

Les mobiliers

Les panneaux d'accueil – Rappel de ce qui a été validé en COPIIL tourisme

Usages : pour les points d'accueil principaux ou les points de départ d'activité. Ils présentent les activités et les services proposés par le CDB (cartographie) et les enjeux spécifiques du camp de base : cohabitation des usages, pastoralisme, biodiversité...



**MAISON
DE LA
NATURE**

Si enjeux spécifiques au Camp

La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



1	2	3
Unite les Baies Les crêtes de Marneuse Sommet	Les Seigliers La Gralle - Les Clois Range des Marais Chauve	Les Seigliers Caserrouse Col de Chamrouse Crête de Chamrouse
Départ Villeneuve	Départ Les Seigliers	Départ Les Seigliers
 5,7 km  270 m  270 m  0 h 00	 9,8 km  390 m  390 m  0 h 00	 6,5 km  1190 m  10 m  0 h 00

1.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.
2.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.
3.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.
4.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.
5.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.
6.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.
7.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.
8.  **Ne pas se précipiter** : avant de commencer, prenez le temps de vous renseigner sur les associations locales et les associations nationales. Elles pourront vous aider à trouver des bénévoles et à vous renseigner sur les différents types de projets.

[illegible]



POUR ÊTRE BIEN RUSQUE RESPONSABLE

Les entreprises et collectivités ont une responsabilité sociale et environnementale. Elles ont le devoir de respecter les lois et de protéger l'environnement.




1 Choisir des produits et services respectueux de l'environnement et de la société.

2 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

3 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

4 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

5 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

6 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

7 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

8 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

9 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

10 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

11 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

12 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

13 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

14 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

15 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

16 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

17 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

18 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

19 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

20 Éviter les produits et services qui contiennent des substances dangereuses.

[illegible]

Camp de base Belledonne

PLEYNET - LES 7 LACS
VALLEE DU HAUT BREDA

Avec les Camps de Base, la chaîne de Belledonne se dévoile à vous!

MAISON DE LA NATURE

CAMP DE BASE URIAGE

Ressourcez-vous en pratiquant vos activités de pleine nature

Un Camps de Base centré sur le bien être et la santé, qui allie le confort des services de la ville avec le plaisir d'un ressourcement en pleine nature, et dont le développement favorise les activités nature en lien avec l'apprentissage sportif, l'éducation à l'environnement et la découverte du patrimoine local.

Si enjeux spécifiques au Camp

Plura netus ista ma volorum quam as es reped quam quibus con e qui tem. Neque conset est, surquam qui nonaut. Quat, qua is aut idunt verum intant emmim, i plus volorem, ut ad most, saesed deit et ut od que antit delonimout ut repere ut distilabo, lreanducum, emmimout

PRATIQUEZ ICI

La randonnée :
13 boucles de randonnée sur la commune de X à XX km
La découverte ludique de la forêt à travers les espaces naturels sensibles de la commune

L'Espace trail :
10 parcours au départ du Bureau d'information Touristique et des Seigliers
1 rande-trail santé pour une remise en forme nature

Le vélo
Le circuit VAE sur les châteaux de rois

Bureau d'information Touristique
5 Av. des Thermes, 38450 Saint-Martin-d'Uriage
04 76 89 10 27

La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

Le Département
Isère

La Communauté de Communes
Vallée de la Tignes

Le Syndicat Intercommunal
Vallée de la Tignes

Le Syndicat Intercommunal
Vallée de la Tignes

Le Syndicat Intercommunal
Vallée de la Tignes

AU PLUS PRÈS DE LA NATURE, J'ADOpte LES BONNES PRATIQUES !

POUR UN BIVOUAC RESPONSABLE

SÉCURITÉ EN MONTAGNE

PARTAGEONS LA MONTAGNE DE FAÇON RESPONSABLE



Je reste sur les sentiers balisés sans prendre de raccourci pour éviter le piétinement des espèces et l'érosion.



J'évite de pratiquer la nuit, et notamment en forêt.



Je reste discret (les animaux sauvages ne sont pas habitués à entendre nos bruits).



Je ne dérange pas les animaux, je garde mon chien en laisse. Si je croise des troupeaux et chiens de protection : je les contourne ou m'arrête, je range mes bâtons.



Je ramène mes déchets (même organiques), notamment le papier toilette. Pensez à prendre un sac.



