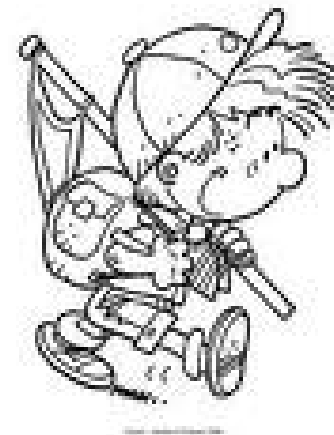


Carnet de voyage de \_\_\_\_\_

# Seytroux



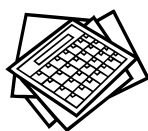
mai 2011

# Sommaire

1- Le thème du séjour



2- Emploi du temps et semainier



3- Où se trouve Seytroux ?



4- Le voyage



5- Le centre d'accueil



6- Le séjour



7- Qu'est-ce qu'une montagne ?



8- La faune et la flore en montagne



9- ville et village



10- Ferme de montagne



10 La vie quotidienne autrefois



11 Le tourisme en montagne



12 Textes et légendes de montagne



13 Correspondances



14 Le meilleur et le pire...



15 Album photo



## 1-Le thème du séjour



Nous partons pour une classe d'environnement :

Une classe d'environnement, c'est .....

.....

.....

.....

.....

Cette classe d'environnement se déroulera à la montagne.

Nous allons y étudier :

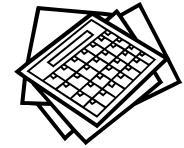
.....

.....

.....

.....

## 2-Emploi du temps et semainier



Nous partons le .....

Nous revenons le .....

Notre séjour va durer .....

Colorie en vert les jours de départ et de retour et en jaune le reste du séjour.

1er SEMESTRE					
2011 JANVIER ☉ 7 h 45 à 16 h 03	FÉVRIER ☉ 7 h 22 à 16 h 46	MARS ☉ 6 h 36 à 17 h 32	AVRIL ☉ 5 h 31 à 18 h 16	MAI ☉ 4 h 33 à 19 h 04	JUIN 2011 ☉ 3 h 54 à 19 h 44
1 S JOUR DE L'AN 2 D Epiphanie	1 M St <sup>e</sup> Ella 2 M Près du Seigneur	1 M St <sup>e</sup> Aubin 2 M St <sup>e</sup> Charles le Bon	1 V St <sup>e</sup> Hugues 2 S St <sup>e</sup> Sandrine	1 D FÊTE DU TRAVAIL 2 L St <sup>e</sup> Boris	1 M St <sup>e</sup> Justin 2 J ASCENSION
3 L St <sup>e</sup> Geneviève 4 M St <sup>e</sup> Odilon	3 J St <sup>e</sup> Blaise 4 V St <sup>e</sup> Véronique	3 J St <sup>e</sup> Guénolé 4 V St <sup>e</sup> Casimir	3 D St <sup>e</sup> Richard 4 L St <sup>e</sup> Isidore	3 M St <sup>e</sup> Philc. Jacques 4 M St <sup>e</sup> Sylvain	3 V St <sup>e</sup> Kévin 4 S St <sup>e</sup> Clotilde
5 M St <sup>e</sup> Edouard 6 J St <sup>e</sup> Melaine	5 S St <sup>e</sup> Agathe 6 D St <sup>e</sup> Gaston	5 S St <sup>e</sup> Olivia 6 D St <sup>e</sup> Colette	5 M St <sup>e</sup> Irène 6 M St <sup>e</sup> Marcellin	5 J St <sup>e</sup> Judith 6 V St <sup>e</sup> Prudence	5 D St <sup>e</sup> Igor 6 L St <sup>e</sup> Norbert
7 V St <sup>e</sup> Raymond 8 S St <sup>e</sup> Lucien	7 L St <sup>e</sup> Eugénie 8 M St <sup>e</sup> Jacqueline	7 L St <sup>e</sup> Félicité 8 M Mardi-Gras	7 J St <sup>e</sup> J-B de la Salle 8 V St <sup>e</sup> Julie	7 S St <sup>e</sup> Gisèle 8 D VICTOIRE 45 - F.J. d'Arc	7 M St <sup>e</sup> Gilbert 8 M St <sup>e</sup> Médard
9 D St <sup>e</sup> Alix 10 L St <sup>e</sup> Guillaume	9 M St <sup>e</sup> Apolline 10 J St <sup>e</sup> Arnaud	9 M Cendres 10 J St <sup>e</sup> Vivien	9 S St <sup>e</sup> Gautier 10 D St <sup>e</sup> Fulbert	9 L St <sup>e</sup> Pacôme - J. Europe 10 M St <sup>e</sup> Solange	9 J St <sup>e</sup> Diane 10 V St <sup>e</sup> Landry
11 M St <sup>e</sup> Paulin 12 M St <sup>e</sup> Tatiana	11 V N-D. de Lourdes 12 S St <sup>e</sup> Félix	11 V St <sup>e</sup> Rosine 12 S St <sup>e</sup> Justine	11 L St <sup>e</sup> Stanislas 12 M St <sup>e</sup> Jules	11 M St <sup>e</sup> Estelle 12 J St <sup>e</sup> Achille	11 S St <sup>e</sup> Barnabé 12 D PENTECÔTE
13 J St <sup>e</sup> Yvette 14 V St <sup>e</sup> Nina	13 D St <sup>e</sup> Béatrice 14 L St <sup>e</sup> Valentin	13 D 1 <sup>er</sup> dim. de Carême 14 L St <sup>e</sup> Mathilde	13 M St <sup>e</sup> Ida 14 J St <sup>e</sup> Maxime	13 V St <sup>e</sup> Rolande 14 S St <sup>e</sup> Matthias	13 L St <sup>e</sup> A. de Padoue 14 M St <sup>e</sup> Elisée
15 S St <sup>e</sup> Remi 16 D St <sup>e</sup> Marcel	15 M St <sup>e</sup> Claude 16 M St <sup>e</sup> Julienne	15 M St <sup>e</sup> Louise 16 M St <sup>e</sup> Bénédicte	15 V St <sup>e</sup> Paterne 16 S St <sup>e</sup> Benoît-Joseph	15 D St <sup>e</sup> Denise 16 L St <sup>e</sup> Honoré	15 M St <sup>e</sup> Germaine 16 J St <sup>e</sup> J-F. Régis
17 L St <sup>e</sup> Roseline 18 M St <sup>e</sup> Prisca	17 J St <sup>e</sup> Alexis 18 V St <sup>e</sup> Bernadette	17 J St <sup>e</sup> Patrice 18 V St <sup>e</sup> Cyrille	17 D RAMEAUX 18 L St <sup>e</sup> Parfait	17 M St <sup>e</sup> Pascal 18 M St <sup>e</sup> Eric	17 V St <sup>e</sup> Hervé 18 S St <sup>e</sup> Léonce
19 M St <sup>e</sup> Marius 20 J St <sup>e</sup> Sébastien	19 S St <sup>e</sup> Gabin 20 D St <sup>e</sup> Almée	19 S St <sup>e</sup> Joseph 20 D PRINTEMPS	19 M St <sup>e</sup> Emma 20 M St <sup>e</sup> Odette	19 J St <sup>e</sup> Yves 20 V St <sup>e</sup> Bernardin	19 D Trinité - F. Pères 20 L St <sup>e</sup> Silvére
21 V St <sup>e</sup> Agnès 22 S St <sup>e</sup> Vincent	21 L St <sup>e</sup> Pierre Damien 22 M St <sup>e</sup> Isabelle	21 L St <sup>e</sup> Clémence 22 M St <sup>e</sup> Léa	21 J St <sup>e</sup> Anselme 22 V Vendredi Saint	21 S St <sup>e</sup> Constantin 22 D St <sup>e</sup> Emile	21 M ETE 22 M St <sup>e</sup> Alban
23 D St <sup>e</sup> Barnard 24 L St <sup>e</sup> Fr. de Sales	23 M St <sup>e</sup> Lazare 24 J St <sup>e</sup> Modeste	23 M St <sup>e</sup> Victorien 24 J St <sup>e</sup> Cath. de Suède	23 S St <sup>e</sup> Georges 24 D PAQUES - Sauv. Dégâts	23 L St <sup>e</sup> Didier 24 M St <sup>e</sup> Donatien	23 J St <sup>e</sup> Audrey 24 V St <sup>e</sup> J-Baptiste
25 M Convi. de St Paul 26 M St <sup>e</sup> Paule	25 V St <sup>e</sup> Roméo 26 S St <sup>e</sup> Nestor	25 V Annonciation 26 S St <sup>e</sup> Larissa	25 L St <sup>e</sup> Marc 26 M St <sup>e</sup> Alida	25 M St <sup>e</sup> Sophie 26 J St <sup>e</sup> Bérenger	25 S St <sup>e</sup> Eléonore 26 D F. du Sacrement
27 J St <sup>e</sup> Angèle 28 V St <sup>e</sup> Thomas d'Aquin	27 D St <sup>e</sup> Honorine 28 L St <sup>e</sup> Romain	27 D St <sup>e</sup> Habib 28 L St <sup>e</sup> Gontran	27 M St <sup>e</sup> Zita 28 J St <sup>e</sup> Valérie	27 V St <sup>e</sup> Augustin de C. 28 S St <sup>e</sup> Germain	27 L St <sup>e</sup> Fernand 28 M St <sup>e</sup> Irénée
29 S St <sup>e</sup> Gildas 30 D St <sup>e</sup> Martine	29 M St <sup>e</sup> Cwladys 30 M St <sup>e</sup> Amédée	29 M St <sup>e</sup> Cwladys 30 M St <sup>e</sup> Amédée	29 V St <sup>e</sup> Cath. de Sienné 30 S St <sup>e</sup> Robert	29 D Fête des Mères 30 L St <sup>e</sup> Ferdinand	29 M St <sup>e</sup> Pierre, Paul 30 J St <sup>e</sup> Martial
31 L St <sup>e</sup> Marcelle	A.F.A. Paris	31 J Mi-Carême		31 M Visitation	

Durant le séjour nous allons visiter des lieux différents de la région et travailler en classe sur ce que nous aurons vu.

