

# LAISSEZ VOUS PORTER JUSQU'AU REFUGE DE NICE

*L'esprit Club Alpin*

C'est par ici !



fédération française  
des clubs alpins  
et de montagne



REFUGES  
PHARES pour  
l'environnement





?

?

?

**Pourquoi du papier ?**

**C'est pas un peu bizarre de tout imprimer pour sensibiliser à l'environnement ? Il ne faut pas oublier qu'on est en montagne ! Il n'y a pas toujours de réseau, et il vaut mieux économiser sa batterie car il n'y a parfois pas assez d'énergie pour recharger les téléphones des usagers au refuge. C'est aussi pour éviter les déchets accidentels qu'on propose de récupérer les questionnaires une fois qu'ils sont complétés.**



# Le parchemin de Nice, kesaco ?



## Consignes :

L'**objectif** de ce livret est d'observer ce qui nous entoure lorsqu'on va en montagne ou qu'on passe par un refuge, de prendre le temps d'aller à la rencontre de ce milieu.

Il s'accompagne d'un **plan dépliant "le parchemin de Nice"** et d'un **jeu de piste** qui sont à votre disposition au refuge. Ces derniers vous permettront de trouver des informations pour découvrir ce milieu et vous aider à répondre aux questions.

- Prendre un livret ;
- Emprunter un Parchemin au refuge ;
- Répondre aux questions en s'aidant du Parchemin et de ce que l'on observe autour du refuge ;
- S'aider du plan pour répondre aux questions précédées d'un chiffre, en se rendant aux points correspondants.



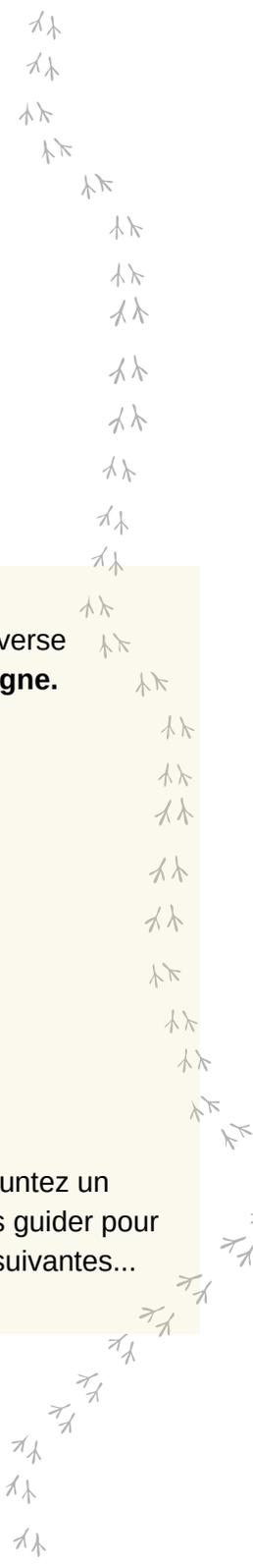
Sur le chemin du refuge, on traverse  
un milieu particulier : **la montagne.**

Venez la découvrir !

Faune, flore, sommets, itinéraires,  
patrimoine... C'est un lieu propice à la  
découverte !

Sur le chemin, depuis la terrasse ou en  
faisant le tour du refuge on peut observer  
beaucoup de choses alors ouvrez l'œil.

Prenez un **livret**, empruntez un  
**Parchemin** et laissez-vous guider pour  
répondre aux questions suivantes...





### 1. Que signifie le nom du Mont Clavier en provençal ?

1. Fontaine.
2. Gros pierrier.
3. Forme de cage à lapin.

### 2. De quoi faut-il se méfier lors des randonnées alpines au-dessus du refuge ?

1. Des chutes de pierres.
2. Des chutes de marmottes.
3. Des nombreux croisements de chemins.

### 3. Que signifie l'appellation GR ?

1. Grenouille rousse.
2. Grande randonnée.
3. Grande roue.

#### 4. Que peut-on observer sur le barrage du lac de la Fous ?

1. Une algue endémique du Mercantour.
2. Des installations permettant de produire de l'électricité.
3. Des bouquetins léchant le sel du salpêtre.



#### 5. Quand fleurit le saxifrage à fleurs multiples ?

1. Une fois par an.
2. Deux fois par an.
3. Une fois dans sa vie.



Parole de gardien :

Avant qu'il n'y ait qu'un emblème pour tous les parcs nationaux, la saxifrage à fleurs multiples était l'emblème du parc national du Mercantour.

#### 6. Qu'est-ce qui caractérise la zone humide de la Barne ?

1. La grenouille rousse et la linaigrette.
2. Les graminées et la marmotte.
3. Le mélèze et le casse noix moucheté.



## 7. Quelle est la spécificité du bouquetin ?

1. Il peut monter 1000m de dénivelé en 15 minutes.
2. Il a des sabots adaptés aux zones rocheuses.
3. Il bénéficie d'une protection intégrale.



