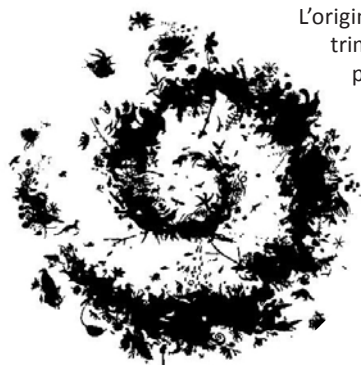
Parc National (PN) – statut réglementaire

Les parcs nationaux sont des espaces protégés soumis à une réglementation spécifique (articles L331 et R331 du code de l'environnement) qui assure la sauvegarde de leur patrimoine naturel et culturel reconnu comme exceptionnel.

La France en compte 10 en 2016.

Le caractère exceptionnel des parcs résulte d'une combinaison unique entre géologie, diversité biologique, paysages et activités humaines.

L'originalité d'un parc national relève ainsi autant d'un patrimoine naturel originel de très grande valeur, que de la présence d'activités humaines qui ont su satisfaire les besoins des populations locales tout en respectant leur environnement naturel.



Un parc national se compose de deux territoires :

- Le coeur du parc. Afin de préserver le caractère du parc, ce territoire est soumis à une réglementation particulière qui encadre plus ou moins fortement certaines activités afin de s'assurer de leur compatibilité avec la préservation du milieu. À l'intérieur de cet espace, des «réserves intégrales» peuvent être constituées pour des raisons scientifiques.
- L'aire d'adhésion. Cette zone qui entoure le coeur du parc résulte de la libre adhésion à la charte du parc national des communes situées à l'intérieur d'un périmètre optimal fixé par le décret de création du parc.

<http://www.parcsnationaux.fr/fr/des-decouvertes/les-parcs-nationaux-de-france>

Parc Naturel Régional (PNR) - statut réglementaire

Les Parcs Naturels Régionaux ont pour vocation d'asseoir un développement économique et social du territoire, tout en préservant et valorisant le patrimoine naturel, culturel et paysager. La richesse des Parcs réside dans la transversalité dont ils font preuve, en intégrant les enjeux de biodiversité à leurs projets de territoire.

Les cinq missions des Parcs Naturels Régionaux (article R333-4 du Code de l'Environnement) :

- la protection et la gestion du patrimoine naturel, culturel et paysager,
- l'aménagement du territoire,
- le développement économique et social,
- l'accueil, l'éducation et l'information,
- l'expérimentation, l'innovation

www.parc-naturels-regionaux.fr/article/missions





Réserve Naturelle Régionale ou Nationale (RNR ou RNN) statut réglementaire



Les réserves naturelles régionales présentent les mêmes caractéristiques de gestion que les réserves naturelles nationales, à ceci près qu'elles sont créées par les Régions. Elles constituent aujourd'hui à la fois un vecteur des stratégies régionales en faveur de la biodiversité et un outil de valorisation des territoires.

Une réserve naturelle nationale est un outil de protection à long terme d'espaces, d'espèces et d'objets géologiques, rares ou caractéristiques, ainsi que de milieux naturels fonctionnels et représentatifs de la diversité biologique en France. Les sites sont gérés par un organisme local en concertation avec les acteurs du territoire. Ils sont soustraits à toute intervention artificielle susceptible de les dégrader mais peuvent faire l'objet de mesures de réhabilitation écologique ou de

gestion en fonction des objectifs de conservation.

www.reserves-naturelles.org/fonctionnement/reserves-naturelles-regionales

Site classé - inventaire

Les sites classés sont des lieux dont le caractère exceptionnel justifie une protection de niveau national : éléments remarquables, lieux dont on souhaite conserver les vestiges ou la mémoire pour les événements qui s'y sont déroulés... L'inscription est une reconnaissance de la qualité d'un site justifiant une surveillance de son évolution, sous forme d'une consultation de l'architecte des Bâtiments de France sur les travaux qui y sont entrepris.

Site inscrit – inventaire

Environ 520 sites, naturels ou bâtis, sont actuellement inscrits en Rhône-Alpes sur les « listes départementales des monuments naturels et des sites dont la conservation ou la préservation présente un intérêt général ». La plupart ont été inscrits entre 1930 et 1950. L'inscription constituait à la fois un inventaire et une mesure de surveillance en vue d'un classement ultérieur de ces sites.

www.auvergne-rhone-alpes.developpement-durable.gouv.fr/sites-inscrits-et-sites-classes-rhone-alpes-r214.html

Zones Naturelles d'Intérêt Ecologique Faunistique et Floristique (ZNIEFF) - inventaire

Lancé en 1982, l'inventaire des Zones Naturelles d'Intérêt Ecologique Faunistique et Floristique (ZNIEFF) a pour objectif d'identifier et de décrire des secteurs présentant de fortes capacités biologiques et un bon état de conservation. On distingue 2 types de ZNIEFF :

- les ZNIEFF de type I : secteurs de grand intérêt biologique ou écologique
- les ZNIEFF de type II : grands ensembles naturels riches et peu modifiés, offrant des potentialités biologiques importantes.

L'inventaire ZNIEFF concerne progressivement l'ensemble du territoire français (Métropole, près de 15000 zones : 12915 de type I et 1921 de type II, Outre-Mer, milieu terrestre et marin).

inpn.mnhn.fr/programme/inventaire-znieff/presentation



Loup © É. Breyton



Chamois © É. Breyton



Milan © É. Breyton

Conseils pour une sortie réussie

Sécurité et nature



Dessin @ Fanny

Conditions météorologiques

Il est important de consulter le bulletin météorologique pour prévoir le froid, les fortes chaleurs, les risques de tempête et d'orage. L'orage, les chutes de neige et le brouillard peuvent rendre la sortie dangereuse en multipliant les risques de fatigue et d'accident (manque de visibilité, chute potentielle d'arbres, gonflement de ruisseaux, trous et pentes invisibles...). La pluie, le vent ou le froid modifient le comportement des animaux. Les observations seront donc plus délicates. Par temps froid peu d'insectes s'activent. Le vent repousse les insectes volants et les oiseaux.

Règles de sécurité

Préparez votre sortie et emportez le nécessaire dans votre sac à dos. Prévenez quelqu'un de votre entourage du lieu de votre sortie. Ne partez pas seul. Emmenez un téléphone portable et repérez les zones où il y a de la couverture réseau. Informez-vous des jours de chasse et de battues. Composez le 15, 17,18 ou 112 en cas d'urgence.

Les sorties proposées ont été testées par des personnes bénévoles valides et en situation de handicap. Cependant, les sites ne disposent pas du label Tourisme et Handicap et le topoguide ne suit donc pas un cahier des charges officiel. Hormis les sentiers parcourus lors des repérages en fauteuil roulant, la FRAPNA ne s'engage donc pas à assurer aux personnes handicapées un accueil et des équipements adaptés pour les différentes familles de handicap. Les balades nature sont très agréables mais vous devez être prudents pour en profiter en toute sécurité. La FRAPNA ne pourra être tenue responsable en cas d'accident.

Matériel

• Sac à dos

Indispensable pour transporter votre matériel d'observation, un pull ou une veste, de quoi manger et boire, une trousse de premiers secours, une lampe frontale et ses piles de rechange, le téléphone portable en mode silencieux, un sifflet, un couteau robuste utile aussi bien pour manger que pour couper du bois, cartes et boussole, guides naturalistes, une loupe...

• Tenue vestimentaire

Habillez-vous avec des vêtements confortables au tissu le plus silencieux possible, de couleur sombre et adaptés aux conditions météorologiques. Prendre un vêtement coupe-vent, imperméable. Prenez des chaussures hautes, pour éviter aux marcheurs les entorses si vous trébuchez, et imperméables, pour ne pas vous mouiller les pieds avec la rosée du matin. Évitez les odeurs parfumées (eau de toilette, lessive). Les fumeurs devront également s'abstenir.

Si vous partez en balade nocturne, un télescope ou une lunette astronomique permettent non seulement d'observer un vol d'oiseaux passant devant la lune mais également de scruter le ciel étoilé.

La lampe permet d'observer la petite faune et la flore ou de retrouver facilement son chemin en cas de problème. Cependant, elle empêche nos yeux de s'adapter à l'obscurité et signale notre présence aux animaux. Choisissez une lampe frontale pour avoir les mains libres, de faible puissance pour déranger au minimum la faune et émettant de la lumière rouge que la plupart des animaux (dont les insectes) ne voient pas.

Vous pouvez également emporter des jumelles adaptées à une faible luminosité ou des monoculaires à vision nocturne ayant une portée de plusieurs centaines de mètres (100 à 300 m). L'image est monochrome verte. Certains modèles sont étanches, d'autres peuvent se fixer sur trépied. Un des avantages du monoculaire, par rapport aux jumelles, est de n'aveugler qu'un seul oeil puisque l'oeil n'utilisant pas l'appareil de vision nocturne gardera sa pupille dilatée et sa capacité à voir dans le noir.



Dessin @ Fanny



Bonnes pratiques

Soyez attentif à ce qui se passe autour de vous en parlant le moins possible et en chuchotant au besoin.

Respectez les autres utilisateurs du milieu.

Ne dérangez pas la faune et observez-la avec précaution.

Ne cueillez pas les fleurs, une belle photo vaut mieux qu'un bouquet fané.

Il ne faut pas chercher à tout prix à faire des observations mais il faut savoir rester discret. Il existe en effet des périodes (reproduction, nidification, couvain, repos, hiver...) où la faune réagira au moindre dérangement par une fuite et donc un épuisement, un abandon des oeufs et/ou des jeunes, mettant en péril la survie de l'espèce.

Il est donc conseillé de ne pas trop s'approcher de la faune durant l'hiver et il est interdit de perturber intentionnellement la faune protégée.

L'article L411-1 du Code de l'Environnement précise les interdictions relatives aux espèces protégées en France.

La réglementation interdit également de rechercher la faune sauvage avec une source lumineuse.

Les espaces protégés (forêt de protection, réserve naturelle, arrêté de protection de biotope, parc national...) sont réglementés. La fréquentation du public et certaines activités peuvent être interdites si elles portent atteinte à l'équilibre biologique du biotope ou au développement de la biocénose, notamment les espèces protégées.

Le non-respect de la réglementation peut entraîner des peines d'amendes et d'emprisonnement, la confiscation de matériel et l'obligation de remettre en état les lieux modifiés.

Il est nécessaire de se référer à la signalisation installée en général à l'entrée des espaces protégés.

Consignes techniques pratiques

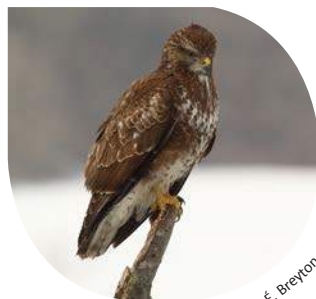
- Pensez à regarder la jauge des batteries ; en fonction de la pente, de la météo et du nombre de kilomètres, les batteries se déchargeront plus ou moins vite.
- Emportez éventuellement une brosse pour essuyer les pneus du fauteuil et ainsi éviter les glissades à la fin de la balade.
- Pour éviter les glissades évitez de rouler dans l'herbe.
- Apprenez à utiliser de manière optimale le matériel qui vous appartient ou que l'on vous prête.
- Apprenez à connaître vos limites (physiques et psychologiques) ainsi que celles du matériel.



Chevreuil © E. Breyton



Cordulégastres © P.-C. Petit



Buse © E. Breyton



Les ressources

Les lieux où trouver du matériel spécifique

Structure	Matériel disponible en location
APF Association des Paralysés de France 21 bis avenue Marcellin Berthelot 38100 Grenoble dd.38@apf.asso.fr	- 3 ^e roue (roue centrale ajoutée à l'avant d'un fauteuil manuel) - Fauteuils
Handi Cap Evasion 38 Fontaine Contact : Elisabeth Clerc 04 76 26 06 34 info@hce38.fr	- Joëlettes - Pulkas
Loisirs 38 Villard-de-Lans Contact : Nicolas Radic 06 58 17 27 98 nicolasradic@yahoo.fr	- Joëlette - Fauteuil Tout Terrain
Comité départemental handisport 38 7 rue de l'industrie 38320 Eybens Contact : 04 38 02 00 41 cd38@handisport.org	- Fauteuil Tout Terrain
Comité de randonnée de l'Isère 7 rue de l'industrie 38320 Eybens Contact : 04 38 70 06 69 isere@ffrandonnée.fr	- 5 joëlettes
Des rêves et des sentes Mairie de Mens 38710 Mens	

Les associations du handicap en Isère

Liste non exhaustive d'associations à rencontrer. Pour plus d'informations, pour s'informer, pour connaître la situation de handicap, se loger, se déplacer ou se détendre...
consultez le site Internet de la Maison Départementale de l'Autonomie.
www.isere.fr/mda38/

• AFIPaeim

Association Familiale de l'Isère pour personnes handicapées intellectuels
3 avenue Marie Reynoard
38029 GRENOBLE cedex 2
Tél : 04 76 46 39 66

• AVH

Association Valentin Haüy au service des aveugles et malvoyants
8 rue des Bons Enfants
38000 Grenoble
Tél : 04 76 87 83 82
Mail : avh.grenoble@wanadoo.fr

• ALHPI

Accompagner le Handicap Psychique en Isère
12 bis rue des Pies
38360 Sassenage
Tel : 04 76 26 91 96
Mail : contact@alhpi.com

• Handi Cap Evasion

32, chemin de la Creuzette
69270 Fontaines sur Saône
Tél : 04 78 22 71 02
Mail : infoasso@hce38.fr

• APF

Association des Paralysés de France
21 bis avenue Marcellin Berthelot
38100 Grenoble
Tél : 04 76 43 13 28
Mail : club.loisirs.apf38@gmail.com

• ASG 38

Association des Sourds de Grenoble
Rue Nicolas Boileau
38700 La Tronche
Tél : 04 76 90 13 79
Mail : asg38@wanadoo.fr





Les associations d'éducation à l'environnement

Si vous avez besoin d'un appui pédagogique, les animateurs du RENE Isère peuvent encadrer des sorties nature, vous conseiller, vous proposer des outils pédagogiques.

