ALPES-MARITIMES
LE DÉPARTEMENT 06



RALLYE DÉCOUVERTE PARC NATUREL DÉPARTEMENTAL DE L'UBAC FORAN

Rallye-découverte
Parc Naturel Départemental de l'Ubac Foran
(Coordonnées GPS : 43.820211, 7.481673)

PLUS D'INFOS

Règles du jeu

Ce jeu de piste a été conçu pour vous faire découvrir le Parc Naturel Départemental de l'Ubac Foran.

Il suffit de se déplacer à l'aide du plan tout au long du parcours, de répondre aux différentes questions et d'apprécier le panorama qui s'offre à vous.

Cette activité ludique s'adresse aussi bien aux enfants qu'aux adultes qui souhaitent découvrir ou redécouvrir ce site.

Distance
4 km

Dénivelé
+222 mètres / -222 mètres

Durée
2 à 4 heures

Difficulté
à partir de 10 ans



Les réponses aux questions se trouvent en dessous de celles-ci à l'envers. Certaines questions peuvent avoir plusieurs bonnes réponses. Chaque mot avec une étoile * est défini dans le lexique.

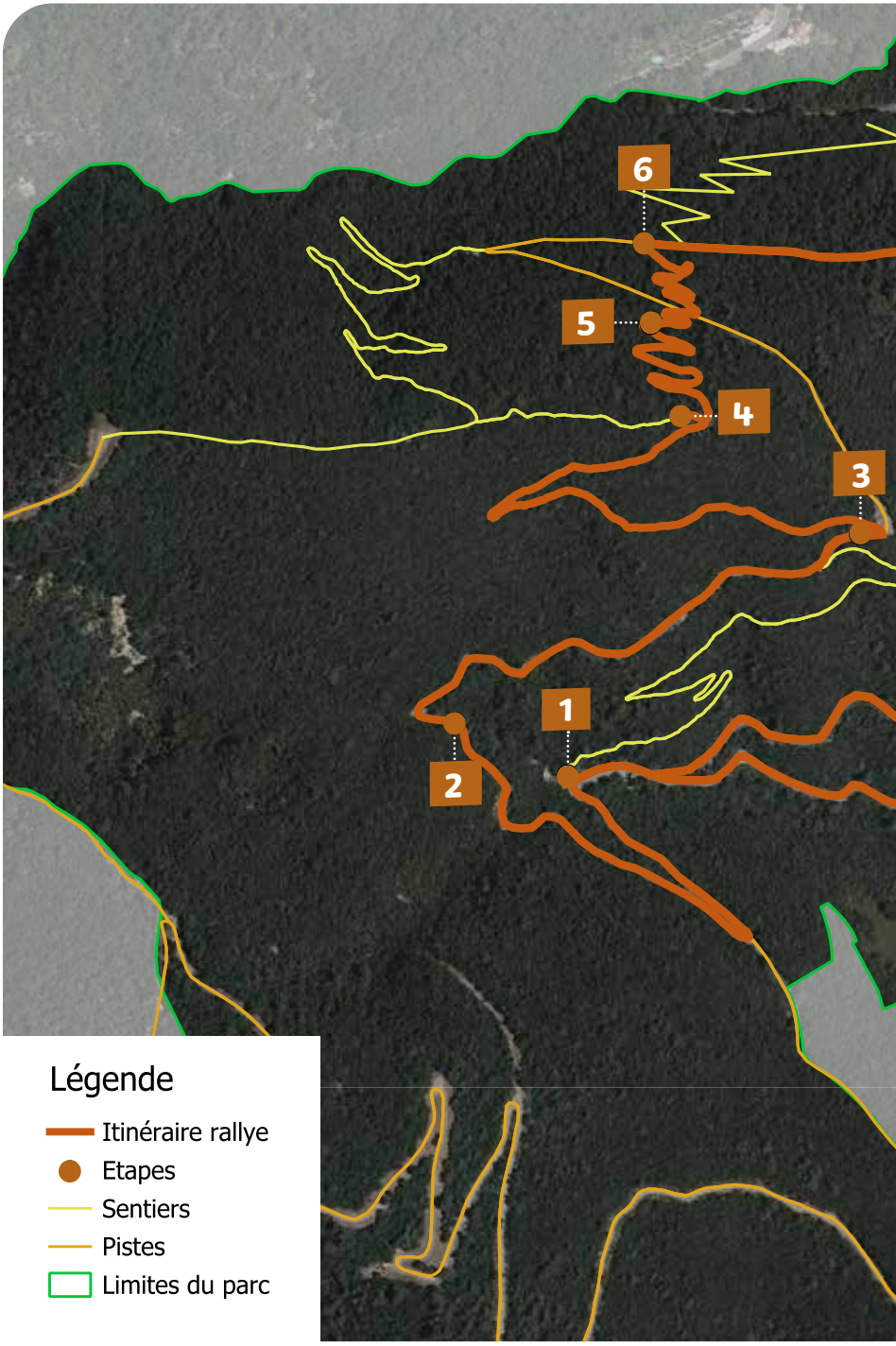
Lors de ce jeu je te conseille d'observer et d'écouter tout ce qui t'entoure. Les espèces animales et végétales rencontrées lors de cette aventure ne seront pas forcément visibles mais je te propose de découvrir leur milieu et leur mode de vie.

