

Rando-bota au pays vert et bleu

7 jours / 7 nuits en étoile

5 jours de rando-bota



Le pays vert et bleu ? La Creuse pardi !

Vert pour ses belles forêts, ses prairies, ses tourbières, ses landes...

Bleu pour ses nombreuses sources, ses rivières, ses étangs, ses lacs...

Un paradis pour la faune et la flore mais aussi pour ceux qui apprécient le calme et la sensation de liberté.

Si vous aimez randonner dans des coins sauvages tout en apprenant, ce séjour est fait pour vous. Vous apprendrez à identifier les plantes inféodées à différents milieux et à reconnaître les plantes sauvages comestibles tout en parcourant des paysages sauvages inoubliables.

Programme de votre séjour

Il est important de prendre en considération le fait que l'Accompagnateur en Montagne peut intervertir des randonnées ou modifier le programme en fonction des conditions météorologiques et/ou de terrains et/ou du niveau du groupe. Les activités et itinéraires resteront sensiblement les mêmes.

JOUR 1 : Samedi, Bienvenue sur « l'île verte » !



Arrivée des participants à partir de 14h. En fin d'après-midi, visite de l'élevage ovin et possibilités d'aller faire « la tournée des moutons » avec les éleveurs qui se feront un plaisir de discuter de leur activité avec vous.

Dîner d'accueil creusois servi au gîte et partagé avec l'accompagnatrice qui vous expliquera le programme de la semaine.



JOUR 2 : Dimanche, Gorges de la Rozeille. Environ 8km, 200m+, parties en hors sentiers.

Départ à pied du gîte à 9h afin d'explorer les collines alentour et les bords de la Rozeille qui coule au milieu de petites gorges pittoresques. Cette jolie balade hors sentiers battus est l'occasion de se familiariser avec des plantes inféodées à différents milieux.



Selon la saison, nous nous attarderons plus particulièrement sur quelques plantes originales des forêts humides : adoxe musquée, lathrée clandestine, scilles, dorines etc.

De retour au gîte, nous reverrons les caractéristiques des principales familles et espèces rencontrées, et nous concocterons ensemble notre diner avec des plantes ramassées pendant la journée.



JOUR 3 : Lundi, Paysages verts et bleus. Environ 10km, 250m+.

Départ à 8h30 du gîte en voiture (30 min de route environ) pour une randonnée entre bois, prairies et étangs. Ce parcours sera idéal pour identifier les espèces d'arbres et arbustes. Sur le retour, nous flânerons dans le petit village médiéval de Crocq. La visite du village sera aussi l'occasion d'observer les plantes colonisant les murs et les trottoirs comme l'élégante cymbalaire, le nombril de Vénus et la capillaire des murailles.

Diaporama thématique sur l'évolution des Plantes.

Dîner au restaurant.



JOUR 4 : Mardi, Landes et tourbières. Environ 11km, 250m+.

Départ à 8h30 du gîte en voiture (40 min de route environ) pour marcher sur le plateau de Millevaches où vous découvrirez deux nouveaux écosystèmes : les landes et les

tourbières. Vous apprendrez à identifier les callunes et bruyères et nous partirons à la chasse aux droséras !

Au retour, diaporama thématique sur l'adaptation des plantes à leur environnement.

Dîner au restaurant.



JOUR 5 : Mercredi, paysages de bocages. Environ 8-10km, 300m+.

Départ à 9h à pied du gîte pour un parcours dans un décor de bocage typiquement creusois : prairies, forêts, bord de rivières et chemins creux vous accueillent.



En soirée, nous concocterons ensemble notre dîner avec les plantes ramassées pendant la journée.

JOUR 6 : Jeudi, Cap sur les Grands Lacs. Environ 12km, 400m+.



Départ à 8h30 du gîte en voiture (45 min de route environ) pour découvrir deux grands lacs du plateau de Millevaches et les écosystèmes qui les entourent. Ce sera l'occasion d'un quizz grandeur nature au fil des plantes rencontrées ! Avant de

partir, nous irons rendre visite au célèbre et bucolique petit Pont de Senoueix.
Dîner au restaurant. Au retour, nous profiterons de la nuit tombée pour réaliser une sortie faune nocturne (1-2h).



JOUR 7 : Vendredi, Journée libre.

Une journée pour vous reposer et vous détendre et/ou profitez d'une visite dans les environs (entre autres possibilités : marché local de Felletin, Cité Internationale de la Tapisserie à Aubusson...).

JOUR 8 : Samedi. Ce n'est qu'un au revoir !

Départ du gîte avant 10h.