Je respecte la nature et ne cueille pas de fleurs ou de branches, certaines espèces sont très rares.



Dans la nature, nous sommes toujours sur la propriété d'autrui, je respecte les cultures et ne piétine pas les prairies de fauche qui servent à nourrir le bétail en hiver.



Je ne fais pas de feu. Une trace de feu détruit le sol pour des milliers d'années.



Je n'effectue pas de survol avec un drone.



AU PLUS PRÈS DE LA NATURE, J'ADOpte LES BONNES PRATIQUES !

Territoire aussi exceptionnel que fragile,
je pratique une activité dans le respect
de sa préservation.

J'adopte ces quelques règles :



Arbres, arbustes, buissons, fleurs, ... poussent ici avec courage et ténacité car le climat est rude et les hivers sont longs. Les fleurs y sont particulièrement belles mais il ne faut pas les cueillir, car en le faisant, on interrompt leur cycle de reproduction et à terme elles disparaîtront ! En revanche, elles poseront volontiers pour de belles photos !



Je suis attentif et discret. Ces lieux abritent une multitude d'animaux sauvages : Chamois, Bouquetins, Lièvres variables, Martres des pins, Marmottes, Loups, Renards, Écureuils, Tétrins-lyres, Casse-noix mouchetés, Aigles royaux, ... Ils sont chez eux. Merci de respecter leur quiétude.



• Je respecte les zones d'hivernage des animaux et j'utilise les zones découvertes afin d'être vu de loin et d'éviter l'effet de surprise. Les combes nord, les crêtes déneigées et les lisières de forêt sont des zones de refuge pour la faune en hiver.

• Je reste sur les sentiers balisés sans prendre de raccourci pour éviter le piétinement des espèces et l'érosion.



J'évite de pratiquer la nuit, et notamment en forêt.



Je reste discret (les animaux sauvages ne sont pas habitués à entendre nos bruits).



Je tiens mon chien en laisse pour ne pas déranger la faune sauvage.



Je ramène mes déchets (même organiques), notamment le papier toilette. Pensez à prendre un sac.



Je respecte la nature et ne cueille pas de fleurs ou de branches, certaines espèces sont très rares.



Je ne fais pas de feu. Une trace de feu détruit le sol pour des milliers d'années.



Je n'effectue pas de survol avec un drone.



AU PLUS PRÈS DE LA NATURE, J'ADOpte LES BONNES PRATIQUES !

La montagne est rude pour les animaux sauvages qui y passent l'hiver : le froid, la neige, la nourriture devenue rare et difficile d'accès. Leur survie est en jeu. J'applique ces règles d'or pour préserver ce territoire d'exception.



Je partage la montagne dans le respect des animaux qui y vivent. À skis ou à pieds, je reste discret et j'adapte mon itinéraire en prenant connaissance de l'intimité de la vie sauvage. Ces lieux abritent une multitude d'animaux qui n'hibernent pas à l'abri. Une rencontre fortuite engendre du stress qui s'accompagne d'une perte d'énergie cruciale. L'animal ainsi affaibli devient plus sensible aux maladies, se défend moins des prédateurs, manque d'énergie pour chercher sa nourriture et sa survie est alors en jeu.



Traduction - Translation : www.XXXX



Je ne dérange pas les animaux domestiques ou les troupeaux et je garde mon chien en laisse.



Je contourne largement le troupeau dans la mesure du possible, en évitant de me mettre en danger par rapport à d'autres risques (falaises, très fortes pentes...).



Je ne regarde pas les animaux dans les yeux.



Je referme soigneusement les clôtures et les barrières après mon passage.



Dans la nature, nous sommes toujours sur la propriété d'autrui, je respecte la tranquillité du berger et de sa cabane qui est son lieu de vie.



Je ne me lave pas et ne fais pas ma vaisselle dans l'eau des abreuvoirs.



Je respecte les cultures et ne piétine pas les prairies de fauche qui servent à nourrir le bétail en hiver.



Je ne cueille pas les fruits dans les vergers.



PARTAGEONS LA MONTAGNE DE FAÇON RESPONSABLE

Idéalement située, la Chaîne de Belledonne propose de magnifiques activités et est pour les éleveurs une ressource en herbe indispensable à l'alimentation des animaux.

