

2015



VIVRE ENSEMBLE
DE BELLES EXPÉRIENCES

EN FAMILLE

PARCOURS
DECOUVERTE

PRÉSERVONS
NOTRE
NATURE



En route pour découvrir
la ville en s'amusant :
énigmes, devinettes et jeux

Office de Tourisme - Maison de la Mer - 04.94.01.92.10





- 173 N° RESIDENCE (ex-739)
- 18 COMMERÇANT / AMBULEUR
- 19 ROND-POINT
- 20 OFFICE DE TOURISME
- 21 JEUX ACCÈS HANDICAPÉS PLAGE
- 22 ESPACES PRISÉS
- 23 PARRAINS
- 24 HÔTELS
- Quartiers (voir la légende)

Bonjour,

Nous souhaitons vous faire découvrir de façon ludique notre Station de Tourisme . Cavalaire est un lieu exceptionnel :

4 km de plages de sable fin, des eaux cristallines, des paysages naturels préservés, des traditions provençales ancrées, des activités et animations variées.



C'est pourquoi nous devons préserver notre patrimoine culturel :

LA NATURE

Et nous avons besoin de toute votre famille !

A l'aide de ce carnet, vous allez vous lancer dans un parcours découverte sur le thème du **développement durable**.

En trouvant les énigmes, vous serez guidés vers différents points de la ville pour découvrir Cavalaire, avec ses traditions et ses particularités.

Avec des devinettes et jeux pour vous divertir.

Sans oublier les éco-attitudes à adopter !

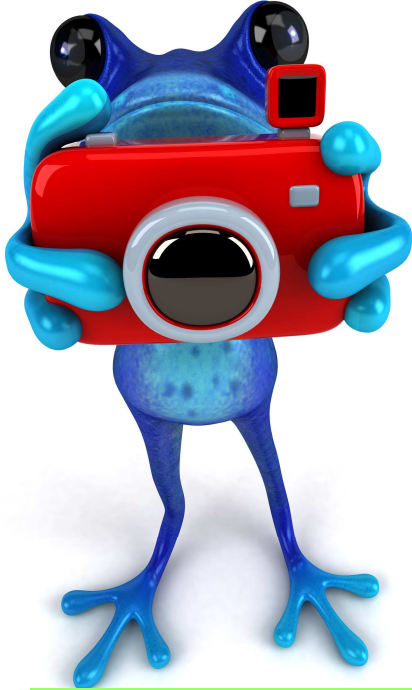
Bonne route !





Enigme n°1

Pour vous rendre sur le lieu n°1, vous devez résoudre l'énigme ci-dessous :



Le lieu n°1 est un bâtiment central, situé au coeur de la ville, entre le port et la plage. Il abrite plusieurs services, dont l'Office de Tourisme.

Son toit terrasse offre une vue panoramique sur la baie de Cavalaire. Vous devez vous y rendre.

Le littoral méditerranéen, un espace à préserver

Le littoral est un espace fragile qui s'offre à vous et mérite curiosité et respect. Aussi, lors de toute activité sur le littoral, depuis la terre ou la mer, pensez à respecter quelques gestes simples pour le préserver.

Les écogestes à terre :

- Ne prélevez aucun être vivant, animal ou végétal,
- Rempportez tous vos déchets et jetez-les dans une poubelle,
- Respectez les sentiers et itinéraires conseillés,
- Ne faites pas de feu en randonnée.

Les écogestes en mer :

- Rempportez tous vos déchets et jetez-les dans une poubelle,
- Choisissez votre zone de mouillage en fonction des fonds (préférez le sable),
- Utilisez les produits d'entretien biodégradables,
- Utilisez les WC marins uniquement loin des côtes,
- Videz tant que possible vos eaux usées dans les cuves prévues à cet effet.





Devinette

Quels sont les 2 caps qui entourent la baie de Cavalaire ?

1/ _____

2/ _____



Eco attitude

En promenade, je respecte la nature : je ne cueille pas de fleurs et je n'essaie pas d'attraper des animaux.

