

Un chemin, une école®

ÉCOLE PUBLIQUE «FANNY REICH» SAINT-LIZIER

Sentier du taïshon (Stareau)



Saint-Lizier
Ariège-Pyrénées



Parc
naturel
régional
Pyrénées
Ariégeoises

...du maire

C'est une idée originale qui se concrétise dans ce projet « le sentier du blaireau ». D'ailleurs le nom de ce mustélidé sied bien à ce chemin naguère bordé de champs dans lesquels, avec un peu de chance, tout près de La Colonie, on pouvait apercevoir à travers les pieds de maïs, un blaireau !

C'est vraiment une riche idée que d'allier par le biais d'une balade autour de Saint-Lizier découverte du patrimoine naturel et découverte du patrimoine historique, architectural et mobilier.

Depuis l'aménagement du chemin des Gabats, nombreux sont les randonneurs qui l'empruntent au milieu des haies et buissons, accompagnés des chants d'oiseaux, du grésillement des grillons et du bêlement des agnelets.

Répondant à leur invitation, suivons les élèves de l'école Fanny Reich de Saint-Lizier dans leur parcours : s'il témoigne de leur imagination et de leur capacité d'observation, il nous révèle aussi leurs talents.

Que tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ce topoguide soient chaleureusement remerciés.

... de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre

Ce topo-guide s'inscrit dans la collection départementale « un chemin, une école » qui a pour vocation de permettre aux enfants de randonner en famille sur des circuits adaptés et étudiés par les élèves eux-mêmes.

Au travers de ce concept, nous avons souhaité développer l'aspect éducatif de la randonnée en confiant aux élèves de l'école de Saint-Lizier, le soin de créer et d'inventer un sentier riche en éléments patrimoniaux à des fins pédagogiques à proximité de l'établissement scolaire.

Le chemin est l'élément essentiel du patrimoine naturel et rural. Il est un trait d'union entre l'homme et son milieu. Les objectifs pédagogiques sont très nombreux sur ce chemin et dans l'avenir, il permettra à d'autres élèves de découvrir un espace de grand intérêt.

Nous espérons qu'il deviendra le chemin du savoir.

Ce topo-guide présente les richesses de Saint-Lizier, haut lieu historique du Couserans et balcon du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises, et il en retrace toutes ses richesses.

Pour cette réalisation, nous remercions Madame la Directrice de l'école publique « Fanny Reich » et les équipes d'enseignants pour leur implication.

Nous devons associer à ce travail les membres du club de randonneurs de la Route de l'Ours de Saint-Lizier, le concours de l'Office de tourisme communautaire Saint-Girons Saint-Lizier, tous les bénévoles qui se sont investis et les responsables du Comité Départemental de Randonnée Pédestre.

C'est grâce au financement de la commune de Saint-Lizier, de la Communauté de communes de l'agglomération de Saint-Girons, du PNR PA, ainsi qu'au soutien de l'IGN que cette réalisation a pu voir le jour.

