

# ECOTOURISME

## HERAULT

# ELAN NATUREL

SORTIES ET ATELIERS NATURE



# Qui suis-je...

Une accompagnatrice de tourisme passionnée par la nature ! Hors des sentiers battus, je vous emmène pour des excursions insolites et commentées au cœur des joyaux de notre patrimoine naturel et historique.

Mes connaissances naturalistes ont été acquises au cours de mes études scientifiques ainsi que de nombreux stages en réserves naturelles.

J'anime également des ateliers : en utilisant ce qui nous entoure, nous laissons libre cours à notre créativité.

Dans tous les cas, dégustations, détente, partage et découvertes sont au rendez-vous. Au plaisir de passer de futurs moments avec vous. Céline.



## Informations générales

### L'écotourisme

Il permet d'en apprendre plus sur **la nature** et ainsi de l'apprécier comme elle le mérite. Il respecte aussi la **population locale** et favorise **les circuits de proximité**.

**En petit comité** nous nous détournons des sentiers fréquentés et visitons les lieux **sans les impacter**. Nous prenons notre temps, afin de nous imprégner des paysages, des odeurs, des saveurs tout en dégustant des **produits faits-maison**. Nous avons le privilège d'aller là où les gros bus ne vont pas, nul besoin d'être sportif pour obtenir la récompense inestimable qui se trouve au bout du chemin.

Utilisation de votre véhicule personnel pour les sorties, ou possibilité d'organiser des covoiturages. Prévoir pique-nique, chaussures et vêtements adaptés, eau, protections solaires.

Les ateliers se déroulent à Cournonterral ou St Clément de Rivière, **je me déplace** à domicile ou sur votre lieu d'hébergement également.

Si une activité vous plaît et qu'elle n'est pas programmée (rubrique agenda sur site web ou événement sur facebook), **possibilité d'ouvrir une date sur demande !** Annulation possible en cas de forte pluie.

**SORTIE 2H**

# **Puech des Mourgues 05 AOÛT 2020**

Randonnée familiale sous le signe de la découverte et de la convivialité. Vous voulez en savoir plus sur la garrigue ? Apprendre comment elle se forme, se protège, s'adapte à la sécheresse et aux incendies. Comprendre son lien étroit avec l'homme, déguster des produits faits-maison à base de plantes rencontrées en chemin, tout en s'imprégnant du paysage et en découvrant la plus belle vue sur le Pic St Loup et l'Hortus de la région ! Leurs secrets vous seront dévoilés...

**CUEILLETTE,  
DEGUSTATIONS,  
RECETTES !**

**Durée : 2H00, 3 KM**

**De 9h30 à 11h30**

**RDV : St Bazille de Montmel**

**Voir agenda**

**ou programmation d'une date  
sur demande**

**Infos et réservation :**

**facebook, instagram : elan naturel**

**AGENDA : [www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme](http://www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme)**

**[elan.naturel34@gmail.com](mailto:elan.naturel34@gmail.com)**

**06 52 87 12 20**

**Printemps**

**Été**

**Automne**

**Hiver**



**10 €/adulte  
gratuit enfant**

## EXCURSION DEMI -JOURNEE

# Retour aux sources

Journée hors des sentiers battus, pour se sentir privilégiés, entre sources cachées et moments de détente. Deux véritables bijoux naturels sont à découvrir, chacun exprimant son charme à sa manière.

Automne

Hiver

Printemps

## MATINEE DETENTE

Lieu de RDV : Les Matelles

Départ : 9h30

Retour : 12h

Prévoir chaussures de marche  
(peu de marche)

Pique-nique

Covoiturage possible

voir agenda

ou programmation d'une  
date sur demande



Infos et réservation :

facebook, instagram : elan naturel

AGENDA : [www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme](http://www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme)

[elan.naturel34@gmail.com](mailto:elan.naturel34@gmail.com)

06 52 87 12 20

**19€/adulte  
gratuit enfant**

# JOURNEE RANDO FERRIERES LES VERRERIES

## Remonter le temps

De surprises en surprises, cette randonnée permet de se familiariser avec la garrigue. En chemin, des plantes se vanteront de leurs bienfaits, un fossile nous racontera son histoire. Nous questionnerons les arbres et le paysage, témoins du passé.

A mi-chemin, nous mangerons à la source, puis nous remonterons le temps jusqu'au Néolithique, en dénichant les traces de nos ancêtres.

### RANDONNEE FAMILIALE

**RDU :** Ferrière les Verreries

Départ 9h30

Retour 15h

Prévoir pique-nique, chaussures de marche

7 km de marche facile

voir agenda

ou programmation d'une date sur demande

**Infos et réservation :**

facebook, instagram : elan naturel

AGENDA : [www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme](http://www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme)

[elan.naturel34@gmail.com](mailto:elan.naturel34@gmail.com)

06 52 87 12 20

Automne

Hiver

Printemps



**20 €/adulte  
Gratuit enfant**

**2 LIEUX A VISITER + UN  
ATELIER NATURE**

# **JOURNEE HORS DU TEMPS**

- Deux véritables joyaux naturels à découvrir, tous leurs secrets vous seront dévoilés !
- Dégustation de produits faits-maison à base de plantes rencontrées
- Atelier nature, vous repartirez avec votre création et le souvenir gravé de cette journée !!

