LE TEMPS S'ARRÊTE,
la nature s'exprime

au le sentier du Point Sublime

Flânerie botanique



Réserve Naturelle Régionale
GORGES DE DALUIS

RÉGION SUD PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR
Alpes d'Azur
LPO Agir pour la biodiversité

Commune de Daluis
Commune de Guillaumes
Commune de La-Croix-sur-Roudoule

NATURA 2000
DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES
FRANCE NATION VERTE Agir · Mobiliser · Accélérer

gorgesdedaluis.fr

Communauté de communes Alpes d'Azur
Maison des services publics, place Conil
06260 Puget-Theniers
04 93 23 24 24 slarbouret@alpesdazur.fr

LPO Provence-Alpes-Côte d'Azur
8 place De Gaulle, entrée rue Jaussérandy
06260 Puget-Theniers
alpes-maritimes@lpo.fr paca.lpo.fr

Remerciements :
L'équipe de la Réserve naturelle régionale des gorges de Daluis remercie chaleureusement pour leur aide et leur relecture bienveillante, le Parc national du Mercantour et Françoise DUMAS de l'association la Garance voyageuse. Merci également à Mélissa GALLIEN qui a réalisé un herbier du site à l'occasion de son service civique.

Photos : Robert ANDREA, Pépita GODELLE, Stéphanie LARBOURET, Fanny MOREAU et Gil STREICHERT. **Réalisation et coordination :** Stéphanie LARBOURET et Pierre Antoine GRAPELOUP. **Conception :** I. SILVEIRA et LPO Provence-Alpes-Côte d'Azur - 2026. **Infographie :** Sébastien GARCIA. **Rédaction :** Stéphanie LARBOURET et Cécile LEMARCHAND. **Impression :** Imprimé sur papier recyclé avec encres végétales et solvants sans alcool.

Chênaie

La chênaie pubescente "typique" de l'étage supra méditerranéen, s'accompagne d'une flore caractéristique notamment composée de quelques orchidées. Assez claire, elle s'assèche en été et le son des cigales y règne. En hiver, c'est l'hellébore fétide qui y fleurit.







Éboulis

Les éboulis sont composés de blocs rocheux de différentes tailles et sont caractérisés par leur mouvance permanente. Les plantes peuvent être ensevelies ou déracinées. Il s'agit donc d'espèces pionnières dont les tiges sont profondes ou rampantes.