- **ADTC**, Se déplacer autrement
MNEI 5, place Bir Hakeim
38000 Grenoble
04 76 63 80 55
- **AGEDEN**, Association de Gestion Durable de l'Energie
Batiment Esp'ace
14, av Benoît Frachon
38400 Saint-Martin-d'Hères
04 76 23 53 50
- **APIE**, Association Porte de l'Isère Environnement, Parc de Fallavier, 2, rue de la Buthière
38090 Villefontaine
04 74 95 71 21
- **BEE**, Belledonne Education Environnement
793 route de la Croisette
38410 Chamrousse
- **BGAG**, Bureau des Guides et Accompagnateurs de Grenoble
3, rue Raoul Blanchard
38000 Grenoble
04 38 37 01 71
- **BLE**, Bièvre Liers Environnement
Espace des Alpes,
3, avenue de Verdun
38260 La Côte-Saint-André
- **Cartusiana**,
Bureau montagne Chartreuse
Le Bourg Route de Perquelin
38380 Saint-Pierre de Chartreuse
04 38 86 91 31
- **CINE**,
Centre d'Initiation à la Nature et à l'Environnement de la ville de Meylan
52, chemin de Rochasson
38240 Meylan
04 76 90 31 06
- **DRAC Nature**
Maison des Associations et du Bénévolat
56, bd Docteur Richard
38350 La Mure
04 76 30 10 64
- **ENI**, Espace Nature Isère
32 place du souvenir français
38470 L'Albenc
04 76 36 50 10
- **FNE Isère**,
France Nature Environnement Isère
MNEI 5, place Bir Hakeim
38000 Grenoble
04 76 42 98 14
- **Jeunes et Nature**
MNEI 5, place Bir Hakeim
38000 Grenoble
04 76 44 08 55
- **La Trace**,
Gîte des Ecouges
Route des Ecouges
38470 Saint-Gervais
04 76 64 73 45
- **Le Pic-Vert**
Mairie de Réaumont
24 place de la Mairie
38140 Réaumont
04 76 91 34 33
- **Lo Parvi**,
Association nature Nord-Isère
14 le petit Cozance
38460 Trept
04 74 92 48 62
- **LPO Isère**,
Ligue de Protection des Oiseaux
MNEI 5, place Bir Hakeim
38000 Grenoble
04 76 51 77 99
- **MJC Voiron**,
Centre Nature et Loisirs de Chirens
Château de Cernille Le Galbit
38850 Chirens
04 76 35 20 62
- **Nature Vivante**
4 rue Joseph Veyet
38780 Pont-Evêque
04 74 57 63 78
- **SAESMH**,
Service Animation Enfance de Saint-Martin d'Hères
44 avenue Benoît Frachon
38400 Saint-Martin d'Hères
04 76 24 42 73



Pour aller plus loin

La médiathèque de la Maison de la Nature et de l'Environnement de l'Isère possède des documents pédagogiques et des ouvrages naturalistes.

Maison de la Nature et de l'Environnement de l'Isère
5 place Bir Hakeim
38000 Grenoble

Tél. : 04 76 54 31 62
Courriel : info@mnei.fr

Ouvrages

- Conseil général Isère - *Handiguide de l'Isère* - édition 2008 - 51p.
- Conseil général Alpes de Haute-Provence - *Guide Handiroulement - Permettre l'accessibilité et la découverte des sites naturels aux publics en situation de handicap* - 1re édition 2010 – 31p.
- CPIE Vercors/ONF - *ENS du plateau de la Molière et du Sornin - Plan de préservation et d'interprétation 2008 - 2012* - 86p.
- La METRO - Dépliant *Comboire, Vouillants, Les contreforts du Vercors de Claix à Sassenage*
- RENE FRAPNA Isère - *L'éducation à l'environnement et le public handicapé* - classeur ressources - 2004 - 46p.
- RENE FRAPNA Isère - *En chemin sur les ENS* - outil pédagogique complémentaire à la campagne - 24 fiches.

Sites internet

- Fiches FRAPNA/La Métro : milieux naturels de l'agglomération grenobloise
http://www.ecocitoyen-grenoble.org/images/PDF/livret_espacesnat_metro_1.pdf
- Les sentiers métropolitains
<http://www.lametro.fr/315-sentiers-grenoble.htm>
- Site national historique de la résistance – PNR Vercors
http://memorial-vercors.fr/fr_FR/le-memorial-2824/le-site-2890.html

Moyens d'accès aux sites

Pour connaître les horaires, les tarifs et les conditions d'accès aux bus et tramway

Lignes TAG : www.tag.fr.

Lignes Transisère : www.transisere.fr/

Site Internet de location de véhicules aménagés entre particuliers : www.wheeliz.com/fr



Coquelicot © P.-C. Petit



Fiches balades



Important

Les balades ne sont pas toutes accessibles en autonomie. Les sites peuvent être aménagés mais le cheminement n'est pas toujours adapté en continu dès le parking.

Les sentiers sont parfois caillouteux et la pente nécessite l'aide d'un accompagnateur.

Le niveau de difficulté est estimé en fonction des caractéristiques du terrain : distance du parcours, pentes, sentiers, durée.

L'état des sentiers évolue avec le temps, des barrières peuvent gêner le passage des fauteuils, etc.

Les sorties proposées ont été testées par des personnes bénévoles valides et en situation de handicap.

Cependant, les sites ne disposent pas du label Tourisme et Handicap et le topoguide ne suit donc pas un cahier des charges officiel. Hormis les sentiers parcourus lors des repérages en fauteuil roulant, la FRAPNA ne s'engage donc pas à assurer aux personnes handicapées un accueil et des équipements adaptés pour les différentes familles de handicap.

Les balades nature sont très agréables mais vous devez être prudents pour en profiter en toute sécurité.

FNE Isère ne pourra être tenue responsable en cas d'accident.

Mode d'emploi des fiches

Les balades proposées sont présentées sur une double page incluant une carte de l'itinéraire avec le tracé du parcours en rouge, des informations pratiques, sur la flore et la faune observables, sur les particularités historiques et culturelles de la balade, sur le contexte juridique.

Un bandeau indique si vous vous trouvez en zone de plaine, colline ou montagne. Un deuxième bandeau indique le type de milieu (forêt, marais, pelouse, prairie, terres agricoles, parc urbain...).

Pour le temps de trajet jusqu'au départ du parcours, toutes les balades ont le même point de départ : l'Office de tourisme de Grenoble.



APF en Vercors © T. Roland



Lucane © P.-C. Petit



Chêne © P.-C. Petit



Écureuil © É. Breyton

Gève > Autrans

Difficulté

Moyen jusqu'à la Vira Gros-Jean
Difficile jusqu'à Chez Gros-Jean

🕒 5 h avec pause pique-nique



Infos pratiques

Depuis le parking de Gève à Autrans à 1254 m d'alt., prendre la route forestière du Cyclone. Juste avant d'arriver dans la prairie « chez Gros-Jean » à 1415 m d'alt., quitter le sentier principal et prendre à gauche une piste forestière herbeuse permettant d'éviter un passage à gros cailloux infranchissable en fauteuil. Vous pouvez revenir par le même itinéraire ou réaliser une boucle par les Chaumes en tournant à gauche au panneau « le Cyclone ».

Distance

- Environ 6 km par la boucle.
- Environ 5 km aller-retour sur la piste forestière du Cyclone.

Dénivelée

- +150 m jusque « chez Gros-Jean ».

Fréquentation

- En hiver : ski de fond ; en été : VTT, balades à cheval, randonnée.



Sentier large, caillouteux par endroits notamment après le refuge de Gève. Pente plus raide et caillouteuse avant « chez Gros-Jean » et les Chaumes. Par la boucle, le sentier est herbeux donc ne pas y aller après une pluie sous peine de glisser. En hiver les sentiers se transforment en piste de ski de fond et ne sont donc pas accessibles !

Comment y aller



1 h

Par la D531 direction Villard jusqu'au rond-point de Lans-en-Vercors, puis D106 vers Autrans, suivre enfin les D106c et D106e à Autrans vers Gève.

Gève > Autrans





Difficulté


Moyen jusqu'à la Vira Gros-Jean
Difficile jusqu'à Chez Gros-Jean

🕒 5 h avec pause pique-nique



 Faune de montagne : nombreux insectes (fourmis rouges, papillons...), mammifères (renard roux, blaireau, martre, écureuil...), avifaune (mésange noire, mésange nonette, merle, casse-noix mouche-té, pouillot véloce...).

 Cortège de plantes de milieux montagnards secs (sedums, orpins...) et forestiers (épicéa, hêtre, centaurée, mélampyre des bois, silène enflée, raiponce en épi, campanule, digitale, grande astrance, gentiane jaune, vérorâtre blanc...).

 Non loin, une stèle commémore le crash en pleine tempête d'un avion de la Royal Air Force en février 1944 venant ravitailler les résistants d'un camp de Gève. Le Vercors a en effet été un haut lieu de la résistance durant la seconde guerre mondiale. De nombreux sites du massif témoignent de ces combats. Renseignez-vous auprès du Parc Naturel Régional du Vercors pour en savoir plus (memorial-vercors.fr).

Le massif du Vercors est un massif calcaire subalpin à cheval sur les départements de l'Isère et de la Drôme. Des fossiles de rudistes, restes d'organismes bivalves qui vivaient en mer peu profonde à l'ère secondaire, témoignent de l'origine marine des roches calcaires du Vercors. La dissolution du calcaire par l'eau acide a formé des rigoles, des trous plus ou moins profonds sur les surfaces rocheuses (lapiasz). La forêt d'Autrans pousse ainsi sur un sol pauvre non cultivable.

Le Vercors est une terre de sports de plein air (randonnée, escalade, parapente, VTT...) pratiqués dans un environnement protégé grâce au Parc Naturel Régional du Vercors.

Le Vercors doit son nom à un peuple celte « les Vertacomiorii » (signifiant excellentes trou-pes). Autrans se situe dans la région géographique des Quatre Montagnes.

Autrans se situe dans la zone AOP de fabrication du Bleu du Vercors-Sassenage, fromage persillé au lait de vache, fêté chaque année dans une commune du Parc Régional du Vercors depuis 2001. Le fromage est fabriqué par 9 producteurs laitiers regroupés dans la coopérative Vercors-lait.

Le parcours se situe dans le Parc Naturel Régional du Vercors et sur le corridor biologique terrestre Chartreuse-Vercors (cluse de Voreppe).

Le saviez-vous ?

Ça se passe à La Clé :

- Les claias (déformé en clé) étaient les barrières de protection mises en place pour éviter que les bêtes ne chutent dans le vide. Le pas de la Clé a été utilisé jusqu'au 19^e siècle pour descendre le bois vers la vallée de l'Isère, jusqu'au port de Saint-Gervais. Les attelages de vaches ou chevaux remontaient les troncs jusqu'au pas.
- Dans une cavité calcaire, formée par dissolution du calcaire, de la neige s'est compactée et transformée en glace ; il s'agit de la glacière d'Autrans. Au 19^e siècle, la glace extraite servait aux cafetiers et aux hôpitaux de Grenoble.

Rochers de Comboire > Claix et Seyssins

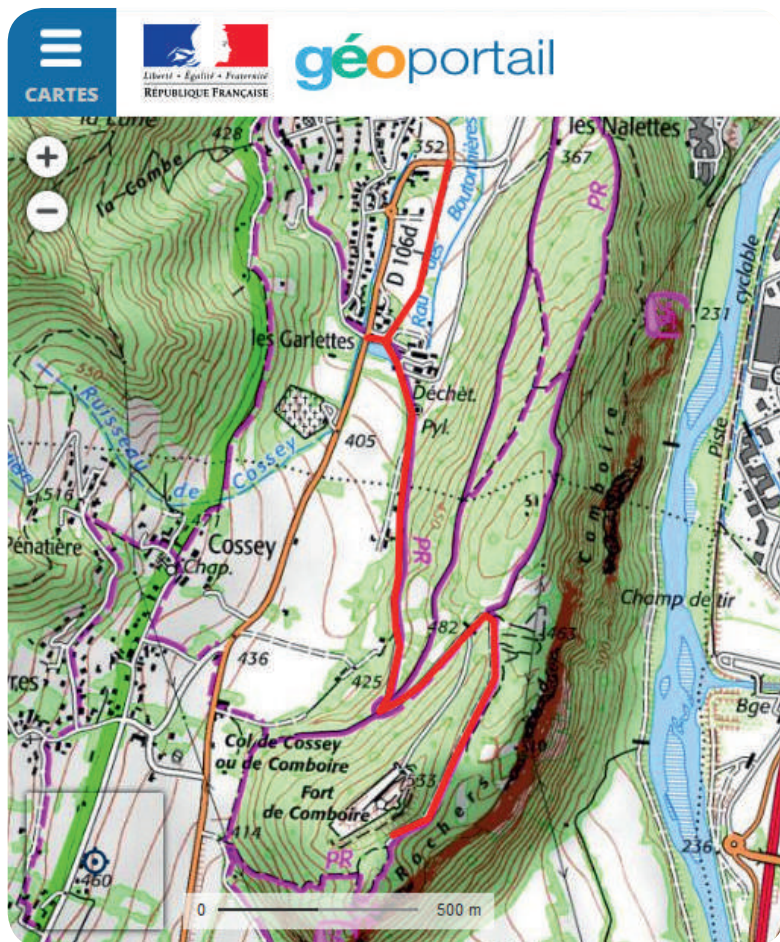
colline
forêt-pelouse



Difficulté

Facile

1 h



Infos pratiques

Depuis l'arrêt de bus, traverser le parc naturaliste de Pré Nouvel pour rejoindre le sentier balisé PR en empruntant la route qui passe devant la déchetterie et mène au fort. Depuis la dépose PMR, suivre le sentier balisé PR jusqu'au-dessus du fort de Comboire à 550 m d'alt. Revenir par le même itinéraire.

