

Animatrice du stage :

Florence HERVE

Ingénieur en agriculture et responsable de la Ferme d'En

Gout. Géobiologue

Héritière d'une lignée de cueilleuse de simples et gestionnaire d'un domaine en bio.



Le prix est de 159 € par personne, réduction 10% pour le 2eme membre d'un couple.

(Réduction 20 € pour ceux qui ne souhaitent pas dormir sur place, soit 139€ pour le stage sans hébergement)

Le weekend comprend

- Deux journées de balades botaniques encadrées
- L'accompagnement et le portage des bagages des randonnées
- Le repas du samedi soir, pt déjeuner et pique nique du dimanche
- La nuit en roulotte, en cabane ou dortoir (selon ordre d'inscription)
- La réalisation d'un baume et d'une lotion, d'un herbier

Effectif minimum : 6 personnes, en dessous duquel le stage sera annulé.

Le stage est conçu pour un public d'adultes et ados. Un stage familial sera proposé en début d'été

Un transport depuis la gare de castres est possible le samedi matin tôt ou le vendredi soir, ainsi qu'un transport de retour en fin de week-end (participation aux frais)

Chèque vacances acceptés, réservations par téléphone auprès de :

EARL de la Ferme d'En Gout

Florence HERVE

81110 DOURGNE

E-Mail : ferme.engout@orange.fr

Tel : 06 18 70 44 49. Site : www.roulottes-engout.com

SIRET : 750 486 904 00014 APE 0150Z N° J&S : 08199ET0009

# BALADES BOTANIQUES



*Avec la Ferme d'En Gout*

*Le 6 et 7 Juillet 2024*

*Plantes à manger, plantes à soigner,  
plantes de soleil et plantes d'ombre...  
Dans le Parc du Haut Languedoc*

*Stage 2 Jours à Dourgne (81)*



Deux journées pour découvrir les plantes de notre région, et se balader au cœur du Parc Naturel Régional du Haut Languedoc.

Avec des ânes de bât pour porter pique nique, flores et vêtements, nous partirons à la rencontre des plantes des talus et des orchidées, des plantes des sous-bois et des plantes de grand soleil.

Temps d'explication, cueillette (dans le respect des milieux et des



plantes protégées !), découverte à la loupe, alternent avec des périodes de **marche facile** sur de beaux sentiers, entre deux stations botaniques.

Si vous disposez d'un appareil photo, vous pouvez le prendre, nous vous donnerons des conseils pour la réalisation d'un « herbier numérique ».

Le soir, des ateliers permettront la confection d'un herbier et la réalisation de différentes préparations à base de plantes : baumes, macérations...

Bien sûr, nous prendrons un repas à base de plantes, dans des préparations traditionnelles ou originales mais toujours succulentes, avant de dormir dans des roulotte ou des cabanes.



## Programme :

### Samedi 6 Juillet

- 9H30 : Accueil des participants
- 10H : préparation des ânes, chargement des pique-niques, départ pour la randonnée. Etape 1 : les plantes des talus, des ressources alimentaires ignorées, une pharmacie toujours à portée
- Etape 2 : les plantes d'ombre : survivre quand la lumière est rare, notion de stratégies végétales.
- 13H : Pique nique près d'une source
- 14H : Reprise de la randonnée, Etape 3 : les Orchidées, splendeur du mimétisme, nous découvrirons l'Ophrys abeille, l'Ophrys mouche...
- 17H30 Retour à la ferme, Installation en roulotte ou cabanes ou dortoir, préparation collective du repas à base de plantes, douche...
- 20H Repas à base de plantes (et autres délices du placard)
- 21H - 22 H30 : Ateliers : confection d'un herbier et identification des plantes, rappel des recettes

### Dimanche 7 Juillet

- 8H30 : Petit déjeuner
- 9H30 Préparation des ânes et départ pour la 2<sup>ème</sup> randonnée botanique. A la découverte des plantes des zones arides, nous allons gagner le « Désert de la Capelette » et sa flore de pelouses sèches... et une splendide vue sur la plaine, pour lire le paysage. Herborisation, cueillette du genièvre, pique nique de spécialités locales. Avec un peu de chance, nous verrons évoluer busard cendré et milan ou même la bondrée.
- Après le repas, suite de la randonnée sur les vallons ombragés du versant Nord : Hellébore et noisetiers....
- 15H30 : 2<sup>ème</sup> atelier : Botanique et santé, les plantes qui soignent, préparations, recettes, mode d'administration, fabrication d'u baume.
- 17H30 : Fin du week-end et dispersion.

## BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM ..... PRENOM .....

ADRESSE .....

CODE POST ..... VILLE .....

MAIL ..... AGE .....

TEL PORT ..... TEL .....

PROFESSION .....

Je soussigné, ..... souhaite m'inscrire au stage  
« balades botaniques » du 25 et 26 Juin 2022.

Je verse la somme de 40€, correspondant à l'acompte du séjour.

Je m'engage à respecter les horaires et consignes de sécurité donnés par les  
encadrant.

Fait à ....., le .....

Signature

Juste pour savoir, pouvez vous nous indiquer votre niveau de connaissances  
en botanique :

- Heu...A part le trèfle et la pâquerette....
- J'aime bien, je connais un peu
- C'est une de mes passions

Merci ! Dès réception de votre inscription, nous vous ferons parvenir une liste pour  
vos bagages et équipements, et un plan d'accès à la Ferme.

## BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM ..... PRENOM .....

ADRESSE .....

CODE POST ..... VILLE .....

MAIL ..... AGE .....

TEL PORT ..... TEL .....

PROFESSION .....

Je soussigné, ..... souhaite m'inscrire au stage  
« balades botaniques » du 25 et 26 Juin 2022.

Je verse la somme de 40€, correspondant à l'acompte du séjour.

Je m'engage à respecter les horaires et consignes de sécurité donnés par les  
encadrant.

Fait à ....., le .....

Signature

Juste pour savoir, pouvez vous nous indiquer votre niveau de connaissances  
en botanique :

- Heu...A part le trèfle et la pâquerette....
- J'aime bien, je connais un peu
- C'est une de mes passions

Merci ! Dès réception de votre inscription, nous vous ferons parvenir une liste pour  
vos bagages et équipements, et un plan d'accès à la Ferme.