Richard DANIS, Président, Comité départemental de Randonnée Pédestre



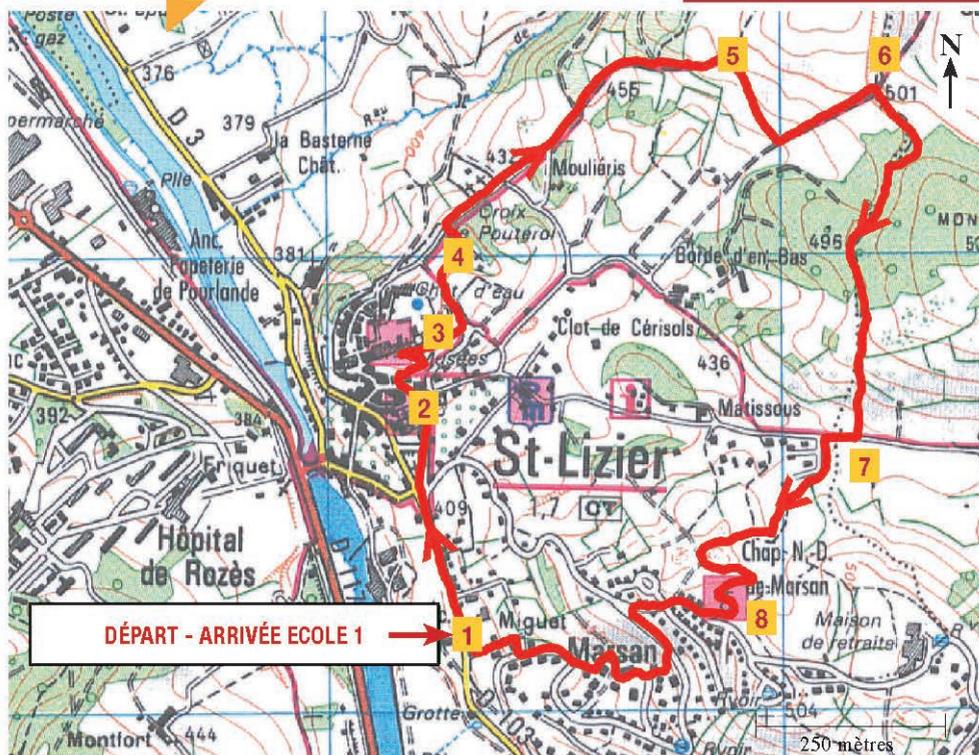
...des enfants

Notre chemin appelé « le sentier du taishon » (ce qui veut dire blaireau), va vous faire découvrir le patrimoine de la cité de Saint-Lizier (la pharmacie de l'Hôtel Dieu, la cathédrale et son cloître, le Palais des Evêques et Notre Dame de la Sède, les remparts) et la nature du sentier (arbres et plantes médicinales, animaux sauvages ou domestiques).

Du haut de la chapelle du Maroan, vous pourrez apprendre à reconnaître les sommets du Couserans et comprendrez l'évolution de nos paysages.

Notre école s'appelle Fanny Reich, en mémoire à cette petite fille juive, scolarisée à Aulus, puis déportée à Auschwitz. Nous avons une tendre pensée pour elle, qui aurait tant aimé découvrir ce sentier et parcourir librement nos montagnes.





«Le sentier du Taishon»

(sentier du blaireau)

1 Devant l'entrée de l'école, prendre la direction de la cité de Saint-Lizier en longeant la route par la droite. Au carrefour de la route de Montjoie en Couserans, traverser la route D 103 en tournant à gauche, puis remonter celle-ci jusqu'à l'entrée de la cité.

2 On passe devant l'Hôtel Dieu où est installée la pharmacie du XVIII^e siècle, puis devant la cathédrale. On traverse la place en passant devant la fontaine de

la Place de l'Eglise, puis au début de la rue des Nobles, prendre à droite la rue du Carré de l'Evêque. A la sortie de la ruelle, on longe le jardin puis prendre à gauche un court escalier qui permet d'arriver sous le portail d'un deuxième petit escalier qui donne accès au Palais des Evêques.

3 Prendre à droite à la terrasse en direction de la sortie du palais. On profitera du très beau belvédère sur la cité de Saint-Lizier et

la chaîne des Pyrénées. Avant la sortie, on remarquera sur la gauche les vestiges des remparts de la cité. Traverser le parking et tourner à gauche au niveau d'une fontaine pour prendre le chemin de Pouterolle. On le suit en tournant à droite pour arriver à la croix de Pouterolle.

4 A la croix, prendre à gauche et s'engager dans un sentier escarpé équipé de marches en bois qui permet de rejoindre la route.



Prendre à droite et suivre la route qui passe devant le cimetière. On laisse ensuite la route qui revient sur Saint-Lizier pour prendre le chemin qui remonte tout droit vers une vieille grange.

