



**LES ESPACES NATURELS MÉTROPOLITAINS**

MASSIF  
DE LA  
CHARTREUSE

**LE BOIS  
FRANCAIS**

**LE PARC  
DE L'OVALIE**

Sassenage

Meylan

**LE PARC  
DE L'ILE D'AMOUR**

**Grenoble**

**LE PARC  
DES VOULLANTS**

Fontaine

Saint-Martin  
d'Hères

Seyssinet-  
Pariset

MASSIF  
DE  
BELLEDONNE

**LES FRANGES  
VERTES**

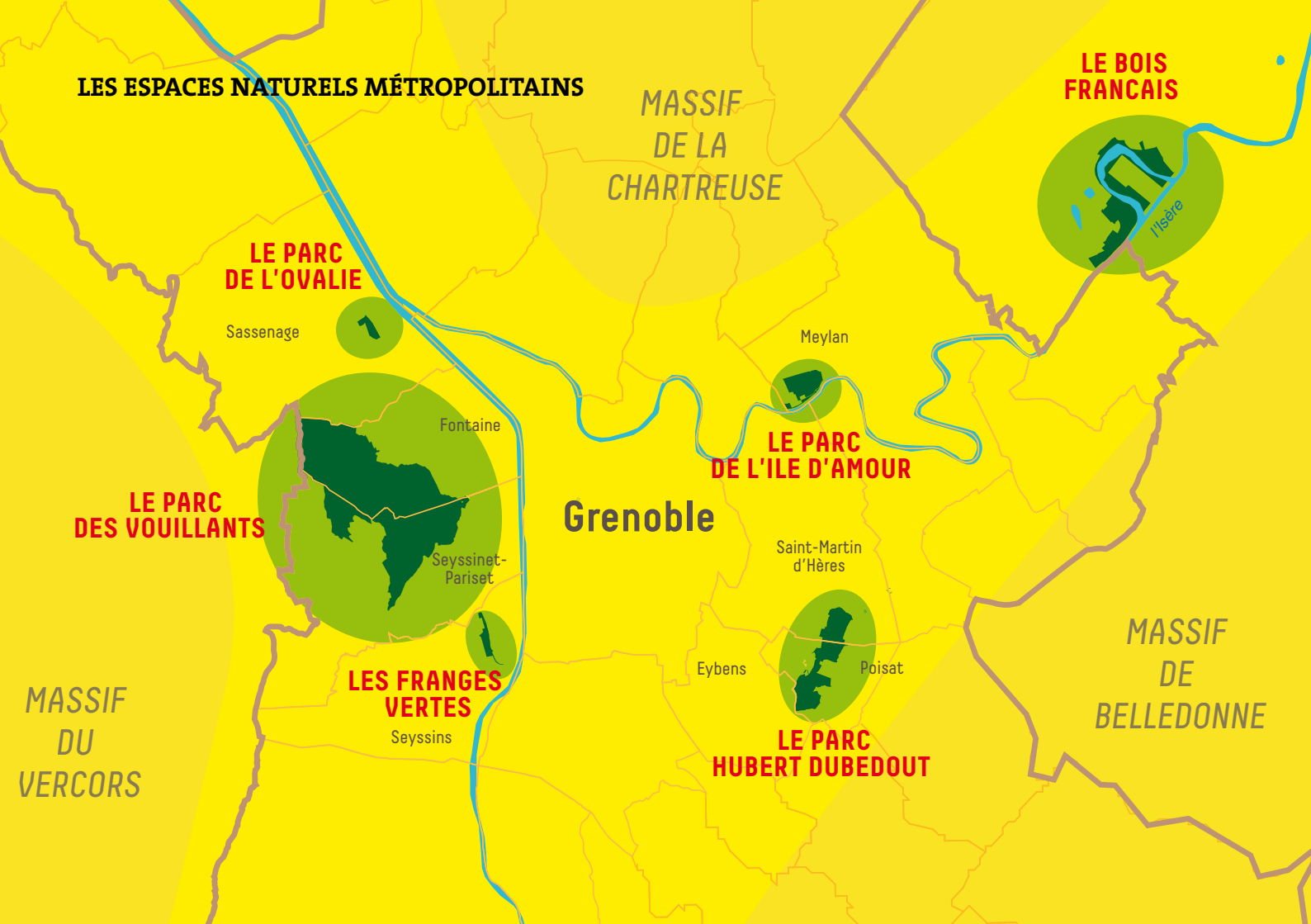
Seyssins

Eybens

Poisat

**LE PARC  
HUBERT DUBEDOUT**

MASSIF  
DU  
VERCORS







# Bienvenue dans les espaces naturels de la Métropole

**Habitant de l'agglomération, bienvenue dans les poumons verts de la métropole grenobloise : six espaces naturels aux caractères différents, aux charmes certains et – ce n'est pas la moindre de leur qualité – accessibles facilement et rapidement.**