## 8. Quels petits oiseaux peut-on trouver à proximité du refuge de Nice ?



1. Le tétras-lyre.
2. Le traquet Motteux.
3. La mésange bleue.



Parole de gardien :

On peut aussi voir des  
mâtres se promener  
autour du refuge !

## 9. Pourquoi le passage des italiens est-il un passage historique ?

1. Il est sur la route du sel, qui permettait aux savoyards de faire venir le sel depuis Nice.
2. Il est le lieu de tournage d'une série tournée dans les années 60 : Belle et Sébastien.
3. Il est le lieu d'une bataille célèbre.

10. Quelle est l'année de création du Parc national du Mercantour ?

- 1.1980
- 2.1950
- 3.1979



## QUESTIONS BONUS

Quelles plantes peut-on cueillir dans le parc national du Mercantour ?

1. Aucune.
2. Toutes sauf celles protégées.
3. Aucune sauf les plantes médicinales.

A qui appartient le refuge de Nice ?

1. A l'Etat (club alpin **français**).
2. A la FFCAM (fédération française des clubs alpins et de montagne).
3. A la commune (Belvédère).

2232 m

# Refuge de Nice



# Refuge



Si la montagne est un milieu avec un équilibre fragile, **pourquoi** faire des travaux ou construire un bâtiment ici ? **Comment** un refuge qui accueille du public peut-il fonctionner en s'intégrant au mieux pour ne pas avoir trop d'impact sur le milieu ?

Un refuge est plus qu'une simple cabane pour s'abriter, c'est un bâtiment destiné à accueillir des alpinistes et randonneurs. Il permet justement de faire découvrir ce milieu et les pratiques qui font aussi partie de ce paysage pour mieux comprendre cet équilibre. Le gardien l'anime et en prend soin, mais comment ça marche ? Quel est son quotidien ?

**C'est ce que nous allons découvrir au fil des questions.**

## Consigne :

Pour mieux découvrir le refuge, **rendez vous aux points numérotés sur le plan "côté refuge"**. Vous y trouverez des informations complémentaires pour comprendre cet endroit que vous traversez et répondre aux questions correspondantes.

Départ

## 1. Que trouve-t-on dans un refuge ?

1. Un accueil pour se mettre à l'abri en cas de besoin.
2. Un endroit où manger et dormir.
3. Un espace détente avec piscine et massages.
4. Un espace partagé pour échanger autour du repas du soir.
5. Un stand de ravitaillement en libre service.



Un refuge est un lieu rempli de défis et c'est justement ce qui peut faire son charme. Mais quels types de défis ?



## 1 2. Pour quel usage l'eau est-elle utilisée en priorité dans le refuge ?

1. La cuisine et l'hydratation.
2. Les douches.
3. Le chauffage.
4. La production d'énergie électrique.

2

## 3. Où repart l'eau utilisée en refuge ?

1. Dans une centrale d'épuration.
2. Directement dans la nature.
3. Par hélicoptère.

3

#### 4. Qui est l'ennemi numéro 1 du système d'assainissement ?

1. L'eau qui s'infiltre dans le système.
2. Les martres qui mangent les tuyaux.
3. Les lingettes et autres éléments jetées dans les toilettes.

4



#### 5. Pour quels usages est utilisée l'énergie électrique en refuge ?

1. Pour faire la cuisine.
2. Pour charger les téléphones et appareils des usagers.
3. Pour avoir un peu de lumière le soir.
4. Pour la télévision dans la salle commune.
5. Pour traiter et chauffer l'eau.
6. Pour les appareils informatiques de réservation.
7. Pour le chauffage.

4



#### 6. Quelles installations permettent de produire de l'énergie électrique dans ce refuge ?

1. Une centrale nucléaire.
2. Un groupe électrogène.
3. Des éoliennes.
4. Le système "recharge éclair" directement branché sur le paratonnerre.
5. Des panneaux photovoltaïques.
6. Des panneaux thermiques.
7. Une pico centrale.

5

### 7. A quoi sert le gaz au refuge ?



1. A envoyer des ballons météo.
2. En cuisine (cuisson), à produire l'eau chaude et pour le chauffage en hiver.
3. En cuisine (cuisson), ou pour le chauffage.

### 8. Comment avoir des produits frais (fruits, salades...) lorsqu'on est isolé en montagne ?

1. Demander au producteur une livraison par semaine.
2. Remonter des produits sur le dos occasionnellement lorsqu'on descend en vallée ou que quelqu'un vient nous voir.
3. Commander au service livraison/rando de la commune.