La présence des troupeaux permet également d'entretenir le paysage et d'éviter l'embroussaillage.

Nous ouvrons les portes de notre lieu de travail et de vie. Merci, en retour, de respecter les recommandations suivantes.



L'ALPAGE : LIEU DE VIE, DE TRAVAIL ET DE PASSAGE

L'alpage est une zone de pâturage en montagne souvent à plus de 1 000 m d'altitude où les troupeaux passent la saison estivale. Le berger n'est pas toujours disponible pour échanger avec vous, mais il appréciera d'être salué.



À L'APPROCHE DE CHIEN(S) DE PROTECTION, J'ADOpte LA BONNE ATTITUDE.

Si j'entre en interaction avec le troupeau, ils vont certainement venir vers moi en aboyant : **ils font leur travail.**

L'objectif est qu'ils m'identifient et ne perçoivent pas de menace pour leur troupeau dans mon comportement.

- Je ne fais pas rapidement à l'approche d'un chien de protection ;
- Je mets mes bâtons de marche dans une main le long du corps ;
- Je leur parle avec une voix grave et apaisée ;
- Je ne fais pas de gestes brusques.



Traduction - Translation : www.XXXX

POUR UN BIVOUAC RESPONSABLE

Bivouaquer en Belledonne est une magnifique immersion dans la vie de la montagne. C'est aussi une responsabilité : celle de respecter et préserver les milieux naturels et humains traversés.



En Belledonne, certains lieux sont adaptés pour vous accueillir. N'hésitez pas à consulter le manuel du bivouac où vous y retrouverez toutes les informations.



19H
9H

Le Bivouac est autorisé de 19 h à 9 h avec une petite tente et en limitant l'étendue de mon campement.



Avant de partir, j'identifie plusieurs endroits où il sera possible de bivouaquer sur mon itinéraire en prenant en compte la nature du terrain et la réglementation.



Plusieurs refuges ponctuent la chaîne de Belledonne. Certains proposent différents services, d'autres ne sont pas adaptés pour m'accueillir. Je me renseigne auprès du gardien pour savoir si je peux bivouaquer à proximité.



J'identifie les solutions de repli en cas d'imprévu : refuges, cabanes, échappatoires, etc.



J'identifie les points de ravitaillement en eau et en nourriture sur mon itinéraire. Attention sur certaines parties, il n'est pas possible de se ravitailler pendant plusieurs jours.



Je m'installe à distance des lacs et rivières, des cabanes de bergers, troupeaux, parcs de nuit, abreuvoirs.



Je choisis des emplacements déjà utilisés pour ne pas piétiner de nouveaux endroits.



Je ne m'installe pas dans une prairie non fauchée et dans les milieux sensibles.



Je ne fais pas de feu.



Pour faire mes besoins, je m'éloigne au moins de 70 m des lacs et cours d'eau pour limiter la pollution. L'idéal est de les enterrer à au moins 20 cm de profondeur. J'emporte avec moi le papier toilette utilisé.



Pour faire ma toilette ou ma vaisselle, j'utilise simplement de l'eau ou un produit biodégradable adapté. Je m'éloigne des cours d'eau pour permettre au sol d'exercer son rôle de filtre naturel et limiter ainsi la pollution du cours d'eau.



Je ramène mes déchets (même organiques), notamment le papier toilette. Pensez à prendre un sac.



Je garde mon chien en laisse pour ne pas déranger les animaux domestiques, sauvages ou les troupeaux.



Je ne laisse pas traîner de nourriture ou autres affaires.



Traduction - Translation : www.XXXX



Je m'informe sur la météo et les risques d'avalanche : je consulte Météo France ainsi que le Bulletin d'estimation des risques d'avalanche. Je peux également m'informer auprès des pisteurs secouristes.



- Je m'échauffe et me prépare physiquement pour ma sortie.

- Je vérifie mon matériel et m'assure qu'il soit en bon état.



Je prépare soigneusement mon itinéraire et je transmets ces informations à une personne de confiance avec mon heure approximative de retour.



Je ne pars jamais seul : la pratique du hors-pistes se fait toujours accompagné.



Je prévois une solution de repli.



J'emporte mon équipement de sécurité : Détecteur de Victime d'Avalanche (DVA), pelle, sonde et je m'entraîne au préalable.



