



Maisons des forêts Animations et ateliers

Programme Sept.- Déc. 2022

Saint-Étienne-du-Rouvray, Darnétal, Orival, mais aussi
Forêt Verte, Parc animalier, Arboretum du Petit charme
et d'autres milieux naturels

metropole-rouen-normandie.fr



métropole
rouennormandie

SEPTEMBRE 2022



L'animation a lieu
à l'accueil de loisirs
de Sotteville-lès-Rouen à
Saint-Étienne-du-Rouvray



L'animation a lieu à la
Maison des forêts à Orival



L'animation a lieu à la
Maison des forêts à Darnétal



L'animation a lieu
à l'Arboretum du Petit charme
(Carrefour Gustave, route
forestière du Petit Charme,
en forêt de Roumare)



L'animation a lieu au Parc
animalier en forêt de Roumare



L'animation a lieu au kiosque
d'information en forêt Verte
(Route du Parc)

Le programme d'animations et les jauges
sont donnés sans d'éventuelles restrictions
gouvernementales qui peuvent à tout
moment intervenir.



Vendredi 2

Découverte

Le brame du Cerf

Venez écouter le brame du cerf lors d'une balade à la tombée de la nuit en forêt accompagnée d'un agent de l'ONF. La vie du cerf n'aura plus de secret pour vous.

Animée par l'ONF

Tout public à partir de 8 ans

Sur réservation (max 25 personnes)

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

À partir de 20h

En Forêt de Roumare

Le lieu de rendez-vous vous sera confirmé par mail ainsi que les consignes de sécurité

Samedi 3

Découverte



Les animaux forestiers

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 6 ans

Sur réservation (max 25 personnes)

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 14 h 30 à 16 h 30



Dimanche 4



Atelier

Le peuple des arbres

Identifie-toi en arbre à travers un dessin mixant l'homme et la nature !

Atelier peinture - pensez à prendre une tenue qui ne craint pas les tâches

Animé par l'Atelière 76

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation (max 20 fabricants)

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 14 h 30 à 16 h 30

Dimanche 4



Découverte

Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Entouré des sons des bols chantants et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage dans le temps et au cœur de la nature grâce à ces instruments envoûtants.

Animé par le murmure des arbres

6€ la séance (-12 ans gratuit)

Sur réservation (max 30 personnes) :

lemurmuredesarbres@laposte.net

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30

Vendredi 9

Découverte

Le brame du cerf

Venez écouter le brame du cerf lors d'une balade à la tombée de la nuit en forêt accompagnée d'un agent de l'ONF. La vie du cerf n'aura plus de secret pour vous.

Animée par l'ONF

Tout public à partir de 8 ans

Sur réservation (max 25 personnes)

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

À partir de 20h

En Forêt de Roumare

Le lieu de rendez-vous vous sera confirmé par mail ainsi que les consignes de sécurité

Samedi 17



Atelier

S'approprier l'autohypnose - niveau débutant

Saviez-vous qu'il est possible de se mettre seul en état d'hypnose ?

Pour : gérer son stress et ses émotions, s'apaiser, faciliter son sommeil, se détendre. Et mon petit plus : pratiquer l'hypnose relaxante en famille. Le tout, dans le cadre le plus propice possible : la forêt.

Animé par M. Courval

Sur réservation (max 14 participants)

www.atypiqueatout.fr

Tarif 40 €

De 10h à 12h

Samedi 17



Découverte

Nordic Yoga

Venez découvrir une nouvelle forme de Yoga, un yoga qui marche, une marche dynamique qui respire... des postures uniques et précises avec les bâtons.

Au fil de la séance, connectés à la nature, vous retrouvez harmonie du corps et de l'esprit.

Animée par la Métropole et My Sport Nature

À partir de 16 ans uniquement, bonne condition physique.

Prévoir des baskets, une tenue confortable, de l'eau et des bâtons de marche nordique (Prêt de bâtons si besoin), parcours de 6 km environ.

