

Vous invite
à une **Rencontre**
Santé

Gratuit
sur
inscription



Balade santé environnement

Samedi
6 juillet 2019
de 9h45 à 17h

POURCHARESSES
VILLEFORT

LE LIEU VOUS SERA COMMUNIQUÉ
LORS DE L'INSCRIPTION



Une grande bouffée d'air pur et c'est parti pour une balade animée par un accompagnateur de moyenne montagne. Découvrez les plantes et la manière dont certaines d'entre elles peuvent être consommées ou utilisées. L'occasion de s'initier à la marche et de découvrir le patrimoine naturel local.

La Mutualité Française Occitanie, en partenariat avec le foyer rural de Pourcharesses Villefort, vous invite à une randonnée dédiée à la découverte des plantes et de l'environnement.

Une occasion d'apprécier les bienfaits de la nature et de l'activité physique sur la santé.

Programme

Distance : 8,5 km - Dénivelé : 190 m - Niveau : facile

- **9h45** : Accueil des participants.
- **De 10h à 17h** : Découverte des plantes sauvages médicinales sur les bords du Chassezac et sur la voie Régordane. Des contes viendront ponctuer cette balade conviviale.

Pause déjeuner : pensez à prendre votre pique-nique !

Intervenante

Sophie LEMONNIER, Ethnobotaniste et conteuse.

Et aussi...

- Chaque participant doit se munir d'un équipement adapté (eau, tenue et chaussures).
- **Prévoir un bocal de 100 ml (maximum) avec couvercle en verre pour préparation d'un macérat.**

DATE LIMITE

4 JUILL.

Inscription obligatoire*

Auprès du foyer rural

Par téléphone au 06 89 54 41 87

* Inscription obligatoire. Nombre de places limité.

Retrouvez-nous aussi sur :

