



+33 (0) 6 78 40 36 79

DÉGUSTER L'ARDÈCHE ET SES PLANTES À LA RETROUVADE

4 jours de découverte

Ce séjour est né de la rencontre entre Christophe et Norbert. Le premier organise depuis de nombreuses années des stages à la découverte et à l'utilisation des plantes comestibles. Quant à Norbert, gérant de *La Retrouvade*, il fait goûter à ses hôtes et ses amis une cuisine de terroir agrémentée depuis longtemps par l'univers des plantes comestibles. Animés par cette passion florale commune et gastronomes dans l'âme, ils décident de rassembler leurs compétences en ce lieu, entre Ardèche et Haute Loire.

Ici dans le Parc Naturel des Monts d'Ardèche nous vous accueillons dans cette ferme traditionnelle en pierres volcaniques et en lauzes, pour vous faire partager notre attachement à la Nature bienfaitrice de la Montagne Ardéchoise.

AU FIL DES JOURS

JOUR 1 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DE LA RETROUVADE

2h à 3h d'activité / Nuit en gîte

Petite randonnée autour de la Retrouvade.

Rendez-vous à la Retrouvade à 14 h ou à la gare du Puy en Velay à 13 h. Pour un transport du Puy en Velay à "La Retrouvade" en A/R, merci de nous le signaler dès votre réservation.

Premiers pas et découverte des paysages de Haute Ardèche, les succs.

Spécificités de ce paysage volcanique et cueillette pour la préparation du dîner...

JOUR 2 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DU GERBIER DE JONC

4h d'activité / Nuit en gîte

Transfert et montée sur le suc du Gerbier de Jonc.

La source de la Loire, et la nature qui l'entoure sera propice à de belles cueillettes qui nous permettra de retour au gîte de mettre en pratique notre atelier cuisine...

JOUR 3 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DU MONT MÉZENC

4h d'activité / Nuit en gîte

Au départ de notre gîte, partons en randonnée 15 km A/R sur les pentes du Mont Mézenc qui possède un pied en Haute Loire et un autre en Ardèche.

JOUR 4 : BALADE ET CUEILLETTE AUTOUR DE CHAUDEYROLLES

2 à 3h d'activité / Dispersion du groupe en début d'après midi

Dernière découverte des zones humides et de la végétation qui y est associée...

Dispersion après le déjeuner.

--

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 MARCHÉ 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

4 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 RANDONNÉE

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

Les prochaines dates de départ sont en cours de préparation. Contactez-nous en attendant !

Les groupes sont composés de 3 à 8 personnes maximum.

TARIFS 2024 :

- Tarif basé sur des chambres de 2 ou 3 personnes : **635 €**
- Possibilité de chambres single avec un supplément de **110 €/pers** (selon disponibilité au moment de la réservation).

Possibilité de partir à seulement 2 personnes dans le groupe avec un supplément de 90 €/pers.

Si vous êtes un groupe pré constitué, possibilités de privatiser ce séjour à la date que vous souhaitez 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

Chambre de 1 à 3 personnes. selon votre demande et disponibilité.

Option chambre single selon disponibilité.

REPAS

Pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 4.

TRANSPORT

Options "Transport de personne" Supplément :

- Supplément « Transport de personnes en A/R depuis la gare jusqu'à l'hôtel et sur les lieux d'activité » : 125 €/pers en plus du prix du séjour. Ce prix inclus la prise en charge à la gare SNCF du Puy en Velay, ainsi que son retour, aux heures indiquées dans le programme.
- Supplément « Transport de personnes sur les lieux d'activité les J2, J3 et J4 » : 45 €/pers en plus du prix du séjour. Dans ce cas-là, les participants arrivent jusqu'à l'hôtel avec leur véhicule et utilisent la navette du guide pour se rendre sur les lieux d'activité.

MATÉRIEL DIVERS

Pharmacie collective.

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS

REPAS

Boissons et extras personnels.

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

TRANSPORTS

Pas de transport prévu.

Option "Transport de personne" possible. Se reporter à la rubrique précédente "Notre prix comprend".

Pas de déplacement jusqu'au lieu de rendez-vous.

DIVERS

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

FRAIS D'INSCRIPTION

- A 30 jours et plus du départ : 12 €/pers
- A moins de 30 jours du départ : 20 €/pers
- Pour tout voyage sur mesure : 30 € + 12 €/pers

ASSURANCE VOYAGE

Assurance Annulation, Bagages, Interruption et Rapatriement : 6,20 % du prix de votre voyage.

HÉBERGEMENT DURANT LE SÉJOUR

Gîte "La Retrouvade" : Fabienne et Norbert Dupré. Le chauvy / 07310 La Rochette (tél : 04 75 29 11 94).

Après avoir géré des PME en France et à l'étranger, Norbert est de retour en France en 2008 et s'installe en Haute Ardèche au pied du mont Mézenc. Il entame alors une reconversion professionnelle vers les métiers de l'agro-écologie et approfondit la connaissance des plantes sauvages. Le rachat de la Retrouvade, chambres et table d'hôtes, lui permet de développer et de faire découvrir une cuisine où les plantes sauvages, les légumes oubliés et les fleurs de montagne occupent le devant de la scène.

Entre insolite et traditionnel, cet hébergement se compose de 4 chambres d'hôtes et d'une roulotte. Le traditionnel c'est pour l'authentique ferme de la montagne ardéchoise entièrement rénovée. Chaque chambre dispose d'une salle d'eau et de WC privés. De la "Volcanique" à la "Chouette", en passant par les "Marmottes" et "l'Hermine", le calme et le silence de cette maison d'hôtes sont propices à un sommeil réparateur et une bonne récupération.