Sur réservation (max 12 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 10h à 12h

Samedi 17



Découverte

Balade Sophro-nettoyage de la forêt du Madrillet

Lors d'une sophro-balade venez associer les bienfaits d'une balade en forêt à la sophrologie pour vous reconnecter à vous et à la nature. Alliez l'utile à l'agréable pour ramasser les déchets trouvés le long du parcours.

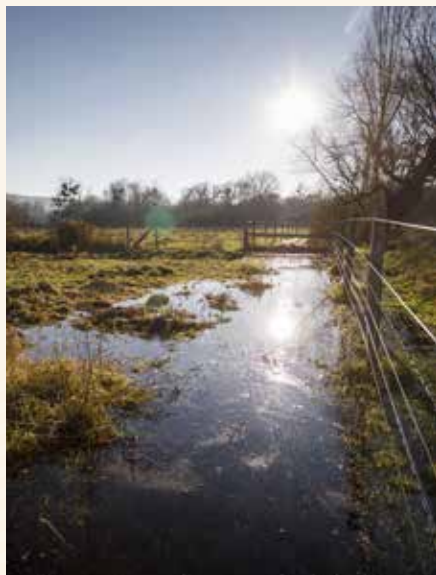
Animée par L'écho des sens

À partir de 6 ans

Sur réservation : 06 73 42 07 89 ou

lechodesens.asso@gmail.com

De 10h à 12h



Samedi 17

Découverte

Découverte du Marais du Trait

Prévoir des bottes

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation (max 30 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h30 à 16h30

976, rue Maréchal Galliéni au Trait - Marais du Trait

Dans le cadre des journées européennes du patrimoine

Dimanche 18

Atelier



Mandibule et compagnie

Lors d'un chantier de fouilles reconstitué venez apprendre les techniques de fouille d'un squelette, connaître la constitution de notre corps et en savoir plus sur les pratiques funéraires de nos ancêtres.

Animé par Alternative Archéologique

De 6 à 12 ans

Sur réservation (12 enfants maximum) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 11h à 12h

Dans le cadre des journées européennes du patrimoine

Samedi 24

Découverte



Les arbres

Venez apprendre à reconnaître facilement les feuilles des arbres, leurs écorces et leurs fruits au travers d'une sortie en forêt complétée par un atelier de fabrication en salle.

Animée par la Métropole

De 3 à 5 ans

Sur réservation (max 15 fabricants) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 10h à 12h



Dimanche 25

Découverte



Les champignons de nos forêts

Venez découvrir les secrets des champignons de nos forêts lors d'une balade (sans cueillette). À l'aide d'un mycologue vous pourrez apprendre à distinguer les espèces amies et comestibles des champignons dangereux.

Animée par Anim Action

Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation (max 16 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 17h

OCTOBRE 2022

Samedi 1^{er}



Découverte

Marche nordique family

Venez découvrir en famille la marche nordique lors d'un moment convivial. Au programme échauffement, découverte de la technique de la marche nordique et jeux.

Animée par la Métropole et My Sport Nature

À partir de 8 ans - inscription par duo 1 enfant / 1 parent - bonne condition physique

Prévoir des baskets, une tenue confortable, de l'eau et des bâtons de marche nordique (Prêt de bâtons si besoin) - parcours de 6 km environ

Sur réservation (max 16 duos) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 10h à 12h



Dimanche 2



Après-midi nature

Grand jeu

Venez participer en famille à plein de petits jeux sur nos forêts en salle.

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 6 ans

Sur réservation :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14 h 30 à 17h

Samedi 8



Découverte

Labo forestier Volet 4 : Jeunes pousses, graines de forêt

C'est l'automne, le temps de la récolte est venu. Au programme : entretien des jeunes pousses et collecte conviviale de graines pour regarnir la plantation.

Animée par la Métropole et l'ONF

Apporter : gants, masques, sécateurs, bottes, vêtements adaptés

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 17h



Dimanche 9



Découverte

Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Entouré des sons des bols chantants et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage dans le temps et au cœur de la nature grâce à ces instruments envoûtants.