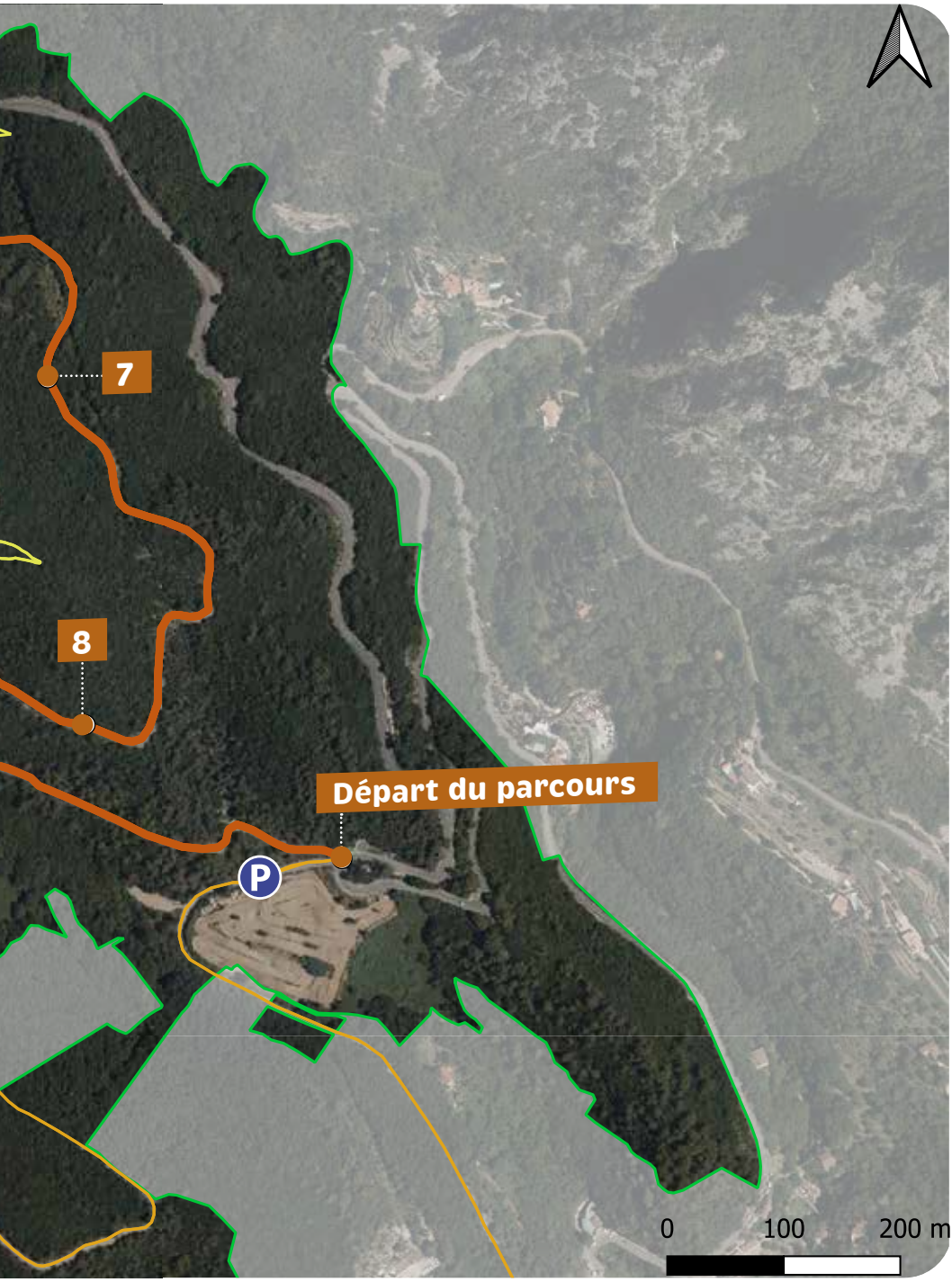
N'oublie pas ton appareil photo pour immortaliser cette aventure !

Possibilité de pique-niquer au niveau de la table d'orientation (tables de pique-nique), à la moitié du parcours.

A toi de jouer !




6
5
4
3
1
2
Légende
Itinéraire rallye
Etapes
Sentiers
Pistes
Limites du parc


7
8
Départ du parcours
P
0
100
200 m

Bonjour ! Je suis le Spélerpès de Strinati, un petit amphibien discret qui vit dans ce parc. Partons ensemble à la découverte de ce site exceptionnel et des espèces qui y vivent.



Mais avant de commencer, vérifie ton équipement :



des chaussures de marche



un sac à dos



de la crème solaire



un appareil photo (recommandé)



une casquette



un pique-nique (recommandé)



un stylo



une gourde

IMPORTANT : avant de commencer le rallye, assure-toi bien qu'il n'y ait pas de vigilance météo (crues-inondations, vents violents, canicule) ou une fermeture exceptionnelle du parc. Il est préférable d'éviter les périodes de grandes chaleurs des mois de juillet et août.

Rendez-vous au parking du parc (coordonnées GPS : 43.820211, 7.481673). Suis le circuit du livret et respecte bien les indications.

C'est parti !

Etape 1

Après la pluie, les anoures !



Depuis le parking, remonte jusqu'à la route et suis la piste qui grimpe vers le panneau du parc. Un peu plus loin, observe les bassins qui se trouvent sur ton chemin. C'est ici que commence ton aventure : réalise la première étape du jeu !

Dans ces bassins tu peux observer des pontes de grenouilles entre janvier et mars. Au printemps, les têtards se métamorphosent en grenouillettes ! Les jours de pluie ou de forte humidité, tends l'oreille et écoute le chant mélodieux des grenouilles !

Attention ! Ces espèces sont fragiles !
Tu peux les observer mais veille à ne pas les déranger.

Dans le parc vivent plusieurs sortes d'amphibiens que tu connais certainement… Les anoures. Mais qui sont-ils ? Les anoures sont un ordre d'amphibiens qui regroupe les crapauds, les grenouilles et les rainettes. Mais pourquoi ce nom étrange ? Anoure provient du grec « Anura » qui signifie « sans queue », à l'image de leur étrange anatomie.

Trois espèces d'anoures sont présentes sur le parc. Relie par des bulles de parole les affirmations correspondantes à chacune d'elle :

1

J'ai la peau épaisse et verruqueuse. J'ai des pattes courtes pour marcher. Je ponds des œufs en cordons.

2

Je suis fine et agile. Je suis verte ou rousse. J'ai de longues pattes pour sauter. Je ponds mes œufs en grappe.

3

Je suis la plus petite de la famille. Je suis d'un vert éclatant. Je grimpe aux arbres. Je ponds des œufs en petit tas.

