

UN CHEMIN, UNE ÉCOLE®

ESPLAS SONORE



S.I.V.E. DU MASSIF DE L'ARIZE
ESPLAS-DE-SÉROU LARBONT
MONTAGNE SENTENAC-DE-SÉROU

Esplas-de-Sérou
Pyrénées Ariégeoises



Parc
naturel
régional
Pyrénées
Ariégeoises

Le mot...

...de La Fédération Française de Randonnée Pédestre

Après avoir mené plusieurs dossiers « Un chemin Une école® » autour de Varilhes nous avons eu la demande, de l'école d'Esplas-de-Sérou. Je n'ai pas hésité un seul instant pour mener le projet à son terme, pour sortir de notre vallée de l'Ariège et découvrir une partie du Séronais que je connais pour y avoir travaillé pendant 10 ans.

La première surprise est la beauté du paysage vu de la cour de récréation qui domine la vallée et sur la montagne vers le col des Marrous. L'association sentiers et Culture avec l'ALAE ont participé activement à débroussailler le chemin et à fabriquer les plaquettes de balisage.

La pandémie qui dure a perturbé le projet mais maintenant on arrive au bout avec la création de ce petit livret. On enrichit notre bibliothèque d'un chemin de plus et il ne reste qu'à le faire découvrir aux randonneurs d'ici et d'ailleurs.

Bonne randonnée.
Michel Souleils.

...du Sive du massif de l'Arize

Nos communes de moyenne montagne sont riches des anciens chemins aménagés et empruntés par les habitants d'autrefois. Ils servaient de voies de communication entre les hameaux et les villages.

Que les enfants des écoles réouvrent l'un ou l'autre de ces sentiers, qu'ils mettent leurs pas dans ceux de nos anciens, nous remplit de joie et de fierté.

Je remercie la fédération de randonnée et le PNR pour avoir initié ce beau projet : un sentier une école. En tant qu'utilisateurs, vous allez pouvoir profiter du chant des oiseaux, des créations sonores élaborées par les enfants et qui sait découvrir une morille bien cachée sous un buisson...

Le président du SIVE

...des maternelles- CP

Bonjour,

Notre chemin est très beau et ne vous inquiétez pas, vous n'allez pas vous perdre, nous allons vous donner un livret pour tout vous expliquer.

Sur notre chemin vous pourrez admirer l'abreuvoir et écrire des haïkus comme nous, écouter le chant des oiseaux, créer des bruits ou des musiques avec la nature, réaliser votre carte sonore.

Explorez et profitez bien !

Avec la coopération de...

L'association Sentiers et Culture qui a grandement participé à l'ouverture et à l'entretien du sentier.

Cette association est constituée exclusivement de bénévoles particulièrement impliqués, a pour but essentiel la promotion de la Culture et la préservation de notre environnement pour mettre en valeur notre Patrimoine culturel local à Esplas-de-Sérou.

Sur le volet environnement, l'équipe poursuit son travail de débroussaillage et de signalétique des sentiers communaux.

Sur le volet culturel les bénévoles tiennent les permanences de la bibliothèque et organisent des manifestations telles que les goûters des mots, une exposition de photos anciennes, un atelier d'écriture, des projections de film...

Contact : jacques.guinois@wanadoo.fr

...des élémentaires

Bonjour à tous et à toutes,

Sur ce sentier créé par notre école, vous allez pouvoir entendre des sons : c'est un sentier sonore !

Vous allez peut-être avoir la chance d'entendre un geai donner l'alerte qu'un randonneur approche, un pivert taper contre un arbre, un ruisseau asséché couler de nouveau et bien d'autres choses encore. Vous allez aussi pouvoir écouter nos enregistrements : des créations sonores avec des objets de la forêt, un quizz sur les sons de la forêt, un atelier de philosophie que nous avons mené sur le thème « marcher en forêt », des poésies que nous avons récitées.

Et en arrivant à Brachy, vous pourrez regarder tous les animaux qui vivent dans le lavoir.

Les élèves d'Esplas-de-Sérou vous souhaitent une bonne randonnée !



