



L'ÎLE DE CAPRERA

CONTACT

- +39 0789 790211
- www.lamaddalenapark.it
- urp@lamaddalenapark.org
- facebook.com/lamaddalenapark
- instagram.com/lamaddalenapark
- Siège administratif du Parc
Via Giulio Cesare, 7
07024 La Maddalena (OT)

NUMÉROS UTILES

- Premiers Soins +39 0789 791218
- Rangers +39 0789 721083
- Autorités Portuaires 1530

LÉGENDE

- C.E.A. - Centre Éducation Environnement
- Phare
- Points panoramiques
- Manège
- Centre de voile
- Tombe de Jument Marsala
- Arrêt de bus
- Aire de pique-nique
- Buvette
- Arbre monumental
- Parking
- Musées
- Fortifications
- Plages
- Plage pour chiens
- Piste pare-feu

- VIABILITÉ
- Route
- Route de terre battue
- Sentier
- Sentier coïncide avec la route
- Piste pare-feu coïncide avec le sentier

SENTIERS DE L'ÎLE DE CAPRERA

SENTIER	DURÉE	NIVEAU DE DIFFICULTÉ	CATÉGORIE	DÉNIVELÉ	ACCESSIBILITÉ
01 Conigliera	hr 1.00	E	panoramique/naturaliste	0 m	1 accompagnateur
02 Poggio Baccà	hr 0.35	E	panoramique/naturaliste	60 m	2 accompagnants
03 Poggio Rasu	hr 0.45	E-S	panoramique/naturaliste/historique	90 m	
04 Cala Portese	hr 1.15	E	panoramique/naturaliste	40 m	
05 Cala Brigantina	uniquement avec des guides *				2 accompagnants
06 Poggio Zonza	hr 0.50	E	panoramique/naturaliste	65 m	2 accompagnants
07 Monte Tejalone	hr 0.45	E	panoramique/naturaliste	112 m	2 accompagnants
08 Fosso di Stefano	hr 1.20	E-S	panoramique/naturaliste/historique	106 m	
09 Poggio Stefano	hr 0.40	E	panoramique/naturaliste	103 m	
10 Cala Coticcio	uniquement avec des guides *				
11 Forticazione di Candeo	hr 1.15	E-S	panoramique/naturaliste/historique	100 m	3 accompagnants
12 Punta Crucitta - Candeo	hr 1.35	E-S	panoramique/naturaliste/historique	100 m	3 accompagnants
13 Punta Crucitta	hr 1.15	E	panoramique/naturaliste	100 m	3 accompagnants
14 Cala Napoletana - Cala Crucitta	hr 1.15	E	panoramique/naturaliste	100 m	
15 Cala Caprarese	hr 1.00	E	panoramique/naturaliste	82 m	
16 Cala Serena	hr 1.00	E	panoramique/naturaliste	50 m	

* sentier à parcourir accompagné par les guides de Parc. Contact / infos: +39 0789 790211 ** sentier adapté pour les personnes handicapées avec chaise Joëlette. Contact / infos: +39 0789 790211

SENTIER DE RANDONNÉE E = facile
Sentier ne présentant pas de difficultés techniques, représenté en grande partie par des chemins muletiers réalisés à des fins militaires. Il s'agit du type de sentier le plus commun sur le territoire.

SENTIER HISTORIQUE S = Itinéraire historique
Itinéraire de randonnée qui suit les « voies antiques » et se propose de faire connaître et de valoriser l'aspect historique des lieux visités.

- Règlement
- Ne jamais abandonner des déchets, de quelque nature que ce soit, sur le chemin ou sur les aires de stationnement. Toujours prévoir un sac pour jeter les déchets qu'il faudra emporter chez soi.
 - Ne pas allumer de feu, en particulier pendant les jours secs et venteux : il suffit d'un rien pour déclencher un incendie.
 - Se contenter d'observer les animaux avec respect et discrétion : les animaux marins et terrestres, les insectes et les mammifères, sans essayer de les capturer, de les suivre et sans les effrayer.
 - Ne cueillez pas les fleurs et autres plantes et marchez toujours le long du sentier là où le sol est stable et dur : vous éviterez ainsi le risque de piétiner certaines des espèces végétales les plus délicates.
 - Respectez les arbres et les minéraux et en général, tous les éléments du territoire.
 - N'endommagez pas et ne piétinez pas les champignons, quels qu'ils soient. Si vous ramassez des champignons comestibles, vous devez les mettre dans un panier pour favoriser la dispersion des spores.
 - Ne pas faire de bruit : cela vous empêcherait d'écouter les sons de la nature. Il est conseillé de prévoir une paire de jumelles, un appareil photo, un guide et une carte pour mieux comprendre la nature qui vous entoure.
 - Laissez propres les endroits où vous vous arrêtez pour casser la croûte. Emportez les déchets que des personnes irresponsables auraient éventuellement laissés.
 - Ne dérangez pas les animaux qui paissent dans les pâturages et passez à bonne distance sans vous approcher. Si vous ouvrez un portail ou un passage fermé, refermez-le derrière vous. Ne faites pas tomber les pierres des murs à sec et s'ils tombent, remettez-les en place.