Petit jeu pour s'amuser

Mots cachés : Trouvez les mots cachés dans la grille

P	V	L	E	C	T	U	R	E	R
A	P	L	O	N	G	E	R	G	E
R	Y	A	M	I	O	H	V	G	P
T	F	F	B	X	C	N	A	U	O
I	N	A	G	E	R	O	G	G	S
R	K	T	M	M	V	U	U	B	T
Q	G	M	T	E	M	R	E	O	F
I	G	L	A	C	E	S	Z	U	J
G	H	U	J	P	M	I	X	É	H
I	A	M	E	R	K	N	R	E	T

1. MER
2. BOUÉE
3. REPOS
4. LECTURE
5. NAGER
6. PLONGER
7. GLACE
8. VAGUE
9. PARTIR
10. OURSIN



Enigme n°2

Pour vous rendre sur le lieu n°2, vous devez résoudre la charade :

- Mon premier est le nom de la personne qui commande un navire, de grade supérieur au Lieutenant et inférieur au Commandant.
- Mon second est une céréale, un aliment fondamental de nombreuses populations du monde, en particulier en Asie.
- Mon tout est un bâtiment regroupant les différents services de la gestion du port. Qui suis-je ?



Les fonds sous-marins, fragilisés par l'homme

Depuis la surface jusqu'au plus profond de la Méditerranée, chaque espèce est adaptée à son milieu de vie. La majorité des animaux et végétaux vit dans les 50 premiers mètres, où la lumière du soleil pénètre facilement. C'est là, malheureusement, que se produisent de nombreuses agressions anthropiques, à tel point que certaines espèces sont menacées et bénéficient désormais de mesures de protection. Cavalaire est en zone **Natura 2000**, réseau écologique de sites représentatifs de la biodiversité européenne. Il vise à favoriser le maintien de la biodiversité tout en intégrant les préoccupations économiques, sociales, culturelles et régionales dans une logique de développement durable.

Découvrir les fonds sous-marins :

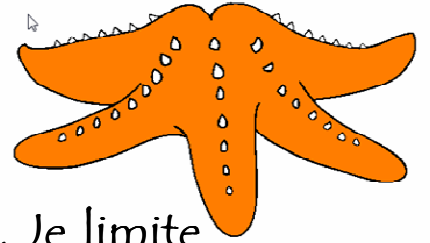
- La balade subaquatique ou palmée pour la découverte du milieu marin en surface, en loisir individuel équipé de palmes, masque, tuba.
- La randonnée aquatique ou palmée pour la découverte du milieu marin en surface, en collectif et encadrée par des professionnels, équipé de palmes, masque et tuba. L'objectif est éducatif.
- La plongée pour la découverte du milieu marin en profondeur, en loisir individuel ou encadré par des professionnels., équipés de PMT, combinaison isothermique, bouteilles et d'un lestage. En savoir + www.cavalaireurmer.fr





Devinette

Comment s'appelle la plante aquatique qui forme les prairies sous-marines, appelées herbiers, base de la richesse de nos eaux territoriales ? _____



Eco attitude

En mer, j'observe à distance la faune et la flore. Je limite les contacts avec le fond, je ne remonte rien à la surface et je n'emporte pas d'êtres vivants.

Petit jeu pour s'amuser

Rébus : découvrez les noms de poissons ou fruits de mer à l'aide des petits rébus ci-dessous.

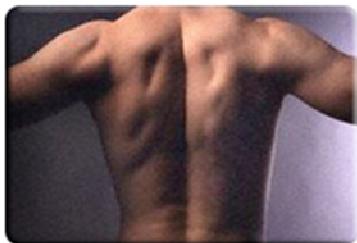
r'



k' 1



1



2

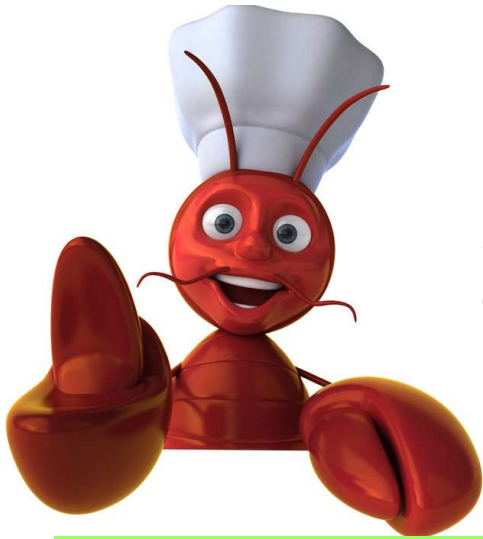


p'





Enigme n°3



Pour vous rendre sur le lieu n°3, vous devez résoudre l'énigme ci-dessous :

Sur le retour du lieu n°2, découvrez l'endroit où les pêcheurs locaux vendent régulièrement le fruit de leur travail.