Particularités du séjour

Type de séjour	Séjour en gîte (ou tente) en étoile de 7 jours dont 5 jours de randonnées et découverte de la botanique et des plantes sauvages comestibles les plus communes.
Niveau requis	Randonnée : Niveau 2, entre 8 et 12 km de marche, 200-400 m de dénivelé. Botanique : aucun à débutant.
Encadrement	Diplômée d'état Accompagnatrice en Moyenne Montagne et Docteure en Biologie-Ecologie.
Prix	2 personnes : 885 euros/pers ; 3 personnes : 755 euros/pers ; 4 personnes : 630 euros/pers ; 5 personnes : 585 euros/pers ; 6-8 personnes : 465 euros/pers en tente.
Groupe	2 personnes minimum, 8 maximum.
Dates	23 au 30 avril 2022 ou 30 avril au 7 mai 2022. D'autres séjours peuvent être organisés sur demande.
Hébergement	Petit gîte rustique de 5 personnes (1 chambre avec un lit double et 1 chambre avec 3 lits simples, 1 salle de bains, 1 salon avec cheminée et poêle à bois, 1 cuisine). Le gîte est situé au calme dans une propriété privée au sein d'un corps de ferme destiné à l'élevage ovin. Possibilités d'accueillir 3 personnes supplémentaires en tente (partage des communs avec le reste du groupe, tente et matelas fourni, duvet non fourni).
Repas	Séjour en pension complète du samedi soir au jeudi soir , vendredi midi et soir non inclus (en gestion libre).
Locomotion pendant le séjour	Covoiturage. L'accompagnatrice dispose d'un véhicule 5 places. En fonction du nombre de participants, un autre véhicule devra être proposé sur la base du volontariat/partage des frais.
Lieu du séjour	23200 Moutier-Rozeille – Creuse - Limousin

Les + du séjour

- ✓ Découverte des bases en botanique et des principales plantes sauvages comestibles en randonnée au gré des sentiers creusois.
- ✓ Rando-bota encadrées et commentées par une professionnelle diplômée et passionnée, ayant grandi sur la propriété qui vous accueille.
- ✓ Un hébergement au calme dans un décor magnifique où vous pourrez prendre le temps de vous ressourcer.
- ✓ Découverte d'une ferme d'élevage ovin.
- ✓ Une journée libre à la fin du séjour pour profiter du lieu et/ou visiter ce que vous souhaitez.
- ✓ Groupe de petite taille (de 2 à 8 personnes maximum).

Informations supplémentaires

LE PRIX COMPREND	• La pension complète du dîner du jour 1 au dîner du jour 6. • L'encadrement par un professionnel diplômé DE Accompagnateur en Montagne. • Les taxes de séjour. • Les frais d'organisation et de réservation.
LE PRIX NE COMPREND PAS	• Le déjeuner et dîner du jour 7. • Le transport aller/retour sur le lieu du séjour. • Le transport jusqu'au départ des randonnées et jusqu'au restaurant (covoiturage). • Les consommations personnelles autres que celles proposées par nos hôtes. • Les dépenses personnelles. • Les frais d'adhésion. • Les frais de dossier. • Les frais d'assurance éventuelle.

Précisions concernant le séjour

PRECISION SUR LE NIVEAU REQUIS

Niveau 2 : Terrain ne présentant pas de difficulté technique particulière. De 3 à 4 h de marche effective par jour et dénivelé positif de 200 à 400m. Entre 8 et 12 km de marche par jour. La difficulté peut résider dans le rythme « saccadé » des randonnées dû aux nombreux arrêts pour identifier et/ou discuter de différentes plantes rencontrées en chemin. Il est tout de même conseillé de pratiquer une activité sportive d'entretien.

Les enfants > 12 ans accompagnés sont les bienvenus dans la mesure où ils sont intéressés par la thématique et ne perturberont pas l'activité du groupe. Les animaux ne sont pas acceptés.

ENCADREMENT



QUITERIE DURON

**Accompagnatrice en Moyenne Montagne,
Docteure en Biologie-Ecologie.**

Contact : 07 83 44 00 37, contact@viamontana.fr

Quiterie connaît bien la ferme, et pour cause elle y a passé toute son enfance, une enfance bénie sur cette « île verte » au milieu des moutons et des chevaux ! C'est là qu'elle fera ses premières observations de la faune et de la flore. Plus tard, elle s'oriente naturellement vers des études de biologie-écologie qui la mènent alors aux quatre coins de France et du Monde, des milieux tropicaux aux milieux antarctiques. Aujourd'hui, elle a choisi de partager son temps en travaillant comme biologiste-écologue sur différentes missions scientifiques et comme accompagnatrice en moyenne montagne afin de vous transmettre sa passion pour la Nature.

HEBERGEMENT



Gîte rural de 5 personnes (1 chambre avec lit double + 1 chambre avec 3 lits simples) faisant parti du réseau Accueil Paysan.