Animé par le murmure des arbres

6€ la séance (-12 ans gratuit)

Sur réservation (max 30 personnes) :

lemurmuredesarbres@laposte.net

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30

Samedi 15



Atelier

S'approprier l'autohypnose - niveau intermédiaire

Saviez-vous qu'il est possible de se mettre seul en état d'hypnose ?

Pour : gérer son stress et ses émotions, s'apaiser, faciliter son sommeil, se détendre. Et mon petit plus : pratiquer l'hypnose relaxante en famille. Le tout, dans le cadre le plus propice possible : la forêt.

Animé par M. Courval

Sur réservation (max 14 participants)

www.atypiqueatout.fr

Tarif 40 €

De 10h à 12h

Samedi 15

Après-midi nature

Les 4 saisons du parc

Les Maisons des forêts seront présentes au parc naturel urbain du Champ des Bruyères en compagnie de FiBois Normandie pour parler de la forêt et des utilisations du bois mais aussi présenter les candidats du concours "Bois & Design, un concours révélateur de pépites!"

Dimanche 16

Atelier



Cabinet de curiosité : la faune fantaisiste

Beaucoup de forêts sont propices à la célébration des monstres et de toutes sortes de créatures fantastiques. Notre forêt en contient-elle ? Qui bien sûr ! Et de très curieux même ! Inquiétants ou bénéfiques. Ils surgiront de notre imaginaire et chacun réalisera sa créature en bois et autres matériaux naturels.

Animé par Le Ludokiosque - À partir de 5 ans

Sur réservation (max 20 personnes) :

mireillemartinil3@gmail.com

De 14 h 30 à 17h



Samedi 22



La forêt des tout-petits

Animations sensorielles pour les 18-36 mois.

En forêt

Animée par la Métropole

Sur réservation (max 20 enfants) : [maisons-des-forets@](mailto:maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr)

[metropole-roven-normandie.fr](mailto:maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr)

De 10h à 11h 30



Samedi 22



Découverte

De l'arbre au bois

Venez découvrir les étapes des travaux forestiers et les effets sur nos forêts du changement climatique.

Démonstration de débardage mécanique et à cheval, scierie mobile;

Animée par la Métropole, l'ONF, l'URCOFOR, le CRPF et FiBois Normandie

De 14h à 17h 30

Dimanche 23



Découverte

Découverte de la faune du sol pour les petits

Animée par la Métropole

Pour les 3-5 ans

Sur réservation (max 15 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 10h à 11h 30



Dimanche 23



Atelier

Les mystères de l'hibernation

Hiberner ou Hiverner ? Migrer ou rester sur place ? Les animaux ont tous leurs propres techniques pour passer l'hiver. En famille et surtout en équipe, venez découvrir les différentes stratégies du règne animal pour passer la plus dure des périodes de l'année. Jeux de réflexions et d'équipe pour les petits comme pour les grands.

Animé par la Métropole et le CHENE

Tout public à partir de 6 ans, atelier en salle

Sur réservation (max 25 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14 h 30 à 16 h 30



Mardi 25



Atelier

Gnomes des bois

Avec des pigments naturels, les participants imaginent, dessinent et peignent sur du papier cartonné des petits « êtres de la terre » imaginaires. La création est complétée d'éléments naturels glanés aux alentours.

Animé par la Métropole et E Comelet

Tout public à partir de 6 ans

Sur réservation (max 12 fabricants) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 16h



Jeudi 27

Découverte



À vos sens

Venez découvrir les incroyables sens des animaux, puis tester vos propres sens lors d'ateliers ludiques.

Animée par la Métropole et le Muséum d'Histoire Naturelle de Rouen

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation (max 14 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14 h à 15 h



Vendredi 28

Atelier



Squelette en cotons-tiges

Après avoir observé notre collection de crânes venez fabriquer le squelette en coton-tige d'un animal de la forêt.

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation (max 30 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 15h30

Samedi 29

Découverte



La forêt la nuit ça fait peur ?

Atelier de fabrication de photophore d'Halloween suivi d'une sortie nocturne.

Animée par la Métropole

À partir de 6 ans

Sur réservation (max 25 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 18h à 20h30

Lundi 31

Contes



Étranges contes de l'étrange

Spectacle conté et musical.

