

Octobre & novembre 2026
CALENDRIER

BALADE
ETHNO-
BOTANIQUE



samedi 24/10 à 14h
→ Alba-la-Romaine
Alba au fil des saisons

BALADE
GOURMANDE



dimanche 25/10 à 9h
→ Rochemaure
Cuisine sauvage

BALADE
ETHNO-
BOTANIQUE



dimanche 01/11 à 10h15
→ Alba-la-Romaine
Alba au fil des saisons

ATELIER
APPREN-
TISSAGE



dimanche 08/11 à 10h
→ Rochemaure
Cuisinons les glands !

BALADE
JEU



samedi 14/11 à 14h
→ Le Teil
Faux-amis / vrais trésors

BALADE
ETHNO-
BOTANIQUE



dimanche 22/11 à 10h15
→ Alba-la-Romaine
Alba au fil des saisons

BALADE
ETHNO-
BOTANIQUE



samedi 28/11 à 14h
→ Alba-la-Romaine
Alba au fil des saisons

CONTACT & INSCRIPTION

Pour vous inscrire et retrouver
toutes les infos, mais aussi pour
découvrir les autres activités
et formations que je propose...
rendez-vous sur :

→ www.lecheneambullant.com



contact@lecheneambullant.com



+33 6 76 37 33 73

*merci de laisser un message vocal ou écrit
pour que je puisse vous rappeler !*

Toutes ces activités
peuvent être également être
réservées par un groupe, à la
date que vous souhaitez !

Antoine le Clercq (EI) SIRET : 89930594000012 | Conception graphique :
Atelier Rainette. | Ne pas jeter sur la voie publique

Les salades
sauvages sont
de retour et les
glands bientôt
prêts pour
la cueillette !

PROGRAMME
AUTOMNE 2026
→ octobre
novembre



Des balades,
des ateliers,
des formations à
domicile et des stages...
sur **les plantes** et leurs
usages mais aussi **les**
fermentations !

Venez découvrir les plantes sauvages comestibles et médicinales (et plus !) qui poussent à Alba.

Après un été brûlant, place à l'automne avec les couleurs flamboyantes des arbres et des fruits mais aussi le vert de toutes les belles repousses qui abondent à cette saison !



DURÉE	2 à 3h
DISTANCE	1 à 2 km
DÉPART	Coquelicot & Co ou chemin du Meunier (07400 Alba-la-Romaine)
CAPACITÉ	15 personnes maximum
PRIX	20 € adulte ~ 10 € enfant
INCLUS	Liste des plantes observées



→ **Coquelicot & Co** ouvre dès 10h si vous souhaitez patienter avec un café ou une tisane...

 **CUISINE
SAUVAGE**

**BALADE
GOURMANDE**
→ *Rochemaure*

Une balade plutôt tranquille pour apprendre à reconnaître les plantes comestibles croisées, mais aussi apprendre à les cueillir puis les cuisiner !

Avec au bout du chemin la dégustation d'un délicieux repas sauvage préparé tous ensemble...



DURÉE	5 à 6h
DISTANCE	faible
LIEU	545 chemin de Piffaut (07400 Rochemaure)
CAPACITÉ	6 personnes maximum
PRIX	60 € (repas inclus)
INCLUS	Liste des plantes + recettes



 **FAUX-AMIS /
VRAIS TRÉSORS**

BALADE JEU
→ *Le Teil*

Une chasse aux trésors pour apprendre à distinguer des plantes ligneuses qui portent à confusion...

Au fil de la balade il faudra déployer vos sens pour retrouver plusieurs "familles" et leurs trésors :

- les chênes et leurs intrus...
- des lauriers...?
- le plein de pins !
- ça pique vraiment ?
- ça sent... ou pas



**Vous serez guidé-es...
mais c'est à vous
de chercher !**

DURÉE	2 à 3h
DISTANCE	2 km maximum
DÉPART	chemin de la Madone, à la Sablière (07400 Le Teil)
CAPACITÉ	15 personnes maximum
PRIX	20 € adulte ~ 10 € enfant
INCLUS	Liste des plantes observées

 **CUISINONS
LES GLANDS !**

**ATELIER
APPRENTISSAGE**
→ *Rochemaure*

Venez apprendre à reconnaître, récolter, préparer et cuisiner les glands des chênes...

Au programme :

- découverte des techniques de décortiquage des glands puis de lessivage de leurs tannins
- présentation de différentes recettes
- cuisine de 2 recettes (une salée + une sucrée)
- repas convivial
- balade digestive pour aller reconnaître les différents chênes et récolter des glands pour chez vous !



DURÉE	5 à 6h
DISTANCE	faible
LIEU	545 chemin de Piffaut (07400 Rochemaure)
CAPACITÉ	6 personnes maximum
PRIX	60 € (repas inclus)
INCLUS	Fiches recettes