La pêche, professionnelle et raisonnée

La Méditerranée représente une zone de pêche importante. Cette pêche est principalement de nature artisanale. En Provence-Alpes-Côte-d'Azur, la pêche professionnelle est artisanale et côtière. Les engins de pêche utilisés sont dits "passifs" : filets maillants, casiers, palangres... A Cavalaire, on trouve principalement la daurade, le bar (ou loup), le calamar, l'éperlan, l'anguille, mais aussi l'araignée de mer, les langoustines et les langoustes.

La pêche durable

C'est une pêche qui peut être pratiquée éternellement.

- Cette pêche doit se pratiquer sur un stock en bon état (population d'une espèce donnée sur une zone géographique cohérente) et avec un prélèvement en cohérence avec ce stock
- Cette pêche doit produire le moins de « rejets » possible. : capture uniquement des spécimens qui seront débarqués et vendus. Si d'autres sont capturés, il faut nécessairement qu'ils soient vivants pour les remettre à l'eau.
- Cette pêche doit être bien gérée. Les règles encadrant sa gestion doivent garantir que cette pêche peut être pratiquée durablement. Les contrôles et sanctions sont essentiels pour garantir cette durabilité.
- Cette pêche doit être juste, pour la durabilité économique des entreprises de pêche. Il faut donc que les prix obtenus par le pêcheur lui permettent de vivre confortablement sans faire appel à des subventions publiques.





Devinette

Quel est le tonnage de poissons pêchés en méditerranée ?

- A/ 3 millions de tonnes / an
- B/ 1.5 millions de tonnes / an
- C/ 0.5 millions de tonnes / an



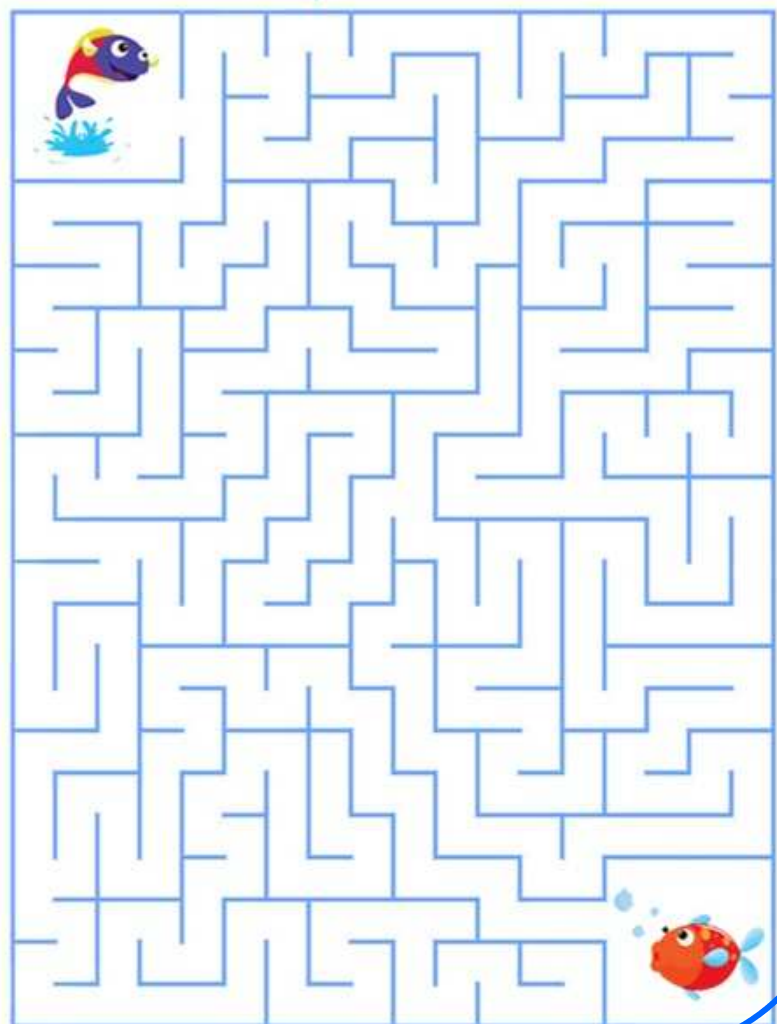
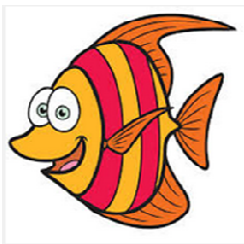
Eco attitude