A



Grenouille rieuse

B



Rainette méridionale

C

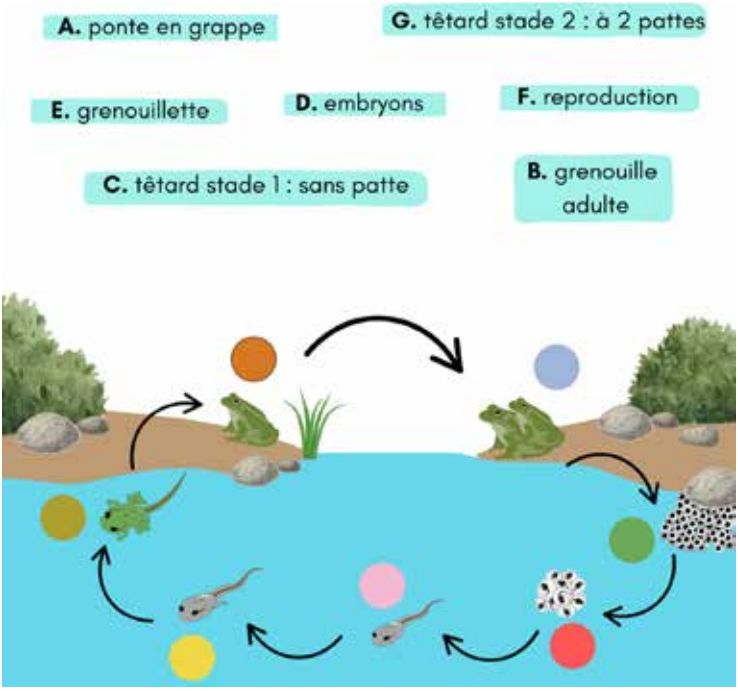


Crapaud commun

Réponses : 1-C / 2-A / 3-B

Les amphibiens ont un cycle de vie un peu particulier. Leur vie larvaire est strictement aquatique tandis que leur vie adulte est à la fois terrestre et aquatique.

Aide-moi à replacer au bon endroit les différents stades de la vie d'une grenouille :



Le sais-tu ?

Adulte, ces animaux ont besoin de fraîcheur et d'humidité pour vivre. Leur peau sécrète un mucus* qui les garde humides en permanence. Ils sont capables de respirer sous l'eau par la peau. Incroyable !

Poursuis ton chemin sur la piste puis emprunte le premier sentier à droite. Au niveau du virage traversé par un petit cours d'eau, marque un arrêt : c'est l'endroit idéal pour partir à la découverte de cette étrange petite créature !

Réponses : bleu : F / vert : A / rouge : D / rose : C / jaune : G / marron : E / Orange : B

Etape 2

Un dragon dans mon parc !



Il pleut souvent ici, et il fait humide dans les vallons. Ce sont des conditions idéales pour moi… le Spélerpès de Strinati ! Je ressemble à petit lézard visqueux, et pourtant je ne suis pas un reptile !

Je suis aussi un amphibien de la famille des urodèles, comme les salamandres et les tritons. Je suis une espèce cavernicole*, j'apprécie les milieux sombres comme les grottes, les crevasses, les éboulis ou les bords des ruisseaux forestiers. Ma langue protractile* collante me permet d'attraper mes mets favoris comme les insectes, larves et autres petites bêtes. Nocturne, je suis très difficile à apercevoir car je me cache pour me reposer pendant la journée.

Compose mon menu à partir de ces différents choix :

Cloportes

Baies

Millepattes

Mousse

Mouches

Racines

Limaces

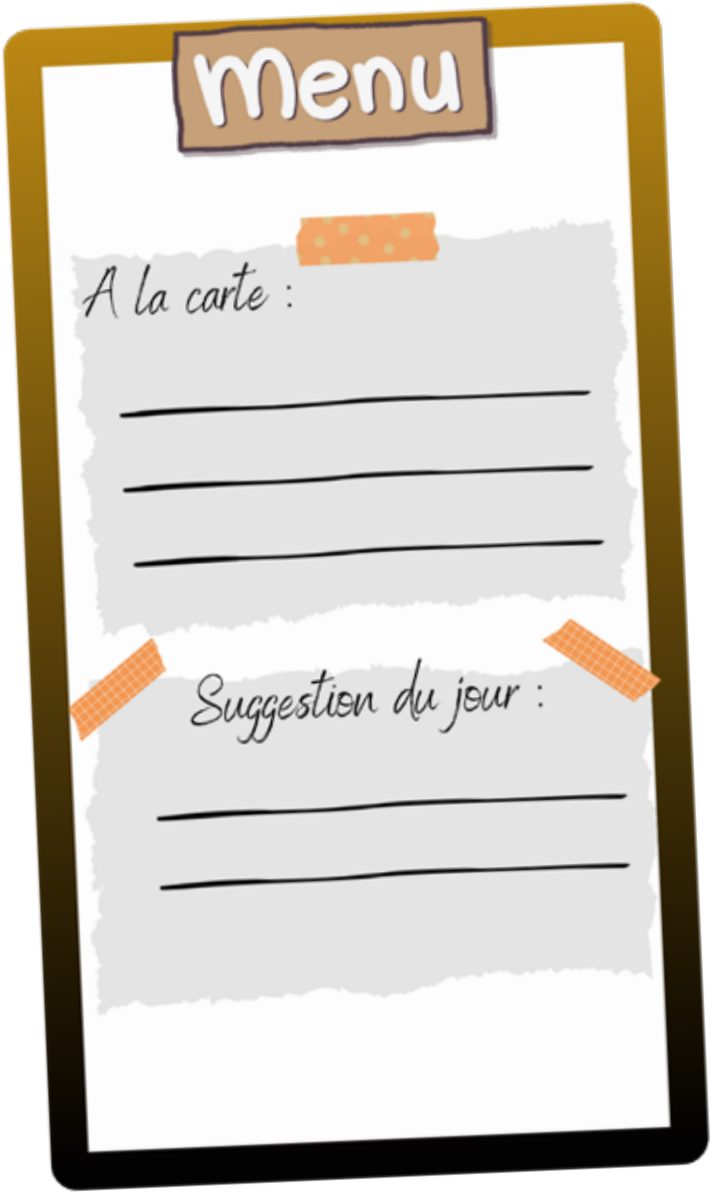
Champignons

Fougère

Glands

Larves d'insectes

Araignées



Poursuis ton chemin tout droit. Avant d'atteindre le bassin DFCI, repère le petit sentier sur ta gauche et arrête-toi à son entrée. Ouvre l'œil, un nouvel indice t'y attend !