**Entre Belledonne, Vercors et Chartreuse, notre agglomération dispose d'un écrin naturel à nul autre pareil.** Une richesse qui ne doit pas nous faire oublier l'importance des espaces naturels plus proches. Destinations de villégiature pour les habitants des villes, ils constituent aussi des réservoirs de biodiversité et des espaces de fraîcheur primordiaux pour l'agglomération.

**Il faut en avoir conscience : notre pays se "minéralise".** Tous les 7 ans, c'est l'équivalent d'un département français qui disparaît, grignoté par la ville. Avec lui disparaissent terres agricoles, bois, pâtures ou sentiers, et toute la biodiversité qui s'y était développée. Au final, ce sont des pans entiers de nature qui sont passés aux pertes et profits, aux dépens de notre lutte contre le dérèglement climatique...

**Le monde urbain ne doit pourtant ni vivre, ni croître au détriment de la nature.** Il nous faut concilier nécessités quotidiennes et besoins plus immatériels. S'il est vital

de construire des logements, des routes ou des locaux d'entreprises, il importe tout autant de pouvoir se détendre, faire du sport, s'aérer ou se retrouver entre amis, dans un cadre naturel de proximité.

**C'est là l'un des enjeux de la Métropole.** Et c'est dans ce sens que nous agissons. En permettant l'accès à des espaces naturels de qualité, ouverts à tous ; en favorisant le maintien d'une faune et d'une flore riches et nécessaires à la vie des écosystèmes ; en créant des continuités écologiques pour faciliter la propagation de cette biodiversité. Bref, en augmentant nos chances de vivre une relation apaisée à la nature.

**Vous découvrirez dans ce guide toutes les particularités et les qualités des espaces naturels métropolitains.** Tout autour de notre territoire, ils sont notre bien commun. En agissant tous pour leur préservation, nous garantissons la transmission d'un patrimoine naturel essentiel à l'équilibre et au bien-être. Que nos enfants sachent dès aujourd'hui, et avec vous, se les approprier sans mesure !

**Jérôme DUTRONCY**

**Vice-Président à l'Environnement, à l'Air, au Climat et à la Biodiversité**





# CONSEILS ET RÈGLES DE BONNE CONDUITE SUR LES SITES

*Les espaces naturels sont fréquentés par de nombreux usagers aux pratiques très diverses : Randonnée pédestre, VTT, course à pied, équitation... Pour que tous puissent profiter de ces espaces privilégiés, quelques règles de citoyenneté doivent être respectées.*



## **RESPECT DE LA PROPRIÉTÉ**

*Les espaces naturels sont des lieux publics qui appartiennent à tous, respectez les !*

- Suivez les consignes signalées sur chaque site.
- Ne pas élaguer, couper, débroussailler ou dégrader la végétation.
- Respectez les équipements : balisage, mobilier, barrières, panneaux...
- Ne stationnez pas votre véhicule en dehors des parkings.
- La création de nouveaux balisages n'est pas autorisée.



## **RESPECT DE LA SÉCURITÉ**

*Attention, nos espaces naturels accueillent des usages divers détente, loisirs, sport... Ceci implique de suivre certaines règles :*

- Adaptez votre pratique en fonction de vos capacités physiques et des conditions environnementales (météorologie, technicité du terrain, itinéraire choisi...).
- Respectez les consignes de sécurité signalées sur le terrain.
- En cas de pratique d'une activité à risques, pensez à souscrire une assurance adaptée.

***Ensemble, participons à la préservation  
d'un environnement d'exception  
et au bien-être de tous les usagers !***



## **RESPECT D'AUTRUI**

*Les espaces naturels métropolitains sont ouverts à tous. Chacun doit participer à l'instauration d'une cohabitation harmonieuse.*

- Adaptez votre pratique à celle des autres usagers.
- Restez courtois.
- Tenez compte des circonstances saisonnières ou exceptionnelles (événements sportifs, animations...).
- Signalez votre présence en cas de dépassement ou de croisement avec d'autres usagers.
- Ne pas créer de balisage (peinture)
- Balisage sauvage



## **RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT**

*Au-delà des enjeux liés à la biodiversité, l'utilisateur doit veiller à limiter son impact environnemental.*

- Ne pas faire de feu.
- Ramasser ses déchets et les jeter dans les poubelles présentes sur les sites.
- Eviter toute pollution des sols et de l'eau.
- Ne pas porter atteinte aux espèces végétales et animales, en particulier celles qui sont protégées.
- Respecter les cultures.
- Rester sur les sentiers balisés pour préserver les espaces les plus fragiles.
- Tenir les chiens en laisse.