[illegible]

### 3-Où se trouve Seytroux ?

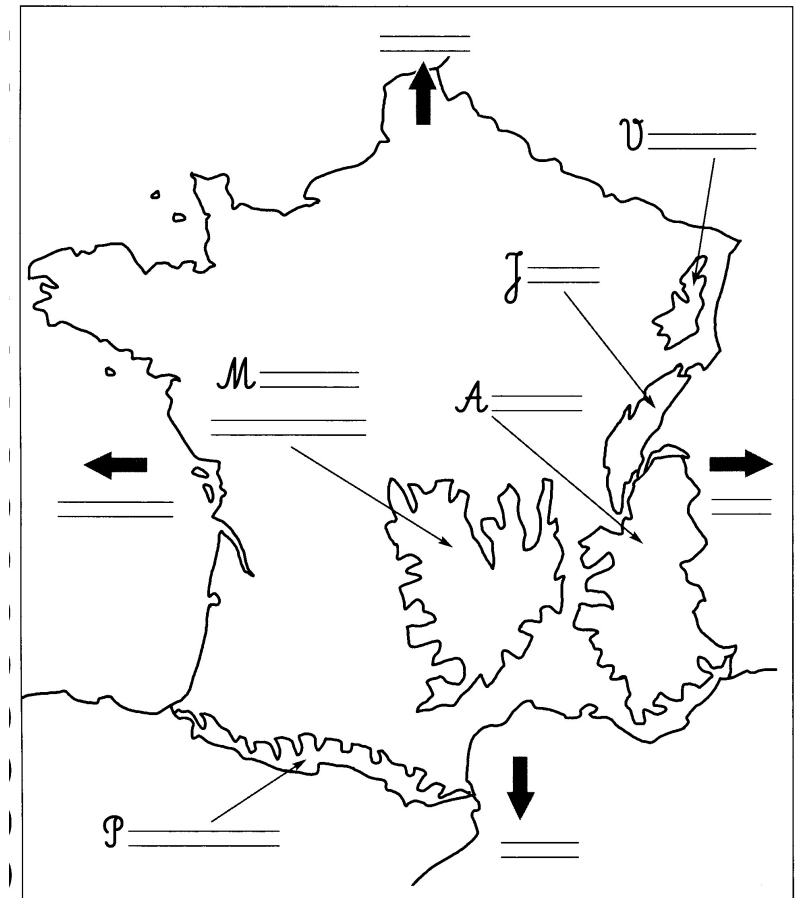


Seytroux se trouve dans notre pays, .....

Ce village se situe dans la région.....

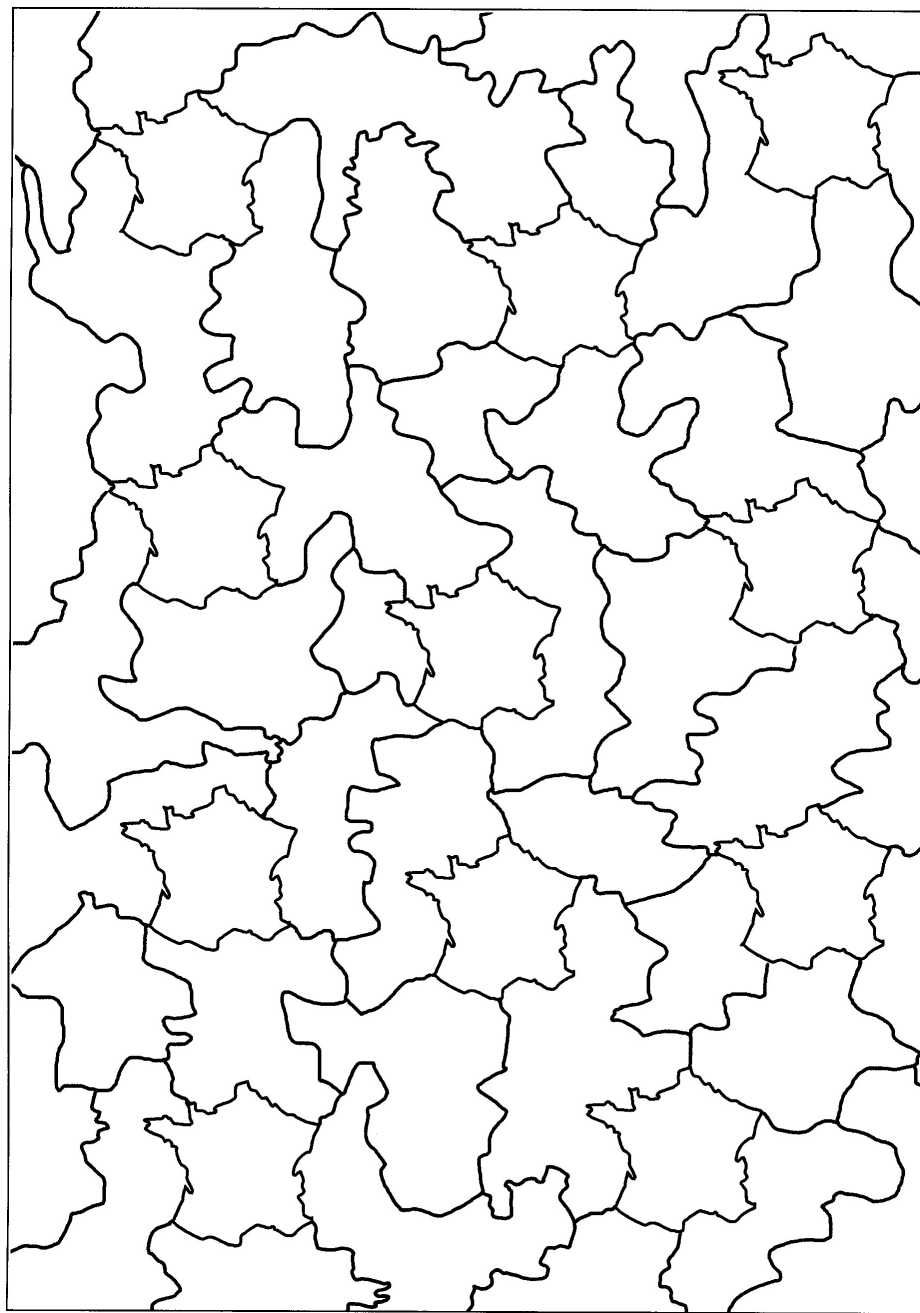
et le département .....

Colorie en bleu les mers, en vert l'intérieur de la France. Repasse en rouge les contours de notre pays.

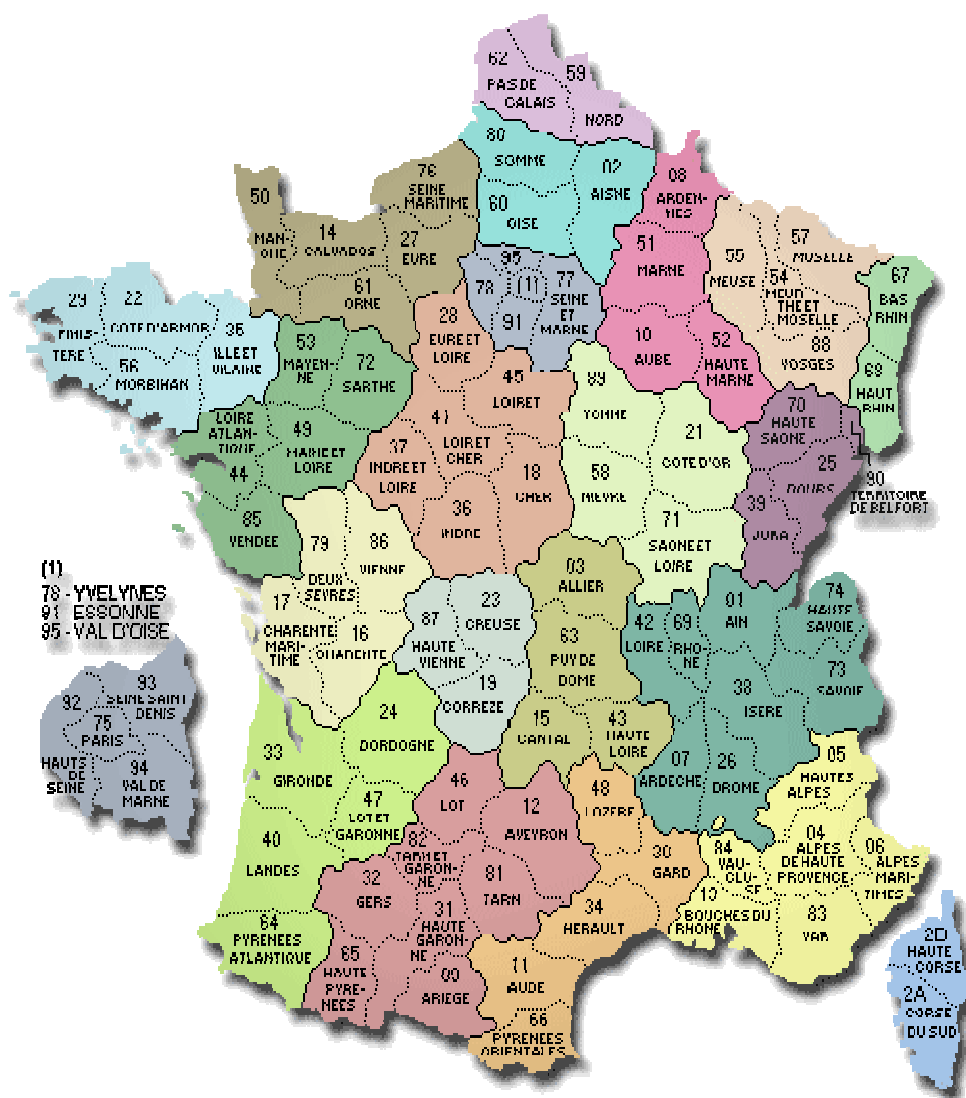


Ecris au bon endroit le nom des massifs montagneux et colorie en jaune celui où nous nous rendons.

Observe bien et colorie en jaune la carte de la France à chaque fois que tu la vois



Sur les cartes, colorie en rouge le département  
des Hauts de Seine, dans lequel se situe Boulogne  
et en vert la Haute-Savoie où se situe Seytroux.



Sur la carte de la France relie les deux  
départements par une droite.





## 4-Le voyage



Quels sont les moyens de transport que nous utilisons pour le voyage ?