Animés par L. MOUTON et T. LALOYER et mis en musique par B. JOUANDON

À partir de 16 ans uniquement

Sur réservation (max 70 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 19h à 20h15



Lundi 31

Contes



Contes à faire peur

La nuit arrive. Venez frissonner en écoutant les contes à faire peur au cœur de la forêt de Roumare.

Animés par Mille choses à dire

À partir de 8 ans

Sur réservation (max 20 personnes) : [maisons-des-forets@](mailto:maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr)

metropole-roven-normandie.fr

De 18h à 19h

NOVEMBRE 2022

Les maisons des forêts sont fermées le 1^{er} novembre

Mercredi 2



Atelier

Land art d'automne

Collecter, rassembler les feuilles colorées et les matériaux naturels présents en forêt. Jouer avec les formes et les couleurs de l'automne et réaliser les motifs de son tapis végétal imaginaire.

Animé par le Ludokiosque - Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation (max 25 personnes) :

ludokiosque@gmail.com

De 14 h 30 à 16 h 30



Mercredi 2



Atelier

Faune et Miyazaki

Partez à la chasse des créatures fantastiques des films d'Hayao Miyazaki (Nausicaä et Princesse Mononoke) en découvrant en parallèle la faune de nos forêts. La balade sera suivie d'un atelier de fabrication d'un sylvain en porcelaine froide.

Animée par la Métropole

À partir de 10 ans, 4 € 10 par fabricant

Sur réservation (10 fabricants max) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 16h

Jeudi 3



Atelier

Le labo des Maisons des forêts

Venez participer à de petites expériences scientifiques et ludiques afin d'apprendre en s'amusant !

Animé par la Métropole - Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation (max 25 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 16h

Dimanche 6



Grand jeu

Rallye

Animé par la Métropole - Tout public à partir de 6 ans

Sur réservation (max 10 équipes) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14 h 30 à 16 h 30

Dimanche 13



Atelier

Collage « ambiance forestière »

Animé par la Métropole

Sur réservation (max 15 enfants) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 15 h 30



Samedi 19



Découverte

3-5 ans faune

Apprenons ensemble à découvrir les terriers, empreintes et autres traces des animaux.

Animée par la Métropole

Sur réservation (max 15 enfants) : maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

[metropole-roven-normandie.fr](mailto:maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr)

De 14h à 15 h 30



Samedi 19



Quiz faune

Venez tester vos connaissances sur les animaux de nos forêts lors de plusieurs petits quiz en salle : détermination d'empreintes, détermination de crânes, quiz sonore.

Animé par la Métropole

Sur réservation (max 15 enfants) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14h à 16 h 30



Dimanche 20



Découverte

Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Entouré des sons des bols chantants et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage dans le temps et au cœur de la nature grâce à ces instruments envoûtants.

Animé par le murmure des arbres

6€ la séance (-12 ans gratuit)

Sur réservation (max 30 personnes) :

lemurmuredesarbres@laposte.net

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30

Samedi 26



Atelier

S'approprier l'autohypnose - niveau débutant

Saviez-vous qu'il est possible de se mettre seul en état d'hypnose ?

Pour : gérer son stress et ses émotions, s'apaiser, faciliter son sommeil, se détendre. Et mon petit plus : pratiquer l'hypnose relaxante en famille. Le tout, dans le cadre le plus propice possible : la forêt.

Animé par M. Courval

Sur réservation (max 14 participants) www.atypiqueatout.fr

Tarif 40 €

De 10h à 12h



Dimanche 27



Atelier

Fabrication d'un calendrier de l'Avent !

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation (max 10 fabricants) :

maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

4,10 € la séance

De 10h à 12h



Dimanche 27



Après-midi nature

Les Noël's du monde

Venez participer à des ateliers, sortie et contes sur les traditions de Noël.

Tout public à partir de 7 ans

Animé par la Métropole et Milles choses à dire

Sur réservation : maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr

De 14 h 30 à 17h



DÉCEMBRE 2022

Les Maisons des forêts seront fermées du samedi 17 décembre 2022 au lundi 2 janvier 2023 inclus.