Le projet de réalisation du réseau des sentiers de Caprera a été conçu par le Parc National de l'Archipel de La Maddalena en collaboration avec l'Office des Forêts de la Sardaigne



PARC NATIONAL DE L'ARCHIPEL DE LA MADDALENA



Siège administratif du Parc
Via Giulio Cesare, 7 - 07024 La Maddalena (OT)
Tel. +39 0789 790211 - Fax +39 0789 720049

www.lamaddalenapark.it



Dans le village de Stagnali, sur l'île de Caprera, vous trouverez le C.E.A. (Centre d'Éducation à l'Environnement) où le passé et le présent, l'histoire et la nature, la culture et les traditions locales de l'Archipel se mêlent en un tout fascinant. Le touriste qui s'intéresse aux thèmes de la protection de la nature et du paysage pourra se rendre au village de Stagnali qui se trouve à moins d'un quart d'heure du centre ville, en voiture ou avec les transports en commun. Le C.E.A. est situé à quelques centaines de mètres du Centre de Garibaldi (zone qui inclut les endroits où Garibaldi a vécu les dernières années de sa vie, où il est mort et

où se trouve sa tombe). Il abrite trois structures dans lesquelles se tiennent les principales activités d'éducation à l'environnement du Parc: le Musée géo-minéralogique et le Musée de la mer et des traditions maritimes sont les deux plus importants points de repère de la structure. Ces structures accueillent les activités didactiques et de recherche, de formation et d'éducation. Elles promeuvent des activités de sensibilisation à la culture de l'environnement de l'Archipel avec le soutien précieux des associations locales conventionnées, qui permettent de garder le C.E.A. ouvert également pendant toute l'année.

CENTRE NATIONAL DE GARIBALDI MÉMORIAL GIUSEPPE GARIBALDI



Le Centre National de Garibaldi

Le Centre de Garibaldi de Caprera comprend l'ensemble des bâtiments, des appartenances et des souvenirs ayant appartenu à Garibaldi, devenus à présent propriété de l'État. Le Général s'installa à Caprera en 1857, à une période particulièrement difficile de sa vie après la mort d'Anita, la chute de la République romaine, l'abandon des enfants. Il trouva dans ces lieux l'atmosphère idéale pour se ressaisir et reconstruire sa vie. Le complexe est situé dans un environnement particulièrement suggestif grâce à la proximité de la mer, avec ses rochers de granit affleurantes et son maquis méditerranéen si caractéristique. Ici, grâce à ses connaissances en agronomie et à sa passion pour la nature, Garibaldi créa une véritable exploitation agricole avec des champs de blé, des vignes, des oliviers, des fruits et des légumes et l'élevage de bétail. Cette exploitation, dénommée aujourd'hui «Potagers de Garibaldi» fait l'objet d'un projet de récupération et de mise en valeur au sein du Parc.



Ouvert tous les jours (sauf le lundi)
Renseignements et réservations:
+39 0789 727162 - 0789 726015
www.compendiogaribaldino.it

Mémorial Giuseppe Garibaldi

Le Mémorial Garibaldi n'est pas un musée comme les autres car il ne contient pas seulement des œuvres d'art et des documents: le visiteur est un voyageur et pas seulement un spectateur. En traversant les treize salles des quatre bâtiments, il parcourt tous les mondes de Garibaldi: l'Amérique du Sud des combats pour la liberté, l'Afrique et la Chine des voyages commerciaux, les États-Unis de l'exil et de l'attente. Un voyage qui se dénoue au travers des journaux, des revues, des récits, des livres illustrés, des gravures, des souvenirs de l'époque dotés de tablettes multi-touch et de panneaux multimédia le long d'un parcours qui, entre recherche historique et narration romanesque, reconstitue avec précision et émotion, la vie et les gestes de Garibaldi, héros de l'Unification de l'Italie mais surtout «citoyen du monde». Exemple supranational et universel d'une foi unique, cohérente et désintéressée entre la liberté des peuples et de l'individu.

Ouvert tous les jours - Renseignements et réservations:
+39 0789 727162 - 0789 726015
www.memorialegaribaldi.it

MUSÉES DU CENTRE D'ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT (C.E.A.)