A l'aller, nous allons prendre :

	Moyens de transport	Distance	Temps du trajet
Total			

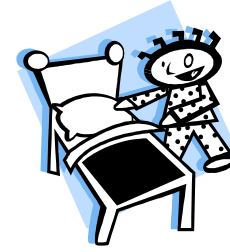
Au retour, nous allons prendre :

	Moyens de transport	Distance	Temps du trajet
Total			

Y a-t-il des différences, et pourquoi ?.....

.....

## 5-Le centre d'accueil



Dans quel type d'habitat sommes nous hébergés ?

.....  
.....  
.....

Quels sont les différentes pièces que tu as pu voir dans le centre ?

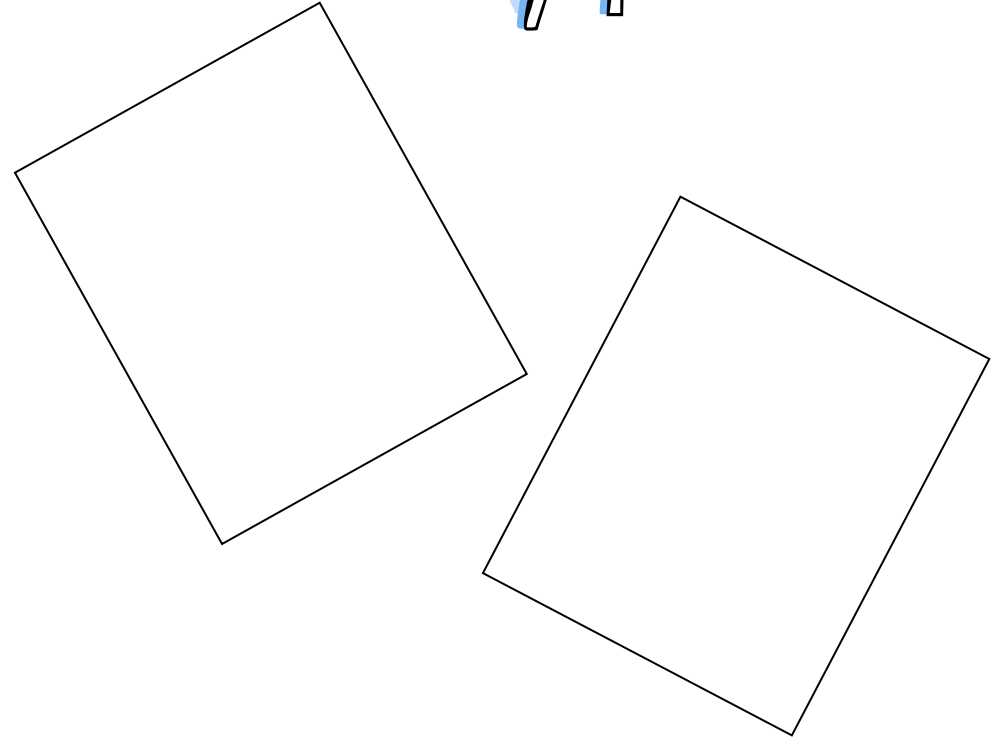
.....  
.....  
.....

Avec qui partages-tu ta chambre ?

.....  
.....  
.....

Quelles sont les personnes que tu as rencontrées dans le centre et quelle était leur fonction ?

.....  
.....  
.....  
.....



## 6-Le séjour



Chaque jour, raconte un évènement fort de la journée.

Jour 1 : Lundi 23 mai

.....

.....

.....

.....

.....

Jour 2 : Mardi 24 mai

.....

.....

.....

.....

.....

Jour 3 : Mercredi 25 mai

.....

.....

.....

.....

Journal  
Jour 4 : Jeudi 26 mai

.....

.....

.....

.....

Jour 5 : Vendredi 27 mai

.....

.....

.....

.....

Jour 6 : Samedi 28 mai

.....

.....

.....

.....

Jour 7 : Dimanche 29 mai

.....

.....

.....

.....

.....

Jour 8 : Lundi 30 mai

.....

.....

.....

.....

Jour 9 : Mardi 31 mai

.....

.....

.....

.....

.....

Jour 10 : Mercredi 1<sup>er</sup> juin

.....

.....

.....

.....

.....

## 7-Qu'est ce qu'une montagne ?



Des montagnes, il y en a sur tous les continents, de toutes les formes et de toutes les tailles. Pourtant, il est difficile de définir une montagne avec des mots simples...

Mais dans toutes les montagnes du monde il y a en général :

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

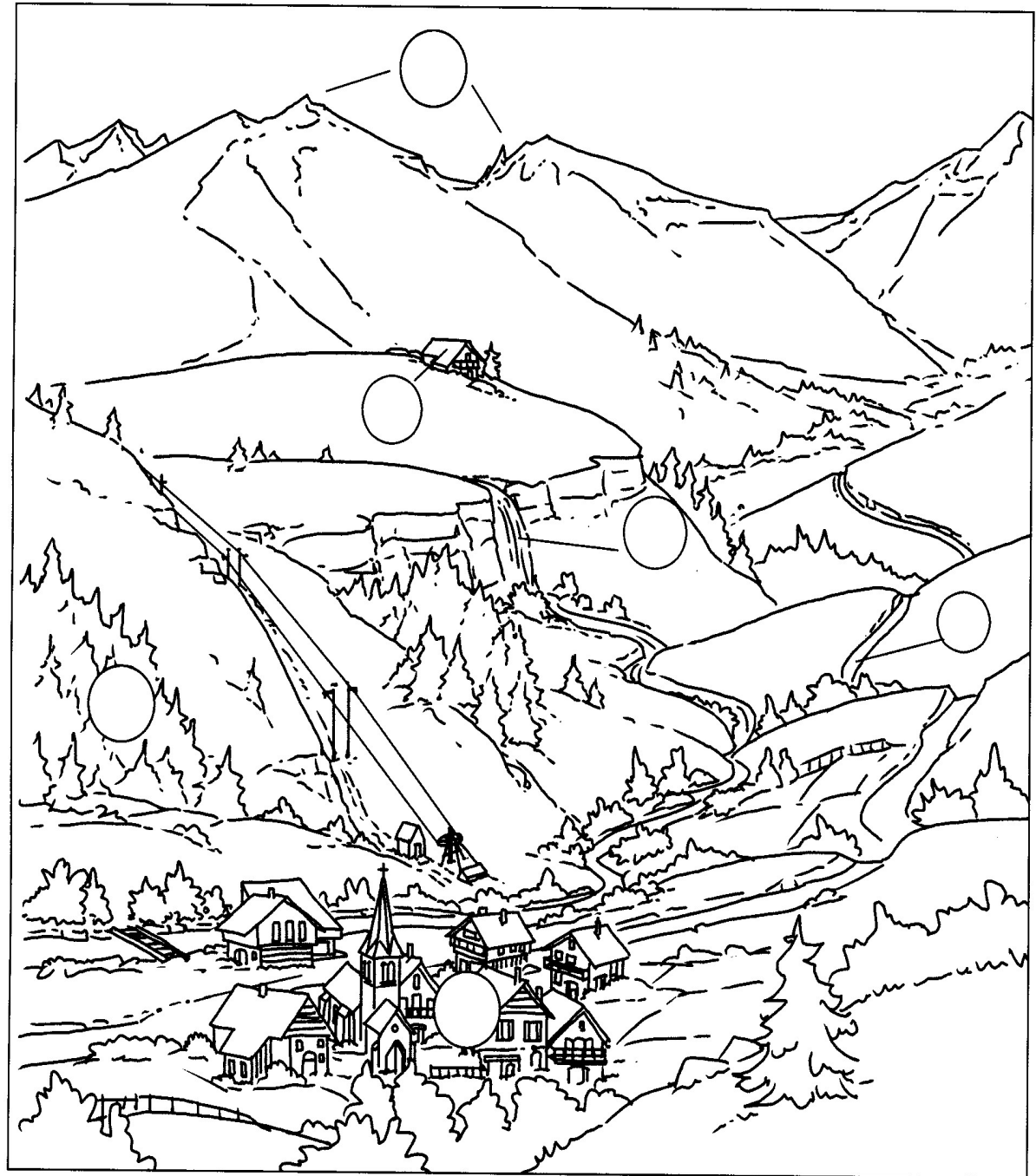


1-Ecris les numéros au bon endroit  
sur le dessin.

- 1 Le torrent
- 2 un chalet
- 3 La forêt
- 4 Les sommets (pics et aiguilles)
- 5 Une route en lacet
- 6 un village en bas de la vallée

2-Colorie en suivant la légende.

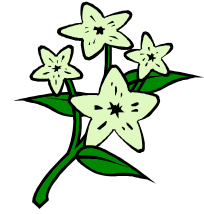
- ☐ Le torrent
- ☐ La route
- ☐ La forêt
- ☐ La vallée
- ☐ Les sommets enneigés
- ☐ Le reste de la montagne







## 8-La faune et la flore en montagne



### La faune

La faune regroupe.....

Colle les dessins des animaux au bon endroit et numérote-les. Puis lis le texte et écris le nom de l'animal qui convient.