Distance

- Environ 1.6 km aller-retour au départ du Chemin de Comboire.
- Environ 6 km aller-retour au départ de Pré Nouvel.

Dénivelée

- 50 m au départ du Chemin de Comboire.
- 200 m au départ de Pré Nouvel.

Fréquentation

- Promeneurs, joggeurs, vététistes, cavaliers.



Attention, le belvédère n'est pas accessible, une pente très raide d'une dizaine de mètres de long en interdit l'accès aux fauteuils. Pentes assez douces sur les parties carrossables (depuis Pré Nouvel et sur la route de Comboire). Quelques petites pentes caillouteuses vers la fin du chemin de Comboire peuvent rendre la progression un peu plus chaotique.

Comment y aller



25 min

Cours Jean-Jaurès, direction Seyssins puis D106D direction Claix. Dépose des PMR au bout de la rue de Comboire.



45 min

Terminus du tram C « Le Prisme » puis prendre la ligne 49, arrêt Pré Nouvel.



30 min

30 minutes. Rejoindre la piste cyclable des digues du Drac côté Vercors puis, au niveau du Rondeau, emprunter l'avenue Louis Vicat qui rejoint Pré Nouvel et les Garlettes.

Rochers de Comboire > Claix et Seyssins



Difficulté

Facile

1 h



Grand-duc, faucon pèlerin tichodrome échelette (falaises), chauve-souris dans les anciennes galeries de mines (sérotine, grand murin, oreillard roux...), insectes xylophages en forêt (capricornes, lucanes...), chevreuil, renard, blaireau...

Espèces thermophiles/méridionales : genévrier thurifère, sedums, silène à petites feuilles, arbre à perruques, lunetière à feuilles de chicorée...

Fort de Comboire.

D'un point de vue géologique, l'échine rocheuse de Comboire représente l'extrémité d'une strate de calcaire datant d'il y a 140 millions d'années, formée de sédiments marins. La nature calcaire du sous-sol n'est pas propice à la rétention de l'eau sur la colline de Comboire. Si on y ajoute l'exposition ensoleillée des versants sud est on comprend que la faune et la flore doivent faire face à des conditions quasi méditerranéennes.

La forêt, appartenant à des propriétaires privés, occupe la majorité du site. Parmi les quelques prairies qui subsistent, certaines sont encore pâturées. Certaines prairies laissées à l'abandon depuis des années retournent peu à peu à la forêt ou servent de terrain de jeu pour la pratique illégale du moto-cross qui conduit à une érosion marquée du sol.

Dans les deux cas le préjudice pour la nature est important, ces prairies étant riches en espèces végétales, et en particulier en orchidées. Le plan de gestion de l'ENS intercommunal (non édité à l'heure de la rédaction de la fiche) prendra sûrement ces enjeux en considération et permettra ainsi d'y remédier.

La colline de Comboire apparaît aujourd'hui comme une île de verdure préservée au milieu de l'urbanisation croissante de la cuvette grenobloise.

Au sommet, vous aurez une vue panoramique sur le Mont Blanc, la chaîne de Belledonne, l'Obiou et le Vercors. Ce site est intéressant pour les sorties crépusculaires et vous permettra peut-être d'observer chauves-souris et rapaces nocturnes.

Espèces thermophiles/méridionales : genévrier thurifère, sedums, silène à petites feuilles, arbre à perruques, lunetière à feuilles de chicorée...

Le saviez-vous ?

Suite à la défaite de la France en 1870 et afin de protéger Grenoble, 7 forts furent construits (Comboire, Saint-Eynard, Mûrier, 4 Seigneurs, La Bastille, Bourcet à Corenc, Montjavie à Bresson). Le fort de Comboire a été bâti entre 1882 et 1884 à 515 m d'altitude suivant les plans du colonel Cosseron de Villenoisy.

Le parcours se situe dans l'APPB « rochers de Comboire ». Le site « rochers de Comboire » est classé ZNIEFF de type 1.

Le Rocher est un ENS intercommunal (Seyssins – Claix) .

Ile d'Amour > La Taillat > Meylan

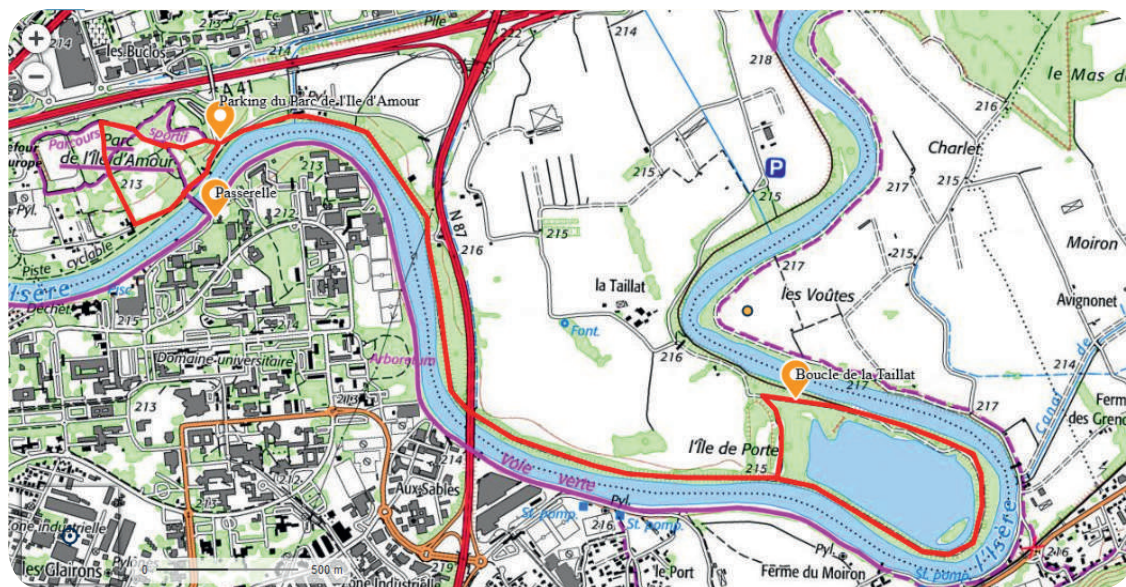


Difficulté

Facile à l'île d'Amour
Moyen avec la boucle de la Taillat

1 à 2 h à l'île d'Amour + 3 h avec la Boucle de la Taillat

plaine
parc urbain
zone humide



Comment y aller



15 min

Avenue de Verdun direction Meylan. A la bifurcation avec l'A41, continuer sur l'avenue de Verdun (ou prendre à droite par les chemins de la Carronnerie et de champ Moutet) puis prendre à droite le boulevard des Alpes jusqu'au chemin des Pépinières. Passer au-dessus de l'A41 et suivre le chemin jusqu'au parking.



35 min

Ligne B. Arrêt Gabriel Fauré ou Bibliothèque universitaire. Rejoindre la rue des Mathématiques. Longer la piscine universitaire et l'Isère par la rue de la passerelle, puis prendre la passerelle pour rejoindre le parc. Mêmes arrêts pour la ligne C.



35 min

Lignes C1 ou 6020 depuis l'arrêt Grenoble Hôtel de Ville. Descendre à l'arrêt Carronnerie puis 10/15 minutes à pied par la Carronnerie ou le chemin des Pépinières.



15 min

Passer devant le stade des Alpes puis longer l'Isère jusqu'au campus universitaire. Rejoindre la passerelle par la rue des Taillées.

Infos pratiques

Depuis le parking, entrer dans le parc et suivre les sentiers du parc.
Pour la boucle de la Taillat, suivre les berges de l'Isère.

Distance

- Environ 2 km à l'île d'Amour.
- Environ 8 km aller-retour pour la boucle de la Taillat.

Pour compléter cette balade et réaliser une sortie plus longue, il est possible de rejoindre l'ENS de la Taillat par les berges de l'Isère en 1 heure environ (3 km aller).

Dénivelée

- Négligeable.

Fréquentation

- Promeneurs, joggeurs, cyclistes, skate-park, bicross, base-ball, scolaires, parcours de santé.

Toilettes accessibles au parc de l'île d'Amour (toilettes sèches).



Risque d'enlèvement dans les sous-bois en cas de pluie. Présence de moustiques. Bruit de circulation automobile au nord du parc.

- Animaux admis tenus en laisse.
- Loisirs motorisés, feu, baignade interdits.
- Présence d'une mare au nord du parc.

Ile d'Amour > La Taillat > Meylan



Difficulté

Facile à l'île d'Amour
Moyen avec la boucle de la Taillat

 1 à 2 h à l'île d'Amour + 3 h avec la Boucle de la Taillat

plaine
parc urbain
zone humide



Le parc de l'île d'Amour est un vaste espace de 26,7 hectares situé en bordure de l'Isère sur la commune de Meylan. Il accueille de nombreuses familles et sportifs qui viennent se divertir et pique-niquer, bercés par le chant des oiseaux.

Véritable havre de paix et de détente, ce parc propose espaces ouverts, sous-bois, jeux, aménagements discrets...

Ancienne forêt alluviale, la Boucle de la Taillat a été dans les années 80 largement exploitée. C'est ainsi que l'extraction de matériaux (graviers) pour la construction de l'autoroute jusqu'en 1987 a laissé place à un plan d'eau de 17 ha parfois profond de 10 mètres. En 1995, la ville de Meylan et la FRAPNA Isère se sont associées afin de réaménager le site et ainsi voir se développer une plus grande biodiversité. En 2004, la ville de Meylan devient propriétaire du plan d'eau et des prairies situées au nord.

Des mares pédagogiques permettent de découvrir cet écosystème.

Nombreux oiseaux (pinson des arbres, merle noir, rouge-gorge familier, corneille noire, pics vert et épeiche...), invertébrés, écureuils, lapins...

À la Taillat : oiseaux d'eau, triton palmé, grenouilles, renard roux...

Frênes, noyers, saules, catalpas, chênes, peupliers, érables, pins, ifs, bambous, épicéas, noisetiers, pommiers, prêles, orties,...

info
Un hôtel à abeilles installé en 2016 sur le Parc de l'île d'Amour (vers les jardins) vous permettra d'observer les petites abeilles solitaires (pensez à vous munir d'une loupe !).



Le saviez-vous ?

Pourquoi a-t-on appelé ce parc l'île d'Amour ? :

- Avant le 19^e siècle, l'Isère n'était pas canalisée et cette zone était constituée d'une multitude de petites îles. Quant au terme Amour, il viendrait du gaulois « Amor ».

Une convention entre La Métro et la ville de Meylan a été signée pour la gestion du site. A la Taillat, référez-vous aux panneaux ENS pour connaître la réglementation du site.

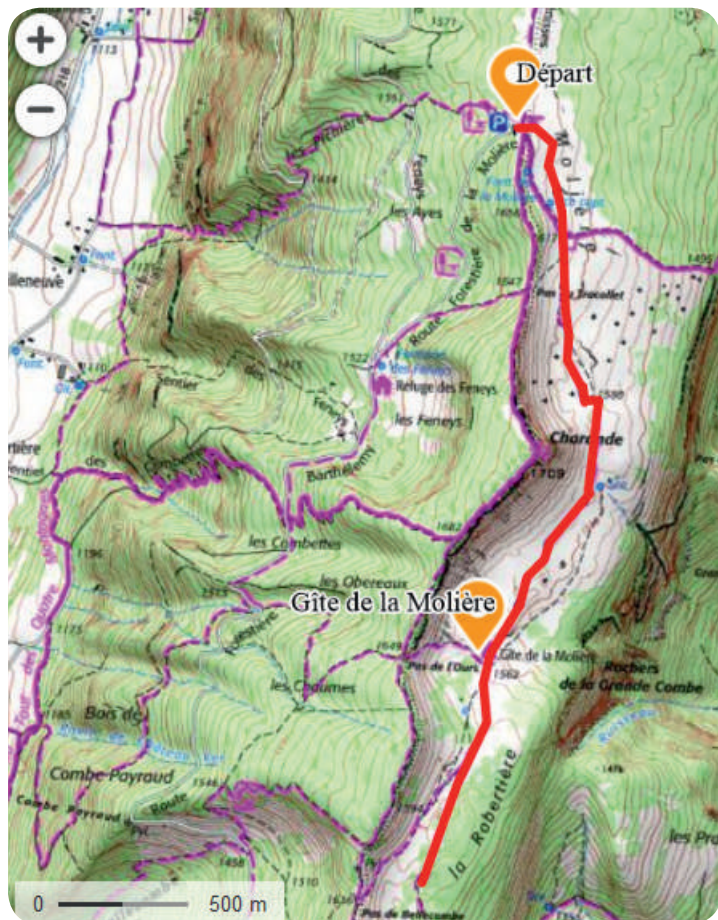
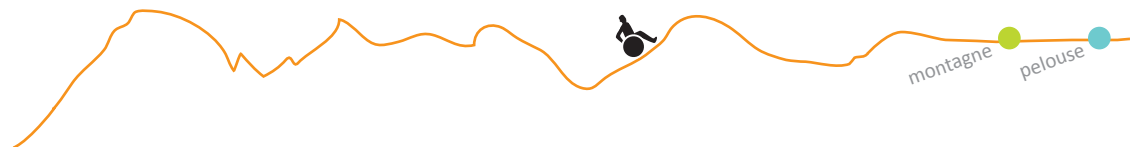
La Molière > Autrans



Difficulté

Facile

🕒 2 à 3 heures



Infos pratiques

Depuis le parking situé à 1630 m d'altitude, avancer vers la table d'orientation depuis laquelle vous aurez une vue sur la Chartreuse, Belledonne, le Mont Blanc... Prendre le sentier de randonnée en direction du gîte de la Molière. Après le gîte, possibilité de continuer la piste vers le sud. Balade en aller-retour.

Distance

- 5 km A/R jusqu'au gîte de la Molière – 7,5 km aller-retour et + si vous continuez au-delà du gîte.

Dénivelée

- 100 m environ.

Fréquentation

- Randonnée (été / raquettes en hiver), VTT, spéléologie, pastoralisme, sylviculture, ski, chasse, chiens de traîneau...

Toilettes au gîte de la Molière accessibles avec l'aide d'une personne.



