

# *Stage de botanique en Mercantour*

## **Itinéraire détaillé :**

**1er jour :** arrivée en fin d'après-midi. Présentation du programme du séjour et rencontre avec Alain Creton, votre intervenant  
Nuit à l'écogite de Villeplane.

### **2ème jour :**

Sortie de découverte des plantes aux alentours de Villeplane. Nous en profiterons pour cueillir de quoi réaliser notre première salade sauvage. Retour à l'écogite pour le déjeuner. Vers 15h30, présentation des recettes, cueillette en commun et atelier cuisine. Nous pourrons également commencer à récolter les plantes nécessaires pour les réalisations futures (liqueurs, préparations médicinales...).

Nuit à l'écogite de Villeplane.

### **3ème jour :**

Sortie de découverte des plantes alpines de montagne. Nous cueillerons en chemin de quoi préparer le plat traditionnel de nos ancêtres montagnards : le tourton pour le pique-nique. Nous continuerons à récolter les plantes nécessaires pour les réalisations futures (liqueurs, préparations médicinales). Nous rejoignons le gîte vers 16h.

Vers 17h, atelier réalisation de baumes, onguents, à usage médicinal.

Repas à l'écogite à partir de plantes sauvages évidemment.

Nuit à l'écogite de Villeplane.

### **4ème jour :**

Sortie de découverte des plantes des milieux secs et rocheux. En chemin nous cueillerons une belle salade de plantes de roches. Pique-nique sur le terrain.

Fin du séjour en fin d'après-midi.

**Attention : il faudra prendre vos voitures personnelles ou faire du covoiturage pour vous rendre au départ des randonnées prévues en dehors de Villeplane.**

**Le programme peut être modifié en fonction des aléas de la météo.**