Octobre & novembre 2026

CALENDRIER

ATELIER DÉCOUVERTE		**samedi 05/12 à 10h30** → Alba-la-Romaine Conserves lactofermentées
BALADE ETHNO-BOTANIQUE	CIRCUIT 1	**samedi 12/12 à 14h** Alba-la-Romaine → *chemin du Meunier* Alba au fil des saisons
ATELIER REPAS		**samedi 19/12 à 10h** → Rochemaure Cuisinons les glands ! (des chênes verts)
BALADE ETHNO-BOTANIQUE	CIRCUIT 2	**dimanche 20/12 à 10h15** Alba-la-Romaine → *Coquelicot & co* Alba au fil des saisons
BALADE JEU		**samedi 09/01 à 14h** → Le Teil Faux-amis / vrais trésors
BALADE ETHNO-BOTANIQUE	CIRCUIT 1	**samedi 16/01 à 14h** Alba-la-Romaine → *chemin du Meunier* Alba au fil des saisons
ATELIER DÉCOUVERTE		**samedi 23/01 à 10h30** → Alba-la-Romaine Conserves lactofermentées
BALADE ETHNO-BOTANIQUE	CIRCUIT 2	**dimanche 24/01 à 10h15** Alba-la-Romaine → *Coquelicot & co* 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 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

Le Chêne Ambullant

cueille, fermente, essaime...



Les vitamines de l'hiver : des salades dans les rocailles aux fruits colorés des haies.

PROGRAMME HIVER 2026 - 2027

→ décembre
→ janvier

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

ALBA AU FIL DES SAISONS

BALADE
→ *Alba*



Venez découvrir les plantes sauvages comestibles et médicinales (et plus !) qui poussent à Alba.
Vous pensez qu'il n'y a plus rien l'hiver ? Détrompez vous ! De délicieuses pousses et de jolis fruits sauvages seront toujours là, et c'est aussi la saison idéale pour tresser les végétaux…

DURÉE	2 à 3h
DISTANCE	1 à 2 km
DÉPART	Coquelicot & Co ou ch. du Meunier → Alba-la-Romaine
CAPACITÉ	15 personnes maximum
PRIX	20€ (10€ tarif solidaire ou enfant 30€ bienfaiteur)
INCLUS	Liste des plantes observées



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

CUISINONS LES GLANDS !

ATELIER
REPAS
→ *Rochemaure*



Venez apprendre à reconnaître, récolter, préparer et cuisiner les glands des chênes…
Au programme :
• découverte des techniques de décorticage 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 → Rochemaure
CAPACITÉ	6 personnes maximum
PRIX	60 € repas inclus (30€ tarif solidaire 90€ bienfaiteur)
INCLUS	Fiches 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, → la Sablière (Le Teil)
CAPACITÉ	15 personnes maximum
PRIX	20€ (10€ tarif solidaire ou enfant 30€ bienfaiteur)
INCLUS	Petit livret de détermination

CONSERVES LACTOFERMENTÉES

ATELIER
DÉCOUVERTE
→ *Alba*



Un atelier pour découvrir la lactofermentation, une méthode simple, vivante et sans énergie pour conserver les légumes, certains fruits… et les plantes sauvages !
Le but : préparer un bocal lactofermenté, comprendre ce qu'il se passe, les conditions nécessaires, le matériel utile, et quelques précieux conseils.



Et bien sûr, vous repartez avec votre bocal !

DURÉE	1h
LIEU	Coquelicot & co → Alba-la-Romaine
CAPACITÉ	8 personnes maximum
PRIX	10 €
INCLUS	Fiche recette

