

CARNET DE DÉCOUVERTES

## LE CHEMIN DES TREIZE VIRAGES

**SAINT-MARTIN-DE-VERS**

3,5 km - 1h45



200 m

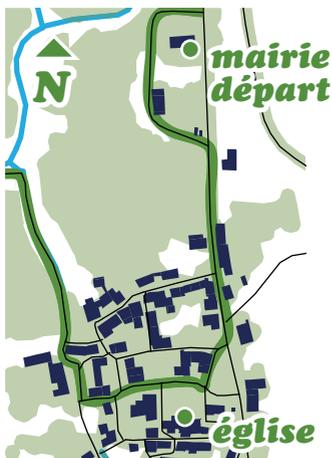
# Partir ?

*oui mais avant*

bonne direction

tourne à droite

mauvaise direction



**Bien installé au creux de la vallée du Vers**, ce village se caractérise par sa forte identité et par la qualité de son patrimoine architectural, naturel ou agricole.

La promenade débute à l'ancien foirail, en contrebas de la mairie. Au fil de la randonnée, on prend progressivement de la hauteur pour mieux profiter de toutes les richesses du paysage.

- Certains passages de ce sentier sont étroits, sois vigilant
- Évite de partir sans provision d'eau
- Ramasse soigneusement tes déchets
- Prévois des vêtements adaptés en fonction de la météo
- Respecte les milieux naturels et les propriétés privées
- Si tu ramasses des souvenirs, privilégie l'inerte (plumes, feuilles mortes, cailloux) au vivant (plantes)
- Garde ton chien en laisse
- En rentrant, vérifie que tu n'as pas de tique sur ton corps

## SANS OUBLIER

BÂTON  
Casse-crôte

Pince à linge  
EAU

COUPEAU  
pochette  
PLASTIQUE

Ici, sur la place de l'ancien foirail, se déroulaient les « vota ». Pendant les fêtes de village, on y dansait sur des chants et des musiques traditionnels. Pour cet événement tant attendu, les habitants revêtaient leurs habits du dimanche. **Découvre les noms occitans de ces appareils.**

**Lo capél**

Le chapeau

**La cóifa**

La coiffe

**La biaude**

La blouse

**Lo mocador**

Le Foulard

**La camià**

La chemise

**Las bragas**

Le pantalon

**Los esclops**

Les sabots

**Lo cotillon**

La jupe



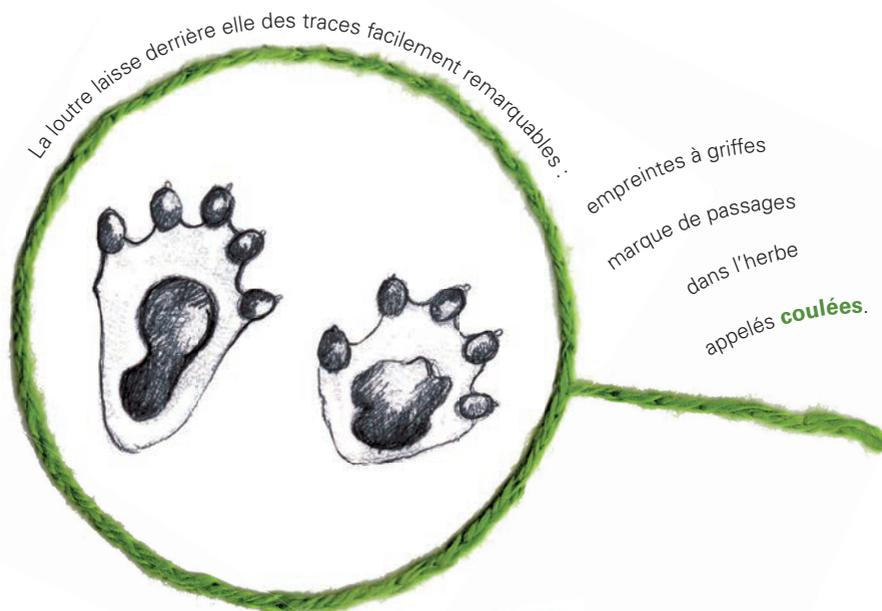


Le village est empreint de mémoire. Ainsi les rues, venelles et places portaient des noms d'animaux vendus par les paysans, mais aussi des noms des objets fabriqués par les artisans.