SÉCURITÉ EN MONTAGNE L'HIVER

La montagne l'hiver offre un panel d'activités immense vous promettant des moments inoubliables. L'avalanche est l'un des risques majeurs qui guette celui qui s'aventurera hors des sentiers battus.

Pour une pratique sereine, je respecte ces quelques consignes de sécurité :



Je ne compte pas uniquement sur mon téléphone portable mais avant tout sur moi-même, ma préparation, mon expérience : il n'est pas toujours possible de capter un réseau en zones de montagnes.



Numéro d'urgence gratuit et accessible partout en Europe, le 112 permet de joindre les services de secours du département qui enverront les moyens adaptés. Le 112 fonctionne même depuis un téléphone verrouillé ou ne disposant pas d'une carte SIM.



Traduction - Translation : www.XXXX



• Je prends conseil auprès des professionnels (OT, Guide).

• Je me renseigne sur les caractéristiques et les difficultés de l'itinéraire et j'adapte ma randonnée en fonction de mon niveau et celui des participants.



Je consulte la météo.



J'emporte le bon équipement : casque, harnais, vêtement et chaussures adaptées, lunette de soleil, crème solaire, eau, nourriture, trousse de secours, protection de pluie, sac pour ramener mes déchets, lampe de poche ou frontale, couverture de survie, un téléphone chargé, topoguide et carte IGN.



Je prévois un itinéraire et je le communique à mon entourage, pour faciliter l'intervention des secours en cas de besoin.

Je ne compte pas uniquement sur mon téléphone portable mais avant tout sur moi-même, ma préparation, mon expérience : il n'est pas toujours possible de capter un réseau en zones de montagnes.



SÉCURITÉ EN MONTAGNE L'ÉTÉ

L'été, la montagne offre la possibilité de nombreux loisirs au grand air. Quelle que soit l'activité choisie, il est important de suivre ces quelques règles :



SOYEZ PARTICULIÈREMENT VIGILANT AVEC LES ENFANTS :

- Ils ont tendance à se dépenser sans compter et peuvent se retrouver en état d'épuisement sans signe annonciateur.
- Évitez les variations d'altitude trop brutales (risque d'otite).

Avec les tout-petits :

- Si vous les transportez sur le dos, l'immobilité et la suspension prolongées peuvent aggraver les effets de certains phénomènes (coup de soleil, insolation, déshydratation, coup de chaleur, refroidissement, gelure).
- Évitez d'emmener des tout-petits au-delà de 2500 m.
- Pensez à protéger les enfants du soleil (lunettes, casquette, crème solaire...).
- Veillez à ce que les enfants aient un équipement adapté.



Numéro d'urgence gratuit et accessible partout en Europe, le 112 permet de joindre les services de secours du département qui enverront les moyens adaptés. Le 112 fonctionne même depuis un téléphone verrouillé ou ne disposant pas d'une carte SIM.



Traduction - Translation : www.XXXX



L'esprit « camps de base »

Porte d'entrée de cet environnement remarquable, les camps de base vous proposent des espaces pour la pratique d'activités de pleine nature de qualité et accessibles pour tous. Vous y trouverez tous les services touristiques indispensables à votre immersion.

Les camps de base, ce sont aussi des engagements forts dans une démarche visant à préserver la biodiversité, à favoriser le dialogue et la cohabitation entre les différents usagers du territoire.

Le charme de la nature sauvage et préservée

Longue de 80 km, sous ses sommets qui flirtent les 3 000 mètres, la chaîne de Belledonne s'étend entre l'Isère et la Savoie.

Cette chaîne remarquable abrite des habitats naturels et nombre d'espèces végétales et animales sauvages préservées. D'une nature généreuse, ce réservoir biologique cohabite avec les filières économiques locales : la sylviculture, l'agriculture, le pastoralisme et le tourisme.

Venir en Belledonne, c'est découvrir un décor d'exception, ponctué de lieux habités, de traditions séculaires d'agriculture et d'élevage en montagne.

Y pratiquer une activité de pleine nature est une magnifique expérience et aussi une responsabilité : celle de respecter les milieux naturels et humains traversés.