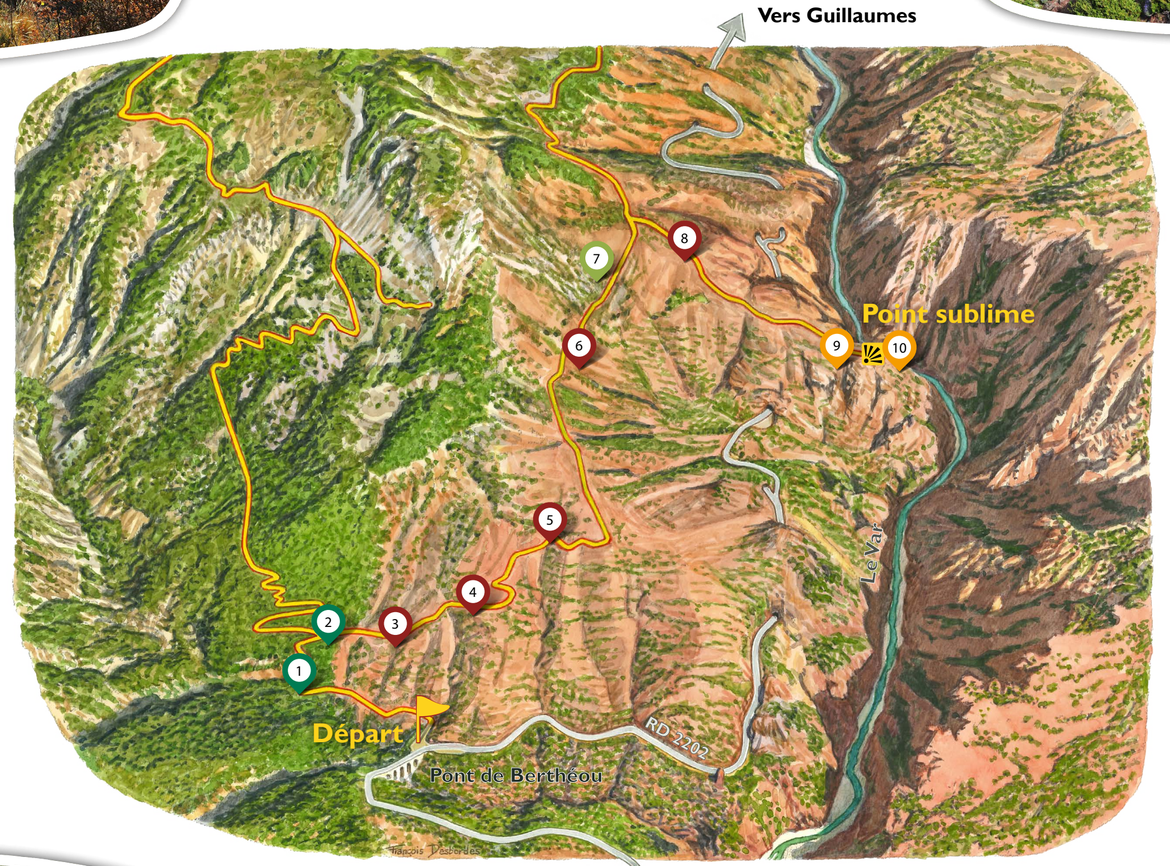


Des paysages magnifiques !

La Réserve naturelle régionale des gorges de Daluis et son périmètre de protection sont composés de parois rocheuses abruptes de type canyon, mais pas seulement. D'une superficie de 2968 hectares, situé sur les communes de Guillaumes, de Daluis et de La Croix-sur-Roudoule, ce site naturel protégé offre des paysages spectaculaires et variés. Avec un gradient altitudinal de 1400 mètres de dénivelé, la Réserve est un lieu de rencontre entre influences méditerranéennes et influences alpines : on peut y sentir le Thym commun sur la roche rouge et observer le Trèfle alpestre à plus haute altitude. Si certaines plantes sont protégées comme l'Euphorbe épineuse, le Lis turban ou le Molopospermе du Péloponèse, le plus intéressant est la forme et les odeurs que les plantes développent ici. La pélite est une roche friable, retenant peu de nutriments et d'eau. Les plantes qui y poussent se sont donc adaptées pour survivre.

En empruntant le sentier au départ du Pont de Bertheou pour rejoindre le Point sublime, vous allez pouvoir observer quatre milieux naturels dont certains sont désignés comme remarquables à l'échelle européenne au titre de Natura 2000 : forêt de chênaie, lande à pélite, éboulis et parois rocheuses, où s'épanouit une flore que nous vous invitons à découvrir.





Durée : 1h15 à 2h et plus, à celui qui prendra le temps de découvrir cette flore remarquable.
Distance : 4 km. Dénivelé : +200 m.

0 100 m N

À la rencontre de Robert Andrea



Issu d'une formation de topographe, Robert Andrea est un solitaire, autodidacte et amoureux de la nature, tout particulièrement de la flore des Alpes-Maritimes. Il est naturaliste et sa devise est observer, connaître et partager. Depuis 2018, il inventorie la flore rencontrée sur le sentier du Point Sublime, en collaboration avec la Réserve naturelle et les sites Natura 2000. 650 photos réalisées, 221 points géolocalisés et 98 espèces identifiées, le travail de Robert Andrea a permis de dresser un tableau de la richesse floristique du site.

Destiné au promeneur, ce document partage cette aventure. Bien entendu, l'intégralité des espèces ne sont pas traitées, des choix ont été faits pour brosser un tableau le plus représentatif possible du site.



Un territoire règlementé

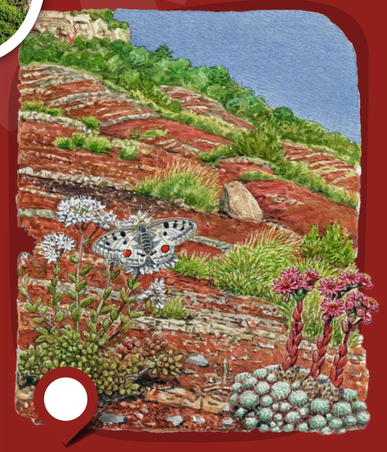
Belles et fragiles, les plantes de la Réserve ne doivent pas être cueillies.



Chemin de randonnée familial · Sentier pédagogique · Plateforme d'observation · Chiens admis en laisse · Rester sur le sentier · Cycles interdits en dehors des sentiers · Déchets interdits · Cueillette des fleurs interdite · Interdiction de ramasser des fossiles et des rochers · Bruit interdit · Circulation de véhicules à moteurs interdite · Feu interdit · Prélèvement de la faune interdit · CHASSE RÉGLEMENTÉE

Lande à pélite

La lande que vous découvrez est formée d'arbustes épars tels que le buis, l'amélanchier ou le genêt cendré. Au printemps, les floraisons diverses parent le paysage de couleurs éclatantes et emplissent l'air de multiples senteurs.





