



CHARTRE DE L'EXPLORATEUR

#ExploreTerredeJeux2024

© E. Barbelette



La LPO, première association de protection de la nature en France et les collectivités labellisées Terre de Jeux 2024, vous proposent des parcours nature #ExploreTerredeJeux2024. Le temps d'une randonnée, d'une course à pied, d'une sortie en kayak ou autre, ouvrez l'œil et tendez l'oreille, la nature vous entoure !

Découvrez tous les parcours nature LPO
#ExploreTerredeJeux2024 : www.lpo.fr

Distance : Boucle de 9,1 km

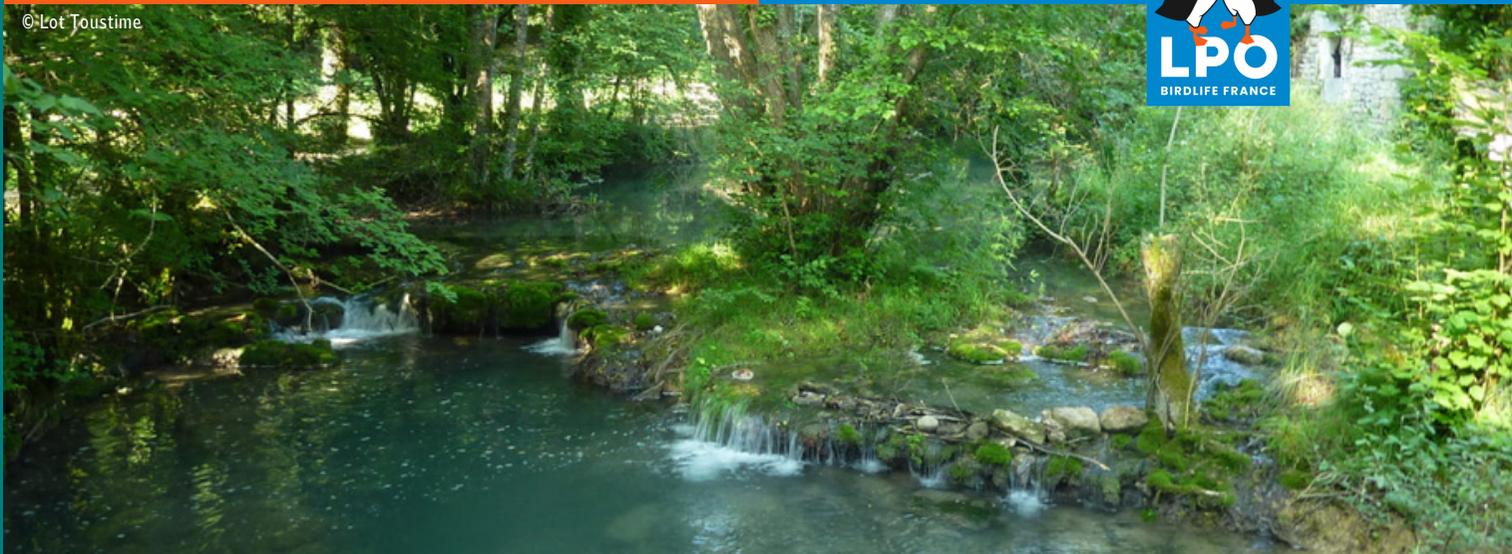
Activités : Randonnée/marche, course à pied, cyclisme/vélo, équestre

Niveau de difficulté : Intermédiaire

Accessibilité : Déficience intellectuelle, acuité auditive réduite

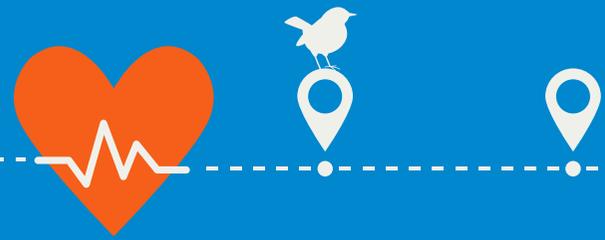


© Lot Toustime



PARCOURS SPORT & NATURE

ALLONS VOIR SI LA RAUZE



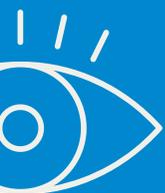
Mille pulsations au rythme de la nature !
Combinez sport et biodiversité sur le Causse de Gramat.



-  **Quand je marche, je regarde où je mets les pieds,** pour ma sécurité comme pour celle des petites bêtes.
-  **Je reste sur les chemins établis** j'emprunte les passages piétons quand nécessaire et je prends garde à ne pas me pencher au-dessus du vide !
-  **Si je vois des oiseaux dans leurs nids,** je ne reste pas trop longtemps à proximité pour ne perturber ni les parents ni leurs petits.
-  **J'évite de toucher les reptiles et amphibiens,** leur peau est délicate. Ces espèces sont protégées par la loi.
-  **Je tiens mon chien en laisse d'avril à juillet** pour ne pas perturber la faune sauvage et ses petits.
-  **Je rencontre un animal sauvage blessé sur mon parcours ?**
Je contacte la LPO Occitanie à Cahors : 05.65.22.28.12
-  **Je ne laisse aucun déchet dans la nature** ou trace de mon passage.



© LPO Occitanie DT Lot



OUVREZ L'OEIL

LA SALAMANDRE TACHETÉE

Cet amphibien délicat jaune et noir passe de la mare à la forêt en fonction des saisons. Elle peut venir déposer ses petits dans l'eau dès le mois de février. La salamandre est sensible aux écrasements, traversant souvent des routes pour rejoindre une forêt ou son point d'eau.