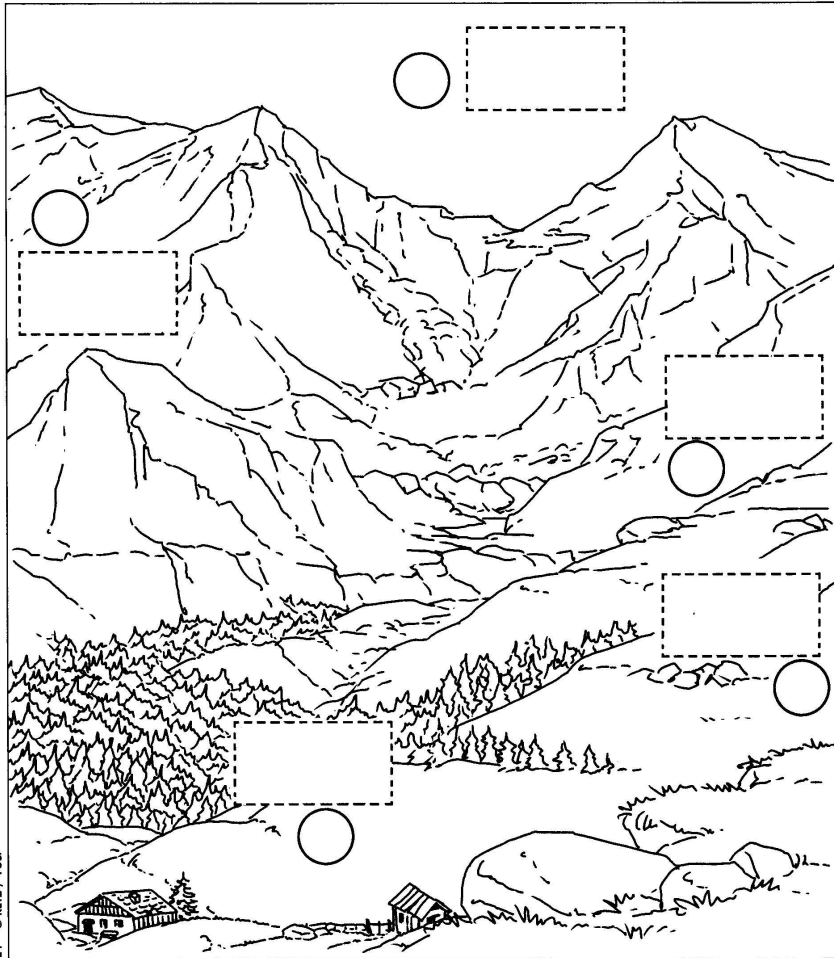
1 le mouflon

2 l'aigle

3 le chamois

4 La marmotte

5 le loup



En France, dans les hautes montagnes, on peut voir des ..... qui sautent de rocher en rocher. Ce sont de véritables acrobates, ils peuvent sauter très haut et très loin (jusqu'à 7 mètres).

On rencontre aussi des ....., avec leurs cornes recourbées.

Le ..... vit en meute dans les forêts des montagnes. Il chasse le chamois et le mouflon mais aussi des petits animaux comme le lapin ou le mulot.

Dans le ciel, l'..... royal plane très haut. Grâce à sa vue perçante, il peut voir très vite des proies qui bougent au sol et il s'en empare pour les déchiqueter et les manger !

Sauve-toi vite petite ....., va te cacher dans ton terrier !

## La marmotte



C'est une vraie paresseuse : elle dort sous terre plus de la moitié de l'année ! Après s'être constitué des réserves de graisse, la marmotte aménage un terrier d'hiver et entre en hibernation pour 6 mois. Quand elle en ressort, début avril, elle a perdu la moitié de son poids. Mais elle est alors en pleine forme pour profiter du printemps.

L'été se passe en famille. Les petits sortent du terrier dès le mois de juin et s'amuse tout près, sous la surveillance de maman : pas question de trop s'éloigner. Entre 12h et 15h, c'est la sieste. Sinon, la moitié de la journée, les animaux se gavent d'herbes et de racines, sans soucis. Car il y a toujours une ou deux marmottes dressées sur leurs pattes arrière pour surveiller les alentours.

Lorsqu'un danger est proche, les marmottes se préviennent en sifflant.

1-Que mange la marmotte ?

---

2-Combien de temps hiberne la marmotte ?

---

3- Où vit-elle ?

---

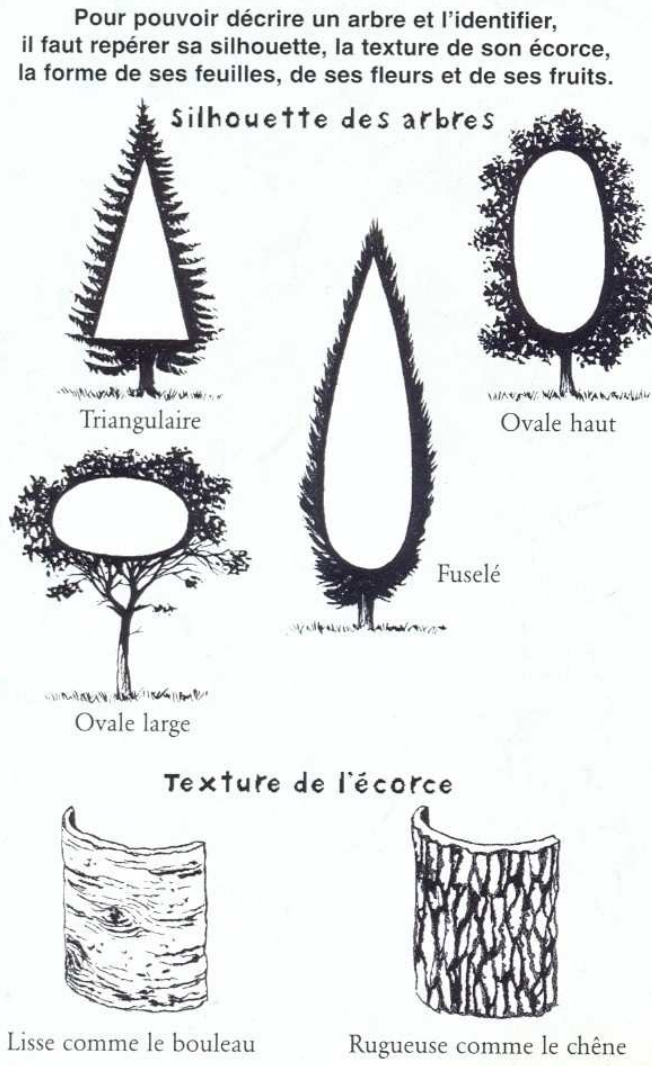
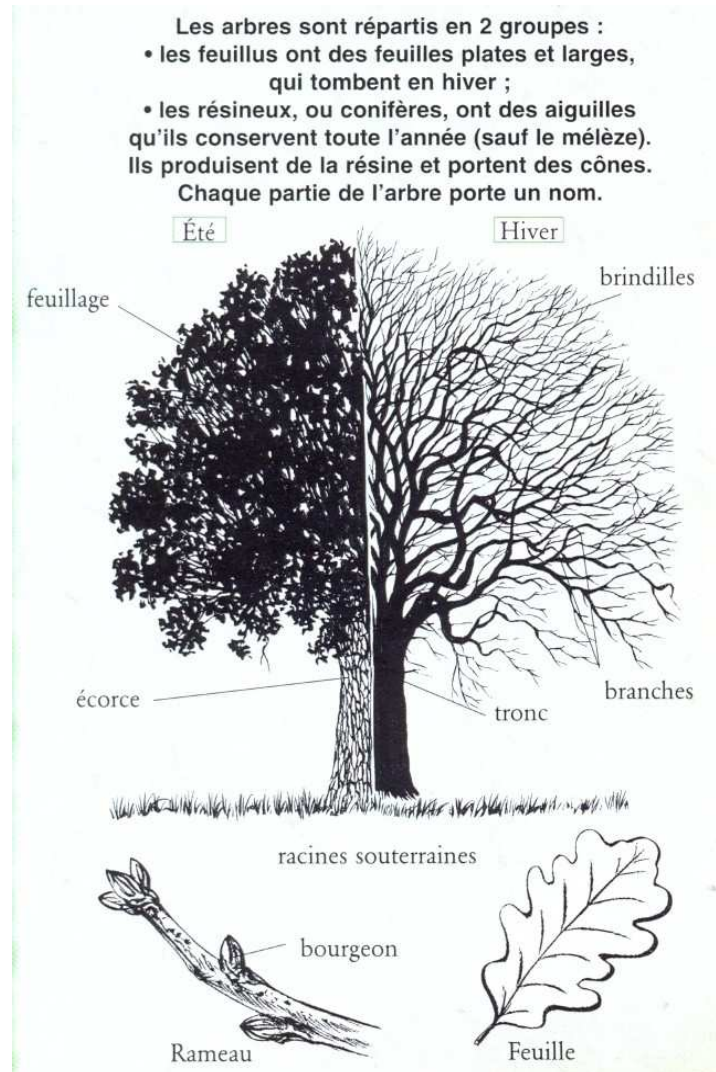


Les autres animaux de la montagne que nous avons vus ou dont on nous a parlé.

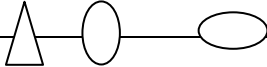
# La flore

La flore regroupe.....

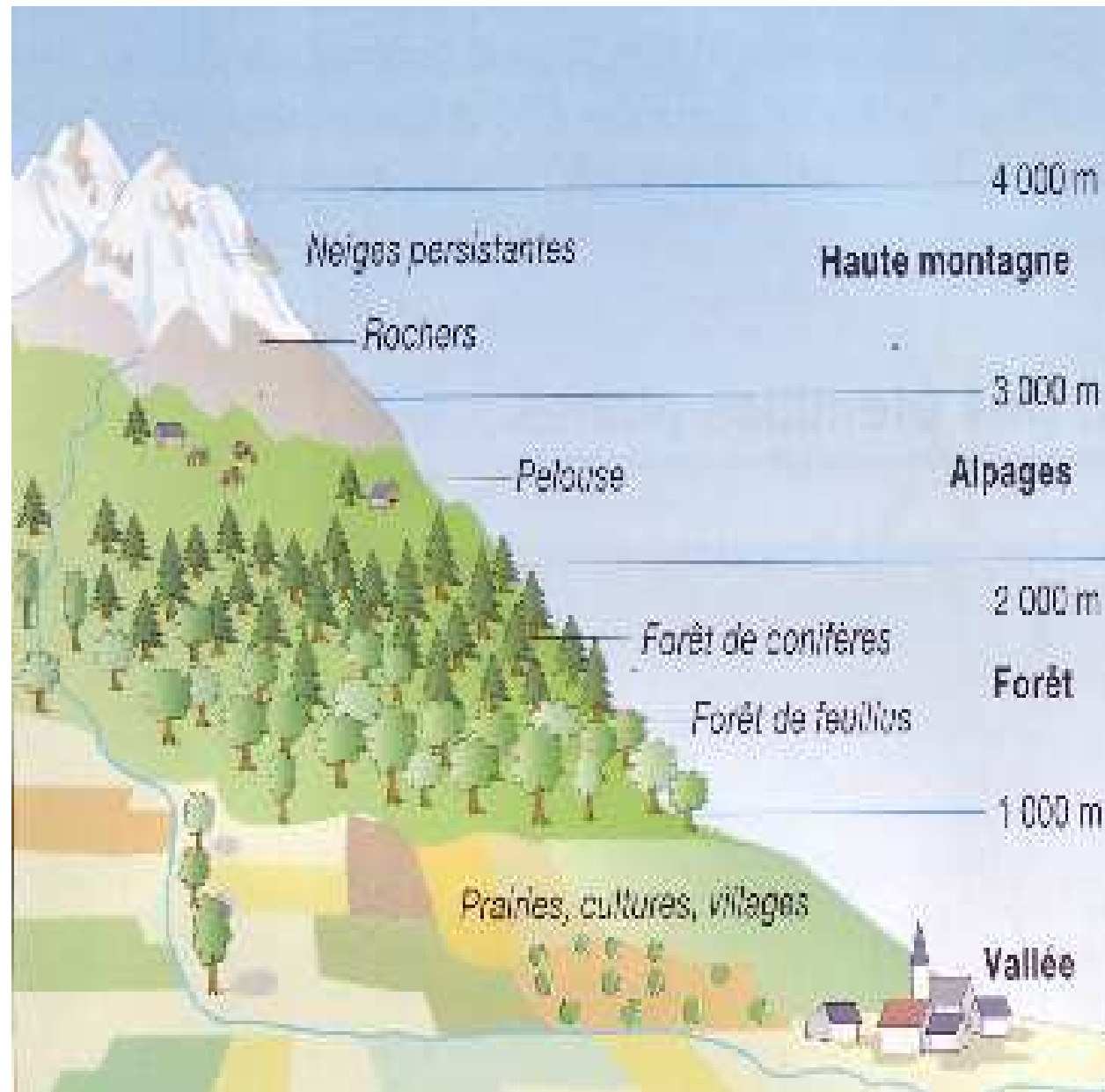
Je sais reconnaître quelques arbres et je sais les situer.