Au départ, on passe devant une barrière. A la première intersection, rester sur le chemin à droite. Le chemin ombragé donne accès à un premier portail qui débouche sur un grand pré. On arrive à un petit croisement de chemins où se situe une vieille grange.

5 Le chemin part sur la gauche et redescend vers une grande prairie jusqu'à un deuxième grand portail. Prendre à gauche après le portail et remonter le sentier jusqu'à un croisement de chemin.

6 Au niveau du vieux chêne, prendre à droite le chemin des Gabats. On passe ensuite une troisième barrière qui permet d'accéder à un sentier boisé. On peut découvrir sur la gauche la croix du mont Calivert. L'itinéraire vire sur la droite en descendant puis part sur la gauche en traversant des buis. On passe à gauche d'une clôture et on longe ensuite un parc à moutons. Ensuite, le chemin part sur la droite en redescendant pour rejoindre un 5e et 6e portail.

7 Prendre à droite la route de Montjoie et la suivre sur environ 100 m puis prendre à gauche à l'entrée le hameau du Carré Dosque Direction «chapelle du

Marsan». Le chemin passe devant trois villas puis prendre à droite. On passe alors le 7e portail qui permet d'accéder à un sentier très riche en petites montées et descentes. A une intersection, tourner à droite, le chemin longe une belle haie de buis. A la 2e intersection, prendre à gauche direction la chapelle du Marsan.

8 On pourra faire une bonne halte et découvrir le paysage qui domine les deux cités avec en toile de fond la chaîne des Pyrénées. Partir à droite de la chapelle et rejoindre la route du Marsan. S'engager sur la route en délaissant les rues, à droite puis à gauche. A la 2e intersection, on s'engage à gauche sur la rue Alphonse Sentein. On la redescend sur 100 m environ, et au niveau du relais vert, on part à droite en longeant un mur et une haie. On arrive sur la route goudronnée que l'on quitte en partant à droite. On retrouve le chemin qui part en descendant à gauche. Il passe entre un mur et une haie puis débouche sur une petite place qui rejoint la route goudronnée. On descend celle-ci en tournant sur la droite. Après une centaine de mètres sur le trottoir de droite, on la quitte en partant à droite dans une petite rue. Au bout de celle-ci, le chemin part sur la gauche pour arriver au parking de l'école Fanny Reich.

Fiche pratique

- Durée : 1 h 40
- Longueur : 5,5 km
- Difficulté : facile
- Dénivelée : +160 mètres
- Parking : devant l'école

Le balisage du chemin

CONTINUITÉ 

CHANGEMENT DE DIRECTION 

MAUVAISE DIRECTION 

Le balisage a été réalisé sur des supports en bois par les élèves de la classe bilingue occitane.



A voir en chemin...

- Le parc à thème « Le pays des traces » devant l'école
- La pharmacie de l'Hôtel-Dieu
- La Cathédrale
- Le Palais des Evêques et le Musée départemental
- Maison à colombage
- Cloître roman
- Trésor des Evêques
- Tour de l'Horloge
- Les remparts de la Cité

● GR 78 «Etape du Chemin du Piémont Pyrénéen – vers Saint-Jacques de Compostelle»

Certains monuments sont sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco

Saint-Lizier fait partie des Grands Sites de Midi-Pyrénées «Collection Ariège»

A voir dans la région...

- Centre aquatique du Couserans à Saint-Girons

- Tuc de Montcalivert
- Eglises romanes du Couserans
- Maison du chemin de la liberté à Saint-Girons
- Voie verte de Saint-Girons à Foix
- Musée Aristide Bergès Papier Arts graphiques et imprimerie à Lorp



Quelques éléments du patrimoine de Saint-Lizier...

Située sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle, cet ancien évêché du Couserans possède un patrimoine diversifié, parmi lequel :

La pharmacie de l'hôtel-Dieu



Située dans l'ancien hôpital construit par l'évêque de Saint-Lizier, Monseigneur de Verceuil, et achevée en 1764, celle-ci possède de belles boiseries et est garnie de pots de faïence et de bouteilles. On y préparait de nombreux remèdes à base de plantes.

