



+33 (0)6 74 28 70 98

CUEILLETES ET CUISINE SAUVAGE EN AUVERGNE

5 jours de découvertes des plantes sauvages comestibles

5 jours de découvertes, de cueillettes pour des préparations gourmandes avec les plantes sauvages comestibles d'Auvergne.

En compagnie d'un des auteurs du livre « Plantes comestibles, cueillettes et recettes des 4 saisons », vous découvrirez combien la nature est généreuse pour qui connaît ses secrets.

Nuitées en gîte en chambre de **1 à 2 personnes**, au bord du lac de La Cassière à 900 m d'altitude.

AU FIL DES JOURS

JOUR 1 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DU LAC DE LA CASSIÈRE

2h à 3h d'activité / Nuit en gîte de groupe (2 pers/ch)

Rendez-vous à 14 h au gîte « Entre Lacs et Volcans » (Lac de La Cassière) pour une première découverte de notre environnement. Pour ceux qui arrivent en train, rendez-vous à la gare de Clermont-Ferrand à 13 h (pas de supplément pour un accueil à cet horaire). Pour Info, Clermont-Ferrand/La Cassière = 17 km.

Dans l'après midi, autour du village, vous ferez vos premiers pas au milieu de cette nature sauvage et authentique ; cueillette, préparation et diner.

JOUR 2 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DU LAC DU GUÉRY

4 à 6h d'activité / Nuit en gîte de groupe (2 pers/ch)

Le matin, court transfert vers le lac du Guéry, le plus haut lac d'Auvergne qui compte une biodiversité sans égale et des paysages à couper le souffle. A travers forêts et prairies, tout au long de notre chemin, la nature nous dévoile encore quelques-uns de ses mystères.

JOUR 3 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DU LAC DE SERVIÈRES

4 à 6h d'activité / Nuit en gîte de groupe (2 pers/ch)

Le matin, court transfert en direction du lac Servièr. Aujourd'hui encore, nous découvrirons des milieux propices à une nature bienveillante et riche de saveurs sauvages. Possibilité de se rafraîchir au lac.

JOUR 4 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DE LA CHAÎNE DES PUY

4 à 6h d'activité / Nuit en gîte de groupe (2 pers/ch)

Le matin, court transfert au beau milieu du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne (PNRVA), sur la chaîne des Puys qui se découvre de plus en plus à notre regard. A travers forêts et prairies, tout au long de notre chemin, la nature nous dévoile encore quelques uns de ses mystères.

Nous retrouverons là encore des lieux préservés, remplis d'une grande diversité écologique.

JOUR 5 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DU PUY DE COMBEGRASEE

2 à 3h d'activité

Dernière petite randonnée sur le Puy de Combrasse.

Cette dernière matinée peut aussi être consacrée aux échanges ou aux ultimes préparations que vous ramèneriez chez vous. Dispersion du groupe en fin de matinée.

Pour ceux qui sont arrivés en train, descente à la gare de Clermont-Ferrand vers midi, dès la fin du séjour, de façon à être à la gare pour 13h (pas de supplément pour cet horaire).

--

Avertissement

Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévu. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, grèves, fêtes locales... « Aluna Voyages » et ses accompagnateurs mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant les parcours.

NIVEAU

TEMPS DE MARCHE À PIED OU D'ACTIVITÉ

Les journées offrent 3 à 5 heures effectives d'activité par jour ; elles sont entrecoupées de pauses.

JOURNÉES CONSÉCUTIVES D'ACTIVITÉS

5 jours de balades, de cueillette, de « gastronomie sauvage » et d'observation de la nature.

DÉNIVELÉ / ALTITUDE / TERRAIN

Peu de dénivelé sur terrain facile.

PORTAGE PENDANT LA MARCHÉ À PIED

Seulement les affaires personnelles de la journée.

ENVIRONNEMENT CLIMATIQUE

Climat de montagne agréable aux intersaisons et chaud en été. Les soirées peuvent être fraîches.

ENGAGEMENT POUR CE SÉJOUR

Voyage facile, accessible à toute personne en bonne santé voulant découvrir des saveurs sauvages et certains mystères de la nature.

EXPÉRIENCE REQUISE

Pas d'expérience spécifique.

DATES & PRIX

Pas de départ pour l'instant

Les groupes sont composés de 3 à 8 personnes maximum.

Tarif par personne : 690 € (tarif basé sur des chambres de 2 personnes).

Supplément chambre single : 90 €/pers.

Possibilité de privatiser le séjour pour 2 personnes, à la date que vous souhaitez, en ajoutant un supplément de 150 €/pers.

Si vous êtes un **groupe pré constitué**, possibilités de **privatiser ce séjour à la date de votre choix** et sur la **durée que vous souhaitez** (sur devis spécial). **Possibilité** de séjour sur mesure (sur devis spécial) de **un à plusieurs jours dans votre région afin de connaître les plantes autour de chez vous.**

NOTRE PRIX COMPREND

ACCOMPAGNATEURS

Un guide accompagnateur, spécialiste des plantes sauvages comestibles, pour 8 participants maximum.