Je complète le tableau avec les arbres que j'ai vu.

	Nom de l'arbre et image	Catégorie Feuillus/Résineux	Forme 	Texture de l'écorce Lisse/rugueuse	Composition et forme des feuilles
1					
2					
3					
4					
5					

Tous les arbres ne se trouvent pas au même endroit dans la montagne... Ecris le numéro des arbres que nous avons observés au bon endroit sur le dessin.



Je sais reconnaître quelques fleurs.

Je peux voir beaucoup de fleur en montagne. Certaines sont protégées parce qu'elles sont rares. Il est donc interdit de les cueillir !

Le sabot-de-Vénus

L'ancolie des Alpes

L'edelweiss

Les primevères

D'autres sont moins rares mais il faut tout de même les protéger. Pour faire un herbier par exemple, on peut les photographier.

La gentiane printanière

La gentiane de Koch

L'œillet des Chartreux

La digital

Rhododendron

Le chardon bleu

La marguerite des Alpes

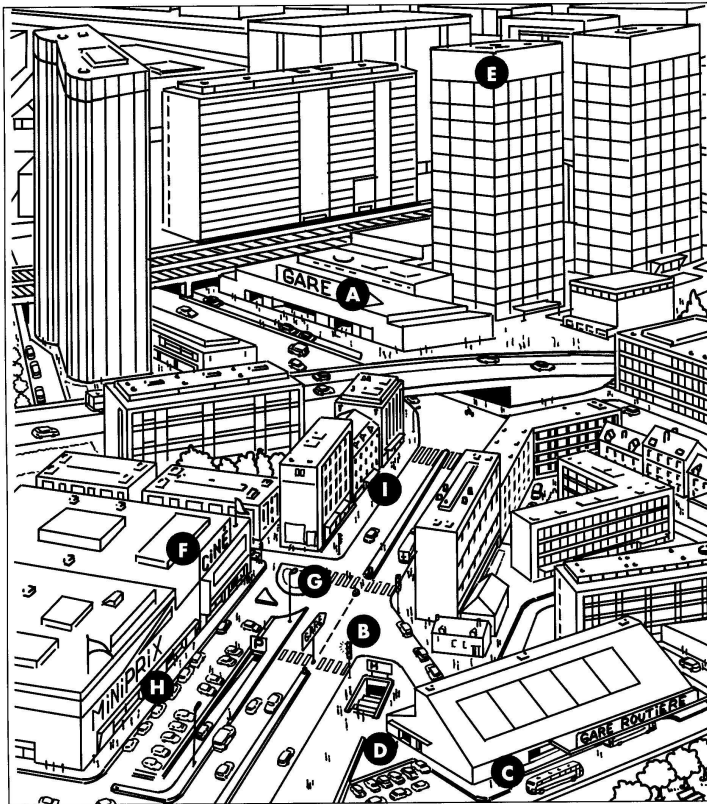
La saxifrage



## 9-Ville et village



Regarde les dessins de la ville et du village et écris les noms de Boulogne-Billancourt et de Seytroux sous celui qui te paraît lui correspondre le mieux.



---

---



Découpe les étiquettes et classe-les dans la bonne colonne en les collant.

Dans une grande ville, on peut voir...	Dans un village, on peut voir...

Où sont bâtis les villes et les villages et pourquoi ?

La ville de Boulogne a été bâtie .....

.....

Le village de Seytroux a été bâti .....

.....

## La maison traditionnelle de montagne

En montagne, l'hiver peut durer jusqu'à 6 mois.

Alors quand les montagnards construisent leur maison, ils pensent à tout.

- \_\_\_\_\_ retiennent la chaleur,
- Pour profiter de la chaleur du soleil, la façade est exposée \_\_\_\_\_,
- Quand le village est bloqué par la neige, on peut toujours compter sur \_\_\_\_\_.
- Les \_\_\_\_\_. Elles ne laissent pas s'échapper la chaleur.

Les maisons sont chauffées naturellement :

- En bas, il y a l'étable. Les vaches dégagent de la chaleur qui monte et **réchauffe les étages supérieurs.**
- Au milieu, entre l'étable et le grenier, la partie habitée est bien **à l'abri du vent et du froid** car prise « en sandwich ». Dans la pièce principale, **un grand feu rayonne** ; toutes les autres pièces en profitent !
- En haut, le grenier contient du foin, qui sert d'**isolant naturel.**



J'assemble une maquette de chalet.

L'histoire racontée par les objets

# Le chalet

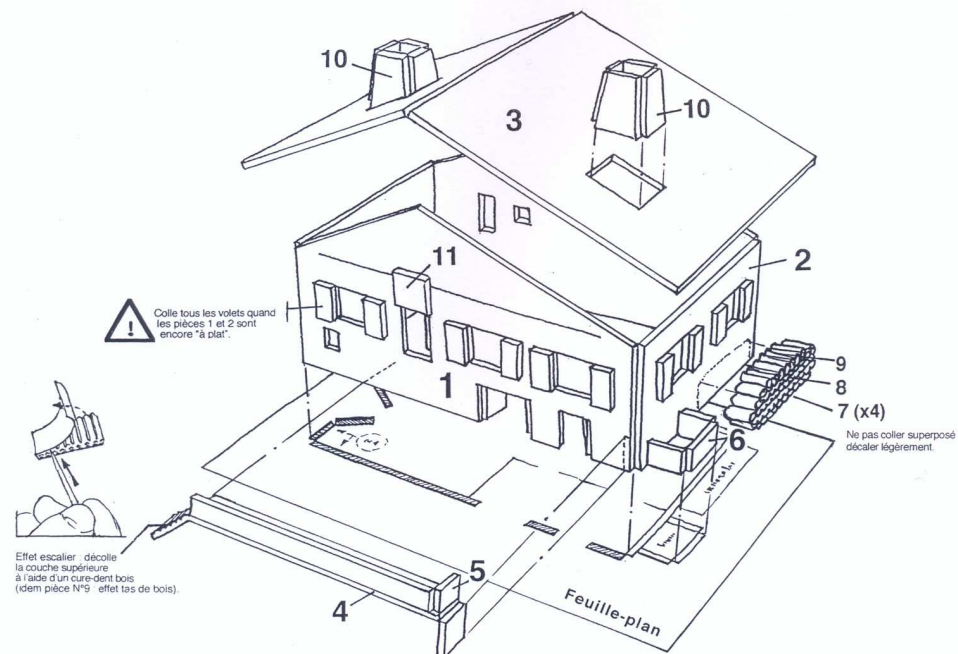
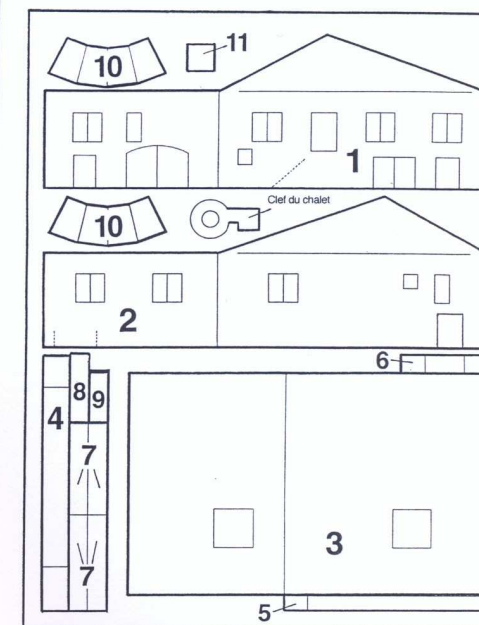
La vie dans les montagnes il y a cent ans

**Respecte bien  
ces 2 consignes**

- 1) Numérote les pièces au crayon.
- 2) Colle les pièces sur la feuille-plan  
ci-jointe, dans l'ordre.

conseil : avant d'encoller les pièces, positionne-les avec  
précision, pour savoir où appliquer le filet de colle.

Ce plan appartient à .....



## 10-La ferme de montagne



Retrouve les différentes parties de la ferme et écris les numéros au bon endroit.

