Ilots de fraicheur

Publié le 12 mai 2026
Dernière modification le 31 juillet 2026

Cartographie des îlots de fraîcheur sur le territoire de Grand Lac

Qu'est-ce qu'un îlot de fraîcheur ?

Un îlot de fraîcheur est un lieu accessible au grand public, dans lequel il est possible de trouver de la fra îcheur lors des périodes de forte chaleur. Ce sont des espaces extérieurs ou intérieurs qui peuvent être naturellement frais, ou rafraîchis, comme des parcs arborés, des lieux de baignade, des espaces climati sés...

Grand Lac a fait le choix de répertorier les îlots de fraîcheur accessibles à tous, gratuitement. [Découvrez la cartographie des îlots de fraîcheur sur le territoire de Grand Lac ici !]

Suite aux arrêtés municipaux pris par plusieurs communes de Grand Lac, l'accès à certaines zones forestières est temporairement interdit. Nous vous invitons à consulter les informations et arrêtés en vigueur auprès des communes concernées selon les secteurs où vous souhaitez vous rendre.

⚠ POUR RAPPEL, les communes de Bourdeau, de La Chapelle-du-Mont-du-Chat, d'Aix-les-Bains et de Brison-Saint Innocent ont pris des arrêtés interdisant l'accès à plusieurs sentiers sous toutes ses formes (pédestre, équestre, VTT, motorisée), notamment :

- la liaison Abbaye – Bourdeau,
- le chemin dit du Curé,
- l'amorce de la voie forestière du hameau Communal,
- le secteur de Grand Villard,
- la forêt de Corsuet pour sa partie située sur le territoire de la commune d'Aix-les-Bains

x-les-Bains

• les différents espaces et sentiers forestiers de la commune de Brison-Saint Innocent sont fermés jusqu'au 24/08/2026

Baignade extérieure

- Plan d'eau de Serrières-en-Chautagne (https://www.serrieres-en-chautagne.com/tourisme/plan-eau.html)
- Plage d'Aqualac (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-municipale-plage-aqualac-aix-les-bains/), Aix-les-Bains
- Plage du Rowing (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-du-rowing-aix-les-bains/), Aix-les-Bains
- Plage du Lido (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-du-lido-tresserve/), Tresserve
- Plage des Mottets (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-les-mottets-viviers-du-lac/), Viviers-du-Lac
- Plage du Bourget-du-Lac (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-municipale-du-bourget-du-lac-le-bourget-du-lac/)
- Plage de Mémard (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-de-memard-aix-les-bains/), Aix-les-Bains
- Plage de la Pointe de l'Ardre (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-de-la-pointe-de-lardre-brison-saint-innocent/), Brison-Saint-Innocent
- Plage de Chatillon (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-de-chatillon-chindrieux/), Chindrieux
- Plage de la Chatière (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/plage-de-la-chatiere-conjux/), Conjux

Douches publiques

- Douches du Rowing, Aix-les-Bains
- Douches du Lido, Tresserve
- Douches de Mémard, Aix-les-Bains

Parc ombragé

- Les jardins du prieuré (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/patrimoine-culturel/jardins-du-prieure-le-bourget-du-lac/), le Bourget-du-Lac
- Parc des Mottets (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/promenade-confort-les-

mottets-viviers-du-lac/), Viviers-du-Lac

- Jardin Vagabond (https://www.aixlesbains.fr/mon-quotidien/cadre-de-vie-et-environnement/parcs-jardins#summary_3527), Aix-les-Bains
- Jardin Japonais (https://www.aixlesbains.fr/mon-quotidien/cadre-de-vie-et-environnement/parcs-jardins#summary_3527), Aix-les-Bains
- Parc Floral des Thermes (https://www.aixlesbains.fr/mon-quotidien/cadre-de-vie-et-environnement/parcs-jardins#summary_3527), Aix-les-Bains
- Bois Vidal (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/blog/le-bois-vidal-a-aix-les-bains/), Aix-les-Bains (ATTENTION ACCES INTERDIT prévention feu de forêt)
- Parc de la Mairie, Brison-Saint-Innocent (ATTENTION ACCES INTERDIT prévention feu de forêt)

