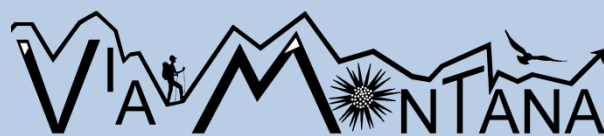


L'infolettre n°2

Février 2022

Vive le vent d'hiver !



Randonnées accompagnées en montagne
Balades naturalistes faune - flore

Nouvelle année, nouveau port d'attache : me voici maintenant basée à Saint Antoine l'Abbaye en Isère où je vous attends pour des randonnées printanières ! Et, en attendant, c'est dans le Vercors que j'ai pu encadrer des randonnées en raquettes.



J'ai aussi profité d'un peu de temps libre pour participer à des formations naturalistes (organisées par OSI Biodiversita) en Camargue et dans les Hautes Alpes. Au programme : ornithologie, identification des empreintes et indices de présence de la faune en hiver...



La bestiole du mois

Le Chamois *Rupicapra rupicapra* BOVIDAE



40-50 kg
70-80 cm au garrot

Le chamois est de la même famille que les moutons et les chèvres mais ne reste pas au chaud en pension complète en bergerie l'hiver. Comment le chamois survit-il donc ?

Pour lutter contre le froid, le chamois a une fourrure d'hiver plus épaisse et plus sombre pour mieux capter la chaleur du soleil.

Entre les deux ongles de ses sabots, une membrane lui permet de moins s'enfoncer dans la neige. En altitude, le froid est plus intense et la nourriture difficilement accessible. Aussi, l'hiver venu, le chamois descend en forêt où il peut se nourrir de bourgeons, de rameaux, d'herbes sèches et de lichens. Ce régime est pauvre en énergie, les déplacements dans la neige sont coûteux et le chamois perd beaucoup de poids !

Evitez au maximum de le déranger, sa survie en dépend !



Focus sur une plante sauvage



Primevère acaule
Primula vulgaris
PRIMULACEAE

Ça y est les premières fleurs de primevères sauvages sont de sortie et embellissent les talus ombragés !

Petite plante en rosette de 5-15 cm, ses feuilles sont gaufrées à bordure crénelée. Les bords des jeunes feuilles sont recourbés vers l'intérieur. Ses fleurs sont jaunes pâles, orangées au centre et sont portées par des pédicelles velus.

Les jeunes feuilles, à la saveur un peu piquante peuvent être ajoutées aux salades sauvages. Plus âgées, elles peuvent être utilisées en soupe. Les fleurs décoreront les plats. Quant aux racines, au goût anisé, elles serviront à parfumer divers plats et desserts.

Découverte de paysages français



L'église abbatiale fortifiée de Saint Antoine l'abbaye (Isère) sur fond de massif du Vercors.

Cet abbaye, dont la construction fut dirigée par l'ordre des hospitaliers de Saint Antoine entre le XIIe et XVe siècle, abrite les reliques de Saint Antoine l'Egyptien et fut un haut lieu de pèlerinage au Moyen Age. Le village médiéval témoigne encore du passé resplendissant de l'abbaye.

Une randonnée ou un séjour de randonnées pour le printemps ?

✓ **Séjour de randonnées et botanique sur le Plateau de Millevaches :**
23-30 avril et 30 avril-7 mai. **En savoir +**

✓ **Séjour de randonnées Nature dans le Massif du Vercors :**
16-20 mai et 30 mai-3 juin. **En savoir +**

✓ **Randonnées au week-end, à la journée ou demi-journée, balades botaniques :**
Autour de Saint Antoine l'Abbaye (Isère) et Vercors en toutes saisons.
(Packs de 2 ou 3 randonnées à tarifs préférentiels) **En savoir +**

Et n'oubliez pas : des randonnées à la journée et d'autres séjours de randonnées peuvent être organisés sur demande.

Renseignements et réservations
Tél : 07 83 44 00 37.
Email : contact@viamontana.fr