1 l'étable

2 la porcherie

3 la bergerie

4 la grange

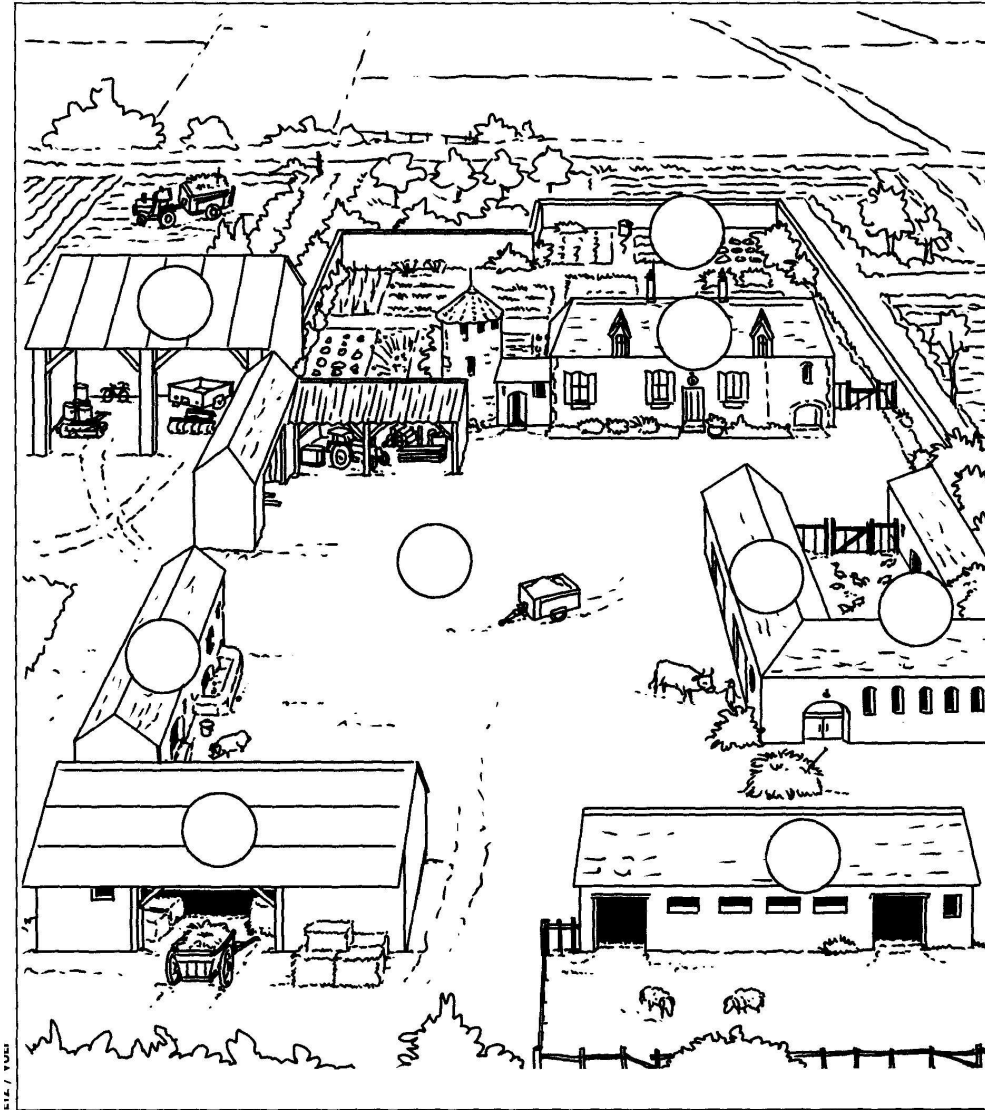
5 l'habitation

6 le hangar

7 Le jardin potager

8 la cour

9 la basse-cour



Quelles sont les différences de cette ferme de campagne avec la ferme du Petit-Mont que nous avons visitée.

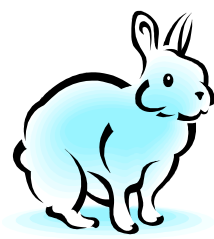
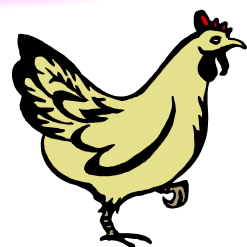
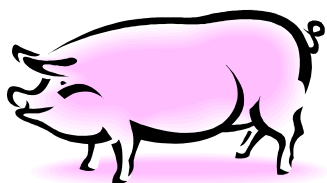
.....

.....

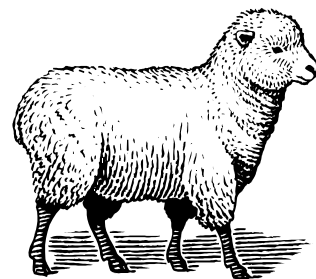
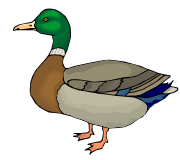
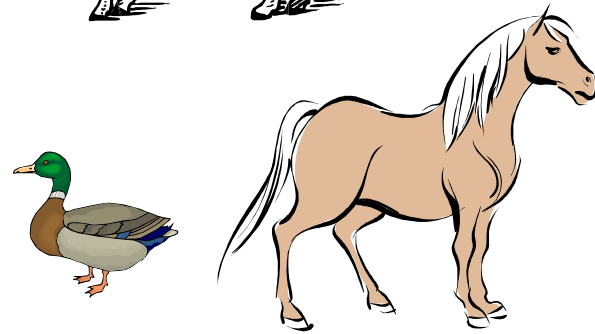
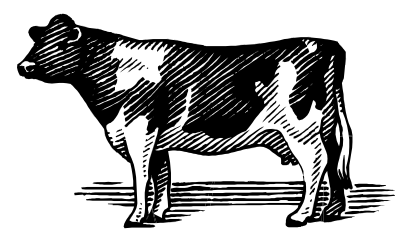
.....

.....

Relie les animaux au lieu où ils vivent.



- L'étable
- La porcherie
- Le poulailler
- La chèvrerie
- La basse-cour
- Le clapier
- L'écurie
- La bergerie





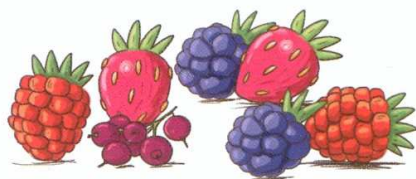
## Prépare des confitures

Frais, les fruits ne se conservent pas longtemps. Pour les garder, il faut les congeler, ou alors les mélanger avec beaucoup de sucre. C'est le principe des confitures.

### 1. La préparation

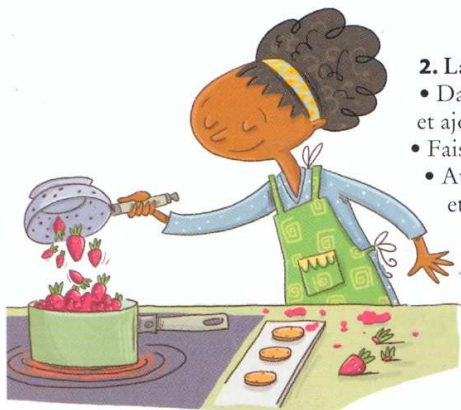
- Pour bien faire, il te faut au moins 1 kg de fruits.
- Lave-les bien à l'eau froide, et enlève soigneusement queues, feuilles et tiges.
- Pèse tes fruits lavés et égouttés, et mélange-les à la même quantité de sucre en poudre.

- 1 kg de fruits
- 1 kg de sucre en poudre
- eau
- 1 passoire
- 1 grande casserole
- 1 cuillère
- pots en verre avec couvercle



### 2. La cuisson

- Dans une grande casserole, verse les fruits et le sucre, et ajoute un verre d'eau par kilo de ce mélange.
- Fais cuire à feu doux, sans couvrir la casserole.
- Augmente le feu quand ça commence à bouillonner, et laisse cuire à gros bouillons pendant 10 minutes.
- Enlève l'écume qui s'est formée en surface.
- Pour savoir quand ta confiture est « prête », verses-en un peu sur une assiette froide. Si elle se fige en refroidissant, c'est bon. Sinon, laisse cuire encore.



### 3. La mise en pot

- Verse ta confiture dans des pots lavés et bien secs, en les remplissant presque à ras bord.
- Ferme-les alors que ton mélange est encore chaud, et retourne-les pendant qu'ils refroidissent, pour qu'ils se stérilisent un peu.
- Range tes confitures dans un endroit sombre et sec. Elles se conserveront ainsi pendant plusieurs mois.



## Fabrique ton fromage

Pour que le lait puisse devenir du fromage, il faut y ajouter de la présure. Tu en trouveras à la pharmacie. Attention : il te faut également acheter du lait cru, non stérilisé.

- 1 l de lait cru
- 4 ml de présure
- 1 casserole
- 1 thermomètre
- 1 torchon
- 1 faisselle ou 1 passoire

1. Fais chauffer le lait jusqu'à 35 °C, ajoute la présure, éteins le feu et attends environ 2 heures : le lait va cailler.

2. Remets-le sur le feu à 38 °C pendant 15 minutes, en brassant bien le caillé. Puis laisse-le reposer 5 minutes. Le caillé se dépose au fond de la casserole.



3. Rassemble ce caillé avec tes mains et presse légèrement la boule pour en faire sortir le plus possible de petit-lait. Puis dépose cette boule sur un torchon placé dans une passoire, ou encore mieux, dans une faisselle : c'est un moule percé de petits trous au fond. Laisse-la s'égoutter plusieurs heures, puis retourne-la.

4. Le lendemain, démoule ton fromage et sale-le d'un côté. Mets-le dans une pièce sombre, pas trop froide, et bien ventilée. Le surlendemain, sale l'autre face, puis viens le retourner chaque jour de la semaine qui suit.

À présent, ton fromage

a besoin de quelques semaines de mûrissage.



## Prépare du fromage blanc

Tu as besoin des mêmes ingrédients que pour un fromage classique, mais cette recette est beaucoup plus rapide et ne te prendra que quelques heures.

1. Fais chauffer ton lait à 35 °C et ajoute seulement 1 ml de présure avant d'éteindre.

2. Attends une nuit, puis égoutte le caillé dans un linge. Voilà, il ne te reste qu'à le déguster avec du sel ou de la confiture !



## 11-La vie quotidienne autrefois



Lis ces textes et choisis la bonne affirmation en surlignant la réponse.

Ce jeune garçon n'a que huit ans.

Il est petit et menu. Il pourra se glisser dans le conduit des cheminées.

Ses parents l'ont loué à un artisan-ramoneur pour quelques semaines.

Le plus souvent, les petits ramoneurs sont des Savoyards.

Le visage noir de suie, ils sautent d'un toit à l'autre, apparaissent, disparaissent, tels des diabolotins.