*\*Place des marmites - Impasse du panier - Chemin des oeufs - Porte de la poule*

## ① **Nichons-nous dans le tuf: à la découverte de la loutre**

**L'ouvrage devant vous** permet de diviser le cours d'eau en deux, il est le témoin de la présence d'un ou plusieurs moulins. Vous pouvez également remarquer sur le bras principal du Vers, la présence du tuf. Ces agrégats calcaires qui font des petits barages le long de la rivière sont des habitats d'accueil pour de nombreuses espèces notamment l'**Écrevisse à pattes blanches**, la **Loutre** ou l'**Agrion de mercure**.



La Loutre est discrète et méfiante mais ce n'est pas parce que tu ne la vois pas qu'elle n'est pas dans les parages.



Sa présence se remarque aussi par ses épreintes, nom donné aux excréments de la loutre. Et ceux-ci sont reconnaissables entre mille. La loutre fait essentiellement ses besoins sur les rochers émergents de l'eau. Ses excréments sont composés d'écaillés et d'arêtes.



Mais le plus surprenant, c'est leur odeur ! Un mélange de miel, d'huile de lin et de poisson.



## ② Tels bois, tels Pics



Le parcours se poursuit sur le chemin du petit bois. Pendant ton ascension, lève les yeux et cherche des indices de présence du Pic. Tu apercevras rapidement des cavités creusées dans le bois, des plumes à terre et peut-être auras-tu la chance de voir ou d'entendre un de ces oiseaux, gardiens de ces bois, tambouriner à un arbre.



Regarde-le, avec sa calotte rouge et son petit bec tout fin. À cause de cette fragilité, le **Pic mar** est obligé de choisir des arbres affaiblis ou présentant de grosses branches dépérissantes. Il affectionne les vieilles forêts de feuillus à vieux chênes. Quelle chance, ce n'est pas ce qui manque ici !



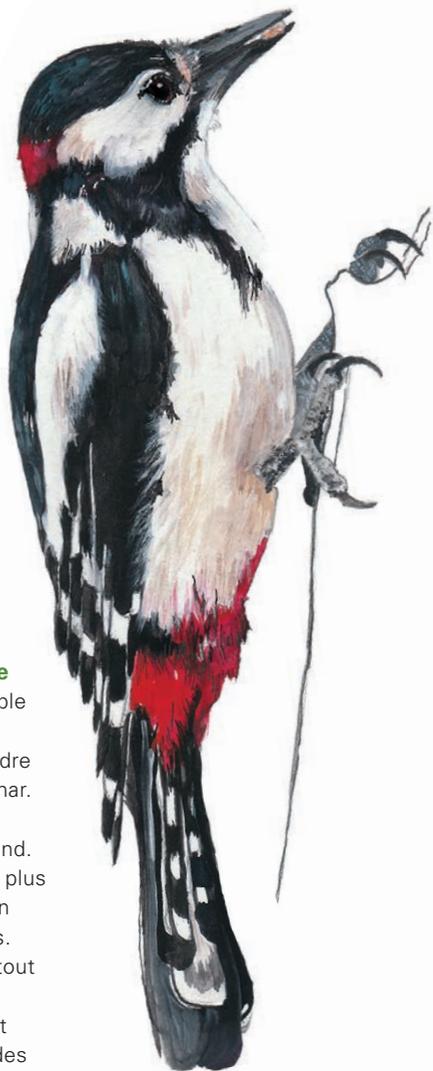
Le **Pic vert** n'est pas difficile quant au type de forêts, mais il sera plus présent près d'un boisement offrant un dégagement sur une prairie où il pourra se poser pour pouvoir déguster son mets préféré : les fourmis.

On l'entend quand il s'envole en ricanant.



### Le Pic épeiche

ressemble à s'y méprendre au Pic mar. À peine plus grand. C'est le plus commun des pics. Il aime tout type de forêts et raffole des graines de pins.



Un coup de klaxon puissant retentit, suivi d'un « kru-krukru ». Plus un doute : le **Pic noir**, le plus grand pic d'Europe, avec sa « robe » noire, son « béret » rouge et son œil blanc, n'est pas loin. Le Pic noir adore les forêts de pins avec quelques feuillus, notamment le hêtre.

## « *La sopa d'autrica* »

# LA SOUPE D'ORTIE

Laisse-toi tenter par cette recette de soupe d'orties !  
À la fois savoureux et bon pour la santé,  
voici un plat simple pour se régaler :

500 g de feuilles d'ortie  
1 courgette  
2 cabécous

1 oignon  
45 cl d'eau ou de bouillon  
Sel et poivre

Épluche l'oignon, émince-le.