Quelques ornières. Présence de troupeaux en été. Référez-vous aux panneaux ENS pour connaître la réglementation du site.

Comment y aller



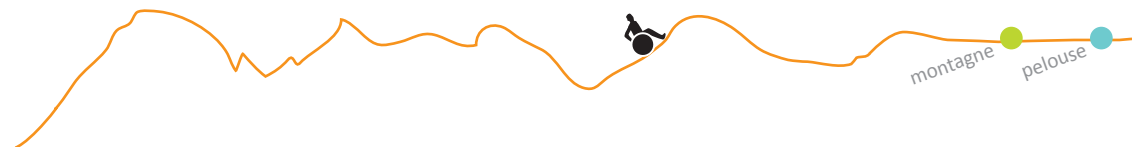
1h15

1h15. Par la D531 direction Villard jusqu'au rond-point de Lans-en-Vercors, puis D106 vers Autrans. A Autrans, prendre la D218 puis la route forestière des Feneys et enfin la route forestière de la Molière.

La Molière > Autrans



Difficulté
Facile
2 à 3 heures



Insectes (fourmis rouges, apollon, semi apollon, coléoptères...), mammifères (marmotte, renard roux, blaireau, martre, écu-reuil...), avifaune (mésange noire, mésange nonnette, pouillot véloce, venturon montagnard, chouette de Tengmalm, pic noir, faucon pèlerin...) ainsi que crapaud commun, triton alpestre, grenouille rousse dans la mare du refuge de la Molière.

Hêtre, sapin, épicéa, pin à crochets, orchidées, érable, frêne, chêne, sorbier des oiseleurs, sabot de Vénus, orchis de Spitzel, primevère oreille d'ours crocus, soldanelle, scille, renoncules des Alpes, gentianes printanière, acaule...

Le Vercors a été un haut lieu de la résistance durant la seconde guerre mondiale. De nombreux sites du massif témoignent de ces combats. Renseignez-vous auprès du Parc Naturel Régional du Vercors pour en savoir plus (memorial-vercors.fr).

Pratiqué depuis des siècles, le pastoralisme a façonné les paysages et les milieux qui sont aujourd'hui recherchés par les promeneurs et les naturalistes. De début juin à mi-octobre, la biodiversité et le maintien de zones ouvertes sont assurés grâce à cette pratique.

Autrefois, pour rejoindre Grenoble à Autrans, les gens passaient principalement par le Pas de Bellecombe. Non loin de ce lieu se trouvait la ferme de la famille Perret également appelée « les Pistoles ». Ils cultivaient de l'avoine, de l'orge, de la pomme de terre et du méteil (mélange de seigle et de blé dur). Les enfants « Pistoles » se rendaient tous les jours à l'école d'Autrans, en empruntant le chemin de Bellecombe. La famille avait construit dans la combe une baraque qui pouvait permettre aux enfants de s'abriter en cas de mauvais temps. À l'époque, l'instituteur de l'école permettait aux enfants de partir plus tôt si le temps venait à se gâter.

La ferme servait aussi de lieu de rencontre. On pouvait venir y boire un verre. Le 24 juin, le bal de la St Jean y était organisé et réunissait les gens du plateau. Elle a brûlé en 1924. On peut toujours voir ses ruines un peu au nord de l'actuel gîte, le long du chemin. (Extrait du « Plan de préservation et d'interprétation » - 2008-2012, CPIE Vercors).

Le parcours se situe dans le Parc Naturel Régional du Vercors et sur le corridor biologique terrestre Chartreuse-Vercors (cluse de Voreppe). Le site est réglementé par un ENS (ENS du plateau de la Molière et du Sornin) C'est un réserve de chasse, un site Natura 2000 et une ZNIEFF.

Le saviez-vous ?

L'inscription au réseau ENS implique l'absence d'exploitation forestière à des fins de production mais n'exclut pas les coupes de bois à des fins d'amélioration de la biodiversité (réouverture de milieux prairiaux par exemple).

Les berges du Drac > Seyssins



Difficulté
moyenne
2 à 3h



Infos pratiques

Depuis le rond-point du Rondeau, remonter l'avenue Louis Vicat par le trottoir de gauche, dépasser la ligue de tennis Dauphiné Savoie puis descendre sur le chemin de la digue par un cheminement sur la gauche. Au bout d'un moment, le chemin de la digue rejoint le chemin du champ de tir. Il est déconseillé aux fauteuils électriques ou aux fauteuils manuels sans accompagnateurs de continuer lorsque le chemin se rétrécit. Rester sur le chemin du bas qui, bien qu'un peu chaotique, est moins boueux et moins envahi par la végétation. Il y a un passage un peu délicat juste avant de passer les barrières d'accès au champ de tir. Continuer jusqu'au champ de tir qui permet d'observer le Drac et ses berges.

Distance

- Environ 5 km aller-retour.

Dénivelée

- Négligeable.

Fréquentation

- Attention aux vélos et aux joggeurs, le chemin n'étant pas très large à certains endroits.



Attention, l'armée effectue quelques fois des exercices de tir et empêche donc l'accès au champ de tir. Privilégier les fins de journées, tant pour les observations de la faune que pour pouvoir accéder au milieu ouvert (champ de tir) et éviter ainsi les exercices militaires. Eviter les jours suivant de grosses précipitations (boue).



Il est strictement interdit de descendre dans le lit du Drac. Eviter les jours suivant de grosses précipitations (boue).

Comment y aller



25 min

Depuis la rocade Sud ou l'A480, sortir à Seyssins sortie 5. Au rond-point du Rondeau, prendre la 3^e sortie « avenue Louis Vicat » puis la première rue à droite pour aller vous garer sur le parking de la zone commerciale.



45 min

Prendre le C6 à Presqu'île (terminus du tram B) ou au Prisme (terminus du tram C) et descendre à l'arrêt Rondeau situé devant le parking de la zone commerciale. Rejoindre le rond-point et prendre à droite l'avenue Louis Vicat.



30 min

La piste cyclable longe tout le Drac sur sa rive gauche, il suffit de la rejoindre.

Les berges du Drac > Seyssins



Difficulté
moyenne
2 à 3h



Castor, chevalier guignette, petit gravelot, renard, grand-duc d'Europe...

Saules, peupliers, aulnes, frênes, orchidées en bord de chemin...

zoom sur...
le castor d'Europe

C'est le plus gros rongeur d'Europe. Mensurations : 80 cm de long (tête+corps) pour un poids de 20 kg en moyenne. Queue : 30 à 40 cm. Queue plate et écaillée qui sert à la fois de gouvernail pour la nage, de point d'appui pour se redresser, de réserve alimentaire et de moyen de défense et d'alarme. Violentement claquée sur l'eau, sa queue produit un son fort et dissuasif. Deux couches de poils : le duvet inférieur qui sert à la protection contre le froid, recouvert d'une couche de poils longs et durs (les jarres) assurant l'étanchéité. Ses pattes arrière sont palmées. Il construit parfois des huttes caractéristiques mais il préfère creuser des cavités débouchant sous le niveau de l'eau qu'il aménage ensuite. Végétarien, il se nourrit de plantes herbacées en été, d'écorces en hiver. Du 17^e à la fin du 19^e siècle, les actions de l'homme ont provoqué la disparition de cet animal. En 1986, la population française de castors oscillait entre 3 000 et 5 000 individus passant à environ 8 000 à 10 000 individus en 2002. Aujourd'hui on compte plus de 14 000 individus sur une cinquantaine de départements français.

La FRAPNA Isère a contribué à deux réintroductions du Castor dans les années 80 et 90.

Une rivière a toujours deux lits. Dans le lit mineur s'écoulent les eaux en temps ordinaire. Le lit majeur est l'espace situé entre le lit mineur et la limite de la plus grande crue répertoriée par l'homme. Après des pluies fortes ou persistantes, les rivières peuvent déborder et leurs eaux s'écouler alors à la fois en lit mineur et lit majeur.

La berge est la zone où la terre et l'eau de la rivière se rencontrent. C'est une sorte de talus au bord de la rivière qui, quand il reste naturel, abrite un grand nombre d'animaux et de plantes. Les digues construites en rochers et béton sont destinées à retenir l'eau en cas de crue.

La ripisylve, bande de végétation qui pousse au bord du Drac, abrite un grand nombre de plantes et d'animaux. Les racines protègent la berge de l'érosion et sont des cachettes pour les animaux aquatiques ; les arbres nettoient la rivière en retenant certains polluants.

Le saviez-vous ?

Le Drac, dont le nom renvoie à « Dragon », en référence à ses crues passées terrifiantes, draine les eaux des montagnes du sud du département de l'Isère. Aujourd'hui le Dragon est considérablement assagi, en amont, par de nombreux barrages et dans l'agglomération grenobloise par des digues. Ces dernières ont été aménagées et permettent, en toute sécurité, de découvrir le fonctionnement d'un cours d'eau.

Les berges du Drac sont situées juste sous le Rocher de Comboire classé APPB et qui va faire l'objet d'un ENS intercommunal courant 2017.

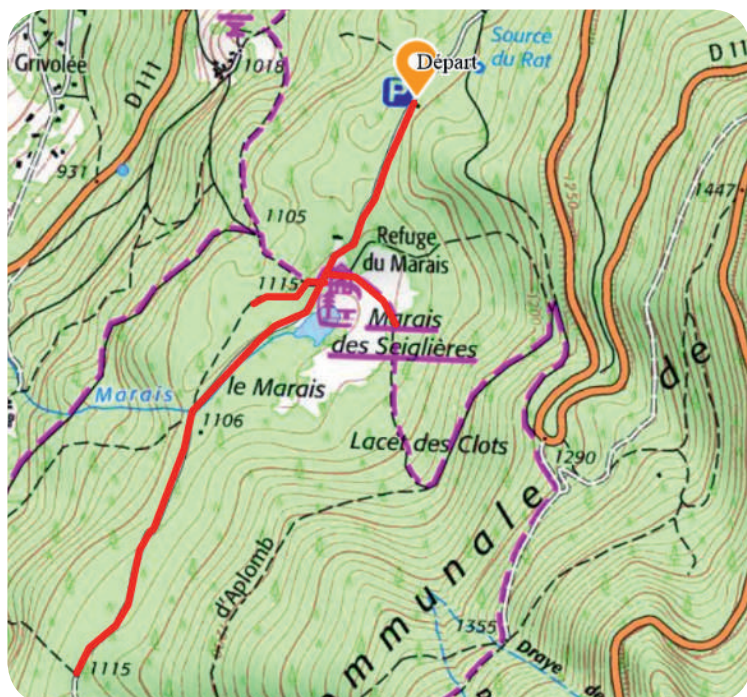
Le marais des Seiglières

Saint-Martin d'Uriage

Difficulté

Facile

2 h



Infos pratiques

Depuis le parking, passer la barrière (qui se soulève) et suivre la piste forestière jusqu'au marais. Possibilité de poursuivre sur la piste au-delà du marais et sur le chemin forestier vers les ruines de Maladière en fonction de votre matériel. Vous pouvez également prendre le sentier à gauche au niveau de la maison des Amis de la Nature et longer la prairie jusqu'à l'entrée de la forêt.

Distance

- 2,5 à 4 km aller-retour.

Dénivelée

- Environ 100 m.

Fréquentation

- Randonnée, VTT, pêche, chasse, activités naturalistes.



Reportez-vous aux panneaux de l'ENS pour connaître la réglementation.

Le circuit aménagé « les mystères du marais » est accessible aux Personnes à Mobilité Réduite et permet de découvrir le marais en autonomie via un rallye. Le support a été réalisé par Belledonne en Marche et est disponible sur Internet (www.saint-martin-uriage.com/7.aspx?sr=7).

Comment y aller



40 min

Sortir de Grenoble par Saint-Martin-d'Hères, prendre la D523 en direction de « Gières-Centre/ Uriage Les Bains ». A Gières, continuer sur la D524 via le Sonnant. A Uriage-les-Bains, prendre à gauche la D280 (route d'Uriage) en direction de Saint-Martin-d'Uriage. Traverser Saint-Martin-d'Uriage, puis prendre la D111 en direction du Recoin de Chamrousse sur quelques kilomètres.



1 h

Rejoindre la gare routière et prendre la ligne 6010 Transisère. Descendre à l'arrêt « Les Seiglières ». Continuer à pied jusqu'à l'entrée du marais sur environ 2 km.

Le marais des Seiglières Saint-Martin d'Uriage

Difficulté

Facile

2 h



La maison forestière fut occupée jusqu'en 1954 et l'actuel refuge du marais, géré par l'Association des Amis de la Nature, était une ferme. Le bâtiment principal date de 1878 ; il fut agrandi en 1923 avec une grange écurie. Le gardien pouvait alors restaurer quelques touristes de passage. Les ruines de la Maladière, situées sur une petite butte à l'ouest de l'étang, sont les traces d'un ancien bâtiment

Chevreuil, crapaud commun, salamandre tachetée, triton alpestre, lièvre d'Europe, blaireau européen, bécasse des bois, bondrée apivore, gélinotte des bois, sizerin flammé, pic noir, cordulie à taches jaunes, aeschne des joncs...

Grassette à grande fleur, canneberge, droséra à feuilles rondes, fougère des marais (espèce protégée), pyrole à feuilles rondes, sphaigne, jonc, saules, bouleau, épicéa, sapin...

Epicéa : son bois est très utilisé comme bois d'oeuvre, autrefois il fournissait de grands mats pour les bateaux. Comme la plupart des résineux, il n'est peu ou pas utilisé comme bois de chauffage en raison de l'encrassement des conduits de cheminées qu'il provoque. L'épicéa est le conifère le plus répandu en France, notamment dans les forêts mixtes de montagne, à l'étage montagnard. Les forêts d'épicéas s'appellent des pessières.



Le marais se situe dans le massif cristallin de Belledonne soumis à une pluviométrie importante et à des températures fraîches, conditions propices à l'installation d'une tourbière. Le marais des Seiglières est issu de la percolation de l'eau le long de la pente. Le marais se situe dans une clairière au milieu d'une pessière (forêt d'épicéas).

