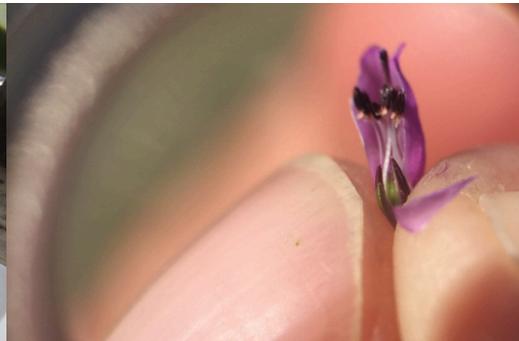


# BARDANE

Programmation automne 2024



## LES SORTIES PLANTES SAUVAGES

samedi 12 octobre

Saint Pierreville

découverte des plantes sauvage , cueillette et explication en grand public

dimanche 13 octobre

Saint Pierreville

Autours du chataignier: le (re)découvrir au travers et ses histoires et utilisations

samedi 19 octobre

Boffres

rendez vous au marché pour un tour automnal des plantes sauvages

tarif: 15€/pers

### Attention:

Cette programmation est susceptible d'évoluer .  
N'hésitez pas à vous tenir au courant sur ma pages Fdb ou sur mon site

## ATELIER REPAS SAUVAGE

samedi 2 novembre

REPAS SAUVAGE

Alboussière, domaine de Trouillet

de 9h à 15h

découverte, cueillette et préparation de plantes sauvage avant la réalisation d'un repas partagé

40€/pers

samedi 14 décembre

ATELIER CUISINE

Alboussière, domaine le Trouillet

de 9h à 13h

Découvrir et confectionner des préparation aux plantes sauvages à ramener pour les fêtes!

30€/pers

## MATINÉE BOTANIQUE

samedi 28 septembre

domaine le Trouillet

Alboussière

de 9h30 à 12h30

détermination et découverte de plantes sauvages

Tarif: 20€/pers



## REPRISE DU CYCLE DE BOTANIQUE 05/10/2024

Un cursus tout au long de l'année sera proposé pour mieux comprendre le végétale et devenir autonome sur les déterminations !

Vous souhaitez comprendre un peu mieux mieux le monde végétal qui ne cesse d'émerveiller? Gagner en autonomie pour reconnaître et déterminer les plantes qui nous entourent? Appréhender plus sereinement les flores et les clés de déterminations? Ces séances qui suivent les saisons permettent de mettre le pied à l'étrier pour se lancer dans le monde passionnant de la botanique !

La première aura lieu le **samedi 5 octobre** avec pour thématique: "botanique, histoire et compréhension du végétal, une approche", de quoi mieux comprendre la dimension souterraine des végétaux

De 9h30 à 12h30

Réservation au 06 81 90 38 70 , nombre de place limitée

Tarif: 35 €/pers

Pour les autres dates, voir sur mon site, rubrique groupe de botanique

# BARDANE

Programmation printemps 2025



## LES SORTIES PLANTES SAUVAGES

Dimanche 6 avril:

Découverte des BOURGEONS  
hameau d'Intres  
07190 Saint Julien du Gua  
de 13h30 à 16h30

Tenue vestimentaire adaptée à une sortie nature, chaussures de marche.  
Gratuit – Réservation obligatoire -  
Inscription en ligne : [www.parc-monts-ardeche.fr](http://www.parc-monts-ardeche.fr) ou au 04 75 36 38 60

PRINTEMPS DE LA RANDO

Dimanche 25 mai

col des 4 vios  
marcol-les-eaux 07190  
2 départs: 9h ou 14h

Dimanche 15 juin

Croix de Peccata  
43430 les estables  
2 départs 9h ou 14h

Découvertes des plantes de montagnes comestibles, médicinales et bien plus encore!  
inscription obligatoire/ nbre de places limitées

tarif: 10€/pers

## ATELIER CULINAIRE

Samedi 19 avril

Alboussière, domaine du Trouillet  
de 14h30 à 20h

réaliser une cueillette sauvage avant de passer aux fourneaux et de réaliser un repas sauvage à déguster tous ensemble!

Tarif: 50€/pers

## ATELIERS CYANOTYPE

Dimanche 18 mai

ENS la Boissine  
Journées Ardèche Nature

Expositions, balades et animations en continu : de 10h à 13h et de 14h à 17h

Conférence de 17h15 à 18h30  
Accès libre et gratuit, sans réservation

## L'INTELLIGENCE DU VÉGÉTAL

Dimanche 8 juin

Saint sauveur de montagnut  
de 13h30 à 17h

Un atelier pour réfléchir sur ce qu'est un végétal et sur la notion d'intelligence

Accès libre

## CYCLE BOTANIQUE

Alboussière, domaine du Trouillet  
de 9h30 à 12h30

samedi 12 avril

RÉCAPITULATIF ET CLÉ

samedi 17 mai

LES FLEURS

samedi 21 juin

LES FRUITS ET LES GRANDES FAMILLES

OUVERT A TOUS !