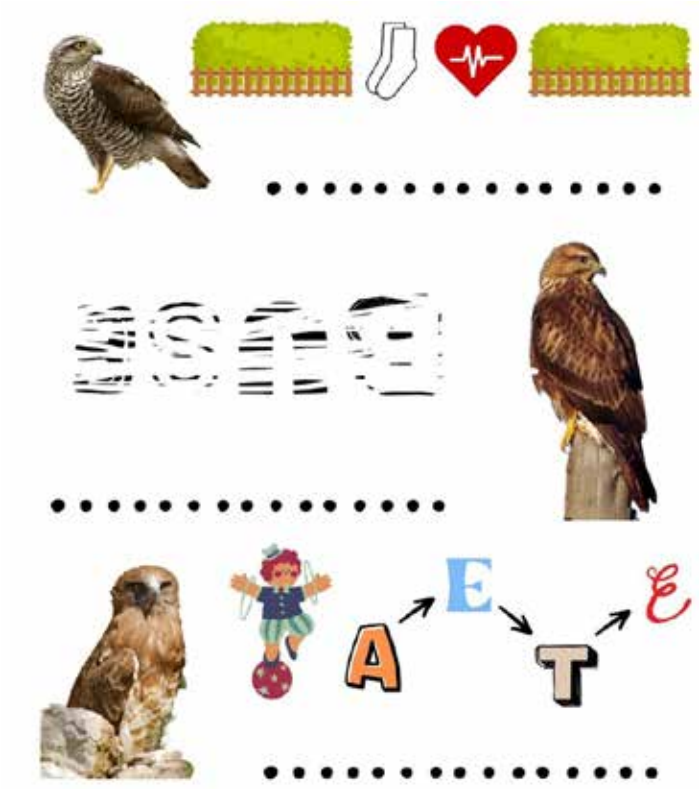
Réponses : clôportes, mouches, araignées, millepattes, larves d'insectes

Etape 3

Lève les yeux au ciel !

C'est l'endroit parfait pour observer des rapaces, souvent perchés à la cime des arbres ou sur une branche. Ici, tu peux facilement observer trois espèces de rapaces. De loin, elles ont l'air semblable* et pourtant elles sont très différentes.

Retrouve leur nom grâce à ces mots codés :



Le sais-tu ?

Les rapaces sont reconnaissables à leur grande taille. Ces prédateurs* possèdent un bec crochu et des serres* pour dépecer* leurs proies. L'épervier, la buse et le circaète sont des rapaces diurnes*. Certains rapaces sont nocturnes comme les hiboux et les chouettes que tu connais sûrement.

Réponses : épervier / buse / circaète.

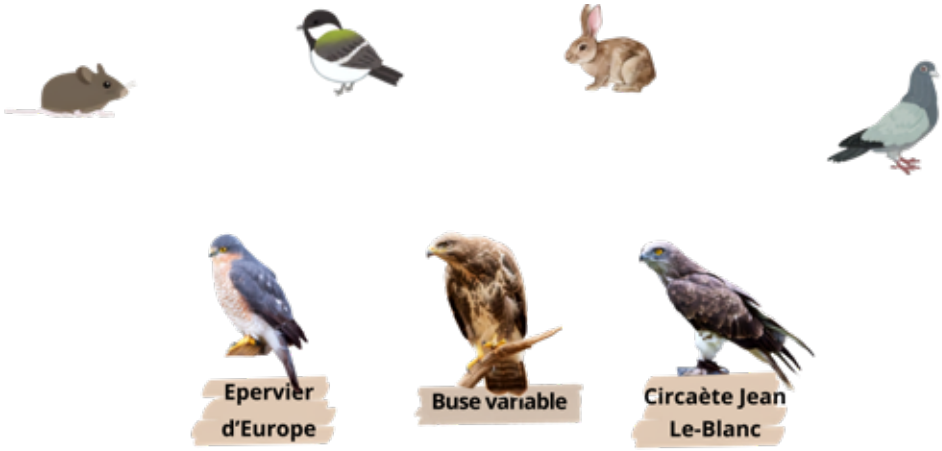


Ces oiseaux sont de grands chasseurs. Ils sillonnent les airs à la recherche d'une proie à se mettre sous le bec ! Ils jouent un rôle important dans la nature, ils contribuent à maintenir l'équilibre des populations de reptiles, d'amphibiens, d'oiseaux ou de micromammifères*.

Découvrons ensemble ce qu'ils mangent :

- La buse est opportuniste. Elle se nourrit d'oiseaux, reptiles, grenouilles, insectes, petits et gros rongeurs. Elle peut être charognarde* si l'occasion s'invite.
- Le circaète Jean-le-blanc est un spécialiste de la chasse aux reptiles mais ne refuse pas un petit rongeur ou un amphibien de temps en temps !
- L'épervier préfère, quant à lui, les petits oiseaux et les colombidés*.

Aide-moi à relier ces différentes espèces à leurs proies favorites :



Réponses : épervier : mésange, pigeon / circaète : serpent, mulot, grenouille/ buse : mésange, serpent, lapin, pigeon, criquet, mulot, animaux morts.

Etape 4

Fabuleux paysage...



Réponds à ces questions en retrouvant les informations sur la table d'orientation :

- Au sud, on aperçoit une avancée sur la mer. C'est un cap, connais-tu son nom ? …….
- Ici, on a une belle vue sur la mer. Connais-tu son nom ? …….
- Sur ta droite, au-dessus des arbres, se dresse le fameux mont Ours, le sommet le plus élevé des alentours. A quelle altitude s'élève-t-il ? …….. mètres
- Le mont Ours fait partie d'une grande chaîne de montagnes qui commence ici, au bord de la mer et qui s'étend au nord. Ses hauts sommets sont couverts de neige en hiver. De quel massif montagneux s'agit-il ? …….
- A quelle altitude sommes-nous, au niveau de la table d'orientation ? …….. mètres



Attention ! Si tu pique-niques, prends garde à ne laisser aucun déchet dans la nature.

Reviens légèrement sur tes pas en direction de la table de pique-nique située en contrebas. Poursuis ensuite le chemin jusqu'au 3ème lacet où t'attend la prochaine étape du parcours.

 Réponse : cap martin / mer méditerranée / 1250 mètres / alpes / 545 mètres

Etape 5

Promenade dans les bois...