Aux environs de 920, l'arrivée des Sarrazins en vallée du Rhône provoqua la migration des populations vers les montagnes. La zone du marais connut alors une grande activité. Des moines avaient creusé des étangs pour la pisciculture. La pêche est une activité historique sur le site et remonte à l'époque où les religieux occupaient les lieux. Aujourd'hui, la pêche de loisir est pratiquée, gérée par L'Union des Pêcheurs de l'Isère.

C'est au 15^e siècle que le droit de propriété de la forêt fut concédé à la commune de Saint-Martin-d'Uriage. La forêt est soumise au régime forestier depuis 1843. Jusqu'en 1930, les abords de l'étang étaient des prairies puis la déprise agricole a fait son œuvre. À partir de 1960, le pâturage a quasiment disparu laissant place à la forêt.

Pour la création de l'ENS, la commune a acquis la plupart des terrains.

Le saviez-vous ?

Les touradons sont des formations végétales structurées en mottes arrondies. Ils sont souvent constitués de molinies ou de laiches comme c'est le cas ici. Les tourbières sont des milieux extrêmement riches qui accueillent une végétation et une faune typiques, essentielles pour la biodiversité de Belledonne. Longtemps volontairement asséchées, les tourbières font aujourd'hui l'objet d'une attention toute particulière.

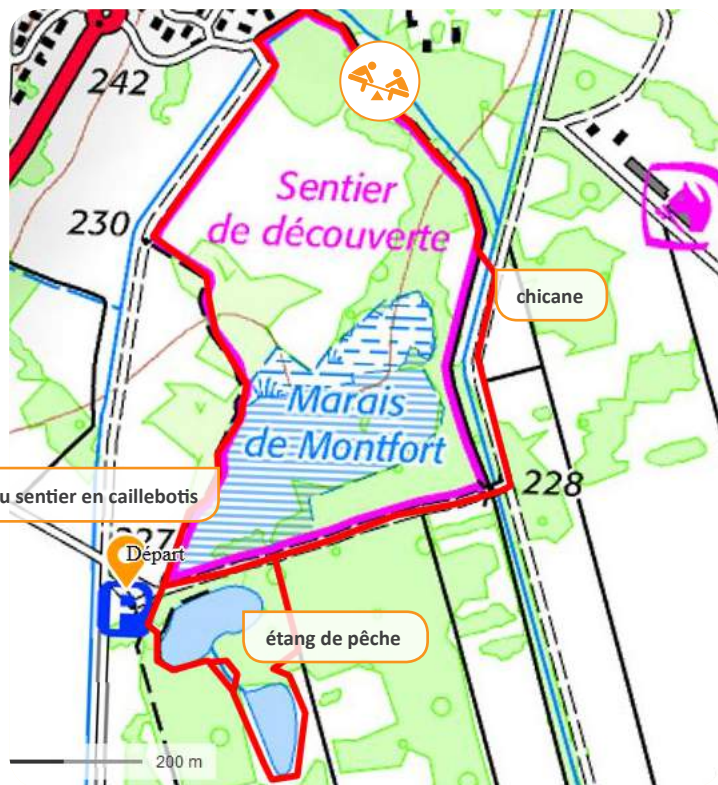
Le marais est réglementé par un ENS local. Il est classé ZNIEFF 1 ainsi que dans l'inventaire tourbières de l'Isère et zones humides de l'Isère.

Site inscrit par arrêté du 01/12/1943.

Le marais de Montfort > Crolles



Difficulté
Facile
2 h



Infos pratiques

Depuis le parking, prendre le sentier de découverte des papillons. Le sentier aménagé en caillebotis est accessible aux PMR. À sa sortie prendre à droite en longeant la chantourne (fossé), passer devant les habitations et prendre à nouveau à droite dans la forêt. Passer devant des jeux pour enfants et rejoindre un sentier plus étroit. Un ponton permet d'observer le paysage. Traverser le ruisseau de Montfort par la chicane puis le longer jusqu'à le traverser à nouveau. Suivre tout droit la voie communale n°4 en longeant la chantourne (fossé). Plusieurs panneaux d'interprétation le long du sentier des papillons permettent de mieux comprendre le fonctionnement du marais.

Distance

• Environ 3,3 km avec la boucle autour des étangs.

Dénivelée

• Négligeable.

Fréquentation

• Randonnée, VTT, pêche, équitation autorisés en dehors de l'ENS autour des étangs.



Aux abords des chantournes et plans d'eau ; risque d'enlèvement et/ou de chutes. Quelques trous au départ du sentier après le parking.

Une légère pente va nécessiter l'aide d'un accompagnateur pour les fauteuils manuels au niveau de la chicane qui traverse le ruisseau de Montfort.

Référez-vous aux panneaux de l'ENS pour connaître la réglementation du site.

Chiens interdits même tenus en laisse.

Un guide du marais de Montfort est disponible dans un casier au départ du caillebotis.

Barbecue en dur autour des étangs de pêche.

Comment y aller



25 min

A41 direction Chambéry. Sortie 24a puis D10 direction Crolles. Au premier rond-point prendre à droite la rue de Belledonne, la suivre jusqu'à la rue des Iles, rue des Echelles puis suivre les panneaux Marais de Montfort.



1 h 20

Par les berges de l'Isère direction Chambéry. Après le Bois Français, longer l'A41 puis la traverser au niveau du lac du bois de Gramont en direction de la maison de territoire du Grésivaudan et rejoindre Crolles.

Le marais de Montfort > Crolles



Difficulté

Facile

2 h



Fourmi rouge, papillons (azuré de la sanguisorbe, fadet des laïches, cuivré des marais...), pinson, merle, faucon crécerelle, oiseaux hivernants (bruant des roseaux, busard, pie-grièche...), amphibiens, invertébrés aquatiques, 27 espèces de libellules, couleuvres...



271 espèces végétales dont sanguisorbe, cirse de Montpellier, gymnadénie odorante, pigamon jaune, guimauve officinale, reine des prés, aulnes, saules, utriculaire...



Depuis le Moyen Âge et jusqu'au milieu du 20^{ème} siècle, les pratiques agricoles se concentraient autour du pâturage, de la fauche et parfois la culture du chanvre de par la présence permanente de l'eau (inondations, engorgement des sols...). Le marais permettait d'établir du lien social dans la population puisque le marais communautaire offrait un droit d'usage à chaque habitant de Crolles (pâturage de la fin de l'hiver jusqu'à début juin, alimentation du bétail en cas de sécheresse...).



Situé au pied du massif de la Chartreuse et de la Dent de Crolles, ce marais tourbeux de 44 ha est une relique d'un ensemble de marais qui recouvraient la vallée alluviale du Grésivaudan. Sa valeur écologique est importante et il constitue un refuge pour de nombreuses espèces animales et végétales entre bois marécageux, prairies, roselières et cultures. Les principaux enjeux sont la restauration hydrologique du marais, l'entretien des prairies à papillons avec les partenaires agricoles et l'accueil du public. Un réseau de ruisseaux (chantournes) draine le marais. Le ruisseau de Montfort alimente une nappe de surface. Le marais se situe entre les coteaux de prairies sèches et boisements et la plaine alluviale dédiée à l'agriculture. Il s'agit d'un important corridor écologique.

Le saviez-vous ?

L'azurée de la sanguisorbe est un papillon protégé. Les sanguisorbes, plantes des milieux humides, sont ses hôtes. La femelle pond ses oeufs sur des sanguisorbes. La chenille, de la taille d'une fourmi après 3 mues, tombe à terre et ne pourra survivre sans l'aide des fourmis. Les chenilles trouvées sont emportées dans une colonie où elles trouvent refuge (elles sont soignées) et nourriture (larves de fourmis...). Elles sont acceptées car elles excrètent une sécrétion sucrée riche en acides aminés. Une fois adulte, le papillon doit par contre vite sortir, étant considéré comme un intrus. Ce papillon est dit myrmécophile.

Le marais est réglementé par un Espace Naturel Sensible départemental et un APPB. Il est classé ZNIEFF 1, dans l'inventaire tourbières de l'Isère et zones humides de l'Isère.

Le Monastère de la Grande Chartreuse

Saint-Pierre de Chartreuse



Difficulté
Moyen/Difficile

3h



Infos pratiques

Depuis le parking du musée de la Grande Chartreuse à 850 m d'altitude, suivre la route forestière. Passer devant le monastère de la Grande Chartreuse. Au carrefour (978 m d'alt.), bifurquer à gauche et monter au Habert de Billon par la route forestière. Revenir par le même chemin.

Distance

- Environ 10 km aller-retour.
- Environ 4 km aller-retour jusqu'au carrefour.

Dénivelée

- +130 m jusqu'au carrefour.
- +410 m jusqu'au Habert de Billon.

Fréquentation

- Randonnée.

Toilettes accessibles au musée de la Corrierie. Le sentier en partie goudronné est large.

Comment y aller



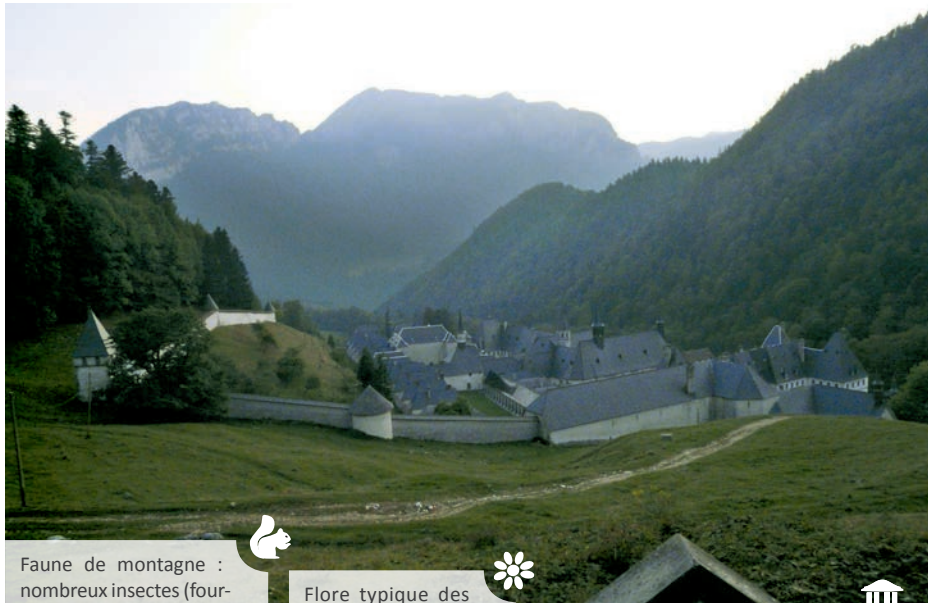
Suivre les quais de l'Isère jusqu'à La Tronche puis prendre la D512 jusqu'à Saint-Pierre-de-Chartreuse. Rejoindre le parking du musée par la D520B.


Le Monastère de la Grande Chartreuse

Saint-Pierre de Chartreuse



Difficulté
Moyen/Difficile
3h



 Faune de montagne : nombreux insectes (fourmis rousses, papillons...), mammifères (renard roux, blaireau, martre, écureuil, ongulés...), avifaune (mésange noire, mésange nonnette, merle, casse-noix moucheté, pouillot véloce...)

 Flore typique des milieux forestiers montagnards : chênes, hêtre, sapin, lis martagon, calament à grandes fleurs, ail des ours, raiponce en épi...

 La Correrie, musée de la Grande Chartreuse, permet de découvrir la vie des moines de la Grande Chartreuse. Les Chartreux sont à l'origine du développement de l'agriculture, de la métallurgie ainsi que des liqueurs de Chartreuse. Elles sont produites par les Frères à base de 130 plantes. La recette est basée sur un manuscrit fourni aux Chartreux en 1605 par le Maréchal d'Estrées, leur permettant d'élaborer un élixir de longue vie.

À cheval sur deux départements, l'Isère et la Savoie, le massif de la Chartreuse est un massif subalpin composé de terrains sédimentaires. Les plateaux sont délimités par de grandes barres calcaires verticales en alternance avec des pentes boisées sur des terrains calcaires marneux. Il s'agit d'un massif karstique : les eaux de pluie qui s'infiltrent rendent la roche de plus en plus perméable jusqu'à créer de grands réseaux souterrains (grottes, stalactites, siphons...). En superficie, l'eau sculpte dolines, lapiaz et émerge aux sources dont plusieurs sont captées sur les pentes au-dessus du monastère.

Le Grand Som (2026 m d'alt.) domine le monastère de la Grande Chartreuse.

Le saviez-vous ?

Attiré par la réputation de l'évêque Saint Hugues, Saint-Bruno et 6 de ses compagnons se rendent à Grenoble en 1084. Saint Hugues voit en cette arrivée providentielle des 7 compagnons, la réponse à son rêve mystérieux : 7 étoiles indiquant le chemin pour construire une demeure au cœur d'une montagne dite « Le Désert ». Saint Bruno qui recherchait un endroit solitaire pour consacrer sa vie à Dieu y construit rapidement le monastère. Le monastère de la Grande Chartreuse, détruit par le feu ou les avalanches, a été reconstruit 11 fois depuis sa création. On compte aujourd'hui 19 maisons de moines en Europe, en Amérique du Sud, aux Etats-Unis, en Corée du Sud ainsi que 5 maisons de moniales en France, en Espagne et en Italie.



Pré Nouvel > Seyssins

Difficulté
Facile
🕒 1 h à 2 h selon la boucle



Infos pratiques

Depuis l'arrêt de bus Pré Nouvel, longez l'avenue Louis Vicat puis traversez-la. Vous passerez eu dessus du ruisseau des Boutonnières et de là, un cheminement bétonné vous permettra d'accéder au parc naturaliste de l'éco-quartier. Plusieurs cheminements sont possibles, faisant ainsi varier le temps de votre balade.

Distance

- Environ 2 km pour la plus grande boucle.

Dénivelée

- Négligeable.

Fréquentation

- Promenade.