MODE D'HÉBERGEMENT

Gîte de groupe en chambre de 1 à 2 personnes.

REPAS

Pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 5.

TRANSPORT

Déplacement sur les lieux d'activités et transport en A/R depuis la gare de Clermont-Ferrand aux horaires indiqués dans le programme.

MATÉRIEL DIVERS

Pharmacie collective.

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS

REPAS

Boissons et extras personnels. Petit déjeuner et déjeuner du jour 1, ainsi que le déjeuner et le dîner du dernier jour.

TRANSPORTS

Déplacement jusqu'au lieu de rendez-vous.

DIVERS

Les entrées payantes dans les parcs, sites et musées non prévues au programme.

ASSURANCE

Assurance Annulation, Bagages, Interruption et Rapatriement : 4.20 % du prix de votre voyage.

FRAIS D'INSCRIPTIONS

- A 30 jours et plus du départ : 15 € par dossier
- A moins de 30 jours du départ : 30 € par dossier
- Pour tout voyage sur mesure : 45 € par dossier

DÉTAILS

HÉBERGEMENT DURANT LE SÉJOUR

Nuits en gîte de groupe, dans un hameau de moyenne montagne (Lac de La Cassière), à proximité directe des grands espaces. Gîte "Entre Lacs et Volcans" : 6 rue Roland Brousse - La Cassière / 63970 AYDAT (Tel : 04 73 87 30 36)

Les tarifs sont basés sur des **chambres de 2 personnes** avec salle de bain ou chambre **single** avec un **supplément de 90€/pers.** Certaines chambres ont les salles de bain sur le palier. En ce sens, vous devrez peut être partager la salle de bain et les toilettes avec une autre chambre.

NOURRITURE

Pour tous les repas, les compléments d'achats sont réalisés dans les épiceries et sur les marchés des villages environnants, en utilisant au maximum des produits fabriqués dans les fermes : fromage, (charcuterie pour les non végétariens), produits transformés, vins ... La majorité de ces producteurs ont le label " Agriculture Biologique". Les repas de midi sont pris sous forme de pique-niques ; les repas du soir sont chauds et élaborés

à base de notre cueillette.

ENCADREMENT DURANT LE SÉJOUR

Vous partagerez cette belle semaine de découverte en compagnie de l'un des auteurs du guide pratique « Plantes comestibles, cueillette et recettes des 4 saisons » (Ed. Debaisieux). Christophe Anglade, accompagnateur en montagne- naturaliste et botaniste de terrain vous fera découvrir combien la nature est généreuse pour qui connaît ses secrets.

COMMENT S'Y RENDRE ?

Afin de limiter vos émissions de CO2, utiliser les transports en commun jusqu'à la Gare SNCF de Clermont-Ferrand.

EN TRAIN

Rdv à 13h devant la gare Sncf de Clermont-Ferrand.

Si vous venez en voiture : Rdv à 14h00 directement au gîte.

Retour : Descente à la gare de Clermont-Ferrand pour 13h.

L'horaire des trains est à vérifier impérativement sur : www.voyagessncf.com

Sinon, pour un autre horaire de Clermont gare à La Cassière, comptez environ 40 €/ trajet en taxi en semaine et environ 60 €/trajet en taxi les dimanches et jours fériés. Pour info, le trajet aller simple entre Clermont-Fd et La Cassière est de 17 km.

PAR LA ROUTE

17 km (20 mn) depuis Clermont-ferrand. Prendre la N89 en direction de Bordeaux. Gîte "Entre Lacs et Volcans" - 6 rue Roland Brousse - La Cassière - 63970 AYDAT

AVANT & APRÈS LE SÉJOUR

Contactez-nous si vous désirez découvrir notre région avant ou après le séjour. Nous nous ferons un plaisir pour vous concocter un programme adapté à vos envies ou pour tout simplement vous réserver un hébergement.

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

UN PETIT SAC A DOS CONTENANT :

INDISPENSABLE

- Gourde ou un « camel bag »
- Couteau et des couverts, plus un ou plusieurs sac en toile pour la cueillette + quelques petits sacs en papiers (sacs alimentaires)
- Gobelet
- Boite type Tupperware pour les salades de midi
- Masques et gel hydroalcoolique

FORTEMENT CONSEILLÉ

- Chapeau ou une casquette
- Lunettes de soleil
- Cape de pluie
- Coupe vent type K-Way ou mieux une veste en Gore-Tex
- Petite pharmacie personnelle (aspirine, sparadrap, élastoplast, ...)

- Sacs en papier kraft pour la cueillette des fleurs. Nous fournissons lors du séjour un ou des sacs en cotons pour la cueillette des plantes (hors fleurs)
- Maillot de bain et serviette pour les éventuelles baignades

POUR LES SOIRÉES (À TITRE INDICATIF)

- Fourrure polaire
- Vêtements de rechange

POUR VOUS CHAUSSER

- Paire de chaussures de marche légères et de préférence déjà utilisées, ou pour les pieds sensibles, une bonne paire de tennis renforcées.
- Paire de tennis ou autre pour le soir