Musée Géo-Minéralogique Naturaliste

Le musée, réalisé pour conserver le matériel recueilli par l'Association Giovanni Cesaraccio, a été inauguré en mars 2002. Dans les deux grandes salles sont exposés des échantillons de roche, de minerais, des fossils, de sable, des coquillages, de flore et de faune marine, provenant principalement du territoire du Parc National. Parmi les échantillons de minéraux les plus intéressants, nous trouvons des blocs gigantesques de cristaux de quartz fumé (allant jusqu'à 150 kg et de 65 cm de longueur) décrits dans des revues italiennes et étrangères, provenant de la région nord-est de l'île de Caprera appelée Punta Crucitta. Une coupe transversale d'une carrière de granit avec des outils de travail, des rails, un chariot, une forge, des photos, des documents historiques et des souvenirs, rappelle la vie des tailleurs de pierre qui ont travaillé à Cala Francese. La structure présente une petite



salle équipée pour la projection de vidéos, à disposition des écoles, et un petit laboratoire doté de microscopes et de tout le nécessaire pour l'identification et la préparation des échantillons destinés à être exposés.

Pour information et horaires d'ouverture:
+39 0789 790211
+39 329 6221680
+39 338 5940560

Musée de la Mer et des Traditions des Marins

Le Musée de la mer et des traditions des marins, né en 2006 d'une idée de l'unité locale d'«Italia Nostra», est un espace d'exposition qui décrit soigneusement les caractéristiques principales de l'histoire et de la culture de La Maddalena: de la préhistoire à l'époque romaine, des techniques de navigation à la vie dans les phares, des traditions de la pêche à l'histoire militaire. À l'intérieur il y a des collections de photographies, des documents et des objets qui nous racontent les aspects les



plus significatifs de la culture insulaire et son lien indissoluble avec la mer. Beaucoup de simples particuliers et d'institutions ont contribué à enrichir la collection du musée, à partir de la Marine militaire avec des matériaux de l'Arsenal militaire, en passant par les pêcheurs locaux et tous ceux qui - par profession ou par passion - ont lié leur expérience au monde des traditions des marins. Dans le Musée, en suivant un parcours chronologique, on tente de retracer, de façon simple et directe, l'histoire de la communauté de la Maddalena et de l'Archipel, du néolithique à nos jours. Le Musée est organisé par «sections» dont chacune présente des objets qui illustrent le commentaire du guide.

Pour information et horaires d'ouverture:
+39 0789 790211
+39 340 6909913

LE MUSÉE DIOCÉSAIN



Près du port, au milieu de la vieille ville, vous trouvez le Musée Diocésain «La Maddalena», communiquant avec l'église de S.M. Maddalena, qu'on peut atteindre aussi marchant la vie Baron Manzo. Le Musée, qui fait partie d'un projet très important de mise en valeur du territoire, a le but principal de sauvegarder la richesse culturelle ecclésiastique, en permettant sa exposition dans le contexte original. Premièrement il y a la naissance et le développement de la communauté religieuse, qui est largement témoignée aussi dans le «trésor de Santa Maria Maddalena»: un précieux recueil de bijoux et corails offerts comme ex voto pendant près de deux siècles et demie. Le trousseau de l'autel a une large attraction (composé par deux chandeliers et un crucifix en argent de style néo-classique), donné par le célèbre Amiral Nelson, qui offrit aussi une lettre dédicacée, gardée elle aussi dans le Musée. Au dedans, vous pouvez de plus admirer des statues multicolores en bois datées de la fin du 1600, des vieux dossiers des offres, des objets du culte, une «Dormitio Virginis» de haute valeur composée par les vêtements utilisés pendant l'année liturgique, et des gravures originales qui constituent une large section dédiée à la Sainte Patronne.

Le Musée est ouvert de 9h30 à 13h30 du lundi au vendredi, visites l'après-midi, le samedi et le dimanche sur rendez-vous. Renseignements et réservations: +39 349 1534391

LES CHEMINS DE CAPRERA



Les itinéraires proposés par le Parc National de La Maddalena se déroulent entièrement sur l'île de Caprera et presque entièrement sur les sentiers marqués de la piste, reliés les uns aux autres le long de petits tronçons de route pavée. Ils sont principalement constitués de courtes distances avec des différences minimales de hauteur, qui peuvent être marchées sans aucune formation spéciale; reliées ensemble, elles offrent des randonnées plus difficiles, avec des différences appréciables de hauteur, convenables pour les marcheurs les plus exigeants. Les temps du parcours ont été calculés rapportant à un rythme de marche moyen et ne tiennent pas compte des arrêts pour le repos ou pour manger: ils sont simplement indicatifs et peuvent enregistrer

