

La saison des balades

Au détour d'un jardin privé ou public, au cœur de la ville ou dans la forêt de Janas, la nature s'offre à toutes les découvertes. C'est le printemps. Printemps des balades au creux des sentiers du Cap Sicié, des fleurs et des bonnes herbes, des eaux qui ruissellent, du chant des oiseaux...

Découverte sur site ou conférence pour mieux comprendre nos bêtes et nos plantes. Savoir de terrain et savoir livresque mais aussi savoir faire ! Car de plus en plus vous souhaitez participer activement à ce riche programme...

Cette année encore, « La Seyne au printemps » s'étoffe, innove, se diversifie et permettra de se rendre compte de l'incroyable richesse de notre patrimoine naturel.

Bon printemps à tous !

Avec les Amis de Janas et du Cap Sicié à la découverte des richesses botaniques de la forêt de Janas

La forêt de Janas est une zone patrimoniale naturelle riche de trésors botaniques et paysagers. Vous pourrez (re)découvrir les principales plantes, arbustes et arbres emblématiques de notre région : pins, chênes, cistes, genévriers, bruyères, myrtes, lavandes, euphorbes, orchidées...

Samedi 13 avril

Avec Jean-Claude Autran et Jean-Claude Burgard

Samedi 20 avril

avec Jean-Claude Autran et Yvonne Heredia

Mercredi 24 avril

Avec Jean-Claude Burgard et Marie-Rose Brody

Samedi 27 avril

Avec Jean-Claude Autran

Balades de 2h30 environ, dès 7 ans, départs à 14h

Inscription obligatoire au 04 94 06 96 45 / 96 64

La fête de la Forêt des Amis de Janas et du Cap Sicié

Venez passer l'après midi en famille à Janas : jeux, animations et activités pour tous, dès 3 ans !

Samedi 25 mai 13h30-17h30, parking de Janas

Avec les Amis de la nature sur les sentiers du Cap Sicié

Sorties pédestres dans le massif de Sicié avec des randonneurs passionnés.

Vendredis 12, 16 avril et 10 mai

Durée 2 h environ, dès 7 ans, RDV 14h parking de Janas

Avec la LPO PACA groupe local Littoral-Ouest-Varois, connaître la Nature pour la protéger

Animé par une vingtaine de bénévoles qui souhaitent transmettre leur amour de la Nature à un très large public, le Groupe local Littoral-Ouest-Varois propose gratuitement et tout au long de l'année sorties nature, conférences, stands d'information, animations pour les plus jeunes, promotion et suivi des programmes Refuge LPO, suivis ornithologiques, comptage d'oiseaux marins.

Deux balades naturalistes au Cap Sicié

Pour écouter les chants d'oiseaux printaniers et observer les migrations pré-nuptiales, le mieux, c'est de se lever tôt !

Samedi 27 avril à 6h00

Petit-déjeuner sorti du sac

Samedi 1er juin à 8h00

Pot de l'amitié au retour à Bramas

Inscription obligatoire zed556@gmail.com

Dès 10 ans, durée : environ 4 heures, difficulté moyenne

Trois conférences

Venez apprendre à reconnaître oiseaux et papillons de notre région auprès de spécialistes.

“Les papillons”, animée par Jean-Claude Burgard,

Samedi 30 mars à 16h, médiathèque Andrée Chedid

“Les oiseaux d'altitude”, animée par Pierre Reynaud

Samedi 25 mai

Adultes : 10h, médiathèque du Clos St Louis

Enfants : 16h, médiathèque Andrée Chedid

Avec Luciole, promenons-nous...

Découverte de Janas

Partagez une expérience ludique et sensorielle en famille pour explorer la Forêt de Janas autrement !

Une découverte originale du patrimoine, accessible aux petits et grands curieux.

Samedi 30 mars 9h30-12h

Infos, tarifs et inscriptions : luciole.resa@gmail.com ou 07 83 25 12 67

RDV parking de Janas, pique-nique facultatif

Tarifs : 12€ / adulte - 6€ / enfant ; 12€ / enfant non accompagné, gratuit pour les moins de 4 ans



Pouillot siffleur à Sicié

Avec le Cercle occitan : Lei bònas erbas de la còla o lo saber popular dei plantas

Les bonnes herbes de la colline ou le savoir populaire des plantes

Il n'y a pas de mauvaises herbes, seulement des plantes dont on ne connaît pas l'utilité ! Venez en découvrir quelques usages en compagnie des guides Miquèu Tournan et Yves Jestin sur les chemins du massif de Sicié.

Samedis 6 avril et 11 mai à 14h

Durée : 3h, dès 7 ans

Inscription obligatoire au 04 94 06 96 45 / 96 64

Au Domaine de Fabrégas avec Bruno Oberti, agriculteur bio

55 hectares préservés tout près de la mer, richesse patrimoniale et réserve écologique de la Ville, le Domaine de Fabrégas a été racheté par le Conservatoire du littoral en 2011. Bruno Oberti y cultive des légumes bio sur une parcelle de 3,5 hectares.

