O G 9 0

moo.uotioqenneivbus.www

96 LL L6 67 SO nollinomtnoM 00238 2 place du Maréchal Leclerc

Sud Vienne Poitou Office de Tourisme

l'amélioration des sentiers.

Luotio Poitou

ef sur l'Appli Rando en

Retrouvez les sentiers de

**ODNAME NOITACILITY** 

**LES NUMÉROS D'URGENCE** 

l'application, afin de contribuer à

votre parcours directement dans

yous pouvez déposer un avis sur

sur rando.sudviennepoitou.com

uotio9 enneiv bus ub seenne Poitou

D'autres randonneurs fréquentent les sentiers. Apprendre à connaître la faune et la flore pour comprendre pourquoi il convient de les préserver. Ne laisser aucune trace de passage. Emporter ses déchets jusqu'à la prochaine poubelle. 5 Ne pas faire de feu dans la forêt.

Préservons la nature

Les 9 attitudes à adopter pour préserver

1 Respecter le tracé des sentiers, ne pas utiliser de

Penser aux autres, à la sérénité de la nature.

raccourcis afin de limiter le piétinement et l'érosion.

Ne pas dégrader les cultures et les plantations, ne pas déranger les animaux domestiques ou les troupeaux. Ne jamais oublier de refermer clôtures et barrières après les avoir ouvertes pour passer.

7 Tenir les chiens en laisse.

8 Ne pas consommer l'eau des ruisseaux. Sa limpidité apparente ne signifie pas qu'elle soit potable.

9 En période de chasse : se renseigner auprès des communes.



86150 L'Isle-Jourdain

86510 Saint-Savin

86320 Lussac-les-Châteaux

86500 Montmorillon

un sein de nos points accueil... รทou-zอกทoมุอม







## Comment se protéger des tiques ?

- 1 · Porter une tenue adaptée : vêtements couvrants, chaussures fermées et casquette ou chapeau.
- 2 · Utiliser un répulsif.
- 4 · En cas de piqûre : retirer la tique immédiatement en utilisant un tire-tique.
- 5 · N'appliquer aucun produit sur la tique avant son
- 6 · Désinfecter la zone de la piqure, une fois la tique retirée.





rando.sudviennepoitou.com

Il s'agit d'une mare à l'entrée du

hameau de l'Ebeaupin (Pindray).

Utilisée comme réservoir d'eau

potable et pêcherie, elle a la

particularité d'être associée à

une fontaine. Les mares telles

que celles-ci sont relativement nombreuses sur le territoire traversé

Ce sont généralement de petites dépressions naturelles ou creusées

par l'homme. Parfois associées à une

fontaine, leur présence importante

est liée au sous-sol de la région et

plus particulièrement au calcaire.

Poreuse et perméable, cette roche

karstique facilite l'infiltration en

profondeur où se localisent les

nappes aquifères. La création de

puits était donc limitée et difficile

d'où l'abondance des « fosses »

ethnologique et parfois bâti.

Patrimoine incontournable de Montmorillon, Jouhet et Pindray, la Gartempe s'écoule ici paisiblement dans un site en partie classé entre

plaines alluviales et coteaux qui caractérisent ce cours d'eau autrefois réputé pour ses saumons.

Le long du sentier, le randonneur découvrira de nombreux châteaux et édifices religieux témoignant de l'occupation stratégique de cette vallée durant le Moyen Âge. Certains conservent notamment de belles peintures murales, à découvrir sur cette « vallée des fresques ». Des moulins rappellent l'utilisation passée des cours d'eau pour la transformation des produits ou la production d'énergie.

Sur l'ensemble des trois communes, les chemins proposent des ambiances diverses. Des vallées aux étendues de brandes, composées de fourrés inextricables d'espèces arbustives, typiques du Montmorillonnais, le promeneur appréciera la diversité des paysages et des cheminements empruntés, parfois jalonnés

d'espèces inhabituelles comme le narcisse des

poètes.

aujourd'hui patrimoine naturel,

Le Gardour

par le sentier.

- 1 · Ne jamais se surestimer et donc choisir une randonnée adaptée à ses capacités physiques.
- 2 · Partir accompagné, si possible. C'est plus convivial et plus sûr.
- 3 · Si vous partez seul, informer un proche de votre itinéraire et de votre horaire de retour approximatif.
- 4 · Bien préparer sa randonnée en étudiant le parcours sur une carte avant le depart.
- 5 · Savoir renoncer à sa randonnée si les prévisions météorologiques sont défavorables.
- 6 · Bien s'alimenter avant et pendant la randonnée pour éviter les coups de pompe.
- 7 · Bien s'hydrater. Boire de l'eau est indispensable au cours d'une randonnée pour éviter la déshydratation.
- 8 · S'équiper de bonnes chaussures et éventuellement d'un bâton de marche.
- 9 · Bien préparer son sac à dos pour se protéger du vent, de la pluie et du soleil : vêtements de rechange, coupe-vent, casquette, lunettes de soleil, crème solaire, des papiers d'identité...
- 10 · Se munir d'une trousse de premiers secours avec ses médicaments personnels mais aussi : une paire de petits ciseaux, une pince à épiler, des gants fins, du sparadrap, du désinfectant, du collyre, un tire-