VOUS POUVEZ SCANNER LE QR CODE DU SENTIER SONORE
AVEC VOTRE SMARTPHONE OU TÉLÉCHARGER
LES FICHIERS À L'ADRESSE :

<https://ariegenature.fr/sentier-de-randonnee-esplas-sonore/>

SINON VOUS POUVEZ CONTACTER LA MAIRIE AU 05 61 64 50 19 POUR UN PRÊT
DE LECTEUR MP3.

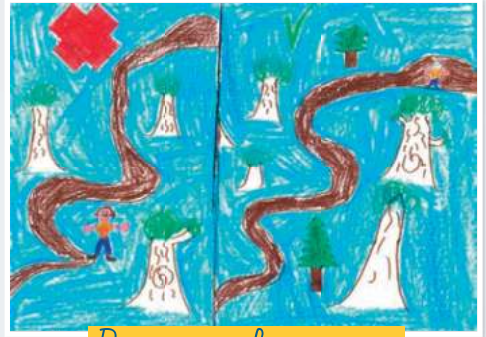


Attention, Esplas-de-Sérou étant une zone blanche, on ne capte pas bien internet, pensez donc à télécharger les pistes sonores avant de venir !

Les consignes pour bien randonner



Respectons les espaces protégés



Restons sur les sentiers



Attention à nos semelles



Refermons les clôtures et les barrières



Gardons les chiens en laisse



Soyons discrets



Récupérons nos déchets



Partageons nos transports



Laissons pousser les fleurs



Partageons nos espaces naturels



Évitons de faire des feux

1 On descend tout d'abord un peu sur la gauche en sortant de l'école. .

2 Au hameau du Tosh, il faut tourner à droite et descendre en longeant le jardin de Danièle. Le chemin bifurque ensuite vers la gauche et traverse la forêt en longeant la route, puis descend.

3 En arrivant au grand pré, le chemin descend brusquement à droite vers l'abreuvoir. Il faut traverser un petit ruisseau souvent asséché, puis remonter à travers le bois pour rejoindre la route au niveau de Brachy.

4 Arrivés sur la route, tourner à droite et continuer sur 50m, puis tourner à gauche au chemin qui passe à travers un jardin. Continuer le sentier dans la forêt jusqu'à la clairière où parfois on rencontre des chevaux (les chiens devront donc être tenus en laisse à ce niveau).

5 Il faut ensuite remonter en suivant les balises pour rejoindre la route une nouvelle fois : penser à bien refermer le portillon*. Suivre la route à droite jusqu'au virage.

*Itinéraire bis

Si vous vous baladez avec votre animal de compagnie ou si vous redoutez la présence de chiens de protection, nous vous proposons de rejoindre l'école en empruntant la route plutôt sur la gauche.

6 Après être passé devant la grue devant chez Salah, passer le virage et traverser. Remonter ensuite vers le hameau d'Eychenat pour rejoindre le chemin sur la gauche.

7 On passe alors devant la ferme de Clément et Célia qui font et vendent du bon fromage de brebis. On passe devant les boîtes aux lettres puis on remonte vers le haut du hameau à droite.

8 Au niveau de la maison en ruine, le sentier part vers la droite et remonte vers le plateau. Une halte s'impose pour admirer la vue et écouter l'écho.

9 Juste avant le réservoir d'eau, le sentier prend deux directions : à droite, il part vers Alozy, à gauche il descend pour rejoindre l'école. La dernière partie de la balade emprunte la route, avec quelques petits raccourcis pour couper les virages




Attention, vous traversez une zone de pastoralisme gardée par un patou. Un bon chien de protection, surveillant son troupeau, prévient le berger de chaque intrusion dans un périmètre proche des moutons. Un tel chien aboyant et dévalant la pente peut vous impressionner.

Si tel est le cas,

- gardez un comportement calme
- ne criez pas
- ne jetez pas de pierre
- ne menacez pas de votre bâton

Le chien prendrait cela comme une agression.

Passez tranquillement votre chemin.

