

Fiche de stage

La flore de montagne aux Orres (Hautes Alpes)

5 jours Du dimanche 19 au samedi 25 juillet 2015

Public concerné : **tout public**

Date limite d'inscription : 1^{er} juin

Prix du stage : 259 € (hors hébergement-restauration-transport)

Lieu d'hébergement : Gîte Le Jas de la Viera

Nombre de participants maximum : 14 personnes

Au cœur de l'été, nous vous proposons d'observer un grand nombre de plantes de montagne en pleine floraison, à des altitudes différentes, dans des milieux très variés où la flore est très riche.

Ce stage s'adresse à toute personne voulant s'initier à la botanique et désireuse de découvrir la flore spécifique des Hautes Alpes, dans la vallée des Orres, au-dessus d'Embrun.

Il sera animé par Alain GUICHARD, botaniste autodidacte. Il anime des stages botaniques depuis plus de quatorze ans (FRAPNA, Domaine du Rayol, IFPA, Ecole des Plantes de Paris...).

Les excursions ayant lieu sur les sentiers de montagne, souvent caillouteux, il est nécessaire d'être en forme et bien chaussé. Les dénivelés modérés (Cf. programme en page suivante) et le rythme de marche, peu soutenu du fait des observations botaniques, permettent à ce stage d'être accessible à toutes et à tous.

A l'issue du séjour, chaque participant partira avec des documents et recevra la liste des plantes rencontrées. Une attention particulière à chaque participant... L'intérêt de la découverte en groupe pour s'enrichir mutuellement et partager, échanger ses connaissances, se constituer un réseau d'amateurs/de passionnés.

Accueil le dimanche soir à 18h, départ le samedi 25 juillet, après le petit déjeuner.

Balades à la journée sur pistes ou sentiers de montagnes.

Conditions d'hébergement :

L'hébergement, à la charge de chaque participant, est prévu : Gîte Le Jas de la Viera (1 400m) qui sera le camp de base du groupe (repas et salle de travail et de réunion). Au gîte, Line et Denis nous accueillent avec simplicité et disponibilité et proposent une cuisine inventive intégrant des produits frais du jardin.

Tarifs :

- ✓ pour le séjour, en demi-pension literie fournie, en chambre de quatre personnes,
- ✓ 276 € pour le séjour, en demi-pension literie fournie, en chambre de deux ou trois personnes.

Une réservation sera faite selon votre souhait et dans la limite des places disponibles

Accès SNCF : Gare d'Embrun



Bulletin d'inscription à retourner à l'association Mille et une Plantes

Nom : Prénom :

Souhaite réserver une participation pour personne(s) au stage Les Orres 5 jours

Adresse :

Tél. : Courriel :



Je suis d'accord pour que les photos sur lesquelles j'apparais puissent être utilisées pour la communication non payante de l'association.

Ne tardez pas, car les inscriptions aux stages ne sont validées qu'à réception de votre bulletin complété et accompagné d'un chèque d'arrhes de 100 € par personne, à l'ordre de Mille et une Plantes.

Nota Bene : Les arrhes sont encaissées et ne seront remboursées que si l'association se voit dans l'obligation d'annuler le stage.



Association Mille et une Plantes - 42 rue Sadi Carnot - B.P. 432 - 26402 CREST Cedex

Tel. 06.22.96.64.36 – courriel : milleetuneplantes@gmail.com web : <https://sites.google.com/site/milleetuneplantes/>

Déroulement du stage

Chaque jour sera l'occasion d'une sortie dans un lieu différent. En fin de journée, restitution des découvertes botaniques, classification des végétaux. Utilisations traditionnelles des plantes rencontrées pour leurs propriétés médicinales et/ou toxiques, tinctoriales, comestibles (fleurs, fruits, racines, feuilles à soupe, salades, etc.) Si souhaité, aide à la constitution d'un herbier.

Programme des excursions

(Donné à titre indicatif, l'ordre et les destinations des excursions seront établis fonction des conditions météo, de l'avancement des floraisons, ou de la dynamique du groupe).

Jour 1) Départ à pied du gîte dans le vieux village des Orres, sur la piste du Méale, le Haut Forest, versant sud avec des plantes de milieux chauds. Belle vue sur le lac de Serre-Ponçon. Environ 5 km et 150 m de dénivelé.

Jour 2) Hameau Le Château , balade sur piste au pied de grandes falaises exposées au sud puis bord du torrent de Vachères, nous trouverons de la Sarriette des montagnes, Orcanette, Phalangère, Bugrane, Environ 4 km et 100 m de dénivelé.

Jour 3) Du hameau du Mélezet . Parcours dans la forêt de Mélezet versant nord et milieux humides. Nous verrons la Clématite des Alpes (plante protégée), Benoite des ruisseaux, Pyrole à feuilles rondes, ...Parcours d'environ 5 km et 150 m de dénivelé.

Jour 4) Vallée du Rabiou à Chateauroux-les- Alpes et cascade de la Pisse, avec de nombreuses plantes à découvrir : dont l'*Astrantia minor* (Petite Astrance), *Aruncus dioicus* (Barbe de bouc), *Vicia sylvaticum* (Vesce des forêts). Environ 8 km avec 250 m de dénivelé.

Jour 5) Du hameau du Mélezet parcours sur une piste dans la forêt de Mazelière au bord du torrent de l'Yssalette avec milieux humides et versant nord. Nous pourrons observer la Grassette et le Lis orangé (plantes protégées) et bien d'autres. Environ 6 km et 150 m de dénivelé.

Organisation pratique :

- Si nécessaire, les déplacements en voiture seront effectués en covoiturage.
- Si vous avez des régimes alimentaires particuliers, ou des allergies, veuillez le mentionner en réservant votre hébergement et prévoir votre approvisionnement personnel.
- Pour les personnes peu sûres de leur équilibre, l'utilisation d'un bâton de marche peut être utile.
- Bonnes chaussures de marche sont nécessaires.
- Ne pas oublier de prévoir les protections solaires, crème et lunettes, ainsi que les vêtements chauds.

N'hésitez pas à téléphoner à Alain au 06.22.96.64.36 pour tout renseignement complémentaire.



Association Mille et une Plantes - 42 rue Sadi Carnot - B.P. 432 - 26402 CREST Cedex
Tel. 06.22.96.64.36 – courriel : milleetuneplantes@gmail.com web : <https://sites.google.com/site/milleetuneplantes/>