La roulotte gipsy, c'est notre clin d'œil insolite nichée dans la verdure, tout à côté de la ferme. Elle se compose d'une chambre unique pour 2 personnes, les sanitaires privés se trouvent dans le corps de la maison.

A noter qu'il n'y a pas d'accès Internet à disposition.

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 DU SÉJOUR

Vous partagerez ces quelques jours de découverte en compagnie d'un guide spécialiste des plantes sauvages comestibles.

Norbert Dupré, accompagnateur en montagne et votre hôte . Il vous fera découvrir combien la nature est généreuse pour qui connaît ses secrets. Sur certaines dates, Christophe Anglade pourra accompagner ce séjour lui aussi. Accompagnateur en montagne, naturaliste et botaniste de terrain, il est aussi l'un des auteurs du guide pratique « *Plantes comestibles, cueillettes et recettes des 4 saisons* » (Ed. Debaisieux).

COMMENT S'Y RENDRE ?

Afin de limiter vos émissions de CO2, utiliser les transports en commun jusqu'à la Gare SNCF du Puy en Velay.

Pour info, le trajet aller simple entre Le Puy en Velay et La Retrouvade est de 45 km.

EN TRAIN

Information :

Pour tous nos séjours, nous n'assurons qu'un seul transfert entre le Puy en Velay et La Retrouvade aux horaires indiqués ci-dessous. Vous devez prendre vos billets de train en fonction de ces horaires car il n'y aura pas d'autres navettes.

- Aller : RDV à 13h devant la gare SNCF du Puy en Velay.

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

- Retour : Descente à la gare du Puy en Velay pour 15h. L'horaire des trains est à vérifier impérativement sur : www.voyagessncf.com

Pour une bonne organisation, vous devez impérativement réserver ce transfert au moment de votre inscription ou quelques jours avant le départ. Voici les horaires pour la navette depuis/vers la gare du Puy en Velay (à vérifier au moment de l'achat de votre titre de transport). Nous vous déconseillons certains billets qui ne sont ni remboursables ni échangeables.

PAR LA ROUTE

En venant de LYON et de SAINT ETIENNE : prendre la direction du PUY EN VELAY par la RN 88, sortir à YSSINGEAUX, aller à FAY sur LIGNON, suivre la direction ST CLEMENT, ne pas aller jusqu'à ST CLEMENT, mais prendre à droite direction Mont Gerbier des Joncs, route touristique du pied du Mezenc ; A l'embranchement : ST MARTIN DE VALAMAS/ LA ROCHETTE, prendre à gauche, faire environ 400 m - ruine à gauche, tout de suite après, prendre chemin à droite - CHAUVY - c'est là.

En venant du SUD Par autoroute A7 : à hauteur de MONTELMARD, prendre la RN 102, LE TEIL, AUBENAS, VALS LES BAINS, ANTRAIQUES SUR VOLANE, MEZILHAC, suivre la route du Mont Gerbier des Joncs par la D 378 en direction des ESTABLES ; au carrefour suivant, prendre à droite direction Le MEZENC par le col de La CLEDE, au croisement suivant (transformateur), prendre à gauche, direction Le MEZENC, faire environ 500 m, prendre à droite la D410 direction FAY sur LIGNON , Faire encore environ 7 kms, tourner à droite direction ST MARTIN DE VALAMAS/ LA ROCHETTE ,faire environ 400 m - ruine à gauche , tout de suite après, prendre chemin à droite - CHAUVY - c'est là.

En venant de CLERMONT FERRAND : aller au PUY EN VELAY, passer par BRIVES CHARENSAC, Se rendre à LAUSSONNE, puis aux ESTABLES, traverser le bourg, aller au col des BOUTIERES, redescendre côté ARDECHE. Au 1er croisement, prendre à gauche direction FAY sur LIGNON. Faire encore environ 7 kms, tourner à droite direction ST MARTIN DE VALAMAS/LA ROCHETTE, faire environ 400 m- ruine à gauche, tout de suite après, prendre chemin à droite - CHAUVY - c'est là.

En venant de VALENCE : traverser le Rhône à la VOULTE, remonter la vallée de l' EYRIEUX (D 120), passer à ST SAUVEUR DE MONTAGUT, rejoindre le CHEYLARD, aller à ST MARTIN DE VALAMAS, traverser le bourg ; après le pont sur la rivière LA SALIOUS, tourner à gauche direction Le MONT MEZENC, suivre LA ROCHETTE (D278), traverser le village, faire environ 1 km, au croisement, prendre à droite, traverser un hameau, encore 2 kms puis après un virage en épingle, ruine à droite, et juste avant, chemin à gauche- CHAUVY- c'est là.

En fin de parcours, laissez vous guider par les panneaux LA RETROUVADE... Bonne route.

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 POUR LA RANDONNÉE

UN PETIT SAC CONTENANT :

INDISPENSABLE

- 1 gourde ou un « camel bag »
- 1 couteau et des couverts, plus un sac en toile pour la cueillette
- Gobelet
- Boîte type Tupperware pour les salades de midi
- Masques et gel hydroalcoolique

FORTEMENT CONSEILLÉ

- Chapeau ou une casquette
- Pantalon long pour les cueillettes
- Paire de 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 plastique pour envelopper les affaires en cas de mauvais temps
- Appareil photo

POUR LES SOIRÉES (À TITRE INDICATIF)

- Pantalon en toile ou jogging
- Paire de sandales ou autre pour le soir
- Fourrure polaire
- Vêtements de rechange
- Maillot de bain pour les éventuelles baignades
- Trousse de toilette avec une serviette de bain pour les éventuelles baignades

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.