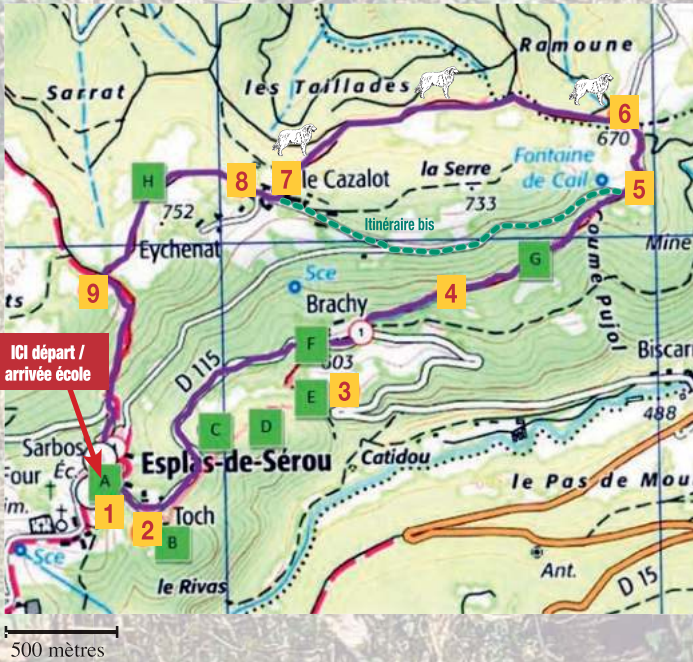
Si vous ne préférez pas rencontrer le Chien de protection parce que vous avez un chien ou que vous avez une appréhension préférez l'itinéraire bis noté : 

Fiche pratique

- **Durée :** 1h30
- **Longueur :** 4,3 km
- **Difficulté :** facile
- **Dénivelé cumulé :** + 175 m
- **Parking :** à l'école

À écouter sur le chemin :

- A** Piste 1 : Les consignes
- B** Piste 2 : Chanson « Aller, aller, aller » de Camille chantée par les enfants
- C** Piste 3 : Les oiseaux du sentier
- D** Piste 4 : Quizzy des sons de la forêt
- E** Piste 5 : Cap sur la Poésie, mise en voix par les élèves
- F** Piste 6 : Les Haikus de l'abreuvoir
- G** Piste 7 : Poésie « L'emmène » d'Albane Cellé mise en voix par les élèves
- H** Piste 8 : L'atelier philo,
- I** Piste 9 : Générique de fin.



Le balisage du chemin

CONTINUITÉ



CHANGEMENT DE DIRECTION



MAUVAISE DIRECTION



Le balisage a été réalisé sur des supports en bois.

quizz sonore

Les réponses du quizz : deux baguettes tapées, cogner des cailloux, une feuille qu'on enroule, des maracas de noisettes, un bâton froissé, de la mousse qui se déchire, la caresse de l'herbe, une vague de feuilles.

Les oiseaux et la forêt du sentier

Ecouter la piste numéro 3 :



lvette la fauvette est très bavarde, elle adore se cacher dans la forêt, ce n'est pas facile de la voir.



La mésange charbonnière est facile à reconnaître car son chant fait tic tac à tic, tac à tic.



Le pic et pêche c'est le roi des tambourineurs, il tape plus de 20 fois en 1 seconde.



Le pinson des arbres, c'est le musicien de la forêt.



Le merle est un peu peureux, quand il est surpris il lance des petits cris d'alarme. La femelle est marron et le mâle est noir.

Les extraits sont tirés du « Guide des Chants d'oiseaux d'Europe Occidentale » de BOSSUS ANDRE - CHARRON FRANCOIS



Le geai des chênes adore les glands.
Il alerte les copains avec un grand cri.



Le pouillot véloce est le premier oiseau qui revient d'Afrique, il annonce le printemps et niche sur le sol.



Il adore faire des trous dans les arbres, et s'attaquer aux fourmilières, son cri, c'est comme un grand éclat de rire.
Le pic vert.



POÉSIES

Écouter les pistes 5 et 7

Cap sur la Poésie

Eh, capitaine au fond de moi,
ajoute ce point cardinal
à ton compas!

Ajoute cette étoile
au ciel de nuit!
Ajoute cette île sur la carte !

Ordonne enfin
qu'on largue les amarres
prenons le large et sans tarder!

Eh, capitaine emmène-moi
je veux t'entendre crier à
l'équipage :
cap sur la Poésie !