Fais-le suer pendant 2 à 3 minutes dans une poêle.

Ajoute les feuilles d'orties préalablement nettoyées  
sous l'eau et essuyées.

Fais-les cuire pendant 5 minutes en remuant jusqu'à  
ce qu'elles aient bien fondu puis retire la poêle du feu.

Épluche et coupe la courgette en dés.

Fais chauffer une casserole d'eau salée ou de bouillon.

Dès que l'eau bout, plonges-y les orties ainsi  
que la courgette tout juste préparée.

Laisse mijoter tranquillement pendant une dizaine de minutes.

Passes le tout au mixeur.

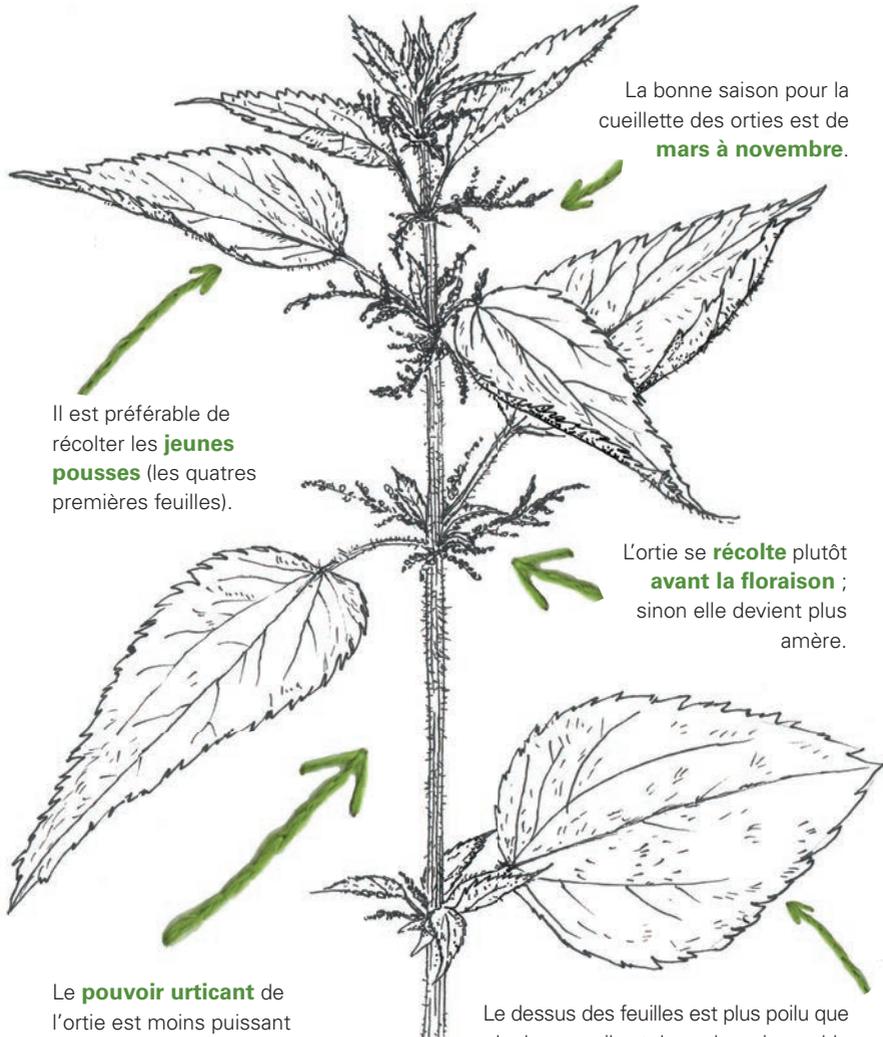
N'oublie pas de saler et poivrer.

Sers ta soupe aux orties bien chaude.

Les cabécous accompagneront la soupe sur une tartine grillée  
ou bien directement fondus dedans.

# Comment la cueillir ?

**Descends à la fontaine de Fages** près de l'église. Ici, tu verras que l'ortie apprécie particulièrement la fraîcheur et l'humidité.



La bonne saison pour la cueillette des orties est de **mars à novembre**.

Il est préférable de récolter les **jeunes pousses** (les quatre premières feuilles).

L'ortie se **récolte** plutôt **avant la floraison** ; sinon elle devient plus amère.

Le **pouvoir urticant** de l'ortie est moins puissant en fin de journée ou les jours suivant la pluie.

