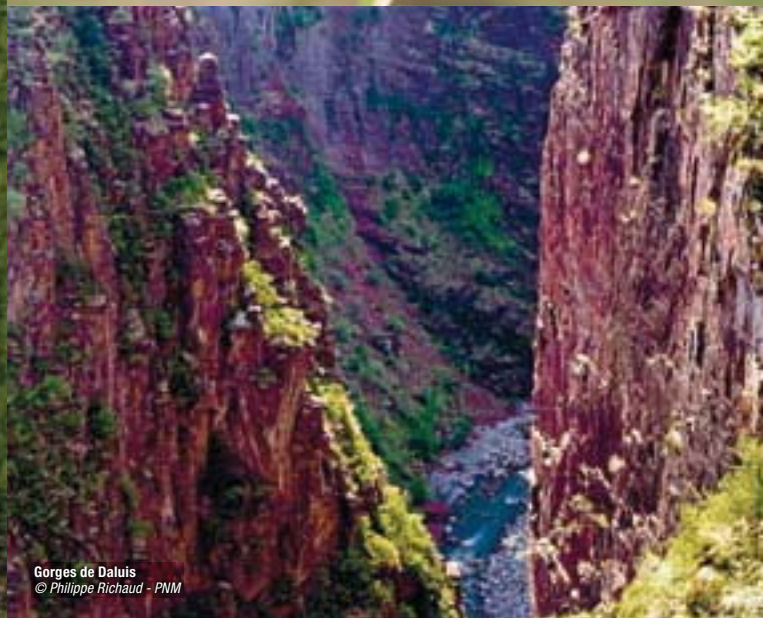




Le fleuve Var, de la source à la mer

Le Var est un fleuve côtier torrentiel de 110 km qui prend sa source sur la commune d'Entraunes dans les Alpes-Maritimes à 1 790 m d'altitude. Vous découvrirez, de sa source à son embouchure, des espaces naturels remarquables : les montagnes du Haut-Var, les gorges rouges de Daluis ou encore les vallons obscurs. Partez sur les sentiers à la découverte de ce formidable patrimoine naturel et restez bien attentif et discret pour admirer la faune et la flore sauvage que vous ne manquerez pas de croiser sur votre chemin.

La LPO a 100 ans

Association reconnue d'utilité publique, la Ligue pour la Protection des Oiseaux a pour but la protection de la biodiversité. Elle fédère aujourd'hui plus de 45 000 membres. L'association locale LPO PACA compte près de 3 400 membres et 16 groupes locaux.

Tous les passionnés de nature peuvent rejoindre les groupes locaux des Alpes-Maritimes, animés par un réseau de bénévoles œuvrant pour l'amélioration des connaissances scientifiques, la diffusion permanente de ces connaissances, la sauvegarde d'espèces et de milieux menacés, l'éducation et la sensibilisation des publics à la biodiversité. Pour connaître les dates et lieux de réunion, contactez la LPO !

Le Var, un fleuve vivant

La LPO développe des actions de protection de la nature sur le fleuve Var en lien avec les acteurs locaux :

- réalisation de l'Atlas de la biodiversité du fleuve Var,
- création d'un réseau d'espaces protégés,
- éducation à l'environnement auprès des jeunes,
- sensibilisation de tous les publics à la découverte et protection de la biodiversité.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur :

<http://paca.lpo.fr>, rubrique "Var, fleuve vivant"



Le fleuve Var, de la source à la mer



Le fleuve Var, de la source à la mer

1 Circuit des Lacs

Ces grands espaces ouverts dans le massif du Mont Pelat, point culminant de la partie calcaire du Mercantour, invitent à découvrir la faune et la flore alpine. Surplombant les sources du Var, les lacs d'altitude, bordés de pelouse ou sertis dans leur écrin minéral, offrent de superbes paysages. Les pentes se colorent au printemps d'une multitude de fleurs sauvages parfois de très petites tailles du fait de la rudesse du climat. Le site, très fréquenté durant la période estivale, s'apprécie particulièrement durant les saisons quand les conditions d'enneigement le permettent.