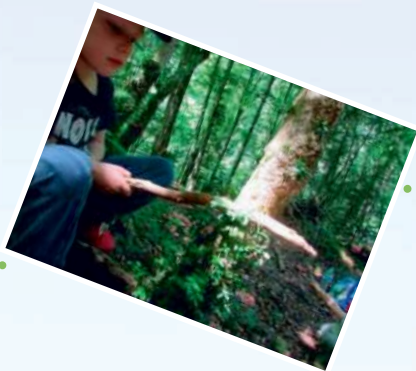
Oliver Deck

J'emmène

J'emmène mon cheval avec moi
quand arrivent les nuits noires
on s'en va regarder
tourner les éoliennes
les manèges, les planètes
avec une provision de pépins
sous les sabots
(à planter si possible
juste derrière l'horizon)
alors si on réussit
à avoir tous les deux
le courage du coquelicot
on aura encore des forces
pour les jours à venir

Albane Gellé

Créations sonores dans le sentier



Ecouter la piste
numéro 4 et tenter de
trouver comment les sons
ont été produits avec
les éléments autour
de vous.



Haïkus de l'abreuvoir

Ecouter la piste
numéro 6

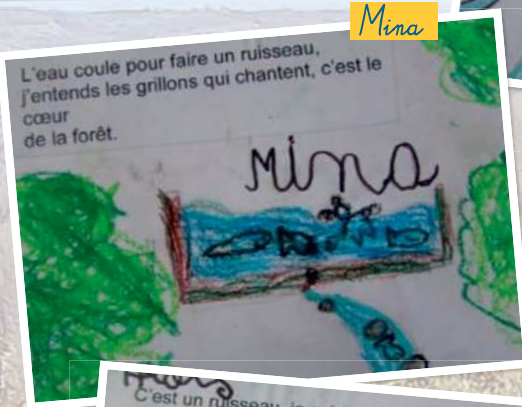
Zélie



Meddy



Mina

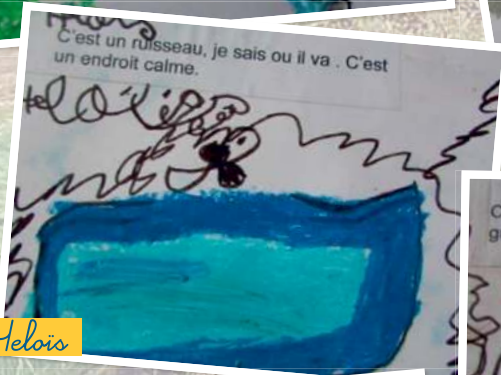


C'est un bel endroit, les cailloux, la rivière,
les fleurs.



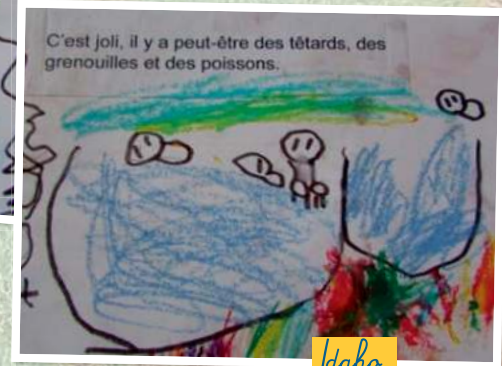
Félix

C'est un ruisseau, je sais où il va. C'est
un endroit calme.



Héloïse

C'est joli, il y a peut-être des têtards, des
grenouilles et des poissons.