Le dessus des feuilles est plus poilu que le dessous, il est donc plus raisonnable de **cueillir les feuilles par le dessous** !

Si tu as encore peur de te piquer, prévois des gants.

### ③ Une brebis de caractère

**Alliée des Hommes**, la brebis caussenarde est indissociable des paysages des Causses du Quercy. Cette race ovine rustique est adaptée aux conditions locales que ce soit le climat ou le type de végétation qu'elle consomme. Sur plusieurs saisons, elle pâture dans les prairies et participe au maintien d'un écosystème riche en biodiversité : la pelouse sèche. Cette espèce est élevée pour sa viande de qualité : **l'agneau du Quercy**.

Avec sa drôle d'allure, la brebis caussenarde est reconnaissable entre toutes.

**Et toi, quel nom lui donnerais-tu ?**



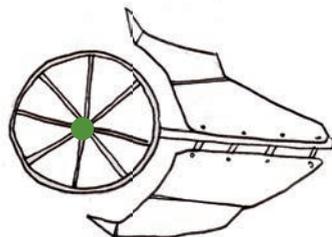
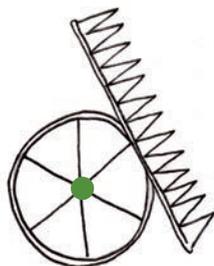
ici, on l'appelle  
la brebis à  
lunettes

Le long du chemin se trouvent de drôles d'outils agricoles, que le matériel moderne a relégué à l'ombre. **Le long du chemin, reconnaitras-tu trois d'entre eux? À toi de retrouver le nom de chacun des trois outils dessinés ici, ainsi que leur fonction :**