Parois et barres rocheuses

Qui ne s'est pas émerveillé devant les fleurs splendides qui poussent à l'aplomb des falaises ? Ces rochers abritent des plantes stupéfiantes, capables de pousser sur un sol quasi inexistant et sans cesse exposées au vent et au soleil.

La flore des gorges de Daluis

1 Campanule gantelée *Campanula trachelium L.*
Famille : Campanulacées

Aussi appelée Campanule à feuilles d'ortie, c'est une plante vivace, de 50 à 100 cm de haut dont les fleurs en forme de cloche et de couleur bleue s'ouvrent en juillet et août. Elle affectionne les milieux semi-ombragés, en bord de chemins forestiers. Elle se distingue par ses tiges anguleuses.

Le saviez-vous ? L'ancienne utilisation contre les maux de gorge a donné son nom à la campanule gantelée : « trachelium » comme la « trachée-artère ».

2 Céphalanthère à feuilles étroites
Cephalanthera longifolia (L) Fritsch
Famille : Orchidacées

Gracile orchidée de 60 cm environ, sa belle hampe fleurie d'un blanc éclatant, s'élève au-dessus d'une double rangée de feuilles alternes rapprochées. Elle fleurit au mois de mai et juin.

Le saviez-vous ? C'est une plante dite « à éclipses », ce qui veut dire qu'elle est très sensible à l'évolution de son milieu : elle peut ainsi rester invisible durant plusieurs années et ne réapparaître que dans des circonstances climatiques favorables.

3 Euphorbe épineuse *Euphorbia spinosa L.*
Famille : Euphorbiacées

Petit buisson qui se pare de fleurs jaunes au printemps, il s'agit d'une plante vivace de 10 à 20 cm. On la trouve fréquemment dans la Réserve où elle forme de nombreux petits coussins piquants sur la pélite. C'est une espèce protégée car trop cueillie du fait de son utilisation dans la confection de couronnes mortuaires notamment.

Le saviez-vous ? Comme les autres espèces de cette famille, le suc laiteux est toxique et irritant. Le côté épineux de la plante est donné par les rameaux desséchés de l'année précédente.

4 Joubarbe toile d'araignée
Sempervivum arachnoideum L.
Famille : Crassulacées

Plante grasse aux belles fleurs roses épanouies de juillet à septembre, poussant directement sur la roche. Bien présente sur la pélite et sur le sentier notamment sur la partie menant au point de vue.

Le saviez-vous ? Elle doit son nom aux fils blancs situés sur ses rosettes de feuilles et formant comme une toile d'araignée. Ces fils assurent une protection contre le dessèchement et contre le froid. Ils permettent également de différencier cette joubarbe de ses cousines (joubarbe des montagnes et joubarbe des toits).

5 Orpin blanc *Sedum album L.*
Famille : Crassulacées

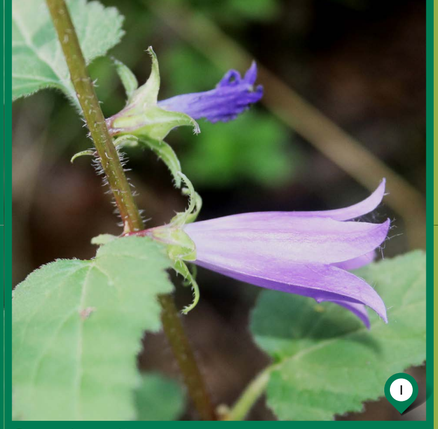
Plante naine vivace au port retombant et au feuillage persistant, d'une croissance lente, très résistante au froid, elle mesure 10 cm de haut. Ses fleurs blanches, légèrement roses au centre, fleurissent de juin à août. Sa tige est rougeâtre. Elle affectionne les zones rocheuses où elle pousse en petits groupes.

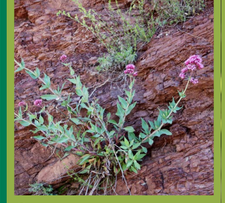
Le saviez-vous ? Dans les feuilles de l'Orpin, des cellules réservoirs gorgées de liquide lui permettent de survivre en saison sèche. La concentration en sucre dans le liquide a également un effet antigel qui lui permet de résister sans dommage au gel nocturne.


