Natur' Ado

Le rassemblement des Clubs Eden



dunes du mont saint-frieux



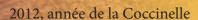


p. 12

- Fabrique ta boussole	p. 4
- Fabrique un arc	p. 6
- Croque des insectes	p. 7
- Pour survivre «into the wild»	p. 8
- Les noeuds marins	p. 10



- Jamais seul «into the wild»





Présentation des dunes du mont Saint-Frieux



Ce vaste site est constitué de dunes plaquées sur une butte crayeuse. Le sommet du mont saint-Frieux culmine à 152 mètres et offre une vue exceptionnelle depuis à 152 mètres et offre une vue exceptionnelle depuis Equinen-plage jusqu'à la baie d'Authie. C'est d'ici qu'au Equinen-plage jusqu'à la baie d'Authie. C'est d'ici qu'au ébut du Moyen Age, saint Frieux surveillait le manège des Vikings et prévenait les habitants de leur arrivée. Vikings et prévenait les habitants de leur arrivée. Du bord de mer vers l'intérieur des terres, il comprend des Du bord de mer vers l'intérieur des terres, il comprend des végétations de laisses de mer, des dunes blanches à oyats, végétations de laisses de mer, des dunes blanches à oyats, des dunes grises à mousses et lichens, des pannes dunaires (dépressions humides), des dunes boisées et des pelouses (dépressions humides), des dunes boisées et des pelouses

calculres.
Au pied du mont, de nombreuses sources alimentent ruisseaux, marais et étangs.

seaux, marais et etungs. Une partie du site est pâturé par des bovins - Highland Cattle et Dexters- et des poneys Highlands et Shetlands; ils sont potentiellement visibles sur le sentier des châblis.





La légende de Saint-Frieux

VIIème siècle

1 y a longtemps, bien longtemps, au temps où ici même les vagues de mer remplaçaient les vagues de dunes...

il y a bien longtemps, vivait là-haut, sur le «Mont», un homme seul ; il s'appelait Férioc. Il aimait cet endroit tranquille et passait ses journées à observer la mer.

I y a longtemps, bien longtemps, des pirates venus en drakkar du Grand Nord ont cherché ici même à envahir les villages de pêcheurs pour piller leurs trésors et semer la terreur. Du haut de son «Mont», Férioc veillait ; dès qu'il apercevait au loin un de ces maudits bateaux, brandissant une lampe, il émettait des signaux, alertant ainsi les habitants pour qu'ils se sauvent et cachent leurs trésors.

1 y a longtemps, bien longtemps, les brigands se rendant compte du manège de Férioc, grimpèrent sur le «Mont», attaquèrent Férioc et lui coupèrent la tête.

hénomène étrange... le corps de Férioc se relèva, et prenant sa tête, il la porta lui-même au pied du «Mont» près de la source de Bronne, là où sa soeur menait également une vie solitaire.

epuis ce jour, le «Mont» a pris le nom du Saint Homme, nom qui a été transformé au cours du temps, passant de Férioc à Férieu et enfin Frieux.

Sur les lieux de l'hermitage, une chapelle fut construite au XVIème siècle (fondations retrouvées en 1855).

Dans les églises de Neufchâtel et celle de Dannes, un vitrail représente la scène.

SO NTO THE TEN WILD A

FABRIQUE TA BOUSSOLE

Matériel

- un aimant,
- une aiguille,
- une feuille
- une bassine avec un peu d'eau



Frotte une vingtaine de fois ton aiguille sur l'aimant, toujours dans le même sens.



Pose la feuille sur l'eau et dépose l'aiguille dessus. Attends un peu que l'ensemble s'immobilise



Vérifie avec une boussole.



Quelques trucs pour t'orienter

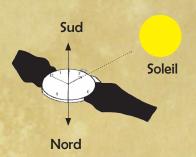
Il existe différentes méthodes, plus ou moins fiables, permettant de s'orienter.

En utilisant une montre

Pour commencer, règle ta montre à l'heure solaire, c'est-à-dire à l'heure d'hiver moins une heure pour la France.

Ensuite, il te suffit d'orienter ta montre de manière à ce que la petite aiguile pointe le soleil.

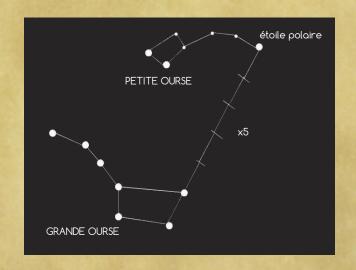
Après cela, forme un angle en utiliant la petite aiquille qui pointe le soleil et la position 12 de ta montre.