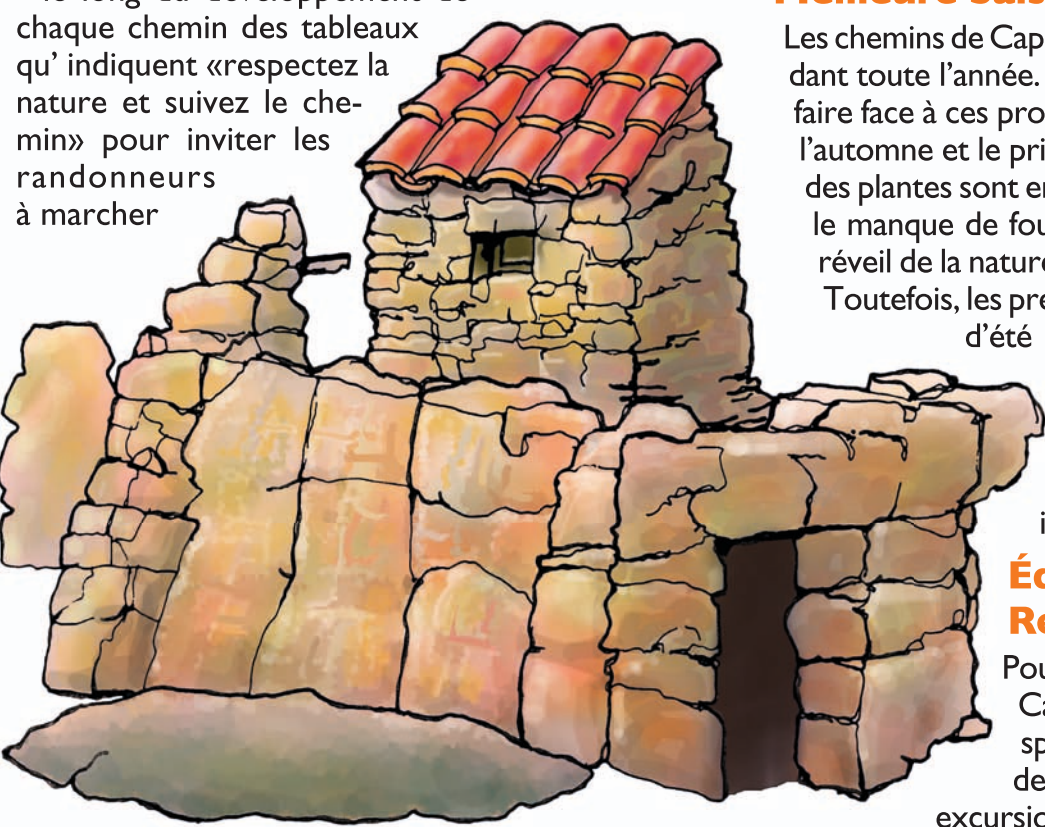


des variations sur la base de l'entraînement physique et la volonté de marcher. Afin d'uniformiser la signalisation des sentiers du parc à cela présent sur le territoire de la Sardaigne, de la Corse et national, on a suivi les indications du C.A.I., en utilisant des traits de couleur rouge-blanc-rouge. La signalisation dispose:

- à l'entrée de chaque piste, une table de départ du chemin indiquant le nom, le numéro, le temps total de voyage (en heures), le degré de difficulté, la valeur du chemin (historique, panoramique, naturel);
- le long du développement de chaque chemin, des tables avec la queue rouge-blanc-rouge et pointe rouge, qui indiquent la direction de la localité de destination, le numéro de la voie et le temps indicatif à l'atteindre (exprimé en heures), placées au début de chemin et près des passages les plus importants;

- des tables de localisation près des points les plus importants du chemin, qu'indiquent l'endroit où vous vous trouvez, qu'on peut relever sur la carte de référence;

- le long du développement de chaque chemin des tableaux qu'indiquent «respectez la nature et suivez le chemin» pour inviter les randonneurs à marcher



- le long du chaque chemin, pour indiquer la continuité de la route, des petites statues réalisées avec de pierres empilées, à proximité immédiate du carrefour, et toutes les 5-10 minutes.

Meilleure Saison

Les chemins de Caprera peuvent être suivis pendant toute l'année. Les meilleures saisons pour faire face à ces promenades sont certainement l'automne et le printemps, alors que la plupart des plantes sont en fleurs, et le temps chaud et le manque de foules permet de «profiter du réveil de la nature» d'une position privilégiée. Toutefois, les premières heures des journées d'été et de belles journées d'hiver, offrent la possibilité de passer quelques heures agréables plongées en milieu naturels d'une beauté inestimable.

Équipement Recommandé

Pour le long des sentiers de Caprera, un équipement spécial n'est pas nécessaire: des chaussures (pour des excursions ou chaussures de sport), une bouteille d'eau, une jumelle, une caméra et une guide de la nature. Ne pas oublier, selon la saison, pour apporter un coupe-vent ou un maillot de bain!