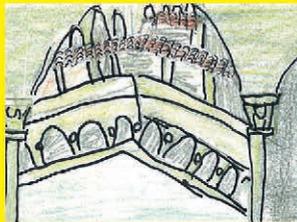
La cathédrale

La cathédrale romane date du 11^e siècle, alors que son clo-



cher de style toulousain a été construit au 14^e siècle. Elle possède de belles fresques romanes du 11^e siècle et détient également un bel orgue du 17^e siècle.

Le cloître



On peut y accéder par la cathédrale. Datant du 12^e siècle, ce cloître roman se compose de beaux chapiteaux aux motifs végétaux et de quelques scènes historiques.

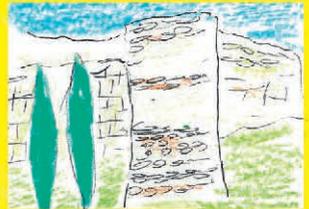
Le trésor des évêques

Visible depuis le cloître, il est composé de nombreuses pièces de la vie des évêques : crosses,



mitre, calices. Sa pièce maîtresse est le buste de Saint-Lizier.

Les remparts



les premiers datent de la fin du 4^e siècle. Ils sont construits avec des petits morceaux de calcaire et des rangées de briques. Long de plus de 700 mètres, ils possèdent une dizaine de tours.

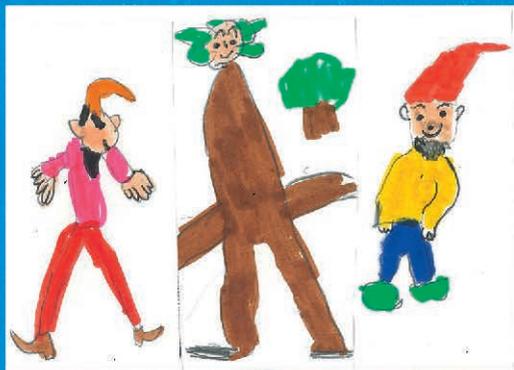
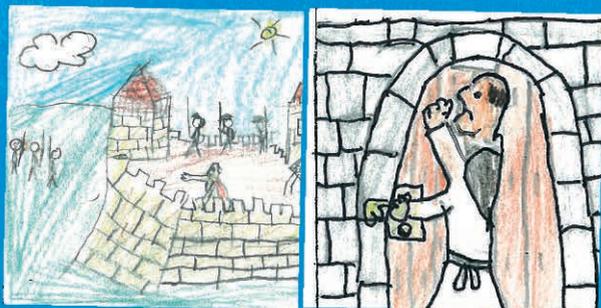
Le Palais des Evêques

Bâti en 1654 par Monseigneur de Marmiesse, il abrite aujourd'hui le musée départemental et la cathédrale Notre-Dame de la Sède.



Quelques légendes autour de Saint-Lizier...

L'évêque Saint-Lizier surveille depuis son château l'armée des Sarrazins. En soirée, des pèlerins viennent demander asile. Au moment de les faire rentrer, la clef du château fond et empêche ainsi les deux pèlerins de pénétrer. Ils s'enfuient alors en maudissant le moine et rejoignent les autres cachés dans la forêt. Le lendemain, un aigle lâcha une épée au-dessus de l'armée et à l'endroit où elle tombe une grande crevasse engloutit l'armée au clos de Cérizols.



Lutins et géants des forêts

On raconte qu'autrefois de bons petits lutins et de braves géants vivaient cachés au fond de nos forêts. Parfois ils s'approchaient des maisons des villages pour remercier les habitants de bonnes actions envers la nature. Pour les punir des mauvaises actions comme de brûler les forêts, ils faisaient enfuir leur troupeau de vaches ou de moutons.

La légende de Notre-Dame du Marsan

Au 10^e siècle, la peste noire tuait de nombreux habitants en Espagne et dans notre région. La vierge de Marsan en soufflant sur la cité protégea ses habitants. Pendant près de 700 ans, on célébra ce miracle par un pèlerinage à la chapelle le lundi de Pentecôte.