# LES BOIS DES VOUILLANTS

## LA FORÊT DE TOUS LES CONTRASTES

***D'une précieuse richesse botanique et animale, les bois des Vouillants recèlent d'étonnants contrastes. Entre plaine et premières hauteurs du Vercors, les ambiances évoluent au gré du relief et les activités ravissent aussi bien les familles que les sportifs.***

Les bois des Vouillants balancent entre histoire et modernité, contemplation et action. Jonction entre le massif du Vercors et la vallée grenobloise, ce lieu est d'une richesse historique encore visible aujourd'hui. Des murets celtiques, les ruines d'un fortin et les vestiges d'une tour sarrasine témoignent du passage de populations gauloises et romaines dès l'Antiquité. Au XVIII<sup>e</sup> siècle, Jean-Jacques Rousseau fréquentait les lieux pour cueillir des plantes sauvages alors qu'il séjournait au château de Beauregard.

Sur les sentiers de cette grande forêt, les panneaux installés par la Métropole invitent à découvrir les points forts d'un espace où acteurs privés et publics œuvrent de concert pour en préserver la qualité. A l'ombre des arbres, on découvre avec étonnement des végétaux parfaitement adaptés au milieu, des animaux tels que le blaireau, le renard, le sanglier et le chevreuil.

Les oiseaux, comme le grand corbeau, le faucon pèlerin et le grand duc, planent au-dessus des arbres. A l'entrée du Désert de l'Ecureuil, trône un tilleul âgé de plus de 250 ans !

En famille, les bois des Vouillants s'affirment donc comme un immense terrain de découverte où il fait bon pique-niquer, gambader sur les sentiers, jouer à cache-cache dans la forêt et apprendre à reconnaître la flore et la faune locales. Tandis qu'enfants et parents se baladent ou se reposent, randonneurs et sportifs se croisent sur les chemins tout au long de l'année. Vététistes, joggeurs et grimpeurs apprécient l'atmosphère sauvage, la fraîcheur en été, la diversité et la technicité des itinéraires. Les plus vaillants partent des Vouillants et grimpent, en quelques foulées ou en quelques coups de pédale, sur les hauteurs du Vercors.



# PARC DES VOUILLANTS

Accès piéton  
6 minutes  
depuis le tram A  
"La Poya"

Parc  
La Poya

Sentiers  
de randonnées  
"structurants"

SENTIERS

ACCÈS PARKING

Accès piéton  
13 minutes  
depuis le tram A  
"Louis Maisonnat"

Ferme  
Froussard

SENTIERS

Pré Faure

Grande  
Traversée  
du Vercors

Parc  
Karl Marx

Grande  
Traversée du  
Vercors

Désert  
de l'Écureuil

Parcours  
découverte  
"Patrimoine  
naturel"

Désert  
J.-J. Rousseau

Parcours  
découverte  
"Désert  
J. Rousseau"