### 9. Un hélicoptère venant ravitailler le refuge en 10 minutes émet environ autant de gaz à effet de serre que :

1. Un passager en voiture parcourant 1200 km.
2. Un âne parcourant 10 km.
3. Un passager en avion parcourant 500 km.



Cela correspond à environ 120 kg CO<sub>2</sub>eq (CO<sub>2</sub> équivalent). Rappelons que pour respecter les Accords de Paris signés en 2015 et limiter le réchauffement climatique en dessous de 2°C, il faudrait que chacun n'émette pas plus de 2 tonnes (2 000 kg) de CO<sub>2</sub>eq par an.



## 10. Comment diminuer l'impact environnemental de l'approvisionnement ?

1. Se synchroniser avec les autres gardiens et acteurs présents dans le secteur lors des héliportages.
2. Diminuer la quantité de plat principal au repas du soir.
3. Demander au gardien s'il a besoin qu'on monte ou descende quelque chose lorsqu'on réserve ou repart du refuge.
4. Utiliser moins souvent des produits frais (fruits ou salades par exemple).

## 11. Où habitent les gardiens pendant la saison, lorsque le refuge est gardé ?

6

1. Dans le village au départ de la randonnée.
2. Dans le refuge.
3. Dans une tente au dessus du refuge.



Parole de gardien :

Les tâches des gardiens sont multiples. Ils peuvent dans la même journée déclencher les secours pour un randonneur perdu, soigner les ampoules d'un autre, servir des omelettes ou encore bricoler pour entretenir le refuge.

7

## 12. D'où viennent les repas servis en refuge ?

1. Ils sont cuisinés par les gardiens.
2. D'un service de restauration collective qui approvisionne le refuge.
3. De la commune.
4. Des randonneurs qui partagent leur pique-nique.

8

### 13. Où vont les déchets laissés au refuge ?

1. Un camion poubelle passe les chercher.
2. Ils sont descendus en hélicoptère.
3. Ils sont brûlés sur place.
4. Ce qui peut l'être est composté.

8

### 14. Comment diminuer la quantité de déchets à redescendre et/ou traiter ?

1. En mangeant moins.
2. En achetant en grande quantité.
3. En réutilisant des contenants.



**Bravo** pour ce chemin parcouru !

Merci d'être venu jusque là. Vous avez maintenant de nouveaux éléments pour comprendre ces espaces que vous traversez et même, peut-être, les enjeux environnementaux de manière plus générale (accès à l'eau, production d'énergie, le monde vivant que l'on peut rencontrer...).

La FFCAM et les gardiens vous souhaitent de belles aventures en montagne, et à bientôt dans d'autres refuges !

Consignes :

Si vous souhaitez **approfondir** certains thèmes, n'hésitez pas à contacter les associations et structures professionnelles mentionnées au dos du plan disponible au refuge.



## Réponses - Milieu montagnard

- |  |        |
|--|--------|
| 1. 2   | 6. 1   |
| 2. 1   | 7. 2-3 |
| 3. 2 Les GR sont balisés avec des<br>marques rouges et blanches. | 8. 2   |
| 4. 2-3   | 9. 1   |
| 5. 3   | 10. 3  |

## QUESTIONS BONUS

- 3 Toute cueillette est interdite dans le parc du Mercantour.
- 2 Un refuge CAF n'est pas un espace public. Ce sont les adhésions, et les nuitées qui payent l'entretien et les rénovations. Des bénévoles et les gardiens participent à l'entretien du bâtiment.

## Réponses - Refuge

1. 1,2,4
2. 1, la 2 dépend de la quantité disponible.
3. 2 D'où le besoin d'être la plus propre possible.
4. 3 Elles passeront dans un système de traitement lorsqu'il sera mis en place en 2024 (au risque de le boucher s'il y a des déchets type lingettes).
5. 1-3-6 et la 2 s'il y en a assez
6. 2-5
7. 2
8. 2
9. 1-3 Une voiture consomme environ 100 g de CO<sub>2</sub> /km/passager, et un avion consomme environ 200 g de CO<sub>2</sub> /km/passager, équivalences faites sur le site "mon impact transport".
10. 1-3-4
11. 2 en plus d'être leur espace de travail, c'est leur espace de vie ! C'est pour ça qu'il y a des zones privées.
12. 1
13. 2-4
14. 2-3



Viens découvrir le monde des refuges et ce qui va avec !  
Ils sont une porte d'entrée pour découvrir le monde de la montagne :  
animaux, milieux, fleurs, les activités qu'on y pratique...  
Les gardiens et gardiennes en sont les capitaines. Ils pilotent le refuge  
grâce à leur passion et leurs multiples connaissances, et vivent toute la  
saison dans ce milieu particulier. Ils ont plein de choses à nous raconter,  
mais pas toujours le temps pour le faire.  
Alors plongez-vous dans leur quotidien pour découvrir les secrets du  
refuge et ce que ça implique.



refugedenice@ffcam.fr  
[www.refugedenice.ffcam.fr](http://www.refugedenice.ffcam.fr)



24 avenue de Laumière - 75019 Paris  
Tel : +33(0)1 53 72 87 00

[www.ffcam.fr](http://www.ffcam.fr)