Pour terminer, prends comme repère la bissectrice de cet angle. C'est elle qui t'indique l'axe Nord-Sud. Le Nord est à l'opposé de l'angle.

Grâce à l'étoile polaire

L'étoile polaire te permettra de trouver le Nord; Dans un premier temps, repère la Grande Ourse (appelée aussi la Grande Casserole). Peporte 5 fois la distance séparant les deux étoiles du bord extérieur et tu trouveras l'étoile Polaire.



4 - into the wild 5



FABRIQUE UN ARC ET DES FLÈCHES

L'arc que tu vas fabriquer sur l'atelier «tir à l'arc» sont réalisés en bois de frêne.

Ils auraient pu être fabriqués avec de l'If qui était autrefois un bois utilisé à cet effet.

Le frêne qui préfère les sols riches et numides est répandu dans notre région. Son bois tendre, mais résistant et souple sert vraiment à tout, du manche d'outil au bois d'oeuvre.

Il symbolise la force et la puissance, la grandeur et la droiture et l'invincibilité; Achille, le héros grec de la Guerre de Troie en aurait fait son javelot!



Insectes à croquer



Les qualités nutritives des insectes

COMME TOUS LES ARTHROPODES TELS QUE LES HOMARDS, LES CREVETTES ET LES CRABES, LES INSECTES SONT CLASSÉS COMME UNE DENRÉE ALIMENTAIRE À HAUTE VALEUR PROTÉIQUE.

LES FOURMIS NOIRES, LA CHRYSALIDE DE VERS À SOIE, LES VERS DE FARINE, LES CHENILLES, LES CRIQUETS ET LES SAUTERELLES, LES GRILLONS, LES LARVES DE COLÉOPTÈRES, LES LARVES D'ABEILLES SONT RICHES EN PROTÉINES ET CONSTITUENT UN SUBSTITUT IDÉAL DU POISSON ET DE LA VIANDE.

MAIS EN PLUS DE LEURS APPORTS EN PROTIDES, LIPIDES, GLUCIDES, LES INSECTES SONT ÉGALEMENT UNE SOURCE DE VITAMINES ET DE MINÉRAUX ESSENTIELS TELS QUE LE CALCIUM, LE ZINC, LE FER ET LE POTASSIUM.

LE GRILLON CONTIENT
AUTANT DE PROTÉINES
QU'UN OEUF, A LA
VALEUR ÉNERGÉTIQUE
DU POISSON ET
RENFERME 2 FOIS PLUS
DE FER QUE LE BOEUF.

Des chercheurs ont prouvé que les chenilles séchées contiennent entre 20% à 60% de protéines, plus de 10% de graisses, de vitamine B2 en plus des différents minéraux.

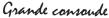
100 g de criquets = 500 calories

Les insectes sont beaucoup plus écologiques et bien moins coûteux à élever que le bétail traditionnel car il requiert bien moins d'eau, d'espace et d'énergie que des vaches, des cochons, des poules ou des poissons.











Bardane



la nature qui soigne

- Chélidoine
- Millepertuis
- Grande Consoude
- Pin
- Plantain commun
- Bardane
- Achillée millefeuilles
- Géranium herbe à Robert

Benoîte La racine servait à aromatiser les plats et boissons grâce à sa saveur de clou

- Benoîte commune
- Armoise commune

de girofle.

Achillée

Dans la mythologie grecque, la déesse Athéna aurait conseillé l'utilisation de cette plante au héros troyen Achille afin qu'il puisse soigner les blessures d'un de ses valeureux adversaires.



Morelle douce amère



ATTENTION

la nature qui

nourrit

- Oseille sauvage

- Ortie dioïque - Pissenlit

- Aubépine - Châtaignier - Noisetier - Bardane - Eglantier

- Ronce

Aegopode





- Belladone
- Berce du Caucase
- Bryone
- Morelle douce amère
- Morelle noire
- Sceau de Salomon
- Viorne obier
- If
- Gui



Aubépine en fruits



Accopade

Aubépine Le fruit est utilisé pour faire de la confiture et remplaçait autrefois la farine



Ortie Dioïque Après la cuisson les feuilles d'ortie perdent tout leur piquant.

elle empoisonne aussi

Eglantier

On consomme uniquement le pourtour

de la baie l'intérieur étant composé de

graines et du fameux poil à gratter.



Govet on Arum tacheté

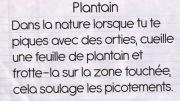
Les racines de l'if sont parfois si toxiques que rien ne pousse au pied de l'arbre.