Moi aussi, en vacances, je pratique la pêche durable :

- Je ne pêche que ce qui est nécessaire à notre consommation,
- Je respecte les tailles de captures minimum,
- Je respecte les interdictions de capture, les zones et les périodes autorisées.

Petit jeu pour s'amuser

Labyrinthe : Trouvez le bon chemin pour aider les amis poissons à se retrouver.

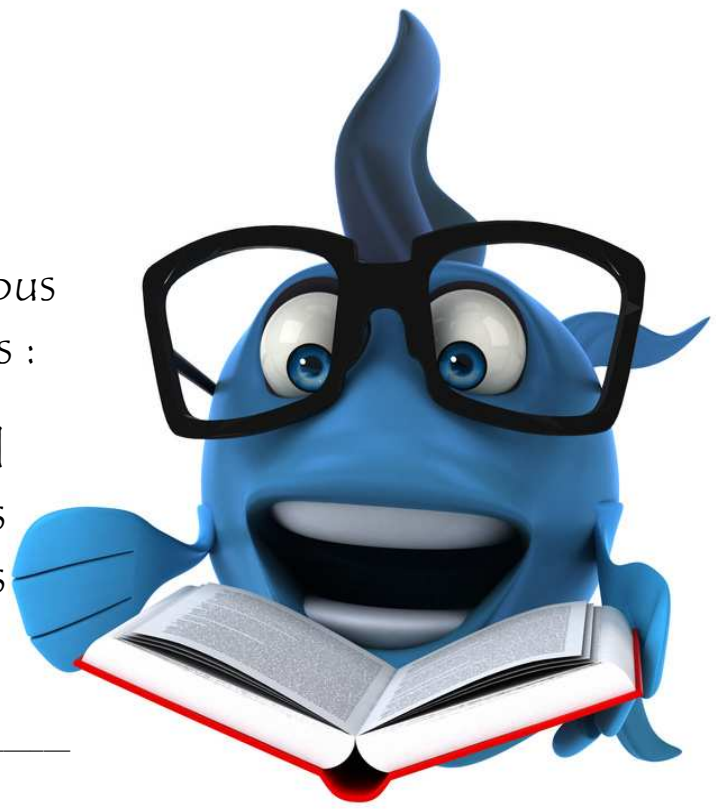




Enigme n°4

Pour vous rendre sur le lieu n°4, vous devez résoudre l'énigme ci-dessous :

Le lieu n°4 est un lieu culturel municipal, ouvert au public depuis 1998, qui conserve et donne accès aux différents médias.



Le recyclage, élément clé du développement durable

Les arbres sont très importants pour lutter contre l'effet de serre ; ils absorbent dans leurs feuilles, leurs racines et leurs branches un gaz à effet de serre présent dans l'atmosphère : le CO² et rejettent ensuite de l'oxygène. Le recyclage du papier est donc nécessaire. La France recycle 60% de sa production de papier, soit environ 190 kilos de papier recyclés par seconde ou encore 5,2 millions de tonnes de papier par an : cartons caisses en carton, journaux, emballages ménagers, magazines...

Le recyclage du papier a l'avantage de conserver le stock de CO² que contiennent les cartons et le papier et de ne pas le libérer dans l'atmosphère tout en préservant les arbres de la coupe.

Quelques produits issus du papier recyclé :

- Le carton ondulé provient déjà entièrement du recyclage du papier.
- Le papier journal contient plus de 80% de papier recyclé.
- Le papier hygiénique est fabriqué avec une part croissante de vieux papier qui doit être de bonne qualité.