Les animaux du chemin...



Le chevreuil (lo cabriol)

Ce petit cervidé porte des bois courts tombant en hiver, mais repoussant au printemps. Son habitat se situe dans les zones cultivées ou boisées, les parcs... Il se nourrit d'herbe, de feuilles, de glands et de châtaignes, mais aussi de ronces. De nature timide, il se cache souvent en sous-bois. Après une gestation de 9 mois, la chevrette donne naissance à un ou deux faons en mai-juin.



Le cheval de Mérens (lo cabal)

En Ariège, il est fréquent de découvrir dans les prés ou les estives le «prince noir d'Ariège». Cheval ariégeois par excellence, ses qualités lui permettent de faire aussi bien de la randonnée que de l'attelage et des travaux agricoles comme le labour ou le débardage.

La huppe (lo hupa)

Ce bel oiseau migrateur arrive dans notre campagne dès le mois d'avril. Ses couleurs noires, crème, blanc et sa huppe lui donnent fière allure. Il n'est pas trop farouche et on peut l'apercevoir facilement en bordure des routes et des sentiers. Son long bec courbé lui permet de chasser les petits vers et insectes du sol.



Le blaireau (le taishon)

Avec sa tête blanche barrée de deux bandeaux noirs, le blaireau possède un pelage gris et raide. Ses poils étaient utilisés autrefois pour faire les «blaireaux» à raser. Son régime est omnivore comme l'ours, son empreinte ressemble à celle d'un oursin avec cinq doigts.

La brebis tarasconnaise (l'avelha)

Cette élégante brebis blanche occupe souvent les prairies autour de Saint-Lizier. L'été, certains troupeaux partent en transhumance dans les estives des montagnes du Couserans.



Le choucas des tours (la gralha)

Ce petit corvidé à la couleur bien noire hante les remparts et tours de la cité. Son cri caractéristique est très aigu. Vous l'observerez facilement en longeant le Palais des Evêques.

Le milan royal (lo coaforsat)

Ce magnifique rapace se reconnaît facilement avec sa belle couleur de plumes marron et blanche et sa queue fourchue. Son cri très aigu anime les belles journées hivernales.



Quelques arbres et fleurs du chemin



Le bluet (la blaveta)

Cette fleur bleue appartient au genre des centaurées. Utilisée en décoction,

elle soulage les yeux fatigués.

Le coquelicot (la passarosa)

Avec ses couleurs rouge vif, le coquelicot embellit dès sa floraison les chemins. Il rentre dans la composition de la tisane des quatre fleurs. Toutefois, il doit être bien dosé car à haute dose, il peut devenir toxique.



La primèverè officinale (la primavèra)



Connue dès le 12^e siècle pour combattre la mélancolie, cette belle fleur printanière une fois séchée fournit un thé à l'arôme exquis. Ses autres propriétés lui permettent de soigner la bronchite, les coliques, les rhumatismes et la toux.

Le millepertuis (la trescalan)

Très utilisé pour ses nombreuses propriétés, le millepertuis est



surtout utilisé pour faire de l'huile solaire à partir de l'huile d'olive et de ses fleurs qu'on laisse tremper. C'est un excellent cicatrisant et vermifuge riche en vitamine C.

Le chêne (lo casse)

De très beaux chênes bordent le chemin. Ils peuvent vivre très vieux. Autrefois, on rendait la justice sous son ombre et avec ses feuilles on couronnait les bons citoyens. Ils possèdent de nombreuses propriétés médicinales.



Le noisetier (l'averanèra)

Cet arbuste sert de haie le long des sentiers. Son fruit, la noisette, est très nutritive et stimulante. Sa racine est employée en marqueterie, ses jeunes tiges en vannerie et sont utilisées par les sorciers.