la râteleuse ● prépare le sol ●

la faucheuse ● coupe les tiges ●

la charrue ● rassemble les tiges ●

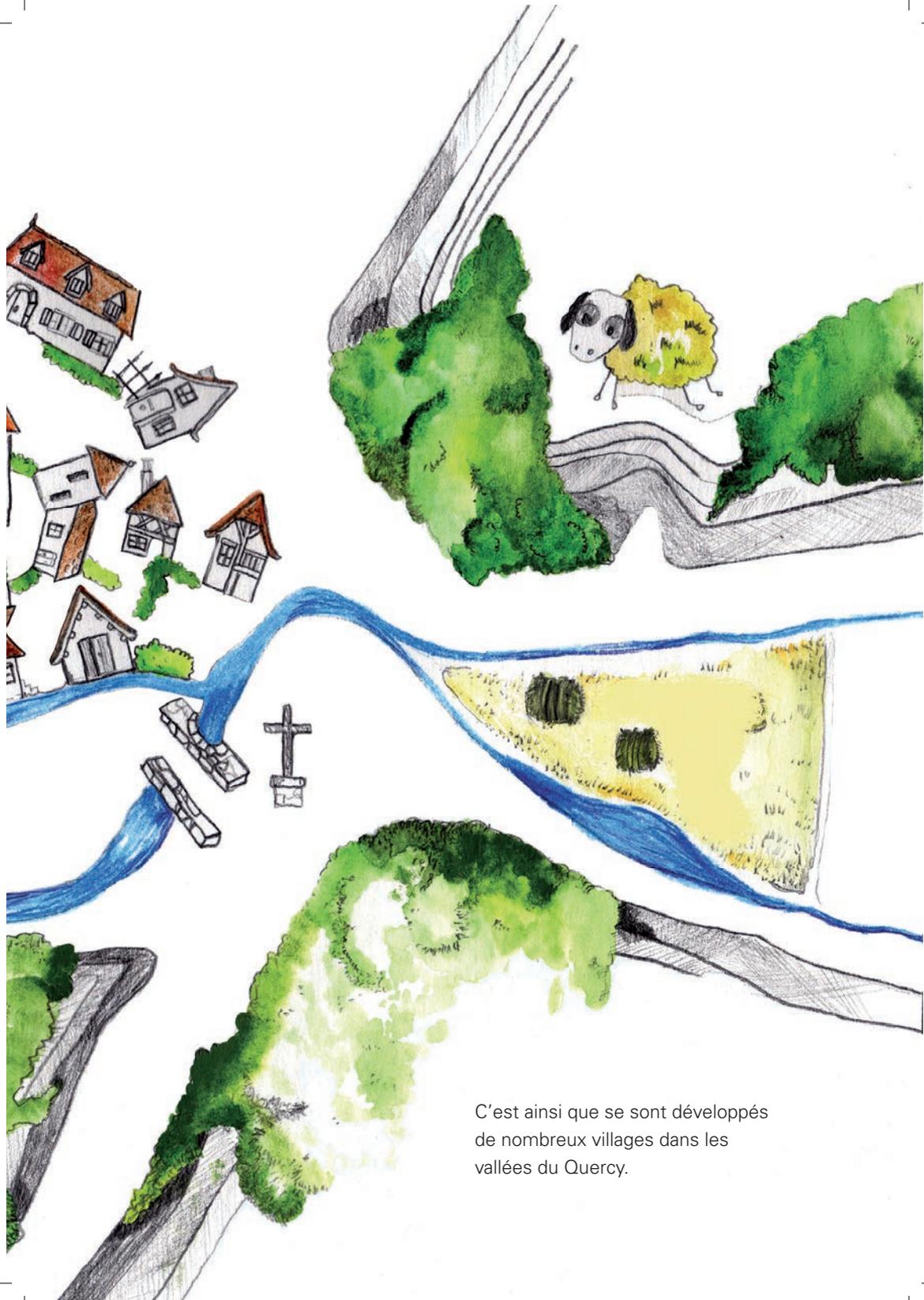


# Les treize virages

Dans la descente vers Saint-Martin-de-Vers, **regarde** dès à présent le panorama qui s'offre à toi. **Imagine** ce paysage sans la présence de l'Homme. **Observe** à quel point sa présence se ressent :

- un **bourg organisé** à proximité de l'eau, source de vie,
- les **chemins et voies** de circulation pour se déplacer, échanger, communiquer,
- des **cultures** dans les vallées les plus fertiles,
- des **pâtures** sur les terres plus pauvres des collines alentours, autrefois, on y cultivait de la vigne.





C'est ainsi que se sont développés de nombreux villages dans les vallées du Quercy.

## 4 Le dialogue entre fer et foi

SERPENT



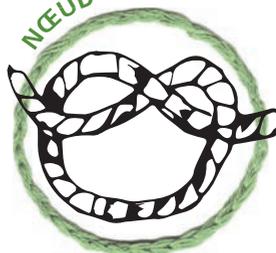
*Tentateur rusé et miséricordieux*

INRI



*Iesvs Nazarens, Rex Ivdæorum»  
Jésus de Nazareth, roi des juifs*

NEUD



*Union et alliance avec Dieu*

COURONNE D'ÉPINES



*Celui qui porte la malédiction  
et le péché*

SOLEIL



*Manifestation de la divinité*

COQ



*Toujours vigilant et  
ne rentre pas en tentation*

FLEUR DE LYS



*Pureté d'excellence  
et d'élection*

BLÉ



*Pain qui devient  
le corps sacrifié*

ROSE



*Péché dont le Christ  
a épargné l'humanité*

MAIN DE DIEU



*Manifestation de la  
toute-puissance divine*

ANGE



*Être ailé, messenger de Dieu*

COQUILLE SAINT-JACQUES



*Signe distinctif des pèlerins  
de Compostelle.*

Les petits édifices religieux sont les témoins du christianisme fortement présent dans le Quercy. **Prends le temps de regarder les détails de la Croix de Barry, de nombreux symboles y figurent.**