Accès voiture / vélo  
par la route de  
Saint Nizier  
du Moucherotte

ACCÈS PARKING



Table  
d'orientation

Mare



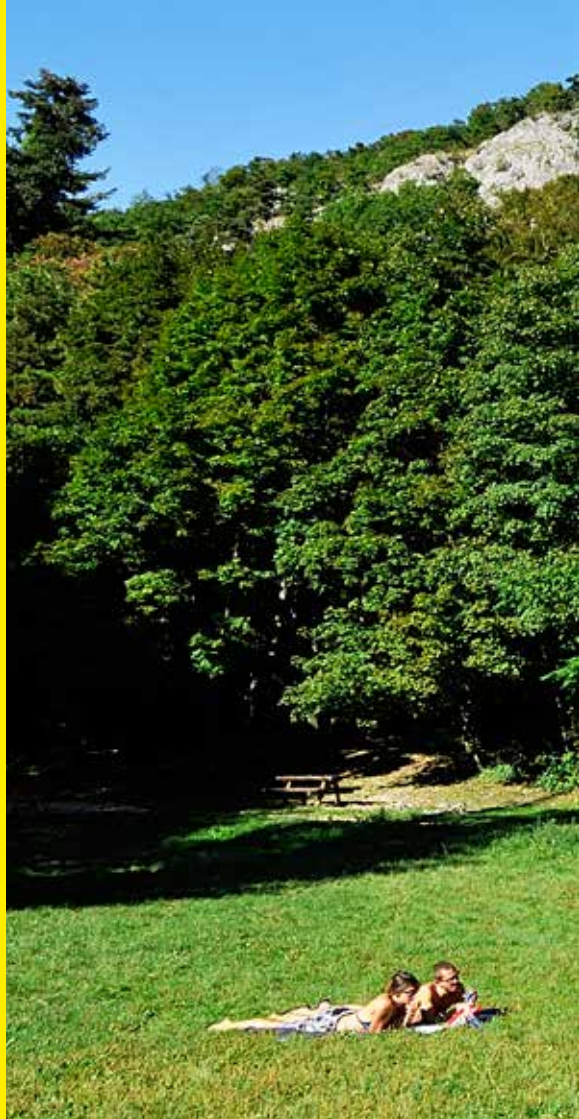
GR9



Porte de Beauregard  
Accès voiture / vélo  
par la route de Saint Nizier  
du Moucherotte



100 m 1000 m









# PRATIQUE



## **OÙ ?**

Sur les communes de Seyssinet-Pariset et de Fontaine.



## **SUR QUELLE SUPERFICIE ?**

474 hectares dont 100 hectares appartenant à Grenoble-Alpes Métropole.



## **QUAND ?**

Ouvert toute l'année.



## **ÉQUIPEMENTS**

- Parking et cheminements adaptés aux PMR [site de Beauregard]
- Mare pédagogique [site de Beauregard]
- Bancs, tables
- Toilettes sèches accessibles aux PMR [site de Beauregard]
- Conteneurs à déchets [site de Beauregard]













## **COMMENT Y ACCÉDER ?**

### **EN VOITURE**

Direction Seyssinet-Pariset ou Fontaine, puis direction parc Karl Marx. Pour rejoindre le parking de Beauregard, proche du désert Jean-Jacques Rousseau, prendre la route de Saint-Nizier-du-Moucherotte.

*Pour rejoindre le parc Karl Marx (Fontaine) :*

### **EN BUS**

Prendre la ligne 19,20,50,53,5100 (arrêt parc Karl Marx ou Fontaine-la-Poyat).

### **EN TRAM**

Prendre la ligne A (arrêt Louis Maisonnat) puis marcher jusqu'au parc Karl Marx en empruntant la rue Jean Bocq puis le boulevard Paul Langevin. Pour rejoindre le bois des Vouillants à proximité du désert Jean-Jacques Rousseau : prendre la ligne B (arrêt Cité Internationale), puis la ligne 5110 VFD (direction Villard-de-Lans Gare Routière, arrêt à Seyssinet-Pariset Perrières-Vouillants).

### **A VÉLO**

Rejoindre Seyssinet-Pariset par les pistes cyclables (dignes de l'Isère ou grands boulevards puis pont de Catane) puis rallier le parc Karl Marx par la rue Jean-Jacques Rousseau ou Perrières-Vouillants par la rue du Moucherotte.



## **ACTIVITÉS INTERDITES**

- Camping / Feux
- Véhicules motorisés





## ***LIBREMENT***

- Escalade
- Randonnées pédestres
- VTT
- Pique-nique
- Course d'orientation



## ***AU SEIN D'UNE ASSOCIATION***

### **FONTAINE AMITIÉ NATURE**

Randonnées, escalade  
[www.anfontaine.net](http://www.anfontaine.net)

### **CAF FONTAINE EN MONTAGNE**

Escalade  
[www.fontaine-en-montagne.ffcam.fr](http://www.fontaine-en-montagne.ffcam.fr)

### **ORIENT'ALP**

Course d'orientation, VTT  
[www.orientalp.free.fr](http://www.orientalp.free.fr)

### **COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE COURSE D'ORIENTATION**

[www.cdco38.free.fr](http://www.cdco38.free.fr)











# ZOOM SUR UNE ACTIVITÉ

## ***L'ESCALADE***

À l'image de la diversité d'ambiances et d'activités qui caractérise le bois des Vouillants, l'escalade se décline en une vaste palette de parois, de difficultés et d'atmosphères. De l'école d'escalade de Fontaine à la Grande Paroi, située au cœur de la forêt, en passant par le Coup de Sabre près de La Poya, **les grimpeurs novices et aguerris** peuvent s'exercer sur ces voies offrant décor urbain ou calme forestier, prises artificielles ou naturelles.