L'ambiance se fait plus sombre et l'air devient plus humide... Les arbres possèdent de larges feuilles douces et fragiles balayées par la brise... Bienvenue dans la forêt humide de l'Ubac Foran !
Elle se trouve sur le versant à l'ombre de la montagne. Orienté vers le nord, ce versant est appelé « Ubac ». Ici, le soleil se fait rare et la fraîcheur est reine, beaucoup d'animaux se cachent dans cette forêt. S'il est rare de les observer, on retrouve parfois des indices de leur passage.

Associe le nom de chacun des animaux à leurs indices en t'aidant de l'image.

E = Ecureuil	**F = Fouine**	**B = Blaireau**	**S = Sanglier**
P = Pic épeiche	**R = Renard**	**C = Chouette hulotte**	**G = Geai des chênes**



réponses : plume 1 : g / terrier : r / plume 2 : c / empreintes 2 : e / loge : p / empreinte 3 : s / crottes : f / empreinte 1 : b

Cette forêt abrite aussi une belle diversité végétale. Voici quelques espèces que tu peux rencontrer sur ton chemin.

Associe la plante (lettre) à l'affirmation qui la concerne (chiffre) :

A



Anémone hépatique

D



Salsepareille

B



Lierre grimpant

C



Orme champêtre

E



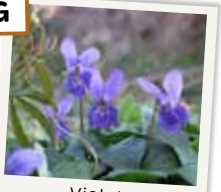
Erable champêtre

F



Primevère

G



Violette

1. ☐ Je suis une liane en forme de cœur parsemé de blanc.
2. ☐ Je suis une plante grimpante aux baies noires, utile aux oiseaux à la fin de l'hiver.
3. ☐ Je suis délicieuse, je compose divers sirops et confiseries pour les gourmands.
4. ☐ Je suis une petite fleur jaune pâle délicate, vénérée des rois, des peintres, des botanistes et des fleuristes.
5. ☐ Je suis une jolie fleur bleue des sous-bois, utilisée par les herboristes du Moyen-âge pour soigner les maladies du foie. Attention, je suis légèrement toxique !
6. ☐ Je suis un arbre au bois noble à croissance lente. Depuis des siècles je réchauffe les foyers et soutiens les maisons.
7. ☐ Je suis un petit arbre au feuillage doré en automne, je suis surnommé « le roi des haies ».

Attention, la plupart de ces plantes fleurissent au printemps. Il est donc difficile de les discerner en automne ou en hiver.

Poursuis ta descente sur le sentier. Celui-ci croisera plusieurs fois la piste, mais continue toujours sur le chemin principal. Lorsque tu atteindras la prochaine piste, arrête-toi et réalise l'étape 6 du jeu.

Réponses : A.5 / B.2 / C.6 / D.1 / E.7 / F.4 / G.3

Etape 6

Un habitant discret

Chut ! Plus un bruit ! Un animal farouche vit ici. Il s'agit du… chevreuil ! Ce petit cousin du cerf se plaît dans l'ombre de la forêt. Il est difficile à apercevoir, dissimulé dans les fourrés. Le mâle, appelé brocard, est un solitaire. Les chevrettes (femelles) forment des petites hardes* de quelques individus. Ici, ils sont si peu dérangés que l'on peut les apercevoir en pleine journée. Le chevreuil « aboie » pour impressionner son adversaire ou alerter d'un danger.

Découvre les mots associés au chevreuil en retrouvant les lettres disparues :