AUTRES ESPÈCES À OBSERVER

Oiseaux: Pic vert, Rouge-gorge familier, Mésange bleue, Pinson des arbres, Fauvette à tête noire, Bergeronnette grise

Mammifères: Renard roux, Blaireau européen, Chevreuil européen, Écureuil roux

Flore: Églantier, Chêne pubescent, Robinier faux acacia, Cornouiller sanguin, Lierre grimpant, Frêne commun, Peuplier noir, Aulne glutineux

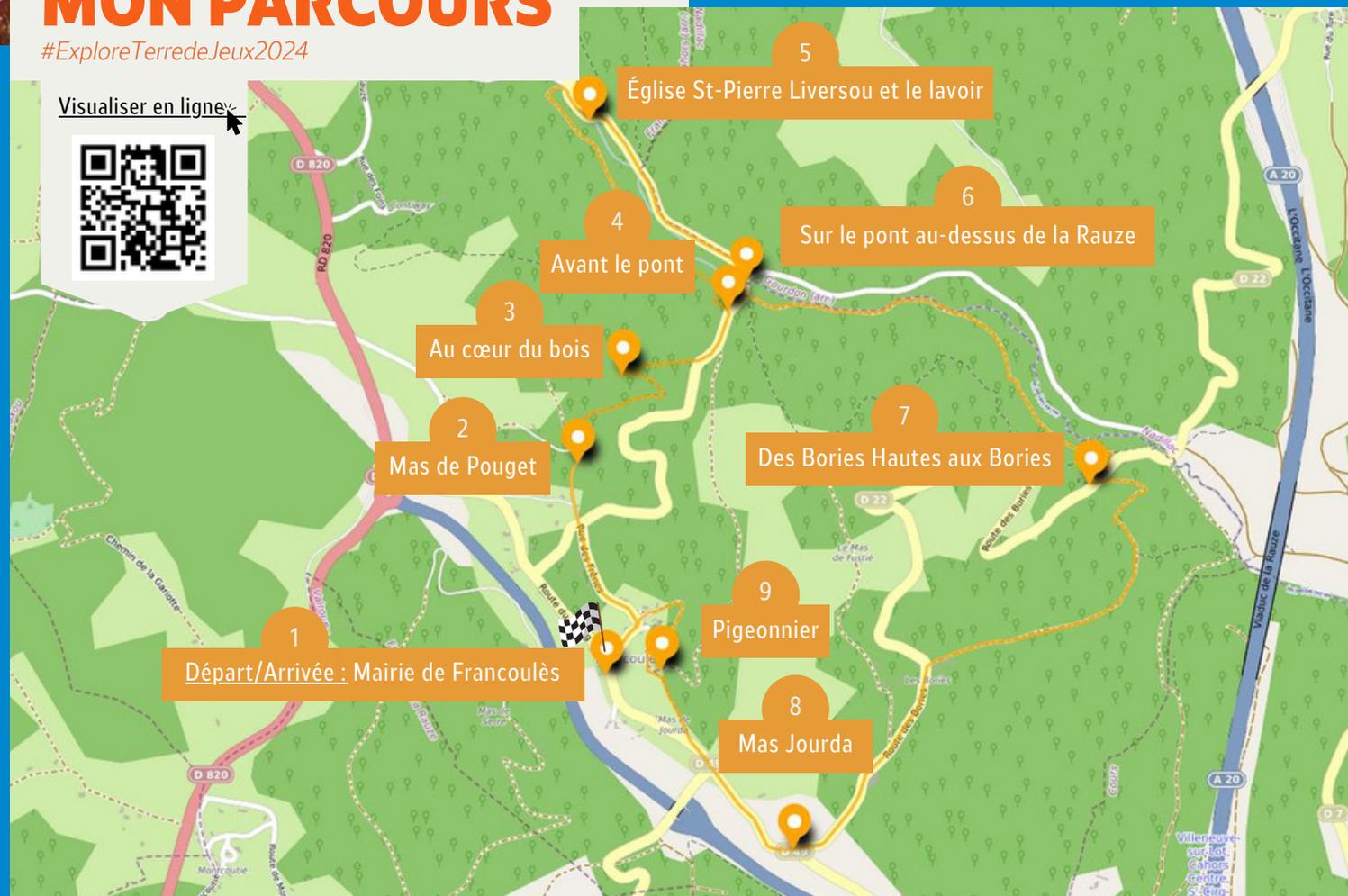
LA PELOUSE SÈCHE

Sur les Causses du Quercy, la pelouse sèche est l'habitat le plus surveillé d'un point de vue écologique. Ces herbes rases particulières permettent le développement de plantes autochtones, comme diverses orchidées faisant la richesse botanique du Lot, ou l'Azuré du Serpolet, et même l'incroyable Lézard ocellé.

MON PARCOURS

#ExploreTerreDeJeux2024

Visualiser en ligne



LA RIPISYLVE

Quand on longe une rivière, les arbres peuvent être différents de ceux rencontrés en forêt. Adaptés aux crues, ils permettent aussi le maintien des berges par leurs racines. En les laissant grandir et vieillir, ils accueillent toujours plus de biodiversité. Vous reconnaîtrez peut-être le Frêne, l'Aulne glutineux ou le Peuplier noir.