Le châtaignier (lo castanher)



Il serait venu au 5^e siècle d'Iran. Comme le chêne, il peut vivre très vieux. En vieillissant, son

tronc s'évide. Ses propriétés sont nombreuses et son fruit est très nourrissant.

Le buis (lo buish)

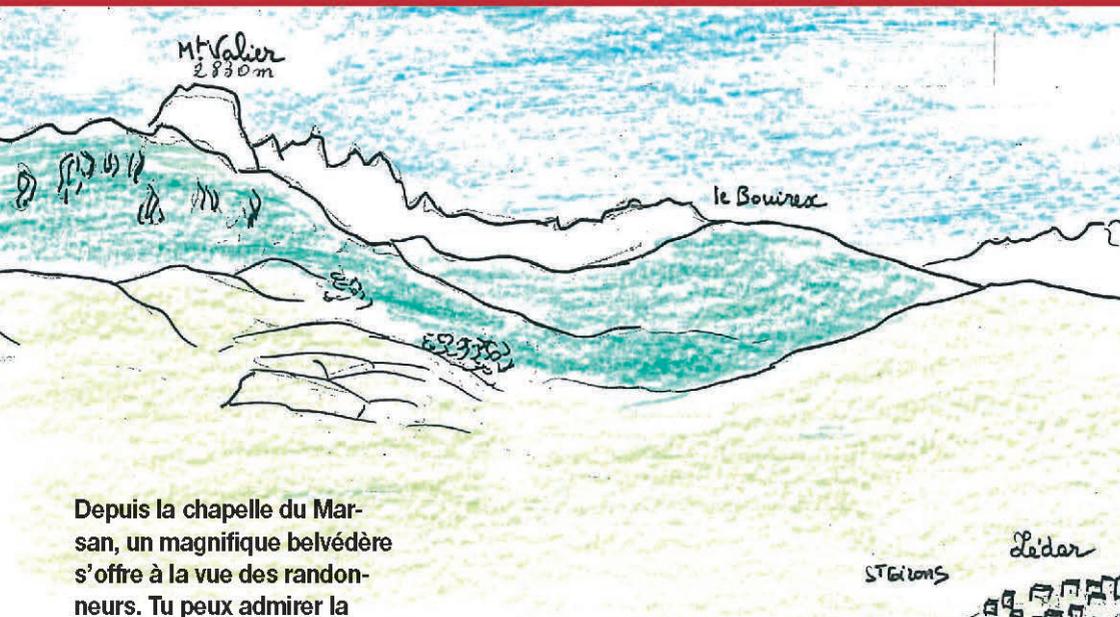
On le trouve abondamment sur la fin du sentier. Son bois est utilisé en tournerie et ses propriétés médicinales sont reconnues depuis le Moyen-Age. Il favoriserait, entre autres, la repousse des cheveux.



Le noyer (lo noquèr)

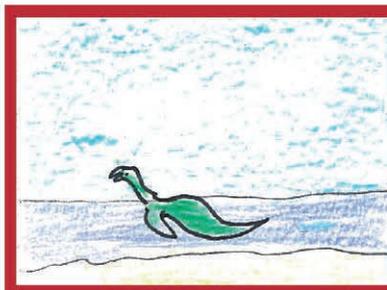
Son fruit est le plus riche des fruits secs. Il donne de l'énergie aux malades et soigne le ténia. Son bois est utilisé en menuiserie, ses feuilles et son écorce servent à de nombreux remèdes.

LIRE ET COMPRENDRE un pays

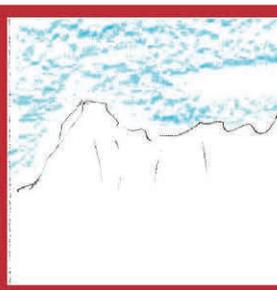


Depuis la chapelle du Marsan, un magnifique belvédère s'offre à la vue des randonneurs. Tu peux admirer la montagne de Sourroque et son massif forestier parsemé de falaises où se cachent de nombreux gouffres et grottes. On aperçoit également le sommet du mont Valier. Puis de la gauche vers la droite, essaye de retrouver tous les pics et sommets qui sont frontaliers avec l'Espagne : la Mail de Bulard (où se situaient les mines les plus hautes d'Europe), le Maubermé (plus haut sommet du Couserans, le pic de Serre Haute, le Canéjan et enfin le pic du Crabère qui offre depuis son sommet un paysage grandiose.