Voyage en France il y a cent ans,  
M. Leveau Fernandez,  
Hachette-Jeunesse, 1990.



Le petit garçon

allait à l'école.

travaillait.

Le petit garçon venait

de Paris.

de Savoie.

D'après toi, l travaillait

par plaisir.

par obligation.

En dehors des heures de classe, on travaillait le matin avant de s'en aller et le soir en revenant.

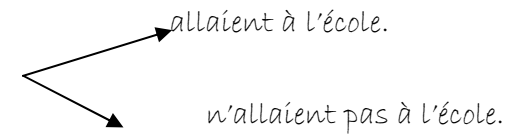
Ici à la ferme, nous cultivions à peu près tout ce qui peut pousser dans le pays. Nous nous occupions des bêtes. Les moutons et tout ce qui touchait à la bergerie étaient le domaine réservé à mon père... Il restait les vaches, nous avions un assez joli troupeau et c'est nous qui les gardions...

Il fallait les traire, les nettoyer, s'occuper du fourrage et des litières. Tout ça était de notre ressort.

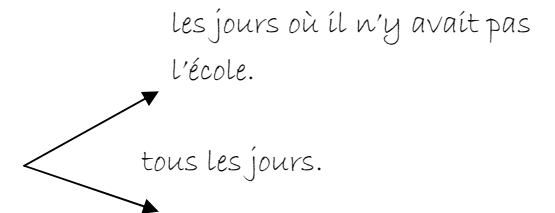
Les cahiers de Baptistin Etienne, Bertrand Solet, Livre de Poche, 1980.



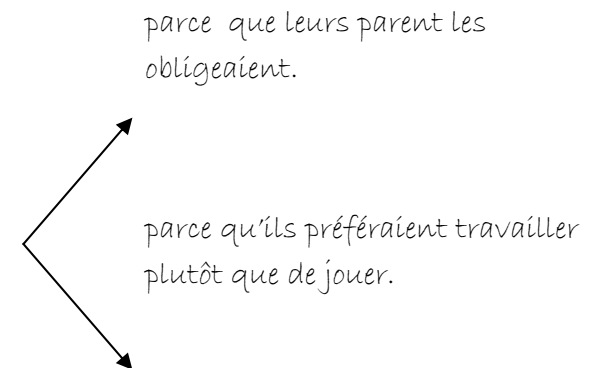
Il y a 100 ans, les enfants



Ils travaillaient à la ferme



Les enfants s'occupaient des vaches





## 11-Le tourisme en montagne



Beaucoup de gens viennent à la montagne pour profiter des grands espaces, de la faune et de la flore.

Fais la liste des activités de loisir qu'il est possible de faire à la montagne.

En hiver :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

En été :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Comme partout, il faut connaître et appliquer des règles de sécurité et de respect :

Pour partir en randonnée, il faut avoir le bon matériel. Dessine tout ce qui est nécessaire d'avoir pour une randonnée d'une demi-journée.

### Les vêtements

Pour le buste

Pour la tête

Pour les jambes

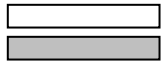
pour les pieds

### De quoi se restaurer

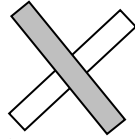
### D'autres objets utiles

Je sais me repérer et repérer mon chemin.

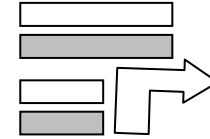
Pour me promener en montagne, je dois suivre un chemin balisé avec des codes de couleurs ou des cairns (tas de roches).  
Les GR, chemins de grande randonnée sont balisés en rouge et blanc.



Continuer  
tout droit



Mauvais chemin  
revenir sur ses pas

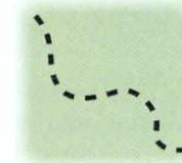


Changer de direction  
au prochain croisement

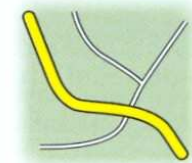
Je peux aussi utiliser une carte. Il faut alors connaître les symboles utilisés et savoir orienter sa carte.

### Déchiffre les symboles

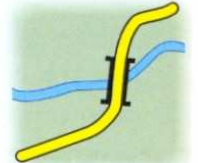
Sur une carte, chaque élément du terrain est représenté par un symbole. Étudie-les bien, ils te seront très utiles pour te repérer.



sentier



route goudronnée



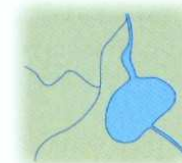
pont



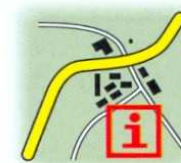
courbes  
de niveau



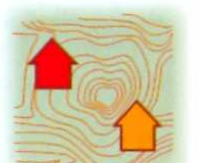
bois, broussaille



cours d'eau  
et lac



office de tourisme



refuge gardé,  
refuge non gardé

## 12-Textes et légendes de montagnes



### Créatures de légende...

Les montagnes sont tellement vastes et inaccessibles que nos ancêtres imaginaient que des animaux inconnus et des personnages étranges s'y cachaient. Cela a donné de belles légendes un peu partout dans le monde, troublantes, émouvantes ou drôles.

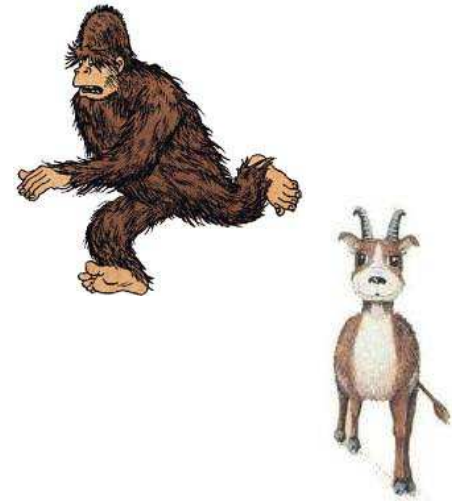
Dans les Pyrénées, c'était le Drac des torrents, parfois gentil, parfois méchant. Dans le massif du mont Blanc, c'étaient un dragon, des sorcières et autres démons qui rendaient cette montagne maudites.

Ailleurs, on pouvait rencontrer des mauvais génies, des bonnes fées, des hermines transformées en lutins... Parce que les hommes n'osaient s'aventurer dans certains massifs, ils inventaient ainsi des histoires, pour rêver ou se faire peur.

Dans les années 1950, les habitants du Népal ont affirmé aux alpinistes de passage qu'une créature immense et poilue, se déplaçant debout, vivait dans l'Himalaya. Cet « abominable homme des neiges » mesurait 2m et avait des pieds de 32cm... Personne n'a jamais pu voir ce Yéti...

Dans les alpes on raconte l'histoire d'un étrange animal, le dahu. Celui-ci a des pattes plus courtes d'un côté que de l'autre. Ce qui l'oblige toujours à avancer dans le même sens sur les pentes...

D'après toi, ces histoires sont-elles vraies ? \_\_\_\_\_



## Alodie, fée des montagne

Un glacier alpin que personne n'a jamais pu situer avec précision appartenait jadis aux fées de la montagne. Une fois par an, leur reine organisait une réunion à laquelle toutes ses sujettes étaient convoquées. Comme elles ne pouvaient s'y soustraire sous peine de sanction, elles s'y rendaient et faisaient de leur mieux pour être ponctuelles, car la reine n'appréciait guère les retardataires.

Un jour, une des fées, dont la beauté et la générosité surpassaient celles des autres, monta de bonne heure sur son nuage pour aller au rendez-vous annuel. Elle s'appelait Alodie. En chemin, elle aperçut sur un rocher une femelle chamois venant de mettre bas. La mère tentait de donner à téter à son petit qui flageolait sur ses pattes. Le tableau était si touchant que la fée s'arrêta pour les observer.

Elle s'apprêtait à repartir quand elle remarqua en contre-bas plusieurs chasseurs qui se dirigeaient vers les deux chamois. La mère les avait vus. Elle était consciente du danger qu'ils représentaient. Aussi poussait-elle son petit du museau pour l'encourager à la suivre. Mais le malheureux en était encore incapable. Ses paupières collées le rendaient provisoirement aveugle et il trébuchait dès qu'il entreprenait de faire un pas.

Durant ce temps, les chasseurs approchaient. Ils avaient accéléré leur escalade et les chamois seraient bientôt à leur portée. Alors Alodie, saisie de compassion, atterrit avec son nuage sur le rocher où se trouvaient les deux chamois. Elle effleura les paupières du petit avec sa baguette magique et lui dessilla les yeux. Elle toucha ensuite ses quatre pattes et leur donna force et souplesse. Le petit se mit aussitôt à gambader d'un air joyeux. Alors la mère chamois présenta à la fée chacune de ses pattes. La fée les toucha et elle sentit ses forces décupler.

Le nuage de la fée avait noyé le rocher et ses alentours dans une épaisse brume, dissimulant leurs proies aux chasseurs et les contraignant à faire halte. Les deux chamois en profitèrent pour s'éloigner, échappant ainsi à un triste sort.

Alodie remonta sur son nuage et repartit. Elle avait perdu beaucoup de temps. Elle eut beau se presser, elle arriva en retard à la réunion des fées de la montagne. La reine se mit en colère lorsqu'elle l'aperçut. Et elle refusa d'écouter le motif invoqué par Alodie pour expliquer son retard. Très jalouse de sa beauté, elle profita de l'occasion pour satisfaire sa rancune. Aussi condamna-t-elle la retardataire à une peine que toutes les fées trouvèrent injuste.

- Désormais, lui dit-elle, tu erreras au sommet de notre glacier sous les traits d'une vieille mendicante en haillons. Tu conserveras cette apparence tant qu'un être vivant n'aura pas eu pitié de toi. Sache que les fées ne peuvent rien pour toi et qu'il est inutile de compter sur ta baguette magique, car je vais la transformer en vulgaire bâton sans pouvoir.



La reine des fées était persuadée que personne ne s'aventurerait jamais sur un aussi haut glacier. Elle se trompait, car Alodie avait doté les deux chamois d'une telle énergie qu'ils étaient devenus infatigables. Ils bondirent de rocher en rocher, coururent de montagne en montagne et gravirent les mille escarpements du glacier avant d'atteindre son immense dôme immaculé.