Promenade ombragée

- Sentier botanique de Filéas (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/sentier-pedestre-botanique-de-fileas-le-bourget-du-lac/), Le Bourget-du-Lac
- Randonnée pédestre Les Hauts d'Albens (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/randonnee-pedestre-les-hauts-dalbens-entrelacs/), Entrelacs
- Promenade Chateau Thomas II (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/promenade-confort-chateau-thomas-ii-le-bourget-du-lac/), Le Bourget-du-Lac
- Promenade des gorges du Sierroz (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/blog/les-gorges-du-sierroz/), Grésy-sur-Aix
- Randonnées de la Forêt de Corsuet (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/patrimoine-naturel/la-foret-de-corsuet-brison-saint-innocent/), Aix-les-Bains (ATTENTION ACCES INTERDIT prévention feu de forêt)
- Boucle de la Chambotte (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/boucle-de-la-chambotte-entrelacs/), Entrelacs
- Promenade Notre-Dame de l'Etoile (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/promenade-confort-notre-dame-de-letoile-la-chapelle-du-mont-du-chat/), La Chapelle-du-Mont-du-Chat (ATTENTION ACCES INTERDIT prévention feu de forêt)
- Sentier pédestre du Chat (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/sentier-pedestre-du-chat-la-chapelle-du-mont-du-chat/), La Chapelle-du-Mont-du-Chat (ATTENTION ACCES INTERDIT prévention feu de forêt)
- Sentier ornithologique du Fier (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/idees-de-balades/), Motz
- Sentier pédestre du Mont Clergeon - petite boucle (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/sentier-pedestre-du-mont-clergeon-petite-boucle-ruffieux/), Ruffieux
- Randonnée Les Tours de César (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/10-les-tours-de-cesar-entrelacs/), Entrelacs
- Sentier du Mollard (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/sentier-pedestre-du-mollard-vions/), Vions

- Croix Verte (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/croix-verte-le-bourget-du-lac/), Le Bourget-du-Lac
- Liaison Gorges du Sierroz (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/randonnee-pedestre-liaison-gorges-du-sierroz-aix-les-ba), Aix-les-Bains
- Randonnée du Molard Noir (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/equipement/sentier-pedestre-du-molard-noir-le-bourget-du-lac/), Le-Bourget du Lac
- Belvédère du Revard (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/patrimoine-naturel/belvedere-du-revard-le-revard/), Pugny-Chatenod et Les Déserts
- Moulin à huile (https://www.aixlesbains-rivieradesalpes.com/patrimoine-culturel/moulin-a-huile-de-chanaz-visite-du-moulin-chanaz/), Chanaz

Le saviez-vous ?

Les végétaux sont d'une grande aide autour des maisons puisqu'ils créent de l'ombre sur le logement et empêchent le rayonnement solaire de réchauffer les fenêtres et les murs.

Ils ont également un pouvoir de rafraîchissement de l'atmosphère grâce au phénomène d'évapotranspiration. Les racines puisent l'eau dans le sol puis la rejettent par les feuilles, ce qui permet, surtout quand il y a beaucoup de végétation, de capter les calories de l'air et créer de la fraîcheur autour de la maison. *(source ADEME (https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/proteger-sante/periode-canicule/canicule-comment-garder-logement-frais))*

Santé - recommandations en cas de fortes chaleurs

Les populations vulnérables sont les premières concernées dès la survenue d'un pic de chaleur. Mais lorsque l'intensité de la chaleur augmente, **tous, y compris les jeunes et les adultes en bonne santé**, peuvent être impactés et doivent donc veiller à suivre quelques recommandations.**Retrouvez toutes les recommandations ici ! (https://www.auvergne-rhone-alpes.ars.sante.fr/vagues-de-forte-chaleur-et-canicule-comment-se-proteger)**

Astuces : Retrouvez ici des conseils de l'ADEME pour rester au frais sans climatisation ! (https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/proteger-sante/periode-canicule/canicule-comment-garder-logement-frais)

Focus sur la baignade

Les plages surveillées sont répertoriées sur cette cartographie. Si la proximité à l'eau et la baignade peuvent être sources de rafraichissement, quelques gestes sont à adopter pour éviter les accidents. *(Plus d'infos sur le site de l'ARS ici (https://www.auvergne-rhone-alpes.ars.sante.fr/vagues-de-forte-chaleur-et-canicule-comment-se-proteger))*

- **Entrez de manière progressive dans l'eau, particulièrement lorsque l'eau est froide et que vous vous êtes exposé au soleil.**
- **Evitez les expositions au soleil trop prolongées.**
- **Evitez de vous baigner après un repas copieux.**

› **Ne consommez pas d'alcool avant et pendant la baignade.**

Participez à l'élaboration de la cartographie

Afin de proposer une version plus complète de cette carte, n'hésitez pas à nous soumettre les lieux où vous allez chercher de la fraîcheur pendant les périodes de forte chaleur, en remplissant ce formulaire : Îlots de fraîcheur sur le territoire de Grand Lac – Remplir le formulaire (https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=qjmQG5NrSEGNiQl__qlYHAOgXBN1XjRClr-XEZstq5xUNzMzQTNaODJEVklQRkJLRVZYREIWWExUSC4u) !

GRAND LAC
GRAND LAC
COMMUNAUTÉ D'AGGL
OMÉRATION
1500 Boulevard Lepic
73100 Aix-les-Bains

Afin de vous proposer des vidéos, des boutons de partage, des contenus remontés des réseaux sociaux et d'élaborer des statistiques de fréquentation, nous sommes susceptibles de déposer des cookies tiers sur votre machine. Cela ne peut se faire qu'en obtenant, au préalable, votre consentement pour chacun de ces cookies.