CALICE



*Receptacle pour le vin*

LIERRE



*Vie éternelle*

GLAIVE



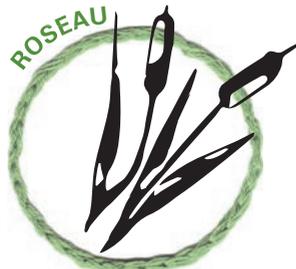
*Justice divine*

CLÉ



*Papauté*

ROSEAU



*Résistance et souplesse*

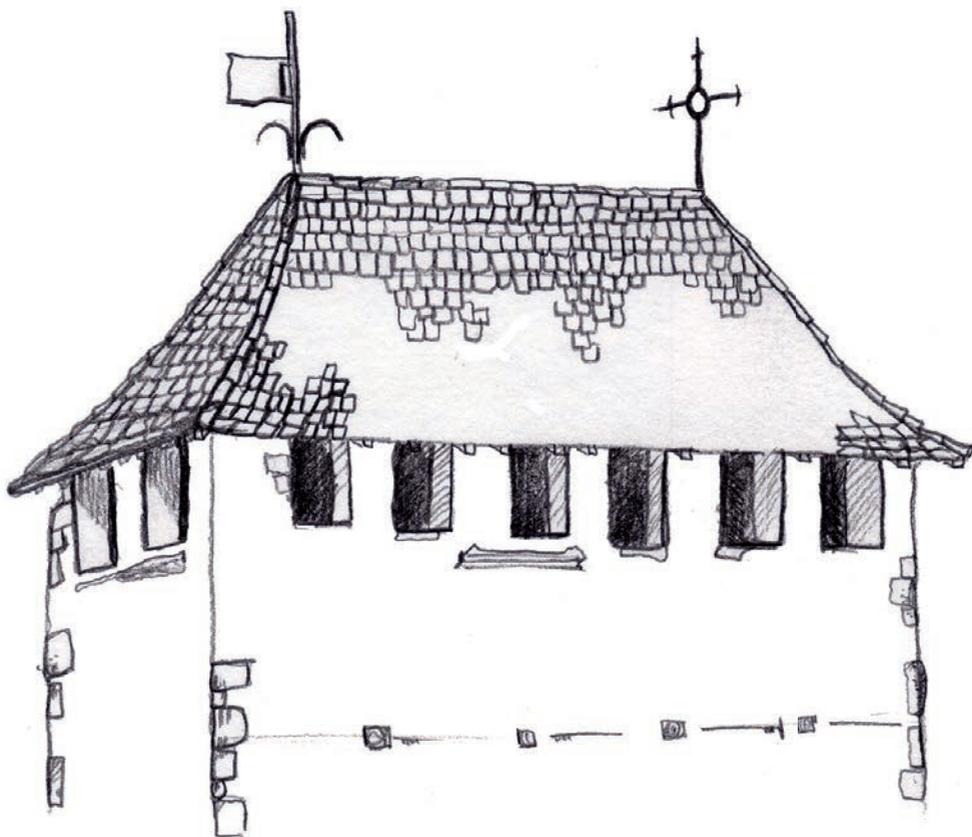
CŒUR



*Siège de l'amour  
et la vie intérieure*

**Et si toi aussi, tu dessinais  
une histoire à travers une croix ?**

## Barlong ding dong



**Tout le village de Saint-Martin-de-Vers** semble se grouper autour de l'église du XV<sup>e</sup> siècle et du cimetière. Son **clocher-tour en plan barlong** témoigne du sentiment d'insécurité que pouvait ressentir la population suite à la Guerre de Cent Ans. Il était alors nécessaire de se protéger contre les soldats et routiers anglais. *Barlong* qualifie une forme allongée rectangulaire, orientée perpendiculairement à l'axe de l'église.



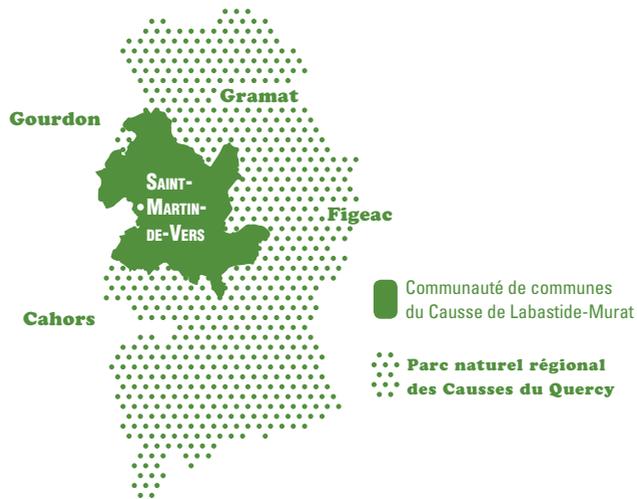
# Notes

## La macro En plus gros



Comme a pu le laisser présager la première de couverture, tu as peut-être vu, au fil de ta promenade, deux éléments en lien avec la corde, fil conducteur de ce carnet :

- la culture de chanvre dans la vallée du Vers qui permettait de produire des fibres très solides.
- la laine des moutons, qui peut se filer, se tisser et se tricoter.



## PAYSAGES DE SAINT-MARTIN-DE-VERS

Allons danser dans ces villages. Tissons le fil de l'histoire de ces paysages. Écoutons la musique qui s'élève des anciennes vota et des cloches des moutons.



Carnet réalisé par le Parc naturel régional des Causses du Quercy dans le cadre du Plan de paysage de la Communauté de communes du causse de Labastide-Murat, avec le soutien financier de la DREAL Occitanie, et l'aide du CAUE du Lot. Office de tourisme intercommunal : 05 65 21 11 39.