**RDV ST FELIX DE LODEZ  
COVOITURAGE POSSIBLE  
PROGRAMMATION DLUNE DATE  
SUR DEMANDE**



**29€/adulte  
12€/enfant  
prévoir pique-nique,  
chaussures de marche**

# **ATELIER + DEGUSTATION**

**Samedi 19 septembre 2020**  
**Château de Fourques Juvignac**

**Stimulez votre créativité et vos papilles lors d'un moment convivial qui sort de l'ordinaire !**

- **Visite du domaine** et cueillette de matériel végétal pour l'atelier
- **Atelier impression végétale** : Personnalisez votre sac grâce à la technique de flocage de feuilles sur tissu
- Pour célébrer vos créations, amusez-vous à une initiation à la **dégustation** de 3 vins accompagnée d'une planche de **tapas**

**VOUS REPARTEZ AVEC VOTRE SOUVENIR !**

Matériel fourni

de 10 H à 13H

Château de Fourques

Route de Lavérune

34990 Juvignac

**Infos et réservations :**

06 52 87 12 20

[elan.nature134@gmail.com](mailto:elan.nature134@gmail.com)



**37€**  
**atelier,**  
**dégustation,**  
**et tapas compris**

**JOURNEE TERROIR PIC ST LOUP**

# **Senteurs et Saveurs**

Une journée, Un terroir  
20 km de circuit  
5 sens mobilisés  
4 temps forts :

- **Plantes aromatiques et dégustations** lors d'une marche offrant un panorama sur l'emblématique **Pic St Loup**
- Découverte d'une **savonnerie** artisanale puis repas à base de **produits locaux**, dans un cadre atypique !
- Subtilité et secrets de l'**accord vin - chocolat** dévoilés
- **Authenticité et odeur inoubliable** à la distillerie d'huile de Cade, unique en Europe !

**SAMEDI 08, 22 AOUT**  
**VENDREDI 14 AOUT**  
**MERCREDI 26 AOUT**

**RDV : St Bazille de Montmel**  
**9h30 - 15h**  
**1H de marche en tout**  
**Covoiturage possible**

**Infos et réservation :**  
**facebook, instagram : elan naturel**  
**[www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme](http://www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme)**  
**[elan.naturel34@gmail.com](mailto:elan.naturel34@gmail.com)**  
**06 52 87 12 20**



**9€/adulte**  
**repas et**  
**dégustations**  
**compris**  
**19€ enfant**

## ATELIER ENFANT

# Peinture végétale

Des activités zéro déchet qui stimulent la créativité au contact de la nature.

Les enfants apprennent à fabriquer de la peinture végétale, des pinceaux naturels, ou encore de l'encre invisible et de la colle, en utilisant ce que nous offre la nature : légumes, fruits, fleurs, feuilles... Ils réaliseront de jolis créations en apprenant à se servir de ce qui les entoure, sur des supports variés : tissu, papier, sable, bois...

## LES ENFANTS REPARTENT AVEC LEUR CRÉATION

Durée : 2H00

Matériel fourni

**RDU Cournonterral (en semaine)**

**ou St Clément de Rivière (tous les samedis matins)**

Déplacements possibles

Printemps

Été

Automne

Hiver



**12 €/ENFANT**  
**A partir de 5 ans**

**ATELIER ADULTE, FAMILLE**

# Impression végétale

Vous voulez apprendre à décorer un tissu de façon originale et écologique? Avec de l'imagination et des feuilles soigneusement choisies selon la saison, cet atelier vous permettra de personnaliser un sac en coton biologique.

La technique consiste à imprimer l'empreinte d'une feuille, et une fois que vous l'aurez apprise, vous pourrez customiser n'importe quel accessoire ou vêtement !

**VOUS REPARTEZ  
AVEC VOTRE  
CRÉATION !**

Durée : 2H00

Matériel fourni (prévoir gants et tablier)

**RDV Cournonterral (en semaine)  
ou St Clément de Rivière (tous les  
samedis après-midi)**

Déplacements possibles



**25€/ADULTE  
15€/ENFANT  
à partir de 6 ans si  
accompagné**

**Printemps**

**Été**

**Automne**

# Prêts à explorer, partager, lâcher prise ?

Que vous soyez :

- Un particulier, visiteur
- Un hébergement
- Une Réserve Naturelle
- Une École, Centre de loisirs
- Une Commune
- Une Association
- Un Domaine viticole
- Un Organisateur d'événement
- Un comité d'entreprise

**CONTACTEZ MOI !!**

Céline : 06 52 87 12 20  
elan.naturel34@gmail.com  
Facebook : Elan Naturel  
Instagram : elannaturel  
site internet :  
[www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme](http://www.elannaturel.wixsite.com/ecotourisme)

**SIRET : 881 874 333 00027**