*Cette partie de la chaîne des Pyrénées s'est
l'on peut résumer ainsi :*



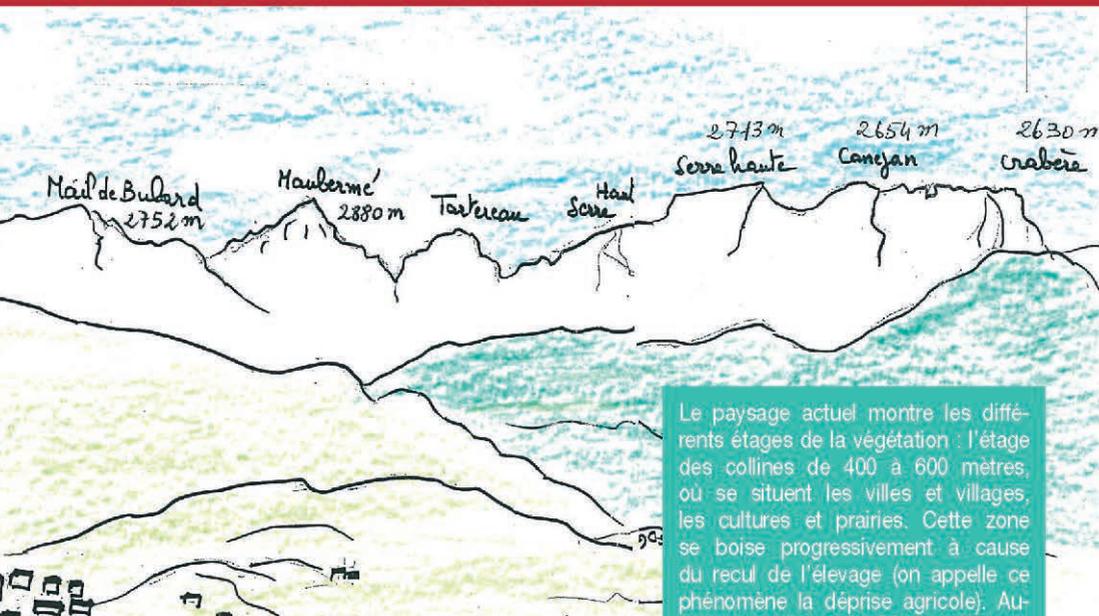
A L'ERE SECONDAIRE,
la mer recouvre la région



A L'ERE TERTIAIRE,
se forme le plissement
qui va faire émerger les P
(plissement hercynien)