Sentier large, caillouteux par endroits notamment après le refuge de Gève. Pente plus raide et caillouteuse avant « chez Gros-Jean » et les Chaumes. Par la boucle, le sentier est herbeux donc ne pas y aller après une pluie sous peine de glisser. En hiver les sentiers se transforment en piste de ski de fond et ne sont donc pas accessibles !

Comment y aller



25 min

Cours Jean-Jaurès, direction Seyssins puis D106D direction Claix. Dépose des PMR au bout de la rue de Comboire.



45 min

Terminus du tram C « Le Prisme » puis prendre la ligne 49, arrêt Pré Nouvel.



30 min

Rejoindre la piste cyclable des digues du Drac côté Vercors puis, au niveau du Rondeau, emprunter l'avenue Louis Vicat qui rejoint Pré Nouvel et les Garlettes.

Pré Nouvel > Seyssins

Difficulté
Facile
1 h à 2 h selon la boucle



Chouette hulotte, chauves-souris, pic épeiche, alyte accoucheur, chevreuil, couleuvre à collier, libellules, papillons, salamandre tachetée...

Chêne chevelu, roselière, forêt collinéenne, peupliers noirs « têtards »...

Des fouilles archéologiques en 2012 ont révélé la présence d'une voie romaine du 1er siècle après J-C ainsi qu'un bâtiment funéraire gallo-romain et des vestiges ruraux des 10^e et 11^e siècles.



Pré Nouvel est un éco-quartier de Seyssins construit autour d'un parc public de 6 ha ouvert à tous depuis fin 2013. Le parc, composé de bois, de prairies, d'un cours d'eau et d'une mare, se situe sur d'anciens terrains agricoles. On y trouve des chemins piétons et des zones de loisirs. La biodiversité se maintient et se développe grâce à un aménagement doux et naturel (conservation d'espèces d'arbres, lutte contre les espèces invasives, création d'habitats/nichoires...).

Situé sur les contreforts du Vercors, le parcours permet d'observer le Moucherotte, les Rochers de Comboire ou encore le massif de la Chartreuse.

Des panneaux d'interprétation sur la faune, la flore, le paysage, l'écologie et le patrimoine seront installés fin 2017.

Le saviez-vous ?

Un éco-quartier est un projet d'aménagement urbain qui respecte les principes du développement durable tout en s'adaptant aux caractéristiques de son territoire. Le ministère s'est doté d'un référentiel en matière d'aménagement durable. Des textes de référence posent également les principes de la Ville durable.

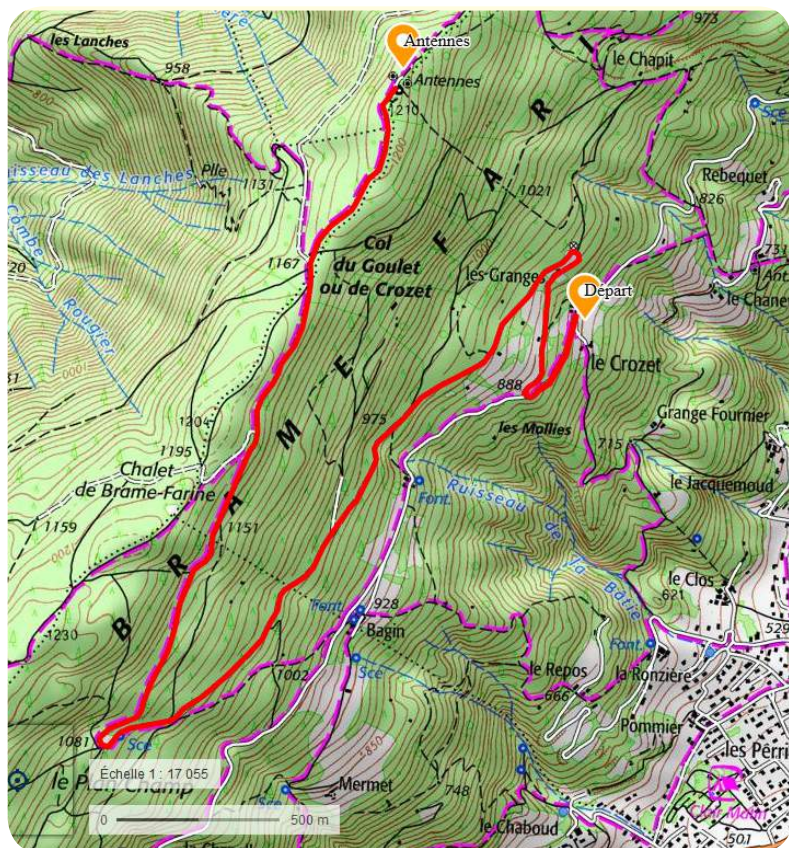
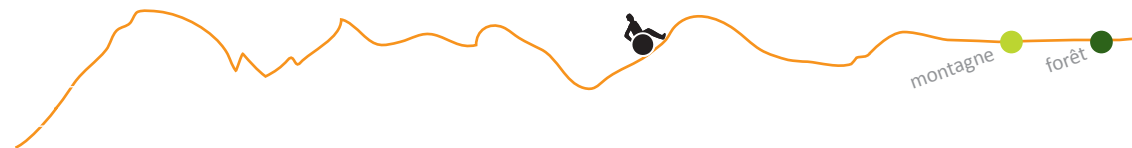
Pour en savoir plus : dossier *éco-quartier* sur le site du ministère du Logement et de l'Habitat durable.

Le Crozet > Allevard

Difficulté

Facile

4 h



Infos pratiques

Depuis le lieu-dit « Le Crozet » à 860 m d'altitude, suivre la route forestière. Au premier carrefour (888 m d'alt.), prendre à droite vers « Les Granges » et continuer par la route forestière.

Au deuxième carrefour (1172m d'alt.), continuer vers le col du Goulet et poursuivre jusqu'aux antennes. Revenir par le même chemin. Balisage (jaune).

Distance

- Environ 10 km aller-retour jusqu'à la tour de télécommunication.

Dénivelée

- + 350m

Fréquentation

- Randonnée, chasse, sylviculture.



Le sentier, en partie goudronné, est large d'environ 3m mais caillouteux. Ne pas y aller après une pluie, risques d'enlèvement.

Comment y aller



50 min

50 minutes. Via A41 direction Chambéry, sortie Goncelin. Prendre la D29 puis la D525 jusqu'à Allevard. A la gendarmerie, prendre la route du Glapigneux jusqu'au lieu-dit « Le Crozet ».

Le Crozet > Allevard



Difficulté
Facile
1 h à 2 h selon la boucle



Flore des milieux forestiers montagnards : chênes, hêtre, sapin, tussilage pas d'âne, hellébore fétide...

Faune de montagne : nombreux insectes (fourmis rouges, papillons...), mammifères (renard roux, blaireau, martre, écureuil, ongulés...), avifaune (mésange noire, mésange charbonnière, merle, pinson, pouillot véloce, pics...)

Dauphinois et Savoyards mènent des luttes incessantes du 11ème au 15ème siècles. La vallée est notamment protégée par le bourg fortifié d'Avalon situé au pied de la montagne de Bramefarine sur la commune de Saint-Maximin. Vers 1230, le Dauphin André rachète le bourg d'Avalon ainsi que le château de la Buissière, situé quant à lui au pied du massif de la Chartreuse. La tour d'Avalon est visible à plusieurs kilomètres à la ronde depuis l'A41. La tour a été reconstruite sur les ruines de l'ancien donjon au 19ème siècle par les Chartreux pour honorer la mémoire de Saint Hugues d'Avalon. Elle mesure 33m de haut, les murs intérieurs ont un diamètre de 8m et une épaisseur de 2m au premier étage. Elle est inscrite au titre des monuments historiques depuis octobre 1992.

Cette balade se situe dans le massif de Belledonne qui est constitué de roches cristallines (granites, gneiss...). Ce socle cristallin est recouvert de terrains sédimentaires (calcaires, marnes...). La montagne de Bramefarine se situe sur les collines bordières du massif et est constituée d'alternances de marnes et de calcaires datant d'environ 170 millions d'années. A cheval entre Grésivaudan et Bréda, les crêtes de la montagne de Bramefarine offrent un panorama sur les massifs de la Chartreuse et de Belledonne. Côté Allevard, vous pouvez notamment observer le bassin du Flumet, ouvrage EDF mis en eau en 1978. Lieu de prédilection pour les oiseaux d'eau hivernants (nette rousse, fuligule milouin...), il est classé ZNIEFF de type 1.

Le saviez-vous ?

Issu de la notion de développement durable, le concept d'écocertification permet de soutenir une gestion forestière respectueuse pour l'environnement (notamment la biodiversité, les sols, l'eau), tout en garantissant les intérêts économiques (ressource en bois) et sociaux (lieu de promenade...). L'écocertification a été créée à l'origine pour préserver les forêts tropicales. Elle s'est ensuite étendue à tous les autres types de forêts : méditerranéennes, tempérées, boréales...

En Europe, il existe deux principaux systèmes d'écocertification : le FSC (Forest Stewardship Council, Conseil de bonne gestion forestière) et le PEFC (Program for the Endorsement of Forest Certification schemes - Programme de reconnaissance des systèmes de certification forestière).

Les dispositions de l'écocertification sont fixées grâce à la collaboration des propriétaires, des gestionnaires, des industriels et des utilisateurs de la forêt et du bois.



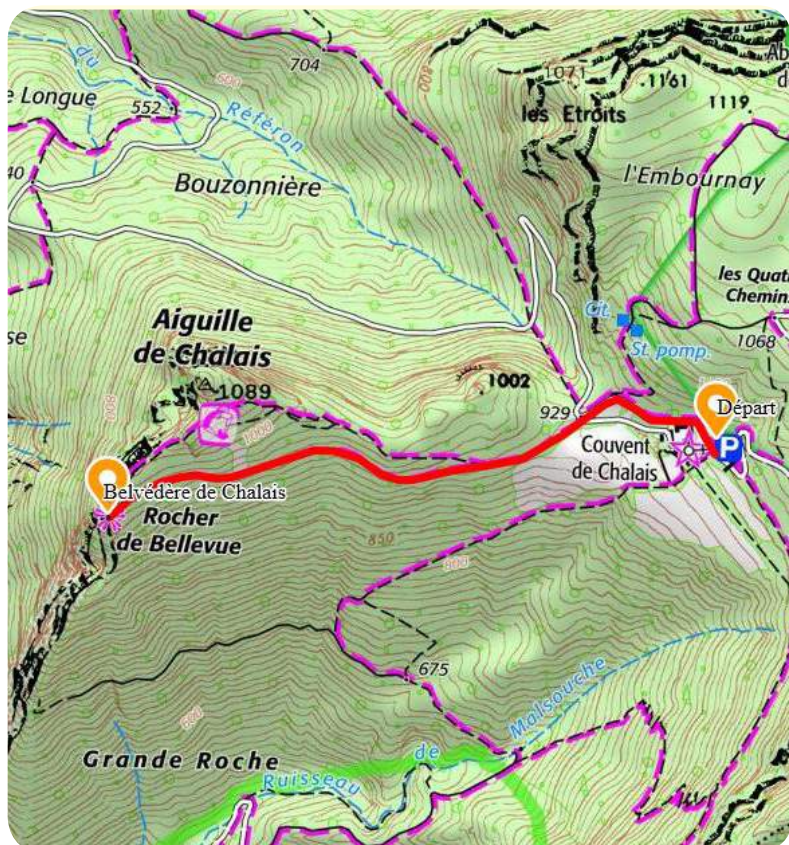
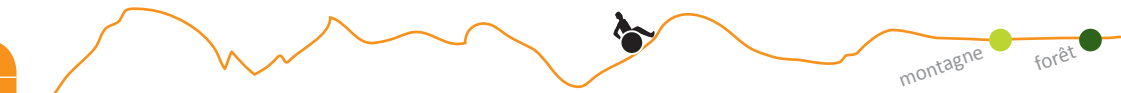
Belvédère de Chalais > Voreppe



Difficulté

Facile

1h - 1h30



Infos pratiques

Depuis le premier parking (du petit col de Chalais), empruntez le chemin du belvédère puis continuez tout droit jusqu'au belvédère.

Depuis le parking du couvent de Chalais, remontez la petite route goudronnée et continuez sur le chemin du belvédère.

Distance

• Environ 3 km aller-retour jusqu'au belvédère de Chalais depuis le parking du monastère.

Dénivelée

• + 30 m

Fréquentation

• Familles, promeneurs, randonneurs...



Il peut y avoir des branches et des cailloux sur le sentier. N'y allez pas s'il y a de la neige, ou s'il y a eu des gros coups de vents, la route d'accès peut être dangereuse. Il est préférable d'y aller du printemps à l'automne et hors chutes de neige.

Comment y aller



50 min

4581 route de Chalais 38340 Voreppe

Voreppe-Chalais 7km. 15 minutes depuis le parking des « gradins de Roize » au niveau de la route du quai du Dr Jacquin. Suivre ensuite les panneaux « Monastère de chalais ».

Belvédère de Chalais > Voreppe

Difficulté

Facile

1h - 1h30



Faune de montagne : avifaune (grand corbeau, pic épeiche, mésange charbonnière, mésange noire, pinson des arbres, merle noir, rouge gorge familier, chouette chevêche...), mammifères (chauve-souris, chevreuil, chamois, renard roux, sanglier, blaireaux, écureuils ; micro-mammifères, lynx...), insectes (papillons, coléoptères...), amphibiens (crapaud commun...)

Flore de montagne : hêtre, chêne, nombreuses fleurs (jonquilles...)

L'abbaye **Note-Dame-de-Chalais** a été fondée en 1101, c'est la maison-mère de l'ordre monastique de Chalais.

L'église **Notre-Dame-de-Chalais** (monastère des Dominicaines) a été bâtie par les moines Chalaisiens en 1101. C'est un très bel édifice d'art roman, qui a été inscrit à l'Inventaire supplémentaire des Monuments Historiques.

Le sentier a été créé à la fin du XVII^{ème} siècle par les moines Chartreux. Ils résidaient au Monastère de Chalais et l'empruntaient pour leur promenade hebdomadaire.