2 Boucle de Pelens

Ambiance contrastée pour ce site verdoyant dominé par les impressionnantes parois des Aiguilles de Pelens, qui façonnent le paysage de ce circuit. La boucle de Pelens traverse en alternance forêts de Melèzes et alpages. Les aigles royaux, les chamois et les marmottes égaient ce parcours par leurs apparitions furtives ou leurs sifflements caractéristiques de tout paysage de montagne alpine.

3 Hameaux de Sauze

C'est par une route en lacets bien serrés depuis Guillaumes que se rejoignent les hameaux de Sauze, témoins d'une vie agricole qui a valu à ce lieu le nom de "grenier à grain" du Haut-Var. À l'architecture typique de ces petits villages montagnards s'ajoutent de splendides grands prés encore cultivés, où la Pie-grièche écorcheur et le Târier pâtre se laissent facilement observer.

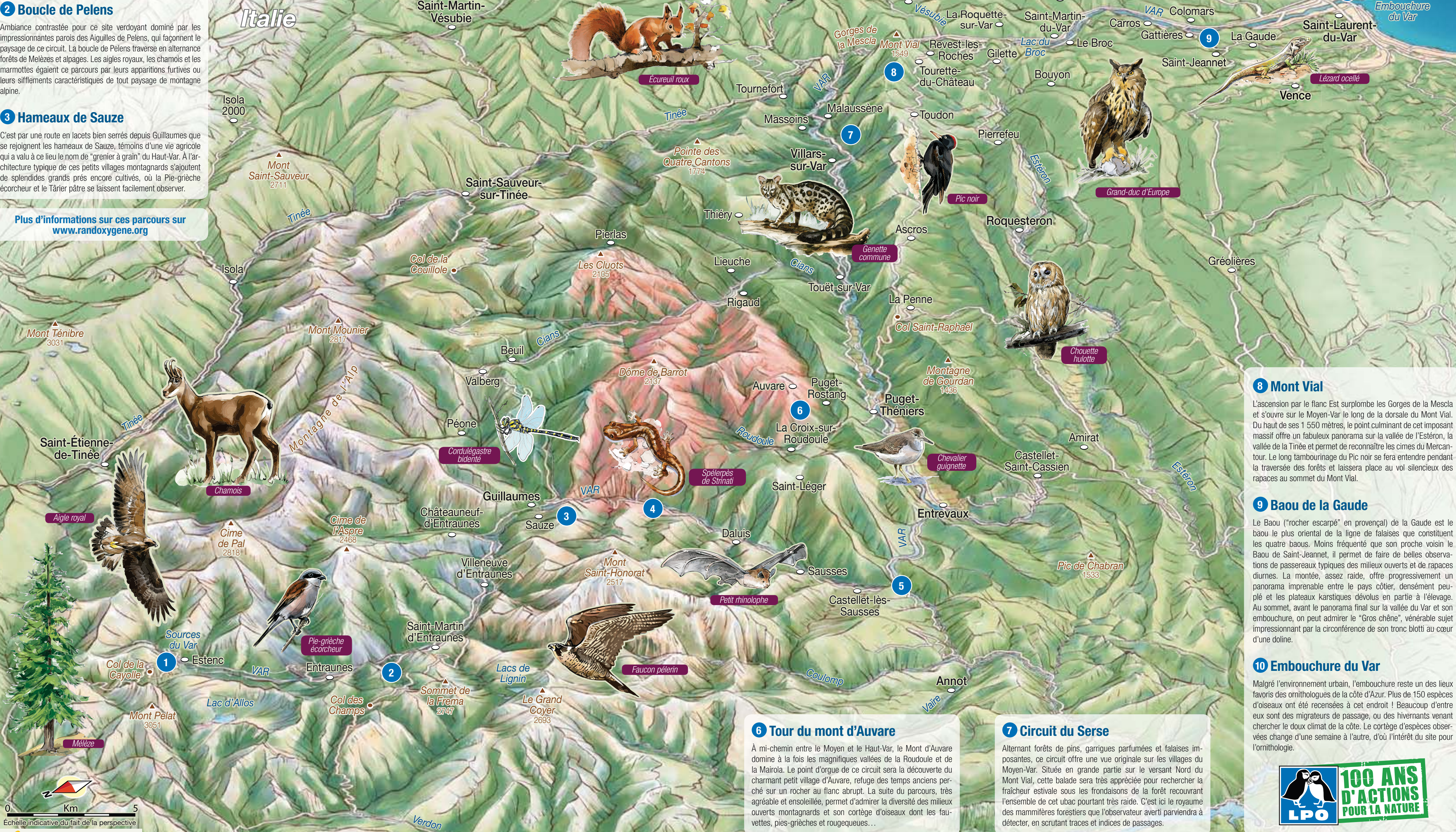
Plus d'informations sur ces parcours sur www.randoxygene.org