Retrouvez tous les informations
sur notre carte interactive :



www.XXX.fr



Traduction
Translation :

www.XXXX



**BIENVENUE EN BELLEDONNE,
UN TERRITOIRE PRÉSERVÉ
ET PARTAGÉ !**

CAMP DE BASE URIAGE

Ressourcez-vous en pratiquant vos activités de pleine nature

Un camp de base centré sur le bien-être et la santé, qui allie le confort des services de la ville avec le plaisir d'un ressourcement en pleine nature et dont le développement favorise les activités natures en lien avec l'apprentissage sportif, l'éducation à l'environnement et la découverte du patrimoine local.

Spécificités du camp de base

PPuda netus istis ma volorum quam as es reped quam quibus
con ra qui tem. Neque conecus est, sumquam qui nonsequi
qatur, quia is aut idunt verum intenet omnimi, il idus volorem. Ut
ad most, saesedi debet et ut od que anti is delenisquunt ut reperes
ut dicillabo. Ipienduciam, ommolorit

PRATIQUEZ ICI



La randonnée

13 boucles de randonnée sur la commune de X à XX km

Le GR738 accessible à partir du site de XX

La découverte ludique de la forêt à travers les espaces naturels sensibles de la commune



L'Espace trail

10 parcours au départ du Bureau d'information
Touristique et des Seiglières

1 rando-trail santé pour une remise en forme nature



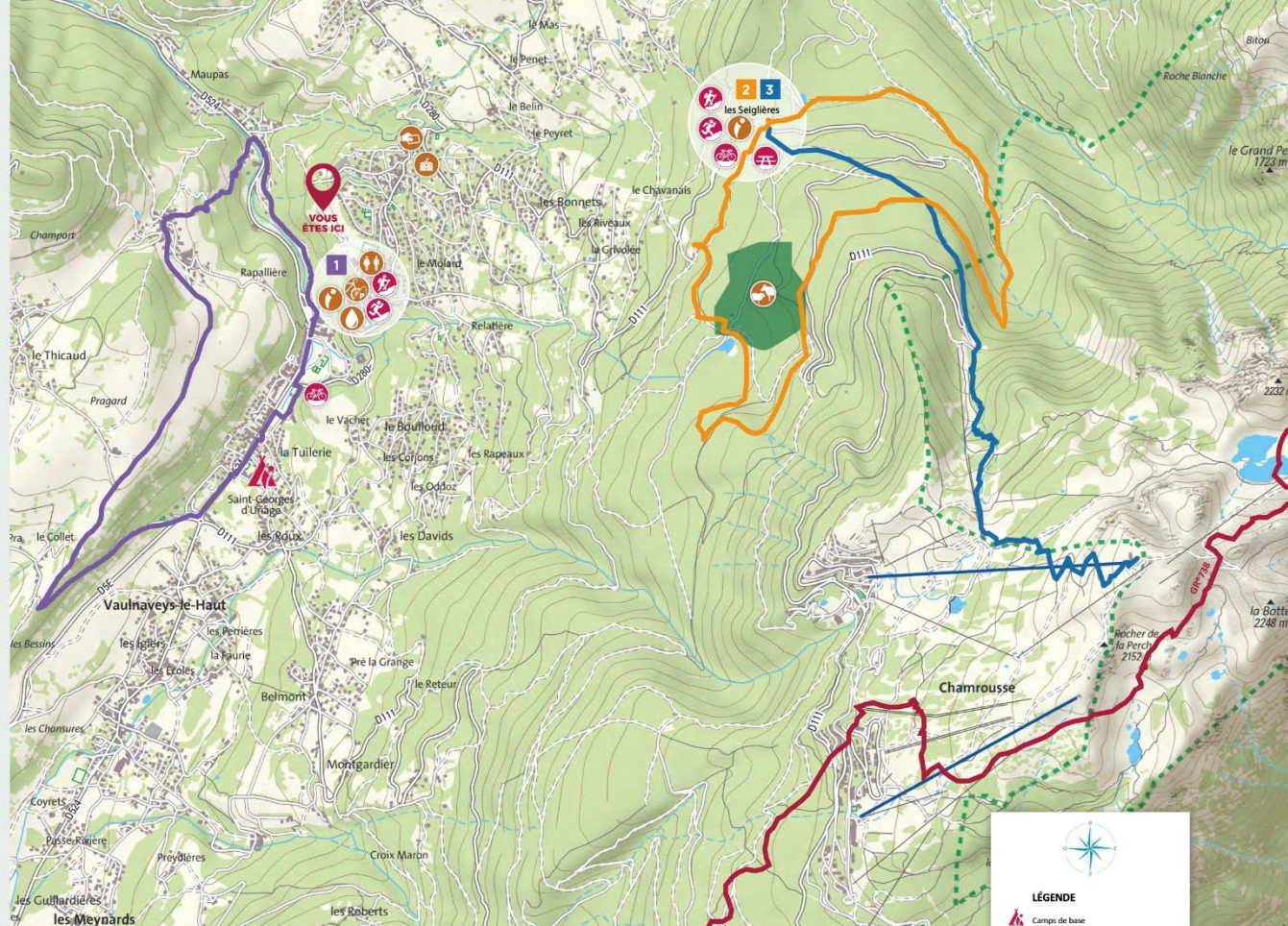
Le vélo

Le circuit VAE sur les châteaux de roue

Office de Tourisme

5 Av. des Thermes, 38410 Saint-Martin-d'Uriage

04 76 89 10 27



Nos itinéraires coups de cœur

1 Uriage les Bains
Les crêtes de
Villeneuve
Sonnant

Départ Villeneuve



Quia is aut idunt verum intenet