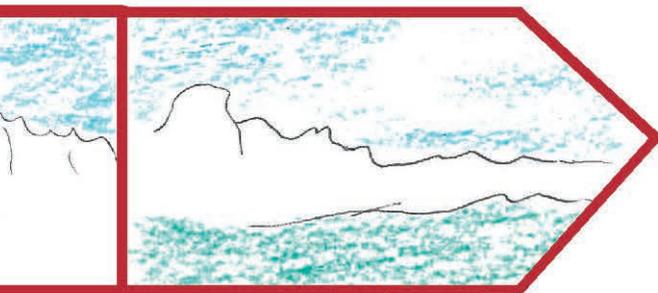


age depuis la Chapelle du Marsan



Le paysage actuel montre les différents étages de la végétation : l'étage des collines de 400 à 600 mètres, où se situent les villes et villages, les cultures et prairies. Cette zone se boise progressivement à cause du recul de l'élevage (on appelle ce phénomène la déprise agricole). Au-dessus de 600 à 1 500 mètres, c'est l'étage montagnard qui est essentiellement forestier et composé des forêts de hêtres. L'étage subalpin (de 1 500 à 2 000 mètres, remplace le hêtre par les résineux et comporte les premières pelouses des estives). L'étage alpin se situe entre 2 000 et 2 700 mètres : c'est la zone principale des estives où pâturent les troupeaux de vaches, de chevaux et de moutons et où l'on peut observer les animaux de montagne : isards, marmottes, aigles et vautours. L'étage nival (> 2 700 mètres) est constitué de zones rocheuses et de rares plantes. Entre les pics, les passages permettent de rejoindre l'Espagne appelés « ports » qui ont été très fréquentés autrefois pour faire du commerce entre les deux pays et pendant la dernière guerre mondiale pour fuir la répression de l'armée allemande et l'occupation. Ces sentiers sont appelés les « chemins de la Liberté » ?

formée en plusieurs étapes que



A L'ERE QUATERNAIRE

les grands glaciers vont modeler le paysage actuel en formant les pics, cirques, lacs et vallées glaciaires



Land-art



Le serpent (la serpe)



Le garçon (lo dròlle)



Le papillon (lo parpalkhòl)

La maison (l'ostau)



L'escargot (l'escargollh)



La fille (la filha)

Pour en savoir plus
sur la cité
de Saint-Lizier
et découvrir
d'autres sites

• VISITES COMMENTÉES PAR L'OFFICE DU TOURISME : pharmacie du 18^e siècle dans l'Hôtel-Dieu, cathédrale, cloître, trésor et pharmacie...
Infos et réservations au 05 61 96 77 77

• MUSÉE DÉPARTEMENTAL ET CATHÉDRALE NOTRE-DAME DE LA SÈDE.
Infos et réservations au 05 31 04 81 86

• PALAIS DES ARTS
Infos au 06 72 87 63 71

• AU PAYS DES TRACES, FERME DE MIGUET
Infos et réservations au 05 61 66 47 98
(maison du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises)

• POUR DÉCOUVRIR D'AUTRES «CHEMINS DES ÉCOLES» : Comité Départemental de Randonnée Pédestre à Foix au 05 34 09 02 09

Quelques manifestations sur la cité de Saint-Lizier

- Festival d'Art sacré
- «Peintres dans la cité» - Feu de la Saint Jean
- Festival de Saint-Lizier – Fête de la laïcité
- Journées du patrimoine – Festival des métiers d'art
- Marché de Noël
- Loto et carnaval de l'école

MAI
JUN
JUILLET-AOÛT
SEPTEMBRE-OCTOBRE
NOVEMBRE-DÉCEMBRE
MARS-AVRIL



Conseils aux randonneurs...



Ne pas
laisser de déchets sur le
chemin et dans la nature

Ne pas cueillir les fleurs,
mais les dessiner ou les
photographier



Ne pas écraser les petites bêtes
(escargots, limaces, insectes...)



Bien tenir son chien
en laisse et refermer les
barrières



Ne pas
allumer de feux



Ne pas courir sur le
sentier et éviter de crier
pour ne pas affoler
les animaux.



Le balisage et les panneaux de signalétique ont été réalisés par les élèves avec la contribution de la municipalité.

Ce livret a été réalisé par les élèves de la MS et GS ainsi que ceux du cycle 3 de la classe bilingue occitane de l'école Fanny Reich de Saint-Lizier avec l'aide de leurs enseignants, du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre et du club de la Route de l'Ours de Saint-Lizier.

Réalisation : Ecole Fanny Reich de Saint-Lizier

Merci aux partenaires qui ont apporté leur soutien financier et techniques

Mairie de Saint-Lizier

Communauté de communes Agglomération Saint-Girons

Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises

Avec la collaboration :

Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Ariège (CDRP09)

Le club de randonnée de la Route de l'Ours

OT communautaire Saint-Girons Saint-Lizier



Juin 2016



**CLUB DE RANDONNÉE
LA ROUTE DE L'OURS**