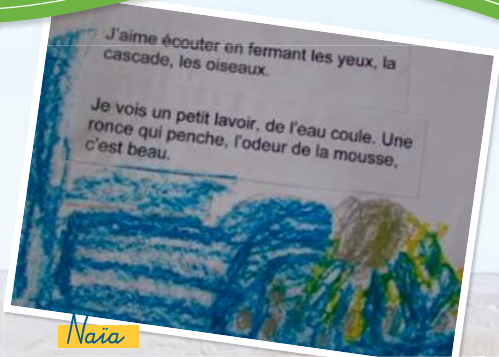


Idaho

L'eau coule dans l'abreuvoir, c'est beau



Haïkus de l'abreuvoir du sentier



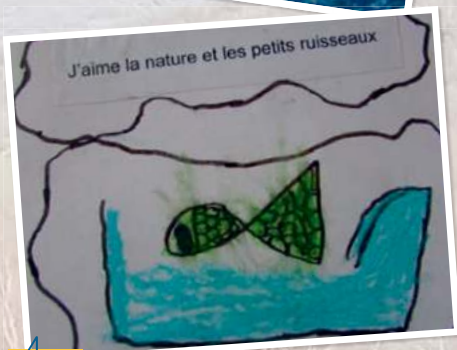
Naïa



Aboiement de chien
Chemin portant grand bonheur
Volant au-dessus

Fleurs belles du sentier
La rivière couleuse de nuit
Prairie silencieuse

Norhane



Aya



Mouche violetant
Mouche suceuse de sang
Mouche pénible

Scampy trotinant
Scampy courant plus vite
Scampy de joie jolie

Hanako



Une cascade en rêve
Un abreuvoir rectangulaire
Une gourde cylindrique

Crotte de hérisson
Indice par-ici
Boule piquante par-là

Polin



Arbre vert aux branches
Orage jaune éclatant
Petit oiseau joyeux

Zora

TVB... Qu'est-ce que c'est ?

La Trame verte et bleue est un réseau d'éléments naturels (haies, prairies, bois, rivières, etc.) qui doit permettre aux espèces animales et végétales de circuler, de s'alimenter, de se reproduire, de se reposer... bref, d'assurer leur survie.

La trame verte et bleue est composée de :

Réservoirs de biodiversité

Ce sont les zones vitales, riches en biodiversité, où les espèces peuvent réaliser l'ensemble de leur cycle de vie : reproduction, alimentation, abri...

Zones relais :

Ce sont des espaces avec un potentiel écologique plus faible que les réservoirs de biodiversité mais pouvant néanmoins jouer un rôle pour la survie des espèces qui les utilisent pour leurs déplacements ou pour effectuer une partie de leur cycle biologique.

Corridors écologiques

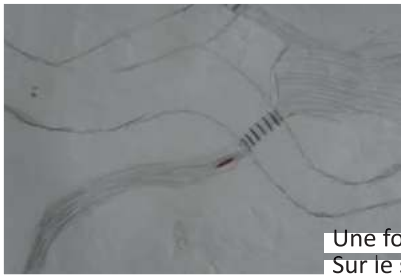
Il s'agit des voies de déplacement empruntées par la faune et la flore qui relie les réservoirs de biodiversité (haies, bosquets...).

Continuités écologiques

On appelle ainsi l'association des réservoirs de biodiversité, des zones relais et des corridors écologiques.

On utilise la TVB pour aménager le territoire en préservant et en reconstituant un réseau écologique cohérent.

Il est primordial de maintenir une trame verte et bleue fonctionnelle car elle assure de nombreuses fonctions, qu'elles soient écologiques, paysagères, climatiques, sociales ou sanitaires.



Une fourmi rouge
Sur le sentier d'Esplas
Et une coccinelle

Noam



Un papillon volant joyeux
Un écureuil rampant sur le tronc
Chute de noisette

Méline



L'arbre promeneur
Sur le sentier d'Esplas
Rempli de bonheur

Tao



La grande forêt
Belles feuilles tombantes et marrons
Petite mouche triste

Théophile

Nos cartes sonores sur le sentier

Qu'entends-tu devant, derrière, à droite, à gauche ?



**Ce livret a été réalisé en 2021-2022
par les enfants de l'école du SIVE du Massif
de l'Arize de la PS au CM2.**

**Ils ont été soutenus par leurs enseignantes
et animateurs.trices dans leurs projets.**

**Un grand merci aux « Passejaires »
de Varihles pour leur accompagnement
bienveillant, à l'association Sentiers
et Culture pour leur participation
à l'ouverture du sentier et à l'entretien
du sentier, à Sabrina Geffroy de l'ANA
et des « Pinsonneuses » pour avoir mené
et coordonné les projets sonores,
à Jeroen REM pour avoir conçu les balises
directionnelles, aux membres du PNR,
de l'ANA et de la Mairie d'Esplas-de-Sérou
pour leurs encouragements et à tous
les partenaires qui ont apporté leur soutien
financier au projet :**

**Le SIVE du Massif de l'Arize, la région
Occitanie, le PNR, la trame verte et bleue...**



JUIN 2022

Création-Impression : NOVA - FOIX - 05 61 65 14 64

Crédit photos : Ecole.

Imprimé avec de l'encre végétale et sans alcool sur du papier élaboré à l'aide de pâte à papier issue de forêts gérées durablement.