omnimi, il idus volorem. Ut ad
most, saesedi debet et ut

2 Les Seiglières
La Gafe - Les Clots
Etag des Marais
Chauds

Départ Les Seiglières



Quia is aut idunt verum intenet
omnimi, il idus volorem. Ut ad
most, saesedi debet et ut

3 Les Seiglières
Casseroisse
Col de Balme
Croix de Chamrousse

Départ Les Seiglières



Quia is aut idunt verum intenet
omnimi, il idus volorem. Ut ad
most, saesedi debet et ut

RETROUVEZ
L'ENSEMBLE DE NOS
PARCOURS SUR NOTRE
CARTE INTERACTIVE



www.XXX.fr



Suricate permet de signaler les
problèmes que vous rencontrez
sur l'itinéraire. Une erreur de
balisage, un panneau défectueux...
écrivez-nous.



CAMP DE BASE URIAGE

Ressourcez-vous en pratiquant vos activités de pleine nature

Un camp de base centré sur le bien-être et la santé, qui allie le confort des services de la ville avec le plaisir d'un ressourcement en pleine nature et dont le développement favorise les activités natures en lien avec l'apprentissage sportif, l'éducation à l'environnement et la découverte du patrimoine local.

Spécificités du camp de base

PPuda netus istis ma volorum quam as es reped quam quibusa con ra qui tem. Neque conecus est, sumquam qui nonsequi quatur, quia is aut idunt verrum intenet omnimi, il idus volorem. Ut ad most, saesedi debet et ut od que anti is delenisquunt ut reperes ut dicillabo. Ipienduciam, ommolorit.

PRATIQUEZ ICI



La randonnée

13 boucles de randonnée sur la commune de X à XX km
Le **GR738** accessible à partir du site de XX
La **découverte ludique de la forêt** à travers les espaces naturels sensibles de la commune