Gui Durant l'âge de fer (environ 800 ans avant J.-C) le gui était utilisé pour sacrifier des hommes ou des femmes par empoisonnement.



Relladone

Belladone Durant la Renaissance, les femmes en Italie appliauaient une préparation à base de belladone dans les yeux pour dilater les pupilles ; cela les rendait donc plus séduisantes, d'où le terme de «belladonna».





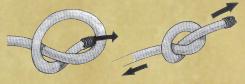
Grand plantain



Les noeuds

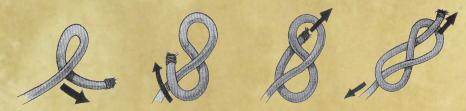
Noeuds d'arrêt

Le demi-noeud



C'est celui que tu utilises le plus souvent.

Le noeud en huit



Simple et facile, le noeud en huit peut servir dans presque toutes les occasions. Il est très solide.

Noeuds de jonction

Tu as 2 cordes et elles sont chacune trop courtes pour ce que tu veux en faire. Pas de panique, un noeud de jonction les rassemblera en un tournemain mais attention, suivant si tes cordes sont de mêmes diamètres ou pas, épaisses ou fines, le noeud que tu feras ne sera pas le même.



Tu peux l'utiliser pour tous fils et cordes fines de même épaisseur.

Le noeud plat

Pour des cordes de même diamètre et pas trop épaisses.



Attraper, traîner, tirer

Le fameux noeud de chaise, ce n'est, après tout, qu'une boucle qui ne se resserre pas quand elle est sous pression. Mais cette boucle peut servir à mille choses.



Echelle de corde

Comment faire pour grimper en haut d'un arbre? Pas de problème, avec un noeud, on peut presque tout résoudre.



Le noeud d'échelle

Voilà quelquechose de vraiment facile! Il te suffit de faire une série de noeuds de plein poing (comme sur le dessin), orientés un coup à droite, un coup à gauche.



TRACES ET EMPREINTES

Les empreintes des carnivores

...

Les cônes de pin...



Pic épeiche

Avec sa technique radicale, un pic épeiche met 4 minutes pour vider un cône de pin de ses écailles. Mais il lui faut quand même 800 coups de bec pour y arriver...



Le mulot a deux techniques : soit il ronge un cône au sol dans une cachette, soit il le ronge alors qu'il est encore sur l'arbre. Dans ce cas, il n'attaque qu'un seul côté.

Les empreintes des carnivores

La plupart des carnivores possèdent 5 doigts à chaque patte, mais le pouce ne s'imprime pas toujours sur le sol.

On trouve donc, selon les espèces, des empreintes à 4 ou 5 marques. Les griffes des pattes de certains de ces animaux laissent aussi des traces nettes. Nombre de doigts et de griffes, forme et dimension des «pelotes» et disposition de chacune, voilà donc les éléments à examiner pour identifier l'empreinte d'un carnivore.

WANTED









Pour différencier une empreinte de chien à celle d'un renard, il existe un petit truc : on peut tracer une croix entre les pelotes du renard, pas chez le chien.



à chacun sa technique.





Ecureui

L'écureuil ne s'attaque en général qu'aux cônes encore verts dont les écailles sont plus faciles à ronger. Les effilochures signent son passage.

12 - into the wild

Les graines rongées... mais par qui ?

Hum... quel délice, une noisette tendre et parfumée. Mais avant d'y parvenir, il faut d'abord venir à bout de la coque dure et épaisse. Cela ne décourage pas de nombreuses espèces qui sont prêtes à passer un long moment pour ouvrir le trésor. Certaines possèdent un véritable casse-noisettes, d'autres doivent ronger patiemment ou percer à coups de bec. En tout cas, à chaque fois, elles laissent ainsi sur la coque des indices révélant leur passage...

En taidant des indices ci-après, retrouve la noisette rongée par l'écureuil, par le mulot, par la sittelle ou encore par le pic.

1er indice

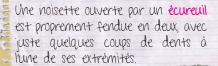
Pour que la noisette ne glisse pas pendant qu'il la martèle, le pic la coince dans une fente d'arbre. Puis il la frappe sur le côté, laissant des traces de coups de bec larges de 2 mm environ.



3ème indice

Le mulot commence toujours par attaquer la coque à une de ses extrémités. Sur le petit trou rond qu'il a percé, on distingue bien la trace de ses incisives minuscules

2ème indice







tème indice

La sittelle n'a pas la chance de posséder un bec aussi fort que celui du pic. Elle se contente donc de percer un petit trou régulier sur le côté et tant pis si elle ne peut pas manger tout l'intérieur...

Dessine moi...

