

LES CHEMINS DE RANDONNÉES



Cadouin :

Au coeur de la forêt de la Bessède, Cadouin est riche de son abbaye cistercienne. Mais aussi :

- La Porte Saint Louis qui rappelle qu'un enclos séparait l'abbaye du monde extérieur.
- La halle qui représente le retour de l'activité commerciale de l'abbaye et du village après les ravages de la guerre de cent ans.
- Les fontaines, dont la fontaine de St Bernard... le plus célèbre des Cisterciens.

A chaque édition d'Acteurs, l'Office de Tourisme vous présente un chemin de randonnée :

Boucle de Cadouin 10 km Pédestre : 3h20, VTT : 1h30

- Depuis la halle, suivre la route direction «le Buisson», à 100 mètres, tournez à droite et prendre le chemin qui monte à 50 mètres sur la gauche.
- Après avoir parcouru quelques mètres, vous apercevrez sur votre gauche la présence de houx sauvage.
- N'hésitez pas à contempler les nombreuses plantes sauvages. Non loin du houx, admirer les primevères Acaules présents de février à Mai, puis la primevère officinale : le coucou.
- Une nouvelle rencontre : connaissez-vous cette plante bleue? C'est une pulmonaire officinale.
- Entre le lieu-dit la Soulety et le Bordial haut, retrouvez les explications d'Au Fil du Temps sur la faune sauvage, photos et empreintes.

Possibilité de liaisons vers les boucles du Buisson de Cadouin ou de Molières

Ce chemin est balisé et entretenu par la Communauté de Communes de Cadouin. En complément du balisage vous trouverez dans les points informations de Cadouin, Le Buisson et Limeuil le topoguide de promenades et randonnées.



La Primevère Officinale

Cette plante se plaît dans les bois, les prairies et aime le calcaire. C'est une plante médicinale, ses feuilles sont riches en vitamines C mais non consommable par l'homme



Le Houx est une plante arbustive aux feuilles généralement persistantes d'une belle couleur verte ou parfois panachée de jaune et de blanc. Les baies rouges apparaissent en automne sur certains sujets. Les houx se plaisent dans tous les terrains pour autant que le sol ne soit pas trop calcaire. Même s'ils se développent bien à l'ombre, les plantes sont plus belles au soleil.



Les Primevères Acaules

Acaule signifie sans queue même si ses feuilles ne sont pas entièrement dépourvues de queues. Cette espèce recherche les sols calcaires dans les sous bois clairs. Médicinale, comme la primevère officinale elle est aussi cultivée dans les jardins. Elle est cultivée dans les jardins tant sous sa forme sauvage, que sous de nombreuses formes horticoles.



La Pulmonaire Officinale :

Elle fleurie en mars et Avril, souvent dans les bois clairs, forêts et chemins. Elle aime un peu d'humidité et le calcaire. Son nom vient des tâches de ses feuilles évoquant un poumon malade et soigne la tuberculose selon la théorie des signataires.



Sentier de découverte

Point de départ : parking, route de Beaumont

10 stations vous raconteront Cadouin, son Histoire, ses histoires. Réalisé avec pédagogie, le

sentier est accessible à tout public.

Entre les stations, des petites questions vous sont posées. Vous trouverez les réponses dans les panneaux.



Nouveau : un sentier de découverte à Limeuil

A Limeuil, vous trouverez un plan-guide sur le parking du port. Il vous accompagnera sur le trajet au cours duquel des bornes compléteront l'information.