<https://www.accueil-paysan.com/fr/>

Accueil Paysan, association loi 1901, est un réseau composé d'agriculteurs et d'acteurs ruraux, engagés en faveur d'une agriculture paysanne et d'un tourisme durable, équitable et solidaire. Le réseau, composé de 1200 structures en France et à l'international propose un accueil touristique, pédagogique et social.



Le gîte de la « Jumenterie pastorale » situé sur la commune de Moutier-Rozeille se trouve au sein d'un corps de ferme destiné à l'élevage ovin. Ce petit coin de paradis entouré par la forêt, des prairies mais aussi d'étangs et d'une rivière, vous accueille aux confins de la Creuse sauvage et pittoresque. Un endroit idéal pour se ressourcer au calme !

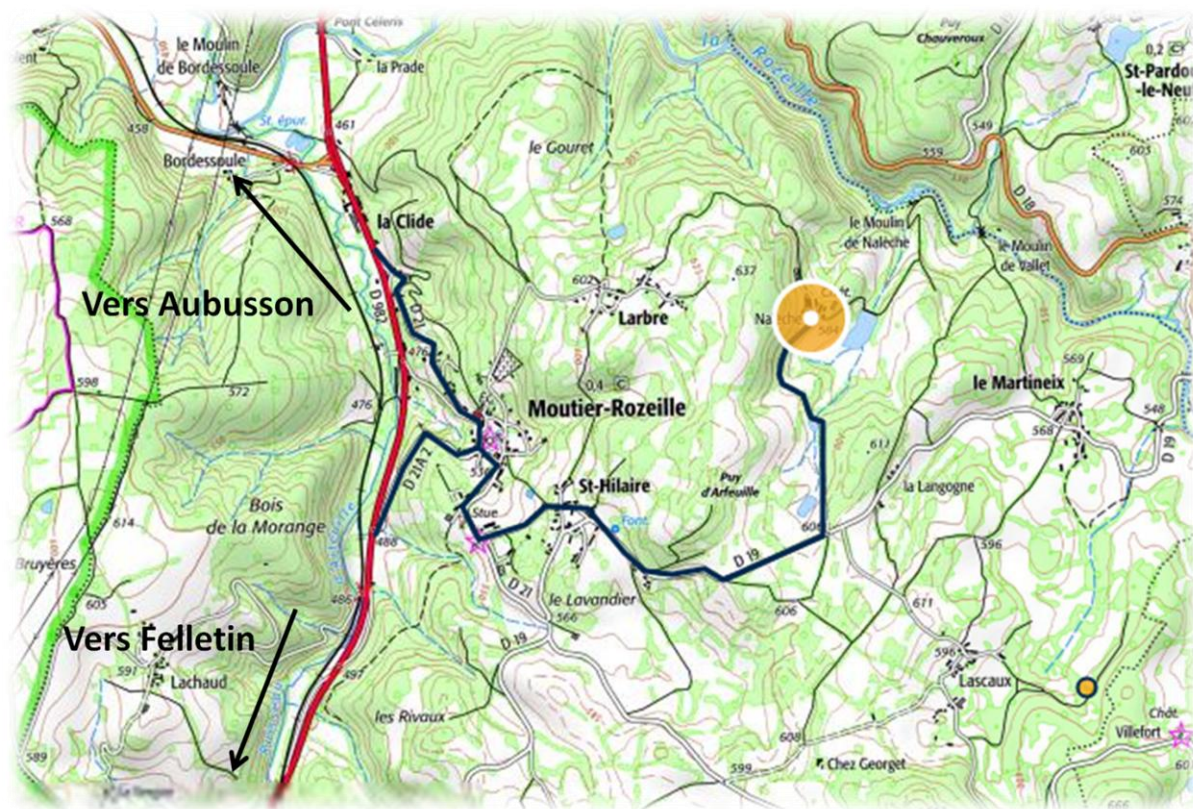
Ceux qui le souhaitent peuvent choisir l'option « nuit en tente » (tarif préférentiel) avec partage des zones communes du gîte.

REPAS

- ✓ Les petits déjeuners complets sont servis dans la salle à manger du gîte.
- ✓ Les pique-niques se composent a minima d'une salade composée, de pain, charcuterie/fromages et de fruits. Thé et/ou café. Ils peuvent être agrémentés par des plantes rencontrées en chemin.
- ✓ Des vivres de courses (fruits secs, fruits, chocolat) sont prévus pour les pauses « goûters ».
- ✓ Le premier dîner de spécialités locales (dîner d'accueil) est servi au gîte. Trois dîners sont prévus dans des restaurants à quelques kilomètres du gîte. Deux sont réalisés ensemble à partir des cueillettes réalisées dans la journée.