Samedi 3



Randonnée nature

Randonnée des 13 chênes en forêt de Roumare

Animée par la Métropole

Prévoir bonnes chaussures et bouteilles d'eau - parcours de 7,5 km

Tout public à partir de 8 ans

Sur réservation (max 30 personnes) :

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 14h à 17h

Dimanche 4



Découverte

Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Entouré des sons des bols chantants et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage dans le temps et au cœur de la nature grâce à ces instruments envoûtants.

Animé par le murmure des arbres

6€ la séance (-12 ans gratuit)

Sur réservation (max 30 personnes) :

lemurmuredesarbres@laposte.net

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30

Dimanche 4



Atelier

Trophée de renne des neiges

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 8 ans

Sur réservation (max 10 fabricants) :

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

4€10 la séance

De 14 h 30 à 16 h 30

Dimanche 11



Atelier

Décoration de Noël en éléments naturels

Réaliser des étoiles, des petits rennes ou sapins avec des tiges de fougère ou de noisetier, confectionner la déco de table ou une couronne, des boules en mousse... c'est préparer un Noël paré de toutes les couleurs de la Nature.

Animé par le Ludokiosque

Tout public à partir de 6 ans. Sur réservation (max 25

personnes) : ludokiosque@gmail.com

6 € par personne

De 10 h 30 à 12 h 30 ou de 14 h 15 à 16 h 15





Sylviculture !

Vous avez dit
sylviculture ?

La sylviculture, du latin *silva* « forêt » et *cultura* « culture » désigne, comme son nom l'indique, la culture de la forêt. C'est le forestier qui exerce cette culture.

En effet, les forêts, en plus d'être des réservoirs de biodiversité, sont également une importante source de matériaux durables pour l'Homme. Afin d'optimiser cet aspect, le travail du forestier est indispensable. Sa mission est notamment de choisir quels arbres fourniront la meilleure ressource en bois, généralement les arbres au fût bien droit ! Il faudra faire de la place autour de ceux-ci pour les laisser se développer au mieux, en coupant les arbres alentours, qui deviendront quant à eux de la pâte à papier ou bien du bois énergie.

Aujourd'hui le travail du forestier est également très important pour le futur de nos forêts, car c'est à lui que revient la lourde tâche d'anticiper au mieux les effets du changement climatique. Ainsi, depuis plusieurs années, les forestiers de l'Office National des Forêts suivent l'état des forêts et expérimentent en plantant quand c'est nécessaire des essences plus résilientes.





INFOS PRATIQUES

Ce programme est susceptible d'être modifié. Les animations et ateliers proposés dans les Maisons des forêts sont mis à jour régulièrement sur le site internet de la Métropole et sur la page facebook des Maisons des forêts.

HORAIRES D'OUVERTURE

LES MAISONS DES FORÊTS

sont ouvertes au grand public en fonction des animations programmées et sur réservation.

POUR PLUS D'INFORMATIONS

sur les Maisons des forêts, pour télécharger un plan d'accès...
N'hésitez pas à consulter notre site internet
ou notre page Facebook.

Toutes les activités mentionnées sont sous la responsabilité des parents ou d'un adulte accompagnant.

Les réservations doivent être faites 48 heures à l'avance.
Les activités en extérieur peuvent être annulées en fonction des conditions météo.

Pour faciliter votre venue, les Maisons des forêts affichent des petits pictogrammes qui vous renseignent sur l'accessibilité des animations.



INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS :

Maisons des forêts

maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

Tél. 02 35 52 93 20

www.facebook.com/maisonsdesforets

[maisons_des_forets](https://www.instagram.com/maisons_des_forets)

www.pinterest.fr/MetropoleRN/maisons-des-forets

Métropole Rouen Normandie

LE 108

108 ALLÉE FRANÇOIS MITTERRAND

CS 50589

76006 ROUEN CEDEX

Tél. 02 35 52 68 10 - Fax 02 35 52 68 59

www.metropole-rouen-normandie.fr