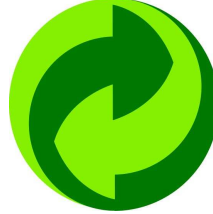


Devinette

Un logo, représentant une boucle de Möbius, est souvent utilisé pour marquer les produits recyclés ou pouvant être recyclés.

Lequel est-ce ?

A/



B/



C/



Eco attitude

Je pratique le tri sélectif de mes déchets, même en vacances.
J'utilise également les containers de la ville pour favoriser le recyclage : papier, verre, vêtements...

Petit jeu pour s'amuser

Quizz : Trouvez les bonnes réponses aux questions suivantes :

Lorsqu'ils sont recyclés, les flacons en plastique et les bouteilles transparentes peuvent être transformés en :



A/Aluminium

B/ Fibre polaire

C/ Brique alimentaire



Combien de tonnes de bois économise-t-on en recyclant 1 tonne de papier ? A/ 2 tonnes B/ 4 tonnes C/ 6 tonnes

Le livre de poche est composé de :

A/5% de papier recyclé

B/ 15%

C/ 50%

Combien de fois peut-on recycler une bouteille en verre ?

A/10 fois

B/ 100 fois

C/ A l'infini



Peut-on fabriquer des sacs de couchage à partir de bouteilles en plastique recyclé ? A/Oui B/ Non



Le recyclage du verre sert surtout à fabriquer de nouvelles bouteilles en verre vert. Vrai ou Faux ? A/Vrai B/ Faux

Combien de fois peut-on recycler une feuille de papier ?

A/ 1 fois

B/ 7 fois

C/ 50 fois





Enigme n°5

Pour vous rendre sur le lieu n°5, vous devez résoudre l'énigme :

Voici le lieu n°5 en photo. RV sur place :



Les transports alternatifs, la bonne attitude

La voiture est le mode de transport le plus utilisé par les Français : 78% d'entre eux (soit 1 personne sur 4) utilisent leur voiture chaque jour, sachant que 4 trajets sur 10 sont de petites distances. Or c'est justement au cours des 2 premiers kilomètres que le véhicule pollue et consomme le plus. Bien choisir son mode de transport est très important pour

limiter les émissions de gaz à effet de serre car tous les moyens de transport ne polluent pas. Par exemple, la marche à pied et le vélo utilisent seulement l'énergie de nos muscles.

L'éco-citoyen et les transports :

En vacances, je choisis les modes de transport alternatifs : les transports alternatifs regroupent ces modes de transports que l'on croit trop souvent réservés aux plus jeunes : bicyclette, rollers, trottinette, skateboard peuvent vous faire gagner du temps et de l'argent ! La marche à pied est encore le mieux lors des petits trajets qui sont les plus pollués et les plus nombreux. Vous en profiterez ainsi pour faire du sport ! En effet, 30 minutes de marche à pied dynamique est nécessaire chaque jour pour notre santé .

En bref, en vacances :

- Je marche dès que je peux, j'ai le temps...

- Je choisis le vélo si le trajet est plus long, c'est fun.

- Je prends les navettes gratuites mises à disposition en saison par la ville





Devinette

Je suis un petit véhicule terrestre vélocipède ludique, généralement quadricycle, pouvant accueillir plusieurs passagers dont chacun dispose de pédales pour le propulser, disponible à Cavalaire l'été. Qui suis-je ?