1 C___v__d é

4 H___b__v__r__

3 F__r E__

8 __a__V a__e

2 R__m__n a__t

M__m m__f E__e 6

5 O n__U l__

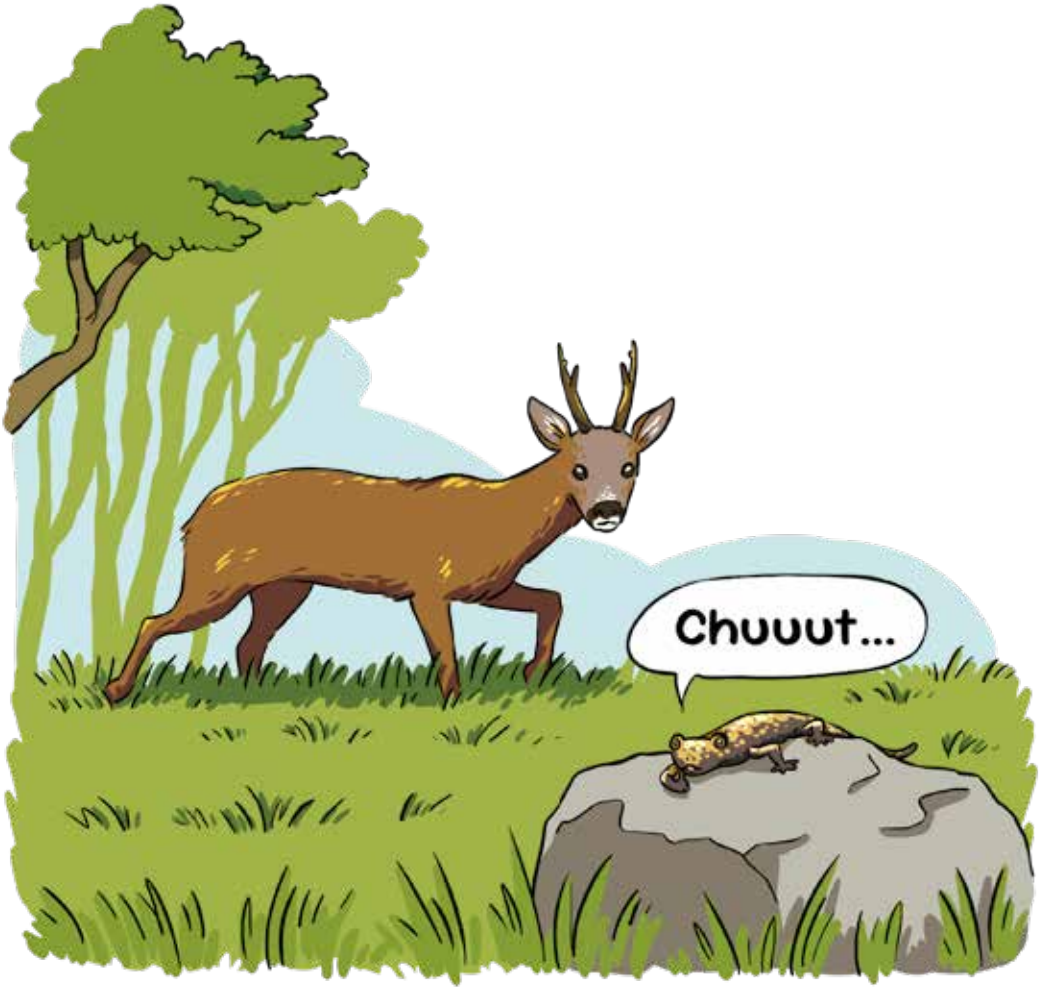
9 __o I__

7 P__L a__e

1. famille des cerfs et chevreuils
2. animal qui rumine
3. milieu boisé commençant par un « f »
4. mange de l'herbe
5. famille d'animaux qui marchent sur les ongles appelés sabots
6. animal dont le fœtus grandit dans le ventre de la mère, naît et est allaité par sa mère
7. synonyme de « fourrure »
8. inverse de domestique, se dit d'un animal
9. ce ne sont pas des cornes, ils tombent à la fin de l'automne

Marche tout droit et arrête-toi au 2ème virage. Joue l'étape ssssssssssssuivante.

Réponses : 1. cervidé / 2. ruminant / 3. forêt/ 4. herbivore / 5. ongulé / 6. mammifère / 7. pelage / 8. sauvage / 9. bois


Chuuut...

Etape 7

Insssaisissable ssserpent !

Au détour du sssentier, une ombre ssse faufile… L'herbe frémit mais tu ne vois rien ! C'était peut-être la Couleuvre de Montpellier ???
Espèce commune dans notre département, c'est le plus grand serpent de France. Comme tous les serpents, il se déplace en « glissant » sur le sol. On le retrouve dans les milieux secs méditerranéens comme ici. Il se nourrit de lézards, petits rongeurs, petits oiseaux et même des oeufs quand l'occasion se présente.

Réponds à ce petit quiz pour tester tes connaissances sur la Couleuvre de Montpellier :

1. **Elle tire souvent sa langue fourchue car…**
   - **A.** elle parle le « fourchelangue ».
   - **B.** elle a trop chaud.
   - **C.** elle ne sent pas avec son nez mais avec sa langue.
   - **D.** elle est malpolie.

2. **Elle peut mesurer jusqu'à … mètres de longueur ?**
   - **A.** 1 m
   - **B.** 1,5 m
   - **C.** 2 m

3. **Pour sa tenue elle a choisi…**
   - **A.** une tenue voyante.
   - **B.** une tenue de camouflage.

4. **Tout au long de sa croissance elle grandit et change de peau. Cela s'appelle la ….**
   - **A.** la mue.
   - **B.** la métamorphose.
   - **C.** la mutation.



Réponses : 1.C / 2.B / 3.B / 4.A

Les serpents sont-ils dangereux ? Les serpents possèdent des crochets à venin qui leur permettent de se nourrir. La proie mordue s'endort avant d'être avalée.

Pas d'inquiétude ! Le venin des couleuvres est inoffensif pour l'homme. Seul le venin de la vipère est dangereux. Si tu rencontres un serpent, reste calme et prudent, observe-le de loin et laisse-le s'éloigner.

Mais comment différencier la couleuvre de la vipère ? Facile ! Découvre les caractéristiques anatomiques de ces deux serpents :

- pupille de l'œil fendue (comme un chat)
- museau retroussé / tête aplatie triangulaire
- petites écailles serrées sur la tête



Vipère

- oeil avec pupille ronde
- tête ronde / museau large
- écailles larges sur la tête

Couleuvre





Le sais-tu ?

Contrairement aux idées reçues, la vipère est un animal paisible et peu agressif. Face au danger, elle préfère prendre la fuite. Toutefois, en cas de morsure, une rapide prise en charge à l'hôpital le plus proche est nécessaire pour l'administration d'un anti-venin.

Continue sur cette piste et laisse-toi guider par le paysage. Dès qu'un point de vue te plaît, arrête-toi pour réaliser la dernière étape du parcours.

Etape 8

D'où vient ce relief ? Comment s'est-il formé ?

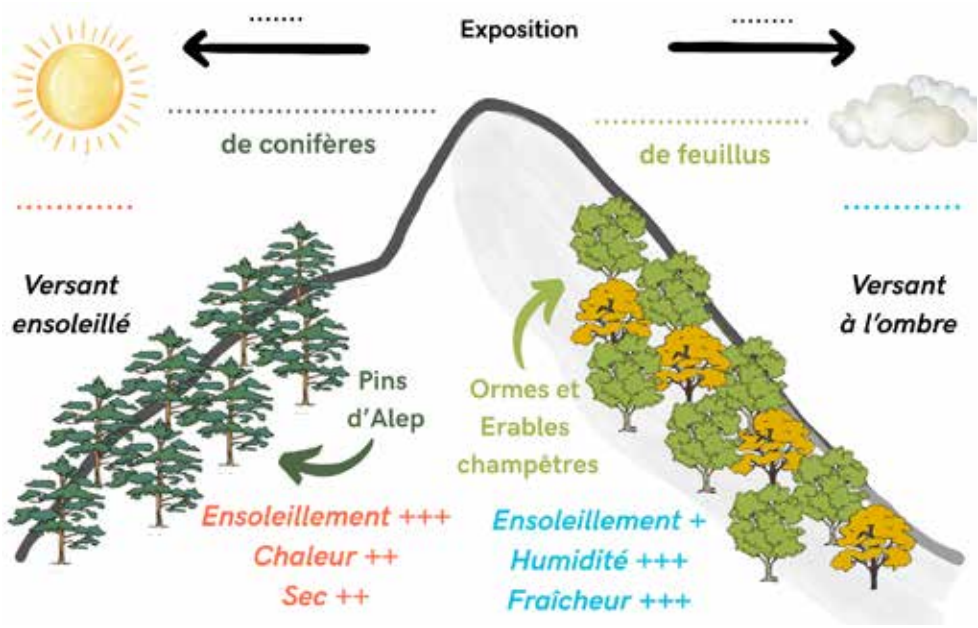


Ici, le terme « Alpes Maritimes » prend tout son sens : c'est l'endroit où les Alpes rencontrent la mer. Cette situation géographique et le relief permettent à l'humidité de stagner dans les vallons et de créer ainsi, une alternance de zones sèches et de zones humides.