Heureuse, la mère chamois prit congé et quitta le glacier avec son petit. Comme chaque année, la réunion des fées de la montagne devait durer toute la journée. Elle fut interrompue par le retour d'Alodie.

- Par quel miracle as-tu retrouvé ton apparence ? interrogea une fée en l'apercevant.

- Tu es encore plus belle que ce matin, constata une autre.

Et toutes s'approchèrent pour la féliciter ou l'embrasser. Sauf la reine, car le retour inopiné d'Alodie lui faisait perdre la face. Elle voulut la condamner à nouveau. Mais les fées s'y opposèrent. Comme la reine s'obstinait, il y eut un mouvement de révolte et elle fut déposée.

On offrit le trône à Alodie qui l'accepta. Durant tout son règne, elle fit preuve d'équité et de générosité. Et elle entretenait toujours d'excellents rapports avec le peuple des chamois.

Soudain, la mère chamois aperçut une masse sombre sur la glace scintillante. C'était le corps d'une vieille mendiante à bout de forces qui dormait dans le froid. Elle s'approcha et la flaira. Elle eut immédiatement la certitude que cette femme était sa bienfaitrice, la fée qui les avait sauvés, elle et son petit, de la cruauté des chasseurs. Alors elle lui lécha lentement le front, les yeux et les joues. Ses fins cheveux blancs se métamorphosèrent aussitôt en une épaisse chevelure brune. Sa peau ridée redevint lisse. Ses paupières se soulevèrent, découvrant un regard limpide. Les haillons dont elle était affublée se transformèrent en vêtements de soie brodés d'or. Son bâton redevint baguette magique. Ses lèvres retrouvèrent leur couleur vermeille. Et un sourire illumina son visage.

- Merci ! s'exclama-t-elle.

La fée Alodie venait de naître, plus belle que jamais, grâce à la mère chamois qui avait eu pitié d'elle.

- Sans toi, ajouta-t-elle, j'aurais éternellement erré sur le glacier désert. Pour te remercier, je t'accorde, ainsi qu'aux chamois de ces montagnes, un privilège que vous apprécierez tous. Dès la venue au monde d'un petit, il vous suffira de lui lécher les yeux pour qu'il ait le regard perçant et la force de suivre les adultes de rocher en rocher. Tous les petits chamois pourront ainsi échapper plus facilement aux chasseurs.



## Le loup de Bessans

**L**e village de Bessans était posé au pied des montagnes. Ses maisons aux murs épais de pierres grises n'étaient pas couvertes de lauze comme aujourd'hui, mais simplement de chaume. De modestes paysans y vivaient, cultivant de petits champs gagnés sur la forêt et élevant de maigres troupeaux. Un jour, l'un de ces paysans traversait la forêt pour rejoindre le village. Il faisait frais sous l'épaisse frondaison des arbres qui, par endroits, lui cachait le ciel. Un silence impressionnant régnait sur la forêt, troublé par le lointain murmure d'un torrent ou par le martèlement d'un pic vert sur un tronc. Le paysan n'était pas rassuré. Il craignait de rencontrer une fée ou un génie. Il accéléra le pas, tout en se remémorant les êtres malfaisants des contes de son enfance. Et pour se donner courage, il décida de chanter à tue-tête. Mais il chantait faux. Alors il préféra réciter en criant une comptine que sa femme disait souvent le soir à leur jeune fils :

*ABCD*

*la vache a fé lé vé* (la vache a fait le veau)

*le vé zé modo* (le veau est parti)

*la vache a pleuro* (la vache a pleuré)

*le vé zé reveniu* (le veau est revenu)

*la vache a rizu* (la vache a ri)

Et il sourit, oubliant pour quelques instants sa crainte d'une mauvaise rencontre. Il avait tort, car des génies malfaisants et des bêtes féroces rôdaient dans les forêts de la région. Et bûcherons et paysans avaient parfois affaire à eux.

Soudain, au milieu de l'étroit chemin, apparut devant lui un grand loup noir. Il avait le regard féroce, les oreilles dressées et une énorme gueule entrouverte, qui laissait voir ses dents longues et acérées. Il fixa l'homme sans bouger et grogna, l'air affamé. Le malheureux se mit à trembler d'épouvante. Il voulut appeler au secours, mais aucun son ne sortit de sa bouche. Cela eût d'ailleurs été inutile, le village se trouvant trop loin pour qu'on l'entendît. Fuir aussi lui fut impossible, car il était paralysé par la peur. De toute façon, le loup l'eût vite rattrapé.

Le paysan portait deux pains en forme de couronne, comme on les fait encore en Maurienne. Le dimanche après la messe, ceux qui en rapportent chez eux les enfilent au bout de leur canne ou de leur parapluie et parfois en passent un à chaque bras. C'est ce qu'avait fait le paysan et cela l'obligeait à garder les bras loin du corps. Il pensa que ses pains pouvaient apaiser la faim du loup durant un moment. Cela lui permettrait peut-être de s'enfuir. Il n'hésita donc pas à en couper un morceau qu'il jeta à l'animal. Celui-ci l'avalait goulûment. L'homme renouvela son geste et s'éloigna pendant que le loup mangeait. Mais quand il regarda derrière lui, il s'aperçut qu'il était suivi. Il marcha plus vite et l'animal fit de même. Qu'attendait-il pour se jeter sur lui et le dévorer ? Il coupa de nouveau un morceau de pain et le lança au loup. Ce dernier s'arrêta un instant pour le manger, tandis que l'homme en profitait pour prendre un peu d'avance.



Leur petit jeu se poursuivit jusqu'au village. Ils arrivèrent bientôt devant la maison du paysan. Sa femme l'attendait. Elle fut très surprise de le voir se retourner pour jeter du pain derrière lui et plus surprise encore lorsqu'elle aperçut le loup qui le suivait. Au lieu de s'inquiéter du danger que courait son mari, elle ne pensa qu'aux deux couronnes en grande partie sacrifiées.

- Malheureux, s'écria-t-elle, pourquoi gaspilles-tu notre pain en le donnant à cette maudite bête ? Nous n'aurons plus rien à manger.

- N'exagère pas, lui répliqua le paysan, avant de jeter au loup le morceau de couronne qui restait.

Il raconta ensuite son aventure à sa femme et tenta d'apaiser sa colère en lui expliquant qu'il avait failli être dévoré par le loup. Durant ce temps, l'animal enfin rassasié s'éloignait tranquillement.

Quelques semaines plus tard, le paysan décida de se rendre à la foire aux bestiaux de Bourg-Saint-Maurice, afin d'y acheter une vache. Il partit de bonne heure, passa le col de l'Iseran et arriva le soir. Ce jour-là, il n'était pas seul sur les chemins. De tous côtés affluaient des paysans conduisant leurs bêtes et la ville regorgeait de monde. Dès trois heures du matin, vaches et veaux furent attachés à des piquets sur le champ de foire, où ils attendirent l'arrivée des acheteurs.

Ceux-ci discutaient dans les auberges de la ville. Ils buvaient et mangeaient de la polente<sup>1</sup>, du chou bouilli, du pain noir et de la tomme<sup>2</sup>. Ils étaient gais et chantaient. Notre homme finit par se dire qu'il n'était pas là que pour s'amuser et il songea à sa vache. Il quitta l'auberge et se dirigea vers le champ de foire. Au moment où il arrivait, un marchand lui fit signe et lui proposa ses bêtes.

- Suis-moi, lui dit-il, je vais te les montrer. Je suis sûr que tu les trouveras à ton goût.

Le paysan le suivit. Le marchand lui montra plusieurs veaux et cinq vaches magnifiques.

- Choisis l'animal qui te plaît, je te le donne.

- Et pourquoi donc ? protesta le paysan, surpris par une telle proposition.

- Tu te souviens de ce loup affamé que tu as rencontré dans la forêt et auquel tu as donné du pain ? dit le marchand.

- Oui !

- Eh bien, c'était moi.

- Toi ?

- Oui. Et pour te remercier, je voudrais t'offrir une de mes bêtes. Je vais aussi te donner un présent pour ta femme. Voici une petite boîte qu'elle ne devra ouvrir que lorsqu'elle sera seule.

Le paysan remercia et prit congé. Il était heureux de rentrer chez lui, avec une belle vache qui ne lui avait rien coûté. Elle était grasse et docile. Il la tenait par sa corde et marchait en sifflotant. Il avait mis la boîte dans une de ses poches et il se demandait ce qu'elle pouvait bien contenir.

Le chemin était long et il eut le temps de faire mille suppositions. Comme il approchait de son village, il décida de s'accorder un peu de repos. Il entrava sa vache et s'assit sous un grand chêne en bordure du chemin. Au bout d'un moment, sa curiosité l'emporta. Il plongea la main dans sa poche, en sortit la petite boîte et l'ouvrit prestement.

Aussitôt, une immense flamme en jaillit. Elle monta le long du tronc qu'elle sembla vouloir envelopper. Elle mit le feu aux feuilles et aux branches, qui le propagèrent rapidement aux arbres voisins, puis à toutes les forêts environnantes.

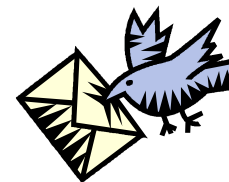
Le paysan dut s'enfuir à toutes jambes, sans avoir eu le temps de sauver sa pauvre vache qui grilla dans les flammes. Il parvint à rentrer chez lui, et comprit que le marchand avait tenté de punir sa femme, pour son égoïsme et sa méchanceté envers le loup.

Si la curiosité du paysan lui permit d'éviter à sa femme de subir un sort affreux, elle fut, dit-on, à l'origine de la destruction de la plupart des forêts de la Maurienne.

1. Polente : semoule de maïs.

2. Tomme : fromage savoyard fait à partir de lait caillé plus ou moins écrémé.

## 13-Correspondance



Remplis le tableau des coordonnées avec tes parents :

Nom de famille	
Rue	
Code postal et nom de la ville	

Nom de famille	
Rue	
Code postal et nom de la ville	

Les brouillons de mes courriers postaux ou électroniques :

Courrier 1 :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Courrier 2 :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Courrier 3 :

.....

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Courrier 4 :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## 14-Le meilleur et le pire...



Raconte ton meilleur souvenir du séjour :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Raconte ton pire souvenir du séjour :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

15-Album photo