Alliaire officinale


Baguenaudier arborescent


Buis commun


Campanule gantelée


Centranthe rouge


Chou giroflée


Échinops ritro


Ibéris à feuilles de lin


Céphalanthère à feuilles étroites

Chênaie


Chardon litigieux


Hellébore fétide


Orchis bouc


Carline vulgaire


Euphorbe épineuse


Laser de France


Genêt cendré


Lis turban


Polygale des sols calcaires


Scabieuse colombaire


Trèfle alpestre


Fumana des montagnes


Épiaire droite


Molopsperme du Péloponnèse


Muflier à larges feuilles


Genévrier cade


Immortelle stoechas

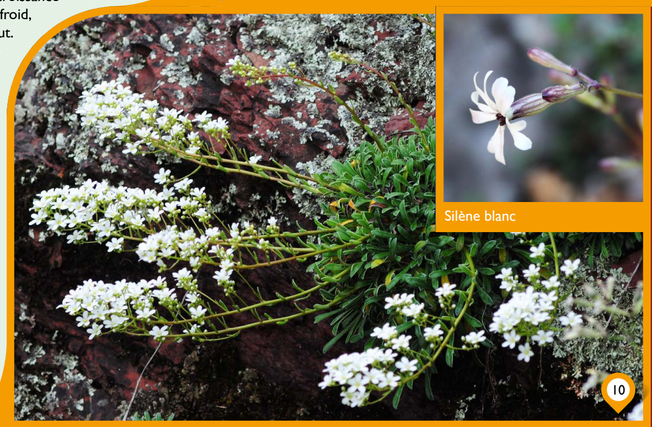

Millepertuis des montagnes

Falaises et barres rocheuses

Lande à Pélite


Joubarbe à toile d'araignée


Orpin à feuilles épaisses


Saxifrage à feuilles en languette

Silène blanc


Molène des montagnes


Thym vulgaire


Orpin blanc


Paronyque en tête


Sarriette des montagnes


Valériane tubéreuse


Vipérine commune

6 Sarriette des montagnes *Satureja montana L.*
Famille : Lamiacée

Plante condimentaire, médicinale et aromatique, c'est un petit buisson vivace et persistant qui atteint 40 à 50 cm de haut et de large. Les fleurs, de juillet à septembre, sont pourvues d'un nectar riche et sont très visitées par les insectes pollinisateurs. Très présente sur la Réserve et sur le pourtour méditerranéen, elle participe par son odeur poivrée et piquante au caractère du site.

Le saviez-vous ? Connue ici sous le nom de « pèbre d'aï » (Poivre d'âne), cette jolie plante aurait des vertus aphrodisiaques. Elle fut parfois interdite dans les jardins des monastères.

7 Lis turban ou pompone *Lilium pomponium L.*
Famille : Liliacées

Magnifique lis très reconnaissable à sa couleur orangée. Ses fleurs sont solitaires ou en grappes lâches. Il fleurit de mai à juillet. Il se rencontre dans les éboulis ensoleillés des Alpes ligures dont il est endémique.

Le saviez-vous ? Lilium pomponium, joyau semblant fait de cire, a été dédié à Pomponius atticus, ami de Cicéron. Autrefois très abondant, il est devenu très rare suite à une cueillette excessive.

8 Paronyque en tête *Paronychia capitata (L) Lam.*
Famille : Caryophyllacées

Plante vivace, herbacée gazonnante, très rameuse, de petite taille, aux grandes bractées argentées très particulières, elle fleurit de mai à juillet. Elle brille au soleil sur la pélite avec un aspect de papier brillant froissé.

Le saviez-vous ? Le nom de genre « Paronyque » vient de paronychie, une maladie des ongles que ces plantes étaient censées guérir.

9 Muflier à larges feuilles *Antirrhinum majus subsp. latifolium (Mill.) Bonnier & Layens*
Famille : Plantaginacées

Plante vivace, à vie brève, formant une touffe avec peu de tiges pouvant atteindre un mètre de haut dans de bonnes conditions, la floraison est spectaculaire sous forme de grandes grappes terminales. Les fleurs blanches ou jaune-pâle sont grandes et velues et recouvrent les falaises des gorges au printemps.

Le saviez-vous ? Le Muflier à larges feuilles est également appelé « Gueule de loup ». Ce nom provient du fait que lorsque l'on pince les côtés de la fleur, celle-ci s'ouvre comme une gueule.

10 Saxifrage à feuilles en languette
Saxifraga callosa Sm.
Famille : Saxifragacées

Plante herbacée à feuilles en rosette dentées et à incrustations calcaire, sa floraison est brève, au mois de mai. Elle forme de magnifiques grappes de petites fleurs blanches, ponctuées de points rouges à la base des pétales. Son habitat très spécifique est limité aux fissures des falaises verticales des gorges.

Le saviez-vous ? C'est une espèce endémique de la Provence et de la Ligurie. Les plantes de la famille des Saxifragacées sont connues pour leur capacité à dégrader la roche sans posséder de mycorhize ce qui leur permet d'assurer leur alimentation minérale de façon autonome.