4 Gorges de Daluis

Saisissantes et vertigineuses, les gorges de Daluis font partie des sites incontournables des Alpes-Maritimes. La couleur lie de vin de la roche, le bleu du ciel, le blanc de la neige en arrière plan... Ce festival de couleurs procure une ambiance particulière qui ne laisse insensible aucun visiteur. La faune rupestre - chauves-souris, Spéléropes de Strinati, ou encore Hirondelles de rochers - a fait de ce décor son habitat naturel.

5 Le Breck

Depuis le hameau du Breck, dans les Alpes de Haute-Provence, se dessine un sentier qui mène jusqu'aux crêtes de la Lette. L'aller-retour sur un chemin très raide sera récompensé par une vue splendide sur le fleuve, et de probables observations de rapaces qui affectionnent cet endroit à la recherche de nourriture. Les randonneurs les plus courageux pourront tenter la boucle pour descendre dans la fraîcheur du ravin de Farnet et pourront ainsi visiter la petite chapelle de Saint-Joseph du Haut Agnerec.



8 Mont Vial

L'ascension par le flanc Est surplombe les Gorges de la Mescla et s'ouvre sur le Moyen-Var le long de la dorsale du Mont Vial. Du haut de ses 1 550 mètres, le point culminant de cet imposant massif offre un fabuleux panorama sur la vallée de l'Estéron, la vallée de la Tinée et permet de reconnaître les cimes du Mercantour. Le long tambourinage du Pic noir se fera entendre pendant la traversée des forêts et laissera place au vol silencieux des rapaces au sommet du Mont Vial.

9 Baou de la Gaude

Le Baou ("rocher escarpé" en provençal) de la Gaude est le baou le plus oriental de la ligne de falaises que constituent les quatre baous. Moins fréquenté que son proche voisin le Baou de Saint-Jeannet, il permet de faire de belles observations de passereaux typiques des milieux ouverts et de rapaces diurnes. La montée, assez raide, offre progressivement un panorama imprenable entre le pays côtier, densément peuplé et les plateaux karstiques dévolus en partie à l'élevage. Au sommet, avant le panorama final sur la vallée du Var et son embouchure, on peut admirer le "Gros chêne", vénérable sujet impressionnant par la circonférence de son tronc blotti à cœur d'une doline.

10 Embouchure du Var

Malgré l'environnement urbain, l'embouchure reste un des lieux favoris des ornithologues de la côte d'Azur. Plus de 150 espèces d'oiseaux ont été recensées à cet endroit ! Beaucoup d'entre eux sont des migrateurs de passage, ou des hivernants venant chercher le doux climat de la côte. Le cortège d'espèces observées change d'une semaine à l'autre, d'où l'intérêt du site pour l'ornithologie.

6 Tour du mont d'Auvare

À mi-chemin entre le Moyen et le Haut-Var, le Mont d'Auvare domine à la fois les magnifiques vallées de la Roudoule et de la Mairola. Le point d'orgue de ce circuit sera la découverte du charmant petit village d'Auvare, refuge des temps anciens perché sur un rocher au flanc abrupt. La suite du parcours, très agréable et ensoleillée, permet d'admirer la diversité des milieux ouverts montagnards et son cortège d'oiseaux dont les fauvelles, pies-grièches et rougegorges...

7 Circuit du Serse

Alternant forêts de pins, garrigues parfumées et falaises imposantes, ce circuit offre une vue originale sur les villages du Moyen-Var. Située en grande partie sur le versant Nord du Mont Vial, cette balade sera très appréciée pour rechercher la fraîcheur estivale sous les frondaisons de la forêt recouvrant l'ensemble de cet ubac pourtant très raide. C'est ici le royaume des mammifères forestiers que l'observateur averti parviendra à détecter, en scrutant traces et indices de passages.