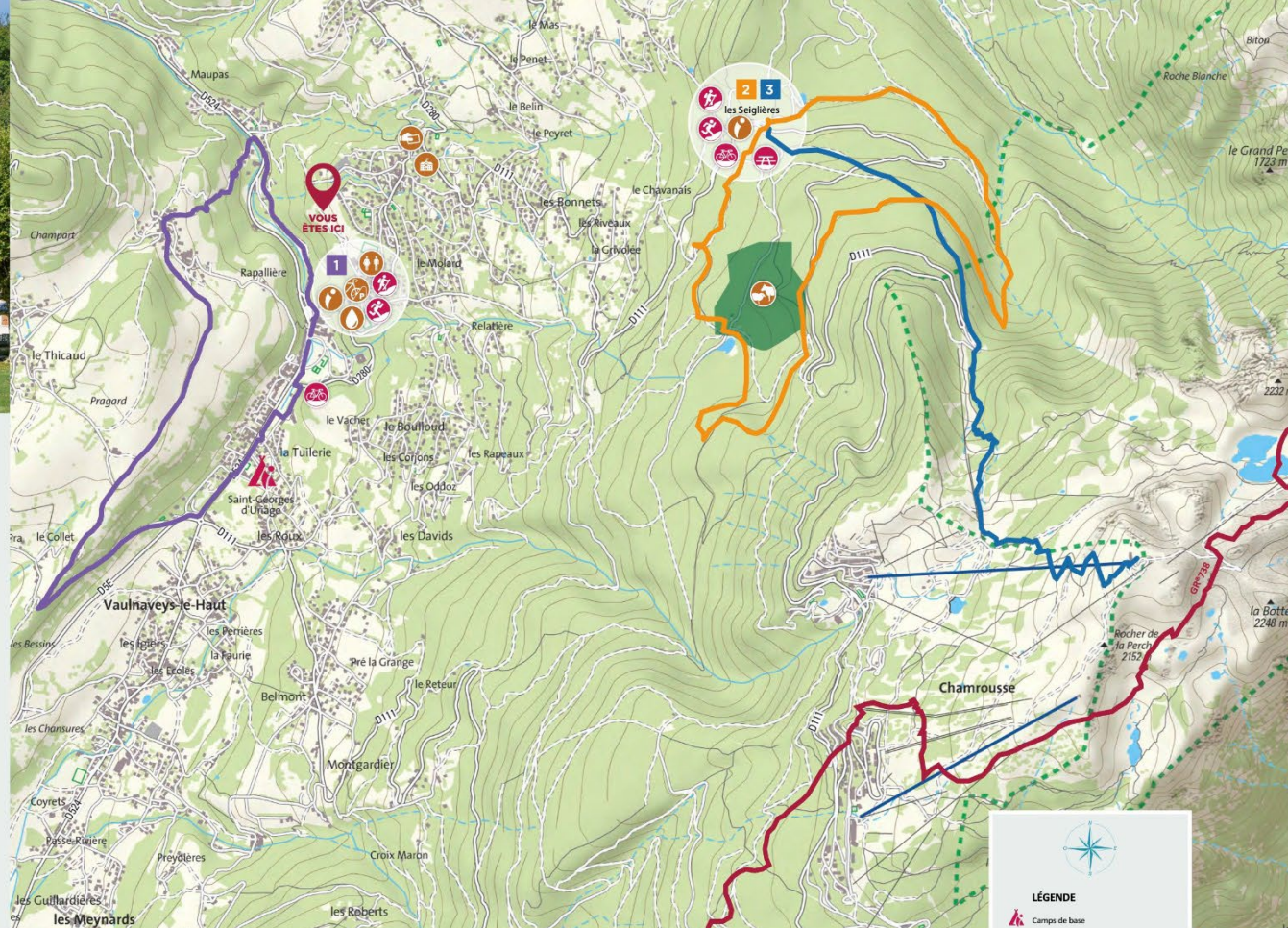
L'Espace trail

10 parcours au départ du Bureau d'information Touristique et des Seiglières
1 rando-trail santé pour une remise en forme nature



Le vélo

Le **circuit VAE** sur les châteaux de roue



Nos itinéraires coups de cœur

1

Uriage les Bains
Les crêtes de
Villeneuve
Sonnant

Départ Villeneuve



Quia is aut idunt verrum intenet omnimi, il idus volorem. Ut ad most, saesedi debet et ut

2

Les Seiglières
La Gafe - Les Clots
Etag des Marais
Chauds

Départ Les Seiglières



Quia is aut idunt verrum intenet omnimi, il idus volorem. Ut ad most, saesedi debet et ut

3

Les Seiglières
Casserousse
Col de Balme
Croix de Chamrousse

Départ Les Seiglières



Quia is aut idunt verrum intenet omnimi, il idus volorem. Ut ad most, saesedi debet et ut



RETROUVEZ
L'ENSEMBLE DE NOS
PARCOURS SUR NOTRE
CARTE INTERACTIVE



www.XXX.fr



LÉGENDE

- Camps de base
- Haute traversée de Belledonne - GR738
- Uriage les Bains
- Les Seiglières
- Les Seiglières
- Départ rando
- Départ trail
- VTT
- Offre ludique
- Départ Vélo
- Point information tourisme
- Toilettes
- Services vélo
- Points d'eau
- Mairie
- Commerces
- Troupes



Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez sur l'itinéraire. Une erreur de balisage, un panneau défectueux... écrivez-nous.

Office de Tourisme

5 Av. des Thermes, 38410 Saint-Martin-d'Uriage

04 76 89 10 27