Tarif: 35€/pers



**Attention:**  
Cette programmation est susceptible d'évoluer.  
N'hésitez pas à vous tenir au courant sur ma page Fdb ou sur mon site

# BARDANE

Programmation printemps 2024



## LES SORTIES PLANTES SAUVAGES

Samedi 23 mars

Boffres/ rdv parking de la mairie  
de 9h30 à 12h30

Samedi 1er juin

Saint sylvestre / Parking du pont  
romain  
de 9h30 à 12h30

Tarif: 15 €/pers

## PRINTEMPS DE LA RANDO

Dimanche 16 juin

Les Etables, croix de Peccata  
à 9h ET 14h

Tarif: 10€/pers

## ANIMATION BIO- TRÉSOR/PNR

Dimanche 21 avril

**LES BOURGEONS**

Saint Pierreville  
de 12h30 à 17h

rdv devant le camping

Dimanche 9 juin

FLORE DU CHAMPS DE MARS  
Marcols-les-eaux, col des 4 vios  
de 13h30 à 16h30

entrée libre

inscription au 04 75 36 38 60 /  
accueil@pnrma.fr

## ATELIERS

Samedi 17 avril

**CUISINE SAUVAGE**

Alboussière, domaine du Trouillet  
de 9h 30 à 14h

La nature renferme des expériences culinaires surprenantes: le piquant du poivre d'eau, la douceur de la mauve, l'amer de la chicorée et bien d'autres encore. Au travers de la confection d'un repas complet venez déguster toute les saveurs que nous offre les plantes sauvages!

Des richesses insoupçonnées à portée de main à reconnaître en sortie et utiliser dans la préparation d'un repas pour découvrir plein de nouvelles saveurs. Un temps préalable pour réaliser votre cueillette vous permet de gagner en autonomie pour pouvoir réaliser vos propre expériences .

Un grand repas à base de nos cueillette clôturera cet atelier

Tarif: 40 €/pers

## BOTANIQUE ET CYANOTYPE FÊTE DE LA NATURE

Dimanche 26 mai

Etables 07300  
de 10h à 17h

En partenariat avec Arche agglo dans le cadre de la Fête de la nature.

Venez nous retrouver aux Etables pour une sortie à deux voix le matin afin de découvrir les enjeux faune/flore, et l'après midi pour un atelier botanique et cyanotype!

*Prévoir des vêtements adapté pour la marche !*

*entrée libre*

*inscription auprès de Sophie FOROT  
s.forot@archeagglo.fr ou 04 26 78 57 61*

### Attention:

Cette programmation est susceptible d'évoluer ,  
N'hésitez pas à vous tenir au courant sur ma pages Fdb ou sur mon site



# la recette

## le sirop de violette réussi

La violette à un parfum pour le moins subtil et toute la difficulté de la réussite consiste à conserver ce parfum ...

Pour cela, réaliser une cueillette de violette un jour sans pluie ( et une fois que la rosée a bien séchée) en ne conservant que les fleurs.

Les mettre à tremper dans un saladier ( recouvrir d'eau) avec un demi citron coupé en tranche .

Recouvrir puis laisser macérer 12 heures minimum

Fliter et peser le volume d'eau ainsi obtenu

Rajouter le même poids en sucre

Faire frémir pendant 10 min

ça y est c'est prêt! A déguster tel quel, sur une faisselle ou pour sucrer des pop corn maison...



## Zoom sur la violette , viola odorata

*a la fois forte et fragile , pour amener de la douceur*

Au Moyen Âge, Viola odorata, était considérée comme une plante magique aphrodisiaque. Ses fleurs mêlées à celles de Lavandula angustifolia, cousues dans les oreillers, prédisposent à l'amour grâce à leurs effluves sensuelles. C'est une des rares espèces de violettes à être parfumée. Son parfum envoûtant et suave semble éphémère car il anesthésie légèrement les récepteurs olfactifs et il faut attendre quelques minutes avant de pouvoir la ressentir. Les Romains portaient des coiffures agrémentées de violettes, croyant qu'elles pouvaient prévenir les maux de tête liés à l'ébriété. Ils réalisaient avec ces fleurs une sorte de vin censé agir comme un remède homéopathique, et permettre d'apporter l'euphorie de l'ivresse sans avoir à en subir les désagréments.

Les violettes étaient également considérées comme des fleurs de deuil, et en faisaient des couronnes de fleurs pour le jour des morts.

*Comme les ruisseaux et les plantes, les âmes ont besoin de la pluie, mais d'une autre sorte: l'espoir, la foi, la raison de vivre. Sinon, même si le corps continue à vivre, l'âme dépérit.*