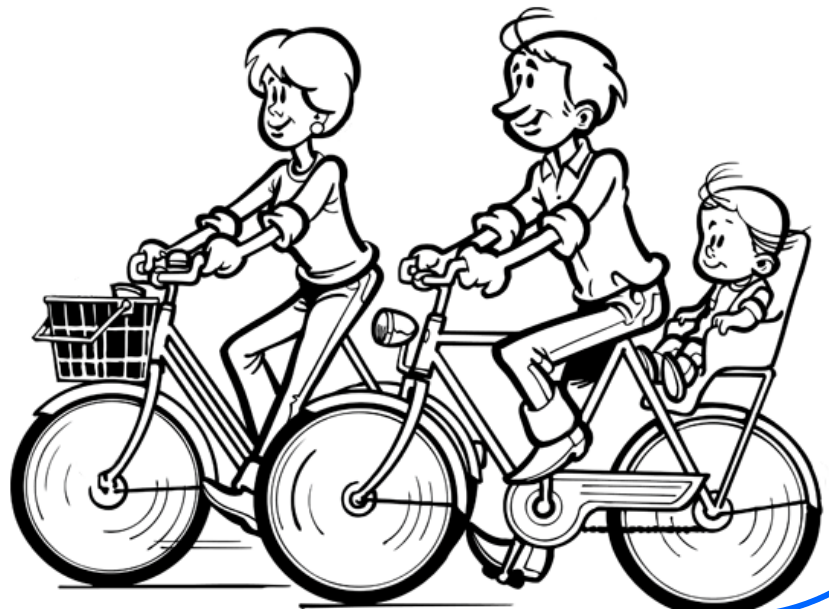
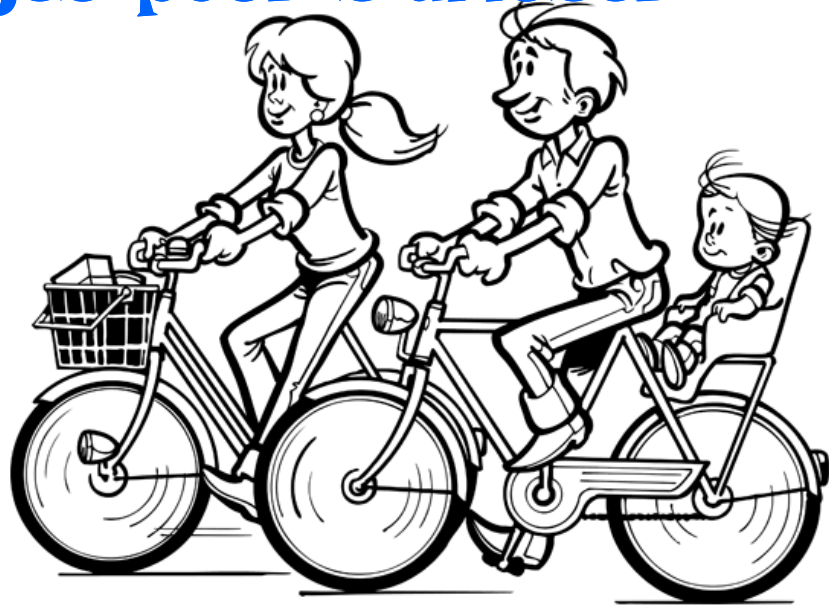


Eco attitude

Je préfère me déplacer en marchant ou à vélo, c'est bon pour ma santé et c'est plus écolo !

Petit jeu pour s'amuser

7 erreurs :
Trouvez les 7
erreurs dans le
dessin du haut

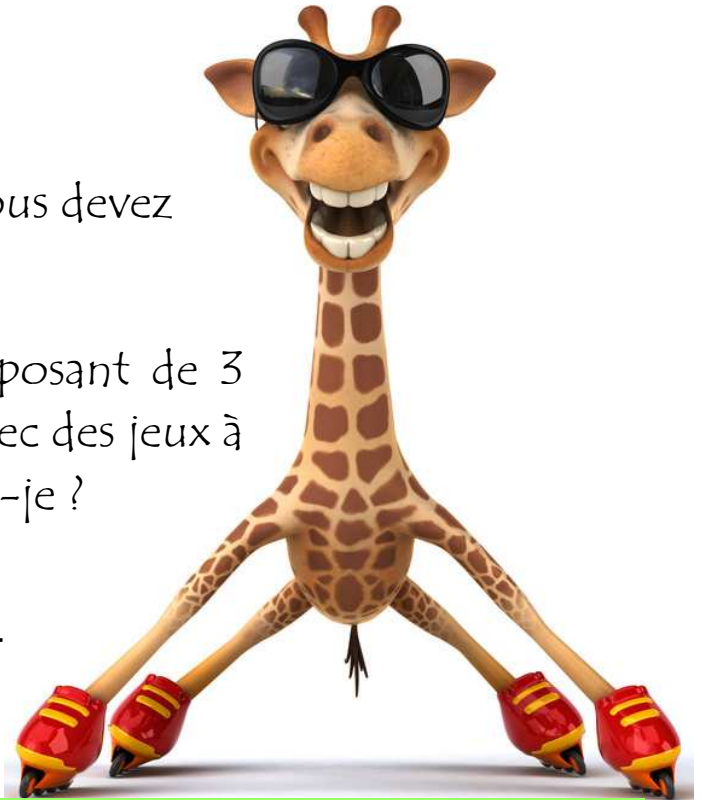




Enigme n°6

Pour vous rendre sur le lieu n°6, vous devez résoudre l'énigme ci-dessous :

