

Et si on sortait ?

Les vacances de février arrivent et sont l'occasion de laisser tablettes, consoles et ordinateurs de côté pour partir en famille s'adonner à de multiples activités extérieures. Car la métropole est un vaste territoire qui possède de nombreux atouts à ceux qui prennent le temps de le découvrir. Alors, bien couverts, le pique-nique dans le panier, voici six idées de sorties pour les petits et les plus grands. Elles sont gratuites et occuperont six jours de vacances.

À la découverte de la source du Lez

Découvrir la source du Lez à vélo est à la portée de toute la famille. Une balade à vélo de 2,6 km sans difficulté, au départ du stade de Prades-le-Lez. Prendre à gauche la D145 en sortant du parking et pédaler sous l'allée de platanes jusqu'au rond-point. Emprunter la première sortie sur la D112 et continuer le long du Lez. Cette route bucolique dotée de pistes cyclables, accessibles à tous, longe le Lez. Pour arriver à la résurgence où est captée une partie de l'eau consommée dans la métropole **4**. Le fleuve est une zone protégée Natura 2000. C'est l'unique lieu au monde où vit le chabot-du-Lez, un petit poisson d'eau douce.

Un safari au cœur de la ville

Partir à la découverte des guépards, des casoars, des girafes ou des rhinocéros à Montpellier, c'est possible. Il suffira de s'équiper d'une paire de bonnes chaussures pour visiter le parc zoologique de Lunaret. C'est un des rares zoos publics gratuits en France, qui fait l'objet d'un plan de rénovation. Au cœur d'un espace de 80 ha de garrigues et de pinèdes, il présente des animaux dans de vastes enclos en semi-liberté **2**. Ils sont accueillis dans un but unique de reproduction et de conservation des espèces menacées. Car outre le fait de permettre aux visiteurs d'effectuer un safari pédestre, la raison d'être de ce parc zoologique est d'être un pôle majeur en matière de biodiversité. Attention, durant les vacances scolaires le zoo est ouvert 7j/7. Le reste de l'année, il ouvre toute la semaine à l'exception du lundi. zoo.montpellier.fr

S'entraîner pour le FISE

Avec le Festival International des Sports Extrêmes (FISE) qui a lieu cette année du 8 au 13 mai à Montpellier, skate, trottinette, rollers et BMX ont de nombreux adeptes. La plupart des communes se sont d'ailleurs équipées de skatepark. Quelques heures suffiront pour s'initier ou se perfectionner, s'essayer aux rampes et aux bowls. Les skateparks les plus courus sont ceux de Grammont à Montpellier, de Clapiers, du Crès, de Saint Jean de Védas **3** ou de Baillargues. Pour ceux qui ne tentent pas l'aventure, il n'est pas rare de voir de belles « sessions de riders », un véritable plaisir pour les yeux. Dans le cadre de la tournée FISE Métropole, qui fait étape le 10 mars à Fabrègues et le 17 mars à Castries, les jeunes riders peuvent participer aux qualifications pour le FISE Montpellier.



Sortie ornithologique au bord des étangs

Jumelles ou appareil photo en main, c'est partie pour une découverte des oiseaux des lagunes. Le pays des roselières, étangs et sansouïres offre une grande diversité de milieux refuges pour la faune et la flore. Que ce soit aux abords de la Maison de la nature de Lattes **1**, aux Cabanes de Pérols ou dans les salines de Villeneuve-lès-Maguelone, ces espaces entre terre et eau accueillent de nombreux oiseaux migrateurs tels le vanneau huppé, la sarcelle d'hiver, le canard souchet, l'échasse blanche, l'avocette élégante, le guépier d'Europe, le milan noir et des espèces sédentaires comme le héron cendré, l'aigrette garzette, le foulque macroule, le canard colvert, le tadorne de Belon, la poule d'eau sans oublier les emblématiques flamants roses et cigognes. À noter, quatre sentiers d'interprétation sont à découvrir au départ de la Maison de la nature à Lattes.

Un point de vue à 360°

Au départ de Fabrègues, une randonnée amènera la famille sur le massif de la Gardiole. À 185 mètres d'altitude où un fabuleux point de vue offre un panorama à 360° **5**. Des Cévennes à la mer en passant par le pic Saint-Loup, les collines, la plaine de Fabrègues, les étangs et la Méditerranée. Le parcours fléché est toutefois réservé aux adolescents et aux adultes. Il sinue entre chênes verts, pins cyprès, cèdres et cistes blancs dont les fleurs roses apparaissent d'avril à juin. Une végétation méditerranéenne que l'on peut apprécier en empruntant le sentier qui mène à l'Ermitage Saint-Baudile. Topoguide gratuit à retirer auprès de la mairie de Fabrègues. fabregues.fr



ISABELLE GUIRAUD
Maire de Saint Jean de Védas,
vice-présidente de Montpellier
Méditerranée Métropole

Où peut-on sortir en famille à Saint Jean de Védas ?

Nous avons un beau skatepark de 3 000 m² qui a été co-construit avec les jeunes du Centre jeunesse. Ils ont choisi les modules que la mairie a ensuite implantés au cœur de la commune sur l'espace sportif de La Parre. Les sélections du FISE Métropole s'y déroulent d'ailleurs le 3 février. Ce skatepark est couplé d'un citypark, où l'on pratique le mini foot, le hand et le basket, et jouxte les tennis. C'est un lieu familial pour tous les âges qui est très fréquenté au quotidien. Un lieu où l'on peut pique-niquer à l'ombre des arbres en été.

Y a-t-il des sorties dans la nature ?

Pour les marcheurs, deux jolies balades sont accessibles à toute la famille. Les deux boucles balisées de 2,7 km et 4,6 km sont jalonnées de panneaux informatifs sur la faune et la flore des bords de La Mosson. Le départ s'effectue du bout de l'allée du Val des Garrigues. Les botanistes se raviront eux des multiples et belles essences plantées dans le parc du Terral, tels le cèdre de l'Atlas, l'érable de Montpellier, le saule tortueux... ainsi que la bambouseraie, le jardin des senteurs ou le jardin de pierre et d'eau.



saintjeandevedas.fr