

6 Les hameaux de Sauze

Randoxygène correspondante sur le site
<https://randoxygene.departement06.fr/>

Secteur Haut Pays, région Haut Var,
 randonnée n°2 Hameaux de Sauze

Accès

depuis Nice RM et RD6202 jusqu'à Entrevaux, puis
 RD2202, depuis le Pont de Gueydan jusqu'à Guil-
 laumes, et enfin RD76 jusqu'à Sauze

Coordonnées géographiques / GPS

Point de départ village de Sauze :
 44.087990° de latitude
 6.834652° de longitude

Numéro de la carte IGN

Haute Vallée du Var 3540ET



Niveau piou-piou (facile)



3h30 de marche hors temps
 d'observation



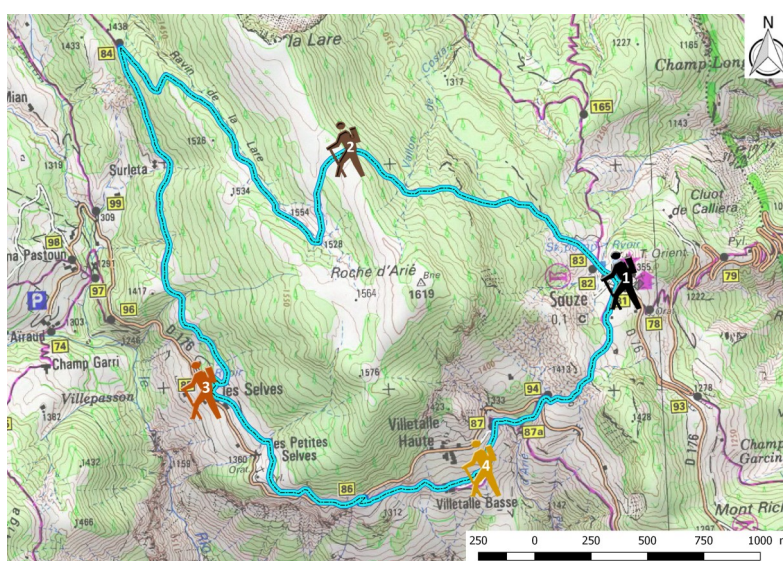
8,5 km



+/- 330 mètres



Balises PR
 Aller - retour



©IGN — 2005

Sauze est un joli village composé de plusieurs hameaux en contrebas du Mont Saint-Honorat et en surplomb du fleuve Var. Cette randonnée facile vous mène au cœur des prairies fleuries, pleines de vie, et de la pinède. La géologie locale est variée et colorée : les paysages valent la peine !

Espèces emblématiques pouvant être rencontrées :

Alouette lulu, Rougequeue à front blanc, Bruant fou, Pie-grièche écorcheur, Accenteur mouchet, Torcol fourmilier, Linotte mélodieuse, Mésange nonnette, Huppe fasciée, Pic noir, Chardonneret élégant, Serin cini

Attention, voir ces espèces n'est pas garanti ! Vous pourrez néanmoins profiter de beaux paysages et vous aurez la possibilité d'apercevoir d'autres espèces (papillons, lézards, mammifères, etc.).

Des hébergements labellisés « Refuge LPO » sont disponibles à proximité.

Plus d'informations sur notre site : <https://paca.lpo.fr/sorties-nature/espaces-valleens>

Descriptif des points d'intérêts

Point de départ 1 « village de Sauze » au point 2 « Plateau de la Lare »



- Vous abordez directement l'ascension vers le Plateau de la Lare dans un secteur de Pins sylvestres et de Chênes pubescents. Les essences sont plus variées aux abords du village et les oiseaux chanteurs sont nombreux à la belle saison.
- Dans les bois à la lisière du village peuvent chanter les sédentaires **Chardonneret élégant**, **Mésange nonnette**, **Pics vert et épeiche**, et les migrateurs transsahariens que sont le **Pouillot de Bonelli** et le **Torcol fourmilier**.
- Les oiseaux présents dans la forêt sont : la **Grive musicienne**, le **Troglodyte mignon**, le **Roitelet triple bandeau**, les **Mésanges noire et huppée** (sédentaires), et beaucoup d'autres.

Point 2 « Plateau de la Lare »



- Vous arrivez au point culminant de la randonnée avec un panorama sublime sur le Mercantour.
- Dans les milieux buissonnants et semi-ouverts du plateau nichent l'**Alouette lulu** et l'**Accenteur mouchet**.

Point 2 au Point 3 « Hameau des Selves »



- C'est à nouveau un secteur forestier que vous traversez mais l'orientation nord-ouest donne au ravin de la Lare des accents plus montagnards. Ce sont sensiblement les mêmes espèces forestières que vous rencontrerez.

Retour vers le village de Sauze en passant par les hameaux



- On alterne ici entre alpages verts et frais autour des hameaux et secteurs secs et érodés à végétation méditerranéenne.
- Le **Pie-grièche écorcheur** (mai à août), le **Bruant zizi** (sédentaire), le **Rougequeue à front blanc** (avril à août) peuvent être aperçus dans les haies autour des hameaux.
- La **Linotte mélodieuse** et le **Bruant fou** (sédentaires), la **Fauvette passerinette** fréquentent quant à eux les secteurs à végétation clairsemée, pentus ou rocailloux.

Périodes conseillées

Le printemps sera la période propice à l'observation des oiseaux migrateurs et nicheurs sur ce territoire. Toutefois, de nombreuses espèces sont sédentaires et observables toute l'année.

Attention, la neige peut persister un long moment selon les années. Veillez à bien préparer votre randonnée en début de saison.

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D



Hameau de Surléta, marnes noires et Mercantour © LPO PACA



Accenteur mouchet © Aurélien AUDEVARD



Chardonneret élégant © Aurélien AUDEVARD