De ce côté, as-tu remarqué que la végétation est différente ? Il fait plus sec ici sur le versant sud, appelé également « adret », bien exposé au soleil.

Aide-moi à comprendre ce schéma en replaçant les mots suivants à la bonne place :

Nord / Forêt méditerranéenne / Ubac / Sud / Forêt humide / Adret

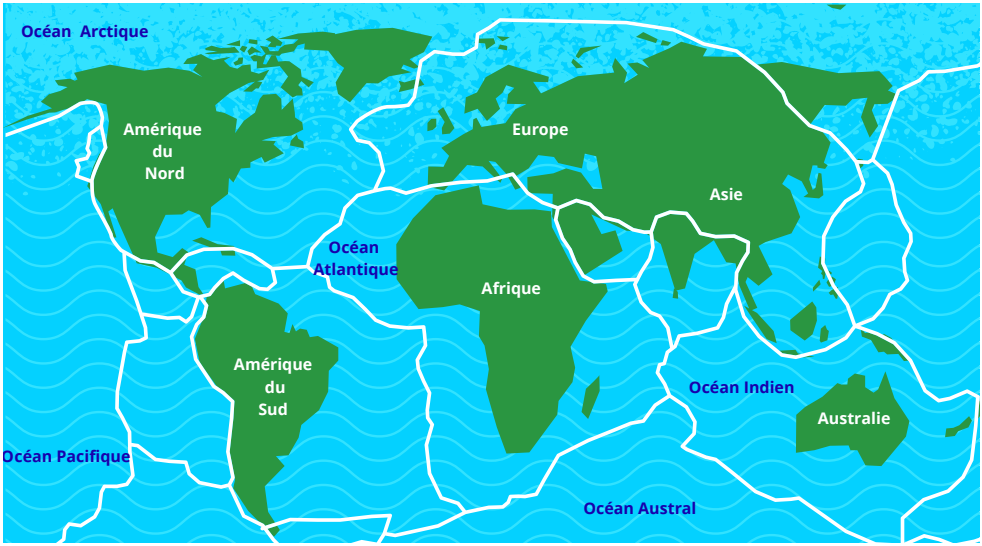


Réponses : orange : adret / vert foncé : forêt méditerranéenne / vert clair : forêt humide / bleu : ubac/ noir côté soleil : sud / noir côté nuage : nord

La terre sous tes pieds est en mouvement. Elle bouge lentement, de quelques centimètres par an. La plupart du temps, on ne s'en rend même pas compte ! Mais parfois, il nous arrive de ressentir son mouvement : c'est le tremblement de terre, aussi appelé « séisme ».

La couche de la terre sur laquelle nous marchons s'appelle la croûte terrestre. Elle est morcelée en plaques tectoniques qui forment un « puzzle » géant ! Chaque pièce de ce « puzzle » est en mouvement. Ces plaques peuvent soit s'éloigner, soit se rapprocher. C'est la collision entre ces plaques qui donne naissance aux montagnes.

Ici, c'est la collision entre la plaque africaine et la plaque européenne qui est à l'origine de la formation des Alpes.



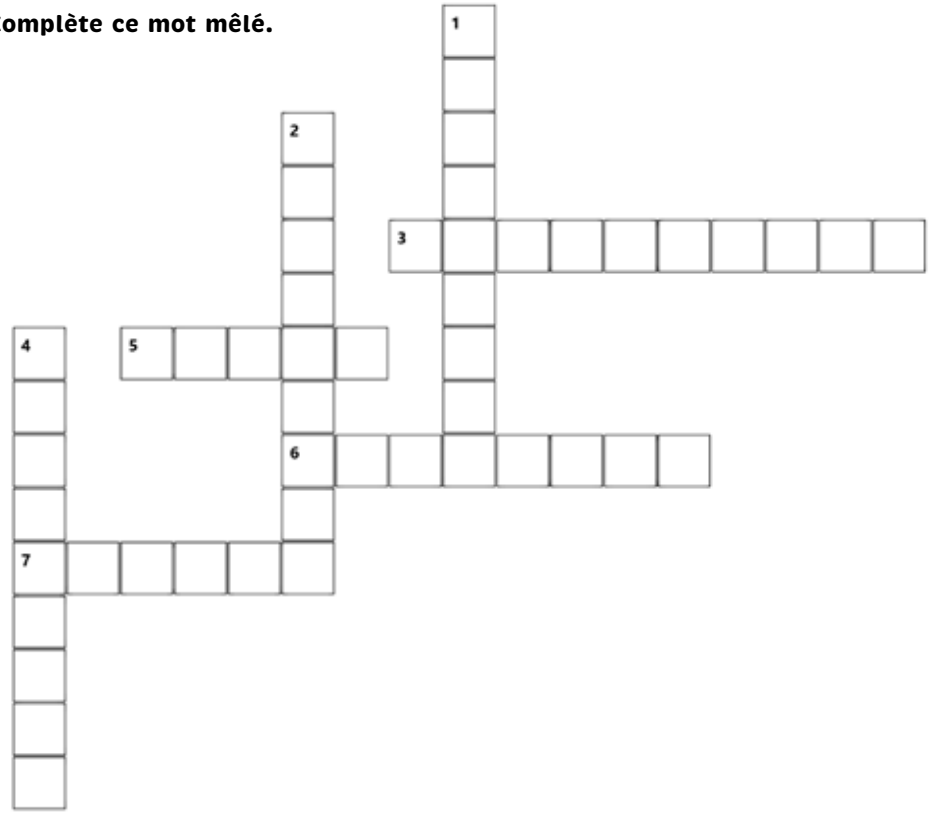
Le sais-tu ?

Des petits bouts d'Afrique sur les sommets des Alpes, c'est possible ? Eh bien oui ! La croûte terrestre africaine s'est déformée et déchirée sous l'effet de la collision des plaques. C'est comme ça que des roches de la plaque africaine se sont retrouvées sur certains sommets du toit de l'Europe ! Incroyable, non ?

Pour rejoindre ta voiture, à l'intersection des deux pistes, prends celle de gauche. Lorsque tu arrives à la route, tourne à droite : elle te ramènera au parking.