Dans le massif de la Grande Chartreuse, ce sentier de 1,3 km, arboré et ombragé, quasiment plat, donne facilement accès à un magnifique point de vue de type montagnard. Tout au long du parcours sensoriel vous pourrez découvrir les 6 stations d'arrêts (pour observer, toucher, écouter...) et vous imprégner de cette belle nature. Depuis le belvédère du rocher de Bellevue, construit au bord de la falaise, vous pourrez admirer la vallée de l'Isère, le Vercors, les Alpes et la Chartreuse dans un magnifique panorama. De jour, au coucher du soleil ou de nuit, pour observer les étoiles, le paysage vous offrira de beaux spectacles. Tout comme les grands corbeaux qui viendront certainement faire des impressionnantes acrobaties aériennes au-dessus de vos têtes. Au retour n'hésitez pas à aller visiter l'église romane du monastère de Chalais et à faire un tour dans la boutique où vous trouverez les biscuits confectionnés par les sœurs.

Le saviez-vous ?

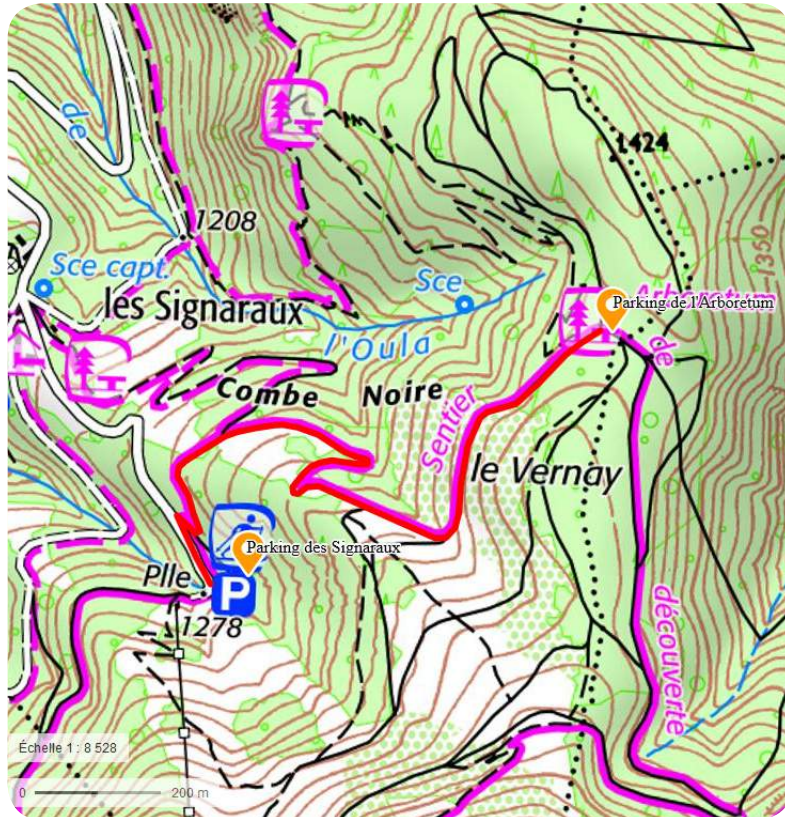
La biscuiterie : les sœurs du monastère fabriquent et commercialisent les « Biscuits de Chalais » depuis plus de 50 ans. La biscuiterie de Chalais est la branche économique du monastère, permettant aux sœurs de vivre du travail de leurs mains. Leur savoir-faire traditionnel perpétue la tradition du biscuit sec. La cuisson des biscuits a lieu deux à trois fois par mois et, le « jour de four », ce sont 330 kg qui sont produits.

Le logo « Monastic » certifie que le travail est fait par des moines ou moniales.

Ce sont actuellement 12 sœurs qui vivent au monastère sur les balcons du Massif de Chartreuse.



Difficulté
Moyenne
4h



© Géoportail

Infos pratiques

Depuis le parking des Signaraux à 1278m d'altitude, suivre le balisage indiquant l'arboretum. Emprunter la piste assez raide actuellement ravinée jusqu'à l'entrée de l'arboretum.

Il est également possible de se garer à l'arboretum.

Se balader ensuite dans l'arboretum.

Distance

Environ 3 km aller-retour du parking à l'entrée de l'arboretum. Vous pouvez ensuite emprunter 3 circuits de 900 à 3500m de longueur.

Dénivelée

- + 120 m

Fréquentation

- Randonnée, VTT. Sous la neige en hiver (ski de fond, raquettes) !



Le sentier est raviné après les orages.

En période d'estive, 2 grands portails sont fermés pour éviter aux troupeaux de passer. Il est nécessaire de pouvoir sortir de sa voiture pour les ouvrir. Le premier portail ne s'ouvre pas facilement (les cailloux au sol gênent l'ouverture). Le premier virage d'accès à l'arboretum est légèrement en dévers et les passerelles d'accès au circuit plus long inaccessibles de par la présence de trous avant et après les passerelles et de dévers.

Un projet global de réhabilitation est en cours avec l'ONF (septembre 2019).

Comment y aller



55 minutes. Via A480 puis N85 direction Vizille puis Laffrey. A Pierre-Châtel prendre la D1085E puis suivre la D115D direction les Signaraux à la Motte d'Aveillans.

Arboretum de Combe Noire > La Motte d'Aveillans



Difficulté
Moyenne
4h



© Sophie Tourne

Faune de montagne : insectes (fourmis rouges, papillons...), mammifères (renard roux, blaireau, martre, écureuil, ongulés...), avifaune (mésange noire, mésange charbonnière, merle, pinson, pouillot véloce, pics...)

Flore des milieux forestiers montagnards : hêtre, sapin, épicéa, lis mar-tagon ... et flore de l'arboretum.

Le musée de la mine à la Motte d'Aveillans nous raconte le passé minier de la Matheysine. Une houille de qualité supérieure (l'anthracite) était en effet exploitée jusqu'en 1997 sur 60km de galeries ! Des galeries accessibles au public, une salle d'exposition, un film permettent de mieux comprendre cet univers des « gueules noires ».

Non loin d'ici, sur la commune de Pierre-Châtel, la Pierre Percée serait un diabolon pétrifié par la colère de Satan. En effet, ce diabolon nommé « Folaton » n'aurait pas accompli le pari lancé avec le connétable de Lesdiguières : l'âme du connétable contre la construction d'un grand mur autour du parc du château de Vizille. Cette construction aurait demandé beaucoup d'argent ; le connétable préfère passer un pacte : s'il fait le tour du parc avant la fin des travaux, au galop le long du mur en construction, il n'aura pas à donner son âme. Juste à temps, il parvient à sauter par-dessus le mur qui se referme sur la queue du cheval, coupée par Lesdiguières avec son épée...

Cette balade se situe sur le plateau de la Matheysine dans le massif du Taillefer. L'arboretum de Combe Noire a été créé en juin 1992, sur un terrain en friche boisé aux Signaroux à 1400m d'altitude, par l'ONF, l'équipe pédagogique de l'institut médico éducatif de la Mure et la commune de la Motte d'Aveillans. Cette action a été pensée dans un cadre d'intégration sociale, mettant en relation des enfants en difficulté et d'autres suivant une scolarité normale. Plus ou moins abandonné depuis 2010, l'arboretum reprend du service depuis 2018 grâce à un nouveau partenariat entre l'ONF et la Maison Familiale Rurale de Vif. Plusieurs chantiers sont donc à l'étude ou prévus pour redonner toute sa splendeur à ce petit coin de forêt, intérêt pédagogique et accessibilité aux personnes à mobilité réduite étant mis en avant !

Le saviez-vous ?

Un arboretum est un jardin botanique qui présente des espèces d'arbres, parfois dans un but de conservation et de sauvegarde d'espèces menacées. Des bornes ou étiquettes indiquent le nom des espèces.

L'arboretum le plus ancien se situe en Croatie à Trsteno : créé au XV^{ème} siècle, il abrite plus de 300 espèces sur 25 ha !

En Isère, il existe d'autres jardins botaniques ou arboretums comme le jardin des Dauphins ou le jardin des plantes à Grenoble, l'arboretum Robert Ruffier-Lanche à Saint-Martin d'Hères, le jardin botanique alpin du Col du Lautaret.



La boucles des Moïles > Tullins

Difficulté

Facile

2h à 3h



Infos pratiques

Depuis le parking de l'observatoire, prendre vers le sud-est et suivre le balisage de l'ENS. Vous évoluez sur un petit sentier entre champs et peupleraie. A la sortie de la forêt, rejoindre le sentier VTT et prendre à droite. Au lieu-dit « la Parisette », prendre à gauche et suivre la route goudronnée jusqu'au séchoir à noix. Traverser alors la route et rejoindre le sentier VTT. Prendre à droite juste après le ruisseau et continuer sur le large sentier jusqu'à la route goudronnée. Prendre à gauche et suivre la route. Au lieu-dit « les Moïles », prendre à gauche et suivre le large sentier jusqu'au croisement. Rejoindre alors l'observatoire.

Au lieu-dit « la Parisette », vous pouvez également prendre à droite pour réaliser une boucle moins longue (en vert sur la carte).

Distance

- Grande boucle : 5 km
- Petite boucle : 1,5 km

Dénivelée

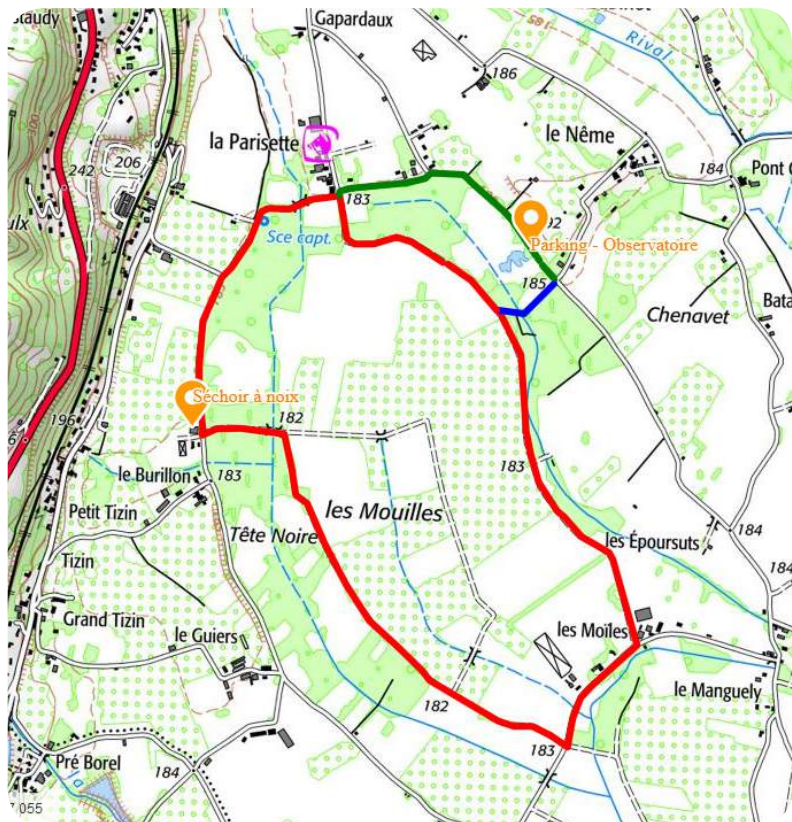
- Négligeable

Fréquentation

- Randonnée, VTT.



Le sentier (en bleu sur la carte) qui relie le parking au sentier VTT peut être trop boueux donc non praticable après de grosses pluies.



© Géoportail

Comment y aller



35 min

35 minutes. Via A48 puis A49 direction Valence. Sortie 11 Tullins. Après le péage, au rond-point prendre à gauche et passer par les lieux dits Les Massons, Pont-Gros et le Nème. Au Nème prendre à gauche et se garer sur le parking où se trouve l'observatoire.

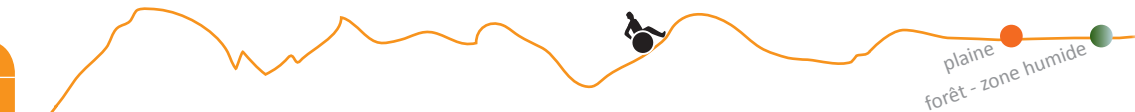
La boucles des Moïles > Tullins



Difficulté

Facile

2h à 3h



© Héliène Taunay

Agrion de mercure, cuivré des marais, bergeronnette printanière, buse variable, bruant des roseaux, guêpier d'Europe, crapaud commun, grenouille agile...

Chêne, frêne, aulne, noyer, peuplier, cornouiller, sureau, fusain, érable, prêle, orchidées, fougère des marais, menthe aquatique, maïs...

La culture de la noix, séchoir à noix. Vous pouvez visiter le musée de la noix, Le Grand Séchoir, à Vinay à environ 15 km de Tullins. Expositions temporaires et permanentes vous permettront de découvrir l'exploitation locale de la noix.

Cette balade permet de découvrir un milieu humide remarquable et sa biodiversité foisonnante.

Vous traversez un milieu ombragé, la forêt alluviale dont le sol est composé d'alluvions déposées au fil des années et des crues de l'Isère aujourd'hui endiguée. La forêt alluviale est composée notamment d'essences nécessitant un sol avec une nappe affleurante (saules, aulnes, peupliers...). Milieu difficilement pénétrable, la forêt alluviale est un véritable refuge pour les populations d'oiseaux, d'amphibiens et de reptiles qui y trouvent une nourriture variée grâce à la présence de nombreux insectes.

L'espace alterne entre milieu fermé (forêt alluviale) et un milieu ouvert : la prairie humide. Autour de l'observatoire, on trouve des espèces rares ou « patrimoniales » qui sont un moyen de protéger réglementairement certaines zones. Les prairies humides sont souvent maintenues ouvertes grâce à la fauche des agriculteurs. De ce fait, elles abritent des espèces comme le séneçon des marais, l'orchis des marais ou l'épipactis des marais pour les plantes, le cuivré des marais (papillon), ainsi que des insectes pollinisateurs.