Je suis un petit jardin public, disposant de 3 zones ludiques pour les enfants, avec des jeux à disposition selon leur âge. Qui suis-je ?



Le vent, ressource naturelle et inépuisable !

L'homme a toujours utilisé l'énergie du vent : d'abord en l'utilisant pour faire avancer les bateaux à voiles. Puis dans les régions où le vent souffle régulièrement, pour faire tourner les ailes des moulins pour moulinier le blé ou pomper de l'eau. Aujourd'hui, l'énergie du vent est utilisée pour créer de l'électricité grâce aux éoliennes. Ainsi le vent est une ressource naturelle et inépuisable : c'est une **énergie renouvelable** !

Les avantages de l'énergie éolienne :

L'énergie éolienne est une énergie renouvelable qui :

- ne nécessite aucun carburant,
 - ne crée pas de gaz à effet de serre,
 - ne produit pas de déchets toxiques ou radioactifs.
 - produit de l'électricité éolienne sans dégrader la qualité de l'air, sans polluer les eaux (pas de rejet dans le milieu aquatique, pas de pollution thermique), sans polluer les sols (ni suies, ni cendres).
- En luttant contre le changement climatique, l'énergie éolienne participe à long terme au maintien de la biodiversité des milieux naturels.





Devinette

Citez 3 activités loisirs qui utilisent le vent ?

- 1/ _____
- 2/ _____
- 3/ _____



Eco attitude

Je surveille ma consommation d'énergie au quotidien :
j'éteins les lumières, je ne laisse pas les appareils en veille,
je limite l'utilisation de la climatisation...

Petit jeu pour s'amuser

Construction d'un moulin à vent :

Matériel nécessaire :

Papier recyclé assez résistant

Punaises

Paire de ciseaux

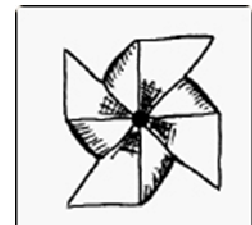
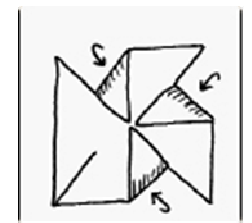
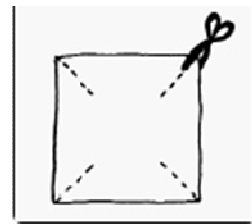
Bâton en bois

Crayons de couleur ou feutres



Comment fabriquer ton moulin à vent :

- 1/ Découpez un carré de papier de 20x20cm
- 2/ Coloriez les 2 faces selon ton envie
- 3/ Coupez le carré en partant de chaque coin en vous dirigeant vers le centre (les diagonales) mais en vous arrêtant à la moitié
- 4/ Repliez les pointes de chaque section vers l'intérieur
- 5/ Fixez les pointes au milieu en y insérant la punaise
- 6/ Plantez la punaise dans le bâton.



Notes personnelles :

Cavalaire et Lardier 2/ Capitainerie—Posidonies—Requin, Oursin, Daurade, Poulpe 3/ Halle aux péque—Symbole B—B=Fibre polaire, A=2 tonnes, C=50%, C=A l'infini, A=Oui, A=Vrai, B=7 fois 5/ Gare routière—Les Rosalies 6/ Square Gleize—Voiliers (optimist, catamaran, dériveur, voilier habitable), planche à voile, kite surf .

Crédits photos : E. Bertrand, Cavalaire Tourisme , Mairie de Cavalaire et Fotolia

Restons
connectés !



Cavalaire Tourisme



cavalaire sur mer



Réponses : 1/ Maison de la Mer—Cap chœurs—C=0.5 Million 4/ Médiathèque routière—Les Rosalies 6/ Square Gleize—