# EN FAMILLE

## ***AVENTURE EN FORÊT***

Le bois des Vouillants devient un terrain d'aventures pour les enfants et les sentiers balisés permettent **d'initier les petits aux plaisirs de la randonnée sans les lasser**. Grâce à une multitude de circuits et à des ambiances très différentes, toute la famille fait marcher son imagination et sa curiosité ! Des vestiges historiques aux aires de pique-nique, du panorama de la Tour Sans Venin à la rencontre avec un chevreuil, cette forêt permet d'inventer des épopées pleines de découvertes. Munis d'une carte IGN, les plus grands apprendront à se repérer et à choisir leur itinéraire. Pensez à prendre de bonnes chaussures de marche et une réserve d'eau suffisante.



# NOUVEAUTÉ

## ***LA BOUCLE DE DÉCOUVERTE DU DÉSERT JEAN-JACQUES ROUSSEAU***

Créée en 2014, la boucle de découverte du désert Jean-Jacques Rousseau, accessible depuis le parking de Beauregard à Seyssinet-Pariset, permet de mieux connaître ce site remarquable. Parcouru en une trentaine de minutes de marche tranquille, ce circuit est jalonné de panneaux pédagogiques destinés à informer les promeneurs sur les richesses naturelles du site : arbres remarquables, fougères, lierre, animaux ou encore géologie n'auront plus de secrets pour vous.

A mi-parcours, un banc permet de faire une halte pour admirer la beauté des falaises, s'imprégner de la tranquillité des lieux... et pourquoi pas être inspiré comme l'a été Jean-Jacques Rousseau lorsqu'il fréquentait les lieux ?

Idéal pour une sortie en famille (mais en maintenant les enfants sur les sentiers).













# MÉMOIRE

## ***LE DÉSERT DE L'ECUREUIL***

En 1944, la Seconde Guerre Mondiale fait vivre au Désert de l'Écureuil un noir épisode : l'occupant allemand extirpe dix résistants des prisons de la Gestapo situées cours Berriat à Grenoble pour les conduire dans les bois des Vouillants. Là, **cinq Français et cinq Polonais sont froidement abattus** en représailles de la résistance des maquisards du Vercors. A l'endroit même de l'exécution, un monument est dressé à la Libération et rappelle aux promeneurs d'aujourd'hui l'importance du travail de mémoire.

# BIODIVERSITÉ

*Faune*

## **LE PIC ÉPEICHETTE**

D'un gabarit sensiblement identique à celui d'un moineau, vous reconnaîtrez le pic épeichette à son plumage original, rayé de noir et blanc. Le mâle possède une calotte rouge sur la tête. Si vous entendez un « ki... ki... ki... » ou un tambourinement régulier, soyez attentif et discret : vous apercevrez peut-être ce petit volatile qui excelle dans l'art de grimper le long des troncs.













*Flore*

## **LA NIVÉOLE DU PRINTEMPS**

Appelée couramment claudinette ou perce-neige, la nivéole du printemps, fleur des sous-bois, fleurit... à la fin de l'hiver ! Sa fleur blanche retombe comme une clochette au bout de sa tige de 15 à 25 cm. L'extrémité de ses six pétales arbore un point jaune. Attention, plante toxique et interdite de cueillette !

- **Interdiction de cueillette** : Nivéole du printemps, Jacinthe sauvage, Perce-neige, Dent de chien, Oeillet girollé, Oeillet des Chartreux, Oeillet Arméria, Polystie à crêtes.

- **Cueillette réglementée** : Jonquille, Lis Martagon, Houx, Cyclamen porpre, Muguet.  
(interdiction de cueillir une quantité supérieure à ce qu'une main adulte peut contenir)





# LE SAVIEZ-VOUS ?

## ***DES CONTENEURS POUR VOS DÉCHETS***

Parce que la propreté est un aspect essentiel pour préserver l'environnement, Grenoble-Alpes Métropole met à votre disposition des conteneurs à la sortie du parking de l'espace Beauregard. **Après le pique-nique ou la randonnée, n'oubliez pas d'y déposer vos déchets.**





GRENOBLE • ALPES  
MÉTROPOLITAIN

LE FORUM

3 rue Malakoff

38 031 Grenoble cedex 01

T. 04 76 59 59 59 F. 04 76 42 33 43

-

[lametro.fr](http://lametro.fr)

*Juin 2015*

*Rédaction : Marie-Hélène Paturel*

*Photos : Franck Crispin , Christian Morel (p.68 p.88 p.102)  
Vianney Thibaud (p.22), Pierre-Cédric Petit (p.39), Fabien Mignet (p.55),  
Lionel Monticot (p.99), Thomas Cugnod (p.117)*

*Imprimé sur du papier recyclé*