Teste tes connaissances

Complète ce mot mêlé.



Horizontal

3. Amphibien de la famille des anoures, qui a la peau lisse et qui se déplace en sautant.
5. Versant d'une montagne orienté vers le sud et qui bénéficie d'une belle exposition au soleil.
6. Petite fleur mauve comestible qui aromatise des boissons ou confiseries.
7. Végétal haut qui peuple la forêt de l'ubac Foran et le teinte en jaune à l'automne.

Vertical

1. Gros animal herbivore habitant de la forêt. Le mâle est appelé brocard.
2. Reptile qui affectionne les milieux méditerranéens. Sa tête est couverte d'écaille larges et sa pupille est ronde.
4. Petit amphibien cavernicole de la famille des urodèles.

Réponses : 1-chevreuil / 2- couleuvre / 3-grenouille / 4- spélerpès / 5- adret / 6- violette / 7- erable

Donne une définition au vocabulaire ci-dessous :

1. **Ubac :** ……
……

2. **Amphibien :** ……
……

Cites-en un qui vit dans le parc : ……..

3. **Nocturne :** ……
……

4. **Rapace :** ……
……

Cites-en un qui vit dans le parc : ……..

5. **Séisme :** ……
……

6. **Prédateur :** ……
……

Cites-en un qui vit dans le parc : ……

Réponses : Ubac : versant d'une montagne orienté vers le nord / Amphibien : famille d'animaux à la fois aquatique et terrestre qui regroupe les anoures et les urodèles : grenouilles, crapaud, rainette, Spélerpès / Nocturne : qui vit la nuit. / Rapace : famille d'oiseaux prédateurs, de grande taille, qui possèdent un bec crochu et des serres : buse, épervier, circaète / Séisme : tremblement de terre / Prédateur : animal qui chasse d'autre animaux pour se nourrir.

Félicitations, tu as réussi l'ensemble du parcours ! Merci de ta participation et à bientôt pour d'autres rallyes découverte dans les Parcs naturels départementaux.



NOTES

Contemplez !

Dans nos 20 parcs naturels départementaux





Que la nature maralpine est belle !

Soucieux de prendre soin des espaces naturels sensibles, riches en biodiversité et en paysages au relief marqué, le Département des Alpes-Maritimes a, dès les années 1960, créé, protégé et développé 20 Parcs naturels départementaux. Un engagement qui fait écho à la politique GREEN Deal que je mène depuis 2017.

Ces joyaux de notre territoire méritent une attention toute particulière, de la part de chacun. Nous devons veiller à concilier préservation des milieux et accueil du public, tout en offrant aux visiteurs une diversité des sites à la hauteur de leurs attentes.

Du haut-pays au littoral, ces espaces exceptionnels font la fierté des Alpes-Maritimes. Aménagements, aires de loisirs et de détente, animations...venez profiter de ce que la nature maralpine a de plus beau à offrir !

Des espaces naturels sensibles protégés

4 896 hectares terrestres.
353 hectares maritimes.

3 200 000 visiteurs par an.

Explorez la nature autrement !

Le Département des Alpes-Maritimes vous invite, au fil des saisons, à participer à des animations tout public, variées et adaptées à chacun.

Participez à une balade découverte des patrimoines naturels et bâtis.

Découvrez des milieux accueillant la faune et la flore patrimoniales.

Apprenez à reconnaître les oiseaux dans leur milieu naturel.

Observez les fonds marins en randonnée subaquatique.



Vivez une aventure hors du commun avec chasses aux trésors, balades théâtralisées.

Plongez-vous au temps de la préhistoire.

Découvrez les espèces de poissons d'eau douce par la pratique de la pêche « no kill ».

Pratiquez l'escalade et la spéléologie pour connaître la faune et la flore des parois rocheuses et des cavités.

Visitez la Maison de la nature !

Située au sein du Parc naturel départemental de la Grande Corniche, la maison de la Nature vous permettra d'approfondir vos connaissances sur les secrets des patrimoines naturels et historiques de ce parc et de découvrir, au travers des expositions temporaires et des projections, les richesses de la biodiversité des Alpes-Maritimes.



© PHOTO : A. VASSEUR - MAISON DE LA NATURE





Visitez la maison de la Nature et découvrez la faune et la flore méditerranéennes.

LES EXPLORATEURS DES PARCS

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION

ET RENDEZ-VOUS DANS LES PARCS NATURELS POUR DÉBUTER L'EXPLORATION !



TÉLÉCHARGEZ LE JEU DIGITAL SUR :

Télécharger dans l'App Store

DISPONIBLE SUR Google Play

Gratuit

Sur Smartphone

Dès 8 ans (accompagné d'un adulte)

Partagez votre expérience sur les réseaux sociaux #explorateursdesparcs @departement06

* Lexique

Amphibien : animaux vertébrés qui possède 2 «vies», une première aquatique et une seconde terrestre à l'état adulte.

Cavernicole : qui vit dans les cavités, grottes ou fissures. Qui apprécie les milieux sombres.

Charognard : qui se nourrit d'animaux mort, de cadavre.

Colombidés : oiseaux de la famille des colombes, pigeons et tourterelles.

Diurne : qui vit le jour.

Harde : groupe d'animaux sauvage vivant ensemble.

Micromammifères : petits animaux, petits rongeurs.

Mucus : substance « gélatineuse » ou humide sécrété par la peau pour protéger les amphibiens du dessèchement.

Prédateur : animal qui chasse d'autres animaux (proies) pour se nourrir.

Protractile : organe qui peut être étirer ou projeter vers l'avant avec rapidité.

Semblable : qui se ressemble.

Serre : griffe des rapaces.

Urodèle : amphibiens à queue, comme les salamandres et les tritons.

Cet espace naturel est fragile respectez le !



Retrouvez toutes
les animations
des Parcs naturels
départementaux sur :

Votre avis
sur ce rallye nous
intéresse !

www.departement06.fr

© Département 06 : M.babin - Q.Poiteaux - J.Lacombe - A.Vasseur
© CEN PACA : JC.Tempier - J.Deffarges -C.Roy - A.Simon - J.Celse
© LPO : A.Audevard

Conception : Annie DUBOIS, Marie-Agnes BABIN | Département 06

PLUS D'INFOS