En bordure de prairies humides, on trouve un peuplement homogène, essentiellement composé de roseaux phragmites, la roselière. La roselière située devant l'observatoire abrite la rousserolle effarvate et le bruant des roseaux qui viennent se nourrir et y nicher. Elle est souvent dense et peut mesurer jusqu'à deux mètres cinquante.

Le saviez-vous ?

Le noyer peut atteindre 20 à 25 mètres de haut. Originaire de Chine, il a été cultivé pour la première fois en Perse. Parmi les différentes variétés certaines sont inféodées au Dauphiné. L'ancêtre de toutes les noix, la Boucher, ne se produit plus. L'AOP « noix de Grenoble » regroupe trois variétés : la Mayette idéale pour les desserts, la Parisienne et la Franquette qui représente 80% de la production dauphinoise grâce à sa résistance aux manipulations mécaniques (vibreuses et secoueuses). Le terroir importe beaucoup pour la culture de la noix et les grands crus se distinguent également ! Le temps de la récolte n'arrive que lorsque le brou (l'enveloppe verte) éclate et laisse échapper la noix vers fin septembre ou début octobre. Les cultivateurs de noix s'appellent les nuciculteurs.

Bois de la Bâtie > Saint-Ismier

Difficulté

Très facile

1h



Infos pratiques

Depuis le parking vous pouvez soit faire la boucle mais uniquement par temps sec, soit faire un aller-retour jusqu'à l'observatoire matérialisé par la balise jaune.

Distance

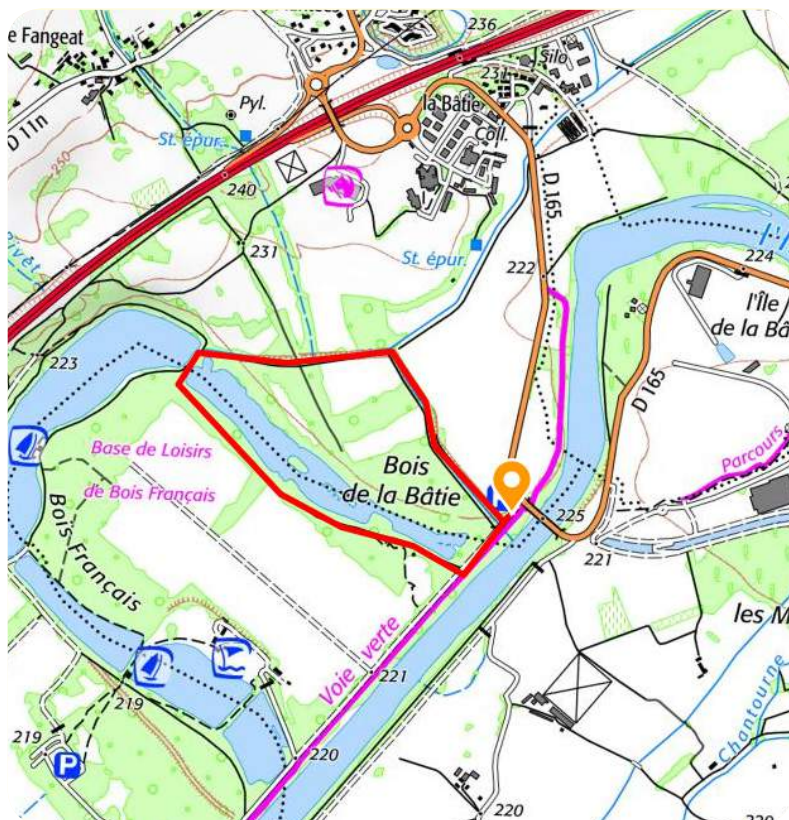
- Environ 1,5 km jusqu'à l'observatoire.
- Environ 2,5 km pour faire la boucle.

Dénivelée

- Négligeable.

Fréquentation

- Familles, naturalistes...



© Géoportail

Comment y aller



20 min

20 minutes. Parkings voitures et autocars. Espace naturel sensible du Bois de la Bâtie 38330 Saint-Ismier. Depuis Grenoble prendre l'A41 en direction de Chambéry (15 minutes). Prendre la sortie 25-1 (Indiquée «Villard Bonnot, Saint Ismier»), puis la route D165, suivre le panneau «Bois de la Bâtie», tourner 2 km plus loin pour se garer à droite (juste avant le pont sur l'Isère)

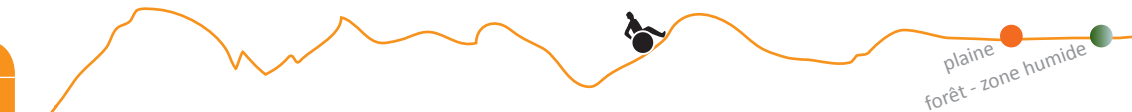
Bois de la Bâtie > Saint-Ismier



Difficulté

Très facile

1h



© Pierre-Cédric Petit

Faune des milieux humides. On y trouve de nombreux oiseaux d'eau : canard colvert, foulque macroule, cygne tuberculé, héron cendré, héron pourpré, martin pêcheur, rossignol, grands cormorans, sittelle torchepot, mais aussi des pics et des passereaux (mésanges, rouge gorge, merle...).

Quelques mammifères sont présents : castor d'Europe, ragondin, renard, micromammifères, chevreuil, chauves-souris...

Il y a aussi des lézards des murailles, des amphibiens et de nombreux insectes (libellules, papillons...).

Dans la mare pédagogique, vous découvrirez à l'aide d'un filet troubleau une grande diversité d'animaux aquatiques (insectes aquatiques, larves, amphibiens...).

200 espèces végétales ont été inventoriées, dont certaines sont des espèces rares comme la petite utriculaire (plante carnivore à fleurs jaunes qui se nourrit de minuscules animaux), ou la massette naine. On trouve ensuite une végétation typique de la forêt alluviale : peuplier, saule, roseaux, massettes, iris des marais, etc.

Le Bois de la Bâtie (ou Bois Français) est un Espace Naturel Sensible (ENS) situé à proximité de Grenoble dans la vallée du Grésivaudan.

Ce site est situé sur un ancien méandre de l'Isère. Il est équipé d'un sentier aménagé avec plusieurs points d'arrêts, nichoirs, mangeoires, verger conservatoire, observatoires avec fenêtres de vision situés autour du plan d'eau et vous permettant d'observer de nombreux animaux.

La forêt alluviale ainsi que la mare pédagogique contiennent une grande diversité d'espèces animales et végétales observables toute l'année, qui sont souvent d'intérêt patrimonial. Les zones humides telles que cette forêt alluviale située sur un bras mort constitue ce qu'on appelle un réservoir de biodiversité.

Pour aller plus loin

- Qu'est-ce qu'un méandre ? Un méandre est une boucle non fermée faite par le lit d'un cours d'eau, qui évolue au cours du temps en s'érodant. Un méandre est formé lorsque la pente est faible donc souvent en plaine.
- Un bras mort est la partie relictuelle d'un ancien méandre ou d'une tresse qui ont été isolés d'un fleuve ou d'une rivière. Il peut être en eau ou asséché, périodiquement ou toute l'année, l'eau y est stagnante, elle ne circule plus. On ne verra pas les mêmes espèces là où l'eau est stagnante et là où elle est courante.
- La forêt alluviale est une forêt plus ou moins inondable qui pousse sur une zone alluviale proche d'un cours d'eau ou d'un ancien méandre. Cet écosystème joue un rôle essentiel : on dit de ces forêts qu'elles sont des zones tampons pour l'eau (elle la stocke et la restitue en période de sécheresse).

Le saviez-vous ?

La différence entre le ragondin et le castor :

- Le ragondin a la queue arrondie comme une queue de rat d'environ 20 cm. Lorsqu'il nage son dos est visible à la surface de l'eau.
- Le castor a la queue plate, large et épaisse, avec des écailles. Il est plutôt grand et massif et de couleur brun foncé uni. Lorsqu'il nage son corps est immergé.

Ce site est intéressant toute l'année : au printemps, c'est la migration des amphibiens et la saison des amours chez les oiseaux, puis en été, on assiste au bal des libellules et à la période des insectes. L'automne offre des couleurs resplendissantes et des odeurs réconfortantes d'une forêt humide dont la litière forestière grouille de vie. Tandis que l'hiver recouvre la forêt de son manteau neigeux et permet d'observer des traces et des indices de la faune sauvage.

Jardin de tourbières > Châbons



© Géoportail

Difficulté

Très facile

1h

Infos pratiques

Depuis le parking, empruntez le caillebotis pour vous plonger dans l'univers de la tourbière.

Distance

- Environ 500m

Dénivelée

- Négligeable

Fréquentation

- Familles, naturalistes.

Comment y aller



40 min

40 minutes. Via A48, sortie 9. Continuer sur D50F. Prendre D520 en direction de Châbons. Parkings voitures, autocars, caillebotis.



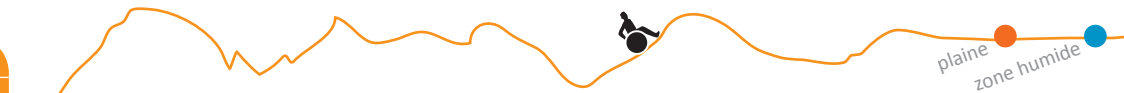
Jardin de tourbières > Châbons



Difficulté

Très facile

1h



© G. Maillet

Plus de 140 espèces d'oiseaux sur la Réserve naturelle du Grand Lemps, dont 108 sont protégées.

10 espèces d'amphibiens (toutes protégées). Deux dangers pèsent sur eux : les poissons qui consomment les œufs et les larves, et la circulation routière puisqu'en traversant la route pendant leur migration, seulement 1 crapaud sur 10 arrivera de l'autre côté.

On trouve également de nombreux insectes (libellules, papillons), des mammifères (chauve-souris, renards, micro-mammifères...).

3 familles de plantes carnivores : les droséras qui utilisent le fameux piège de « la colle ». L'insecte qui se fera prendre au piège n'a aucune chance d'y échapper, en se débattant toutes les gouttelettes de glue au bout des petits poils agiront comme des tentacules. La feuille va ensuite s'enrouler puis digérer lentement sa victime grâce aux sucs contenus dans les gouttelettes. Les utriculaires, dont 3 espèces sont présentes sur la réserve, ont des sortes de petits sacs munis de cils tactiles minuscules qui permettent une ouverture brusque des sacs lorsqu'un petit animal les frôle. L'animal sera immédiatement aspiré et digéré dans la petite poche. La sarracénie pourpre va piéger la petite faune dans ses feuilles glissantes en forme d'entonnoir. En forme d'urne, ce toboggan les mènent à la mort car il sera impossible de remonter à cause de poils rigides à contresens.

Grande diversité d'orchidées, tel que la *Dactylorhiza* de mai, l'*Epipactis* des marais, ou le *Liparis* de Loesel qui est une des plantes les plus rares d'Europe. Allez-y en juin-juillet pour les observer !

Le Jardin de tourbières a été conçu pour permettre aux visiteurs de découvrir la particularité d'une tourbière grâce à un aménagement pédagogique ponctué de panneaux répartis le long du parcours. Ces haltes permettent d'observer tout en préservant cet écosystème fragile, rare et menacé. Dans ce jardin vous découvrirez des ambiances différentes et vous ferez des découvertes fascinantes. En effet, les espèces qui se développent dans cet écosystème sont adaptées à un milieu pauvre en nutriment, ce qui rend la croissance des plantes difficile. C'est pourquoi certaines plantes ont adapté des stratégies surprenantes... les plantes carnivores !

Pour aller plus loin

- Les animateurs de la Réserve Naturelle Nationale du Grand Lemps, gérée par le Conservatoire d'Espaces Naturels Isère, proposent des sorties toute l'année pour découvrir la tourbière à sphaignes. N'hésitez pas à aller voir les dates de prochaines sorties et les contacter pour des sorties de groupe. Vous trouverez également le livret pédagogique du « jardin des tourbières » qui vous accompagnera le temps de votre balade : <http://www.cen-isere.org/wp-content/uploads/2015/03/RNGL-plaquette-jardin-tourbieres-web.pdf>
- L'étang Balainières : située à proximité immédiate du Jardin de Tourbières, cette propriété du conservatoire est accessible sur réservation. On y trouve un ponton depuis lequel on peut pêcher les petites bêtes de l'étang à l'aide d'un troubleau et/ou observer les poissons et la vie aquatique à travers des aquascopes.
- La mare des petits diables : il faut continuer tout droit en arrivant au parking du jardin et sur votre droite vous trouverez une jolie petite mare pédagogique. Attention le sentier n'est pas accessible en fauteuil mais vous pouvez y aller en voiture.

Le saviez-vous ?

- 80% des tourbières de l'Isère ont disparu depuis les années 50. Celles qui restent doivent à tout prix être protégées car elles sont souvent dégradées. On y extrait de la tourbe pour la vente, ce qui est très rentable, on assèche les tourbières pour la culture et on l'amende car le milieu est très pauvre. Ces exploitations des tourbières ont dégradé et détruit ces écosystèmes pourtant si nécessaires à un bon équilibre.
- On dit qu'il faut un siècle pour faire 10 cm de tourbe, soit 1 cm tous les 10 ans !
- Les sphaignes sont les mousses qui forment les tourbières. On dit qu'elles sont immortelles car elles croissent indéfiniment par la partie supérieure et elles poussent doucement, environ 1 mm par an, ce qui correspond à 1 cm tous les 10 ans !



Remerciements pour leur implication sur le projet :

Flora Charny,
Sophie Tourne,
Bertrand Lourdin,
David Jouannon,
Thierry Rolland

Conception, rédaction, coordination :

Hélène Taunay, Lionel Lardic, Pierre-Cédric Petit et Maïté Milian
(Pôle éducation de FNE Isère)

Diffusion communication :

Marion Herbin-Sanz (FNE Isère)

Infographie :

Marion Herbin-Sanz (FNE Isère)
Cécile Basset (MNEI)

Photos quatrième de couverture

ENS du Marais de Montfort © Hélène Taunay
Milan © É. Breyton
Zygène sur centaaurée © P.-C. Petit



bonnes balades!