Soucieux d'entretenir, de stimuler et de léguer un patrimoine, passionné, militant du circuit ultra-court, Bruno Oberti aime vendre ses produits directement aux consommateurs.

Jeudi 16 et lundi 20 mai

Visite guidée de l'exploitation, 1h 30 environ

Réservation obligatoire au 04 94 06 96 45 / 96 64



Avec le Comité du Var de Course d'Orientation, partez à la découverte des balises autour du fort Napoléon !

Cette activité s'adresse aux petits comme aux grands habitués ou souhaitant découvrir la course d'orientation. Sur le thème des oiseaux grâce à l'aide de la LPO PACA, cette animation vous permettra de découvrir de manière ludique des espèces que vous pouvez entendre dans nos jardins et forêts.

Mercredi 29 mai de 14h à 16h

Infos : raphael.pham@cdco83.fr ou 04 94 36 13 14

RDV fort Napoléon, parking du haut

À La Dominante, des dimanches à partager La fête de la Nature

Venez profiter d'une journée dans le cadre splendide de La Dominante et participer à des ateliers pédagogiques et des échanges autour de l'environnement, du développement durable et de la culture potagère avec le groupe local Colibris 83 Toulon Littoral, Les Zamis de la Dominante et de nombreux autres partenaires engagés dans la protection de l'environnement.

Jardiner autrement, autour du potager pédagogique : découverte de la culture naturelle

L'alimentation : manger autrement, local et saison

Les déchets : ateliers zéro déchets, tri sélectif, récup et recyclage

Ateliers découverte : disciplines bien-être et sports de pleine nature

Visites commentées du site toute la journée

Dimanche 28 avril de 9h30 à 17h

Possibilité de restauration sur place

Avec le groupe local Colibris 83 Toulon Littoral, des ateliers au jardin pédagogique

L'association Colibris se donne pour mission d'inspirer, relier et soutenir les citoyens engagés dans une démarche de transition individuelle et collective.

Venez rencontrer et échanger avec les membres du groupe local autour de leurs travaux à La Dominante.

Les derniers dimanches de chaque mois, de 12h à 17h

possibilité de pique-nique sur le site

Initiation à la culture potagère durable

Mon jardin potager : qu'est ce qui fonctionne pour commencer en tant que novice ?

Comment passer de la pelouse à la culture naturelle ?

Constructions de structures en cannes de Provence pour le potager pédagogique et balade sensitive dans la forêt.

Dimanche 31 mars de 12h à 17h

Plantations et échanges de savoir-faire

Culture au jardin, troc, dons de plants, semis direct de noyaux et graines.

Dimanche 26 mai de 12h à 17h



Sicié, site Natura 2000 : pour quoi faire ?

Avec le service Biodiversité et Qualité des Milieux de la Métropole TPM

La forêt communale de La Seyne sur Mer, fait partie du site Natura 2000 « Cap Sicié – Six-Fours ». Venez découvrir les richesses naturelles de ce site et les missions de chacun pour le protéger.

Visite animée par Marion Clément, animatrice du site

Samedi 4 mai à 14h

Durée 2 h environ, dès 7 ans

Inscription obligatoire au 04 94 06 96 45 / 96 45

Visites guidées des jardins botaniques de Balaguier

Le jardin : visite commentée par Christine Hernandez, jardinière du musée.

Les mercredis 15, 22 et 29 mai à 14h30, tarif visite : 3€

« **Les Rendez-vous au jardin** » : animations autour des animaux des jardins.

Samedi 1er juin, entrée libre

Horaires : du mardi après-midi au dimanche, 10h-12h / 14h-18h

Contacts

Maison du patrimoine

04 94 06 96 45 / 96 64

maisondupatrimoine@la-seyne.fr

Médiathèques :

Le Clos St Louis 04 94 16 54 00

Andrée Chedid 04 94 06 93 65

La Dominante 04 94 94 83 01

sitedeladominante@outlook.fr

Musée Balaguier 04 94 94 84 72

museebalaguier@orange.fr

Fort Napoléon

04 94 30 42 80

fortnapoleon83500@gmail.com

Métropole TPM

Biodiversité et Qualité des Milieux

04 94 05 35 25



Les Amis de Janas

et du Cap Sicié

rjcb83@gmail.com

Domaine de Fabrégas

04 94 93 54 27

Cercle occitan

etienne.berrus@wanadoo.fr

Groupe local Colibris 83

Toulon Littoral

colibristoulon@gmail.com

colibris-wiki.org/83sixfours

Facebook Colibris 83 Toulon

Comité du Var de course

d'orientation

CDCO83.fr

Amis de la nature - UTAN

06 07 71 05 83

anles2freres@yahoo.fr laseyne.utan.fr

LPO-Paca groupe littoral Ouest-varois

zed556@gmail.com

Luciole

07 83 25 12 67 - luciole.asso@gmail.com



**Enfilez vos chaussures de randonnée,
protégez-vous du soleil et emportez de l'eau !**

LA SEYNE AU PRINTEMPS

**Vos rendez-vous nature
30 mars - 1er juin 2019**



Pachytodes Cérambyciformis

la-seyne.fr