ACCES ET ADRESSE

La Jumenterie Pastorale. Nalèche. 23200 Moutier-Rozeille.



Si vous venez en train et bus :

Gare routière de Aubusson arrêt des autobus.

De Paris, trajets via La Souterraine (train puis autobus).

Possibilité d'aller vous chercher à la gare routière contre participation, contacter l'accompagnatrice.

Si vous venez en voiture :

Depuis Aubusson ou Felletin (D982), suivre Moutier-Rozeille. Dans le bourg, tournez à droite direction St Hilaire/le Martineix. 1 km environ après le hameau de St Hilaire et avant l'intersection St Hilaire/Lascaux, vous trouverez un chemin de terre sur la gauche (portail en bois). Franchissez le portail (que vous refermerez avec soin) et parcourez 900 m à faible allure (20 km/h) jusqu'à la ferme. Vous êtes arrivés ☺ !

Pensez au co-voiturage :

Si vous le souhaitez, nous pouvons transmettre vos coordonnées à d'autres participants proches de chez vous / sur votre route.



MATERIEL NECESSAIRE :

Matériel de randonnée (obligatoire)

- ☐ Sac à dos de 20-30 litres pour y glisser votre pique-nique, votre eau et vos vêtements + 1 sursac ou un sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos en cas de pluie.
- ☐ Chaussures de marche (éviter de partir avec des chaussures neuves). Des bottes en caoutchouc confortables sont également préconisées en cas de pluie pour marcher aisément dans la végétation mouillée.
- ☐ Vêtements confortables pour la marche, et veste étanche en cas de pluie.
- ☐ Protection contre le soleil: chapeau ou casquette, lunettes de soleil, crème solaire, baume à lèvres.
- ☐ Protection contre la pluie : veste étanche et/ou poncho et/ou parapluie.
- ☐ Gourde 2 litres.
- ☐ Pour les pique-niques : une boîte type Tupperware pour les salades de midi, couverts et gobelet.
- ☐ Pharmacie personnelle, entre autre protection des ampoules, tire-tiques (l'accompagnatrice dispose d'une pharmacie collective, pour tous les problèmes "sérieux". Mais d'aucun traitement dit "de confort").

Matériel « naturaliste » (fortement conseillé)

- ☐ Une paire de jumelles pour l'observation des oiseaux.*
- ☐ Une loupe de botanique (les jumelles peuvent aussi servir de loupe).*
- ☐ Un sac en toile pour les cueillettes.
- ☐ Un carnet de notes avec crayon à papier.
- ☐ Une lampe frontale pour la sortie faune nocturne.
- ☐ Un appareil photo.
- ☐ Livres de botanique si vous en avez.*
- ☐ Presse pour futur herbier si vous le souhaitez.

** N'hésitez pas à contacter l'accompagnatrice si vous souhaitez des conseils*



Pour le soir, au gîte

- ☐ chaussons, espadrilles.
- ☐ serviette et nécessaire de toilette.
- ☐ **Important** : A cause de la pandémie Covid-19, n'oubliez pas d'apporter des masques aux normes sanitaires et du gel hydroalcoolique.
- ☐ Et si le cœur vous en dit, vous pouvez vous munir d'une petite spécialité de votre région à partager !

Pour les campeurs

- ☐ un duvet chaud (5°C confort).

Formalités administratives et sanitaires

Aucune formalité spécifique n'est demandée pour ce séjour. Nous vous prions de bien vouloir vous reporter à nos conditions de ventes pour toutes informations complémentaires concernant ce point.

Assurance

Il est indispensable de posséder une garantie multirisque bien adaptée. De ce fait, et conformément à la loi qui régit notre profession, il vous sera systématiquement proposé de souscrire une assurance multirisque, à savoir annulation de voyage, bagages et effets personnels, frais d'interruption du séjour et assistance, qui ne peuvent être dissociés. La souscription à l'assurance se fait au moment de l'inscription. Elle est facturée à 4% du prix TTC du séjour. En cas de souscription chacun est responsable du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Vous êtes donc tenu de lire attentivement les conditions qui régissent le contrat d'assurance et de le conserver durant tout le séjour.

Mentions légales

Association APPAAT Millevaches, siège social : Chez M GRASSER Stéphane, lieu-dit Les Salles 23340 GENTIOUX-PIGEROLLES - SIREN 804 388 965 ; code APE : 9499Z ; RCP 128 994 705 : SARL SAGA-BP 27-69921 OULLINS ; Immatriculation au registre des opérateurs de voyages : IM023140001 ; Garantie financière 4000713224/0 : Groupama Assurance-Crédit, 5 rue du centre – 93199 Noisy-Le-Grand Cedex.