

Maisons des forêts

Animations et ateliers



Mai • Août 2023

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

MAI



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)



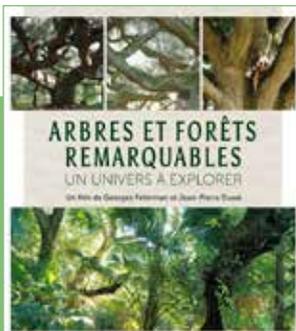
L'animation a lieu au **Marais du Trait**
Rendez-vous au parking 925 rue Maréchal-Galliéni au Trait

Retrouvez le programme des Maisons des forêts, les évènements et les retours en images sur Facebook <https://www.facebook.com/Maisonsdesforets>

Jeudi 4 Ciné débat Arbres et forêts remarquables 2: un univers à explorer

Animé par la Métropole et ses partenaires
À partir de 15 ans
Tarifs : Normal 9,20€ ; Réduit 7,20€ ; Solidaire et social 5,50€ ; Moins de 26 ans 4,50€ (plus d'informations sur le site de l'OMNIA)
De 18h à 20h30

À l'OMNIA de Rouen



Samedi 6 Découverte La faune du sol pour les 3-5 ans

Venez découvrir les petites bêtes du sol de nos forêts. Lors d'une chasse à vue, nous capturerons les animaux du sol puis nous les nommerons avant de finir par un dessin d'observation en salle.

Animée par la Métropole
Pour les 3-5 ans
Sur réservation (20 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 10h à 12h



Dimanche 7 Atelier Fabrication d'insectes métallisés

Venez fabriquer votre maquette d'insectes en 3 dimensions en papier noir et métallisé

Animé par la Métropole
À partir de 7 ans, 4€10 par fabricants
Sur réservation (15 fabricants): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Vendredi 12 Sortie nocturne Suivi et recensement des amphibiens

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 7 ans
Sur réservation (max 15 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 20h à 22h30 (horaires à confirmer)

Animation inscrite par le Département de la Seine-Maritime dans le cadre des sorties nature sur les espaces naturels sensibles (ENS) et le littoral



Dimanche 14 Découverte Sophrobalade « parent/enfant »

Animée par L'écho des sens et la Maison pour tous de Sotteville-lès-Rouen
Dès 6 ans, tarif pour le duo allant de 13€ à 17€
Inscription et tarif auprès de la Maison pour Tous de Sotteville-lès-Rouen: mpt.accueil@orange.fr ou au 02 35 72 31 05
De 10h à 12h



Dimanche 14 Découverte Sophrobalade « Format-âge »

Animée par L'écho des sens
Dès 12 ans, 20€ par personne
Inscription obligatoire au 06 73 42 07 89 ou sophrobalades@gmail.com
De 14h à 16h



Dimanche 14 Après-midi nature Les petites bêtes du sol

Venez participer à une sortie de la recherche des petites bêtes et fabrication d'un insecte fou dans l'esprit d'un cabinet de curiosité

Animé par la Métropole et ses partenaires
Tout public à partir de 5 ans
Sur réservation (max 30 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 17h



Dimanche 21 Randonnée Randonnée au Parc animalier

Animée par la Métropole
Venez découvrir les animaux du parc animalier de Roumare lors d'une balade d'environ 5Km
Tout public à partir de 6 ans
Sur réservation (max 30 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 17h

Dans le cadre de la Journée Internationale de la Biodiversité



Dimanche 21 Découverte Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Entourés 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

Animée 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



Les Maisons des forêts seront présentes sur le Festival



Samedi 27 Découverte Les oiseaux du marais du Trait

Venez assister à une sortie commentée par un ornithologue. Les oiseaux du marais du Trait n'auront plus de secrets pour vous.

Animée par la Métropole et le GONM
Tout public à partir de 7 ans
Sur réservation (max 25 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30

Dans le cadre de la fête de la nature

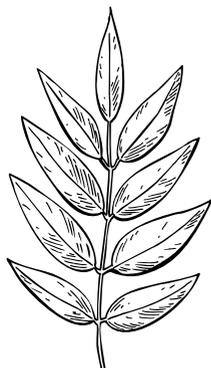




Dimanche 4
Atelier
À la découverte des plantes mellifères et fabrication de papier à germer

Une fois en terre et en y ajoutant un peu d'eau vous pourrez regarder pousser un mélange de plantes à fleurs pour aider les insectes pollinisateurs, un beau cadeau utile pour la nature !

Animé par la Métropole
Tout public à partir de 7 ans
Sur réservation (max 15 fabricants) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Vendredi 9
Sortie nocturne
Labo forestier Volet 7 : Balade nocturne à la découverte des ailes de la nuit

Les chauves-souris, seuls mammifères volants, évoluent dans le noir le plus complet et véhiculent toutes sortes de fantômes ! Pourtant, bien loin de Dracula et du Covid, ce sont des espèces essentielles à la diversité et à la bonne santé de nos forêts dans lesquelles elles trouvent le gîte et le couvert.

Animée par la Métropole, l'ONF
Tout public à partir de 8 ans
Sur réservation (15 personnes maximum) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 20h30 à 23h30



Dimanche 11
Après-midi nature
On se fait une p'tite mousse ?

Venez découvrir les secrets du monde caché des mousses et des lichens de nos forêts. Pour cela plusieurs temps forts vous sont proposés : sortie naturaliste, atelier land art et atelier de fabrication d'un bateau nature.

Animé par la Métropole et ses partenaires
Tout public à partir de 7 ans
Sur réservation : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 17h

Animation inscrite par le Département de la Seine-Maritime dans le cadre des sorties nature sur les espaces naturels sensibles (ENS) et le littoral.



Dimanche 18
Atelier
Patouille et gadoue

Atelier sensoriel où vous formerez des insectes en boue sur les arbres et les décorerez avec des éléments naturels

Animé par la Métropole
Tout public à partir de 5 ans
Sur réservation (max 10 enfants) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h à 16h



Mercredi 11
Événement
Fête du solstice

Lors de ce grand après-midi festif nous vous proposons un atelier de fabrication de pièce d'argile en continu de 15h à 18h30, suivi d'une fabrication sur place d'un « four papier » de 18h30 à 20h30 qui servira à cuire ces pièces. De 21h à 22h vous pourrez profiter d'un concert d'inauguration d'un totem installé sur place. Mise en route du « four papier » à 22h puis de 22h30 à 23h30 venez clôturer la soirée par une méditation sonore autour du four.

Vos œuvres en argile seront disponibles le jeudi 22 juin sur place de 10h30 à 13h pensez à venir les récupérer !

Animé par la Métropole, le murmure des arbres et le son d'argile
Tout public
De 15h à 23h30



4 saisons du Parc



Dimanche 25
Atelier
Les coléoptères sous la loupe du dessinateur

Atelier de dessin de coléoptères : des pas à pas sont mis à disposition et un accompagnement individualisé est proposé. Les dessins sont mis en couleur avec des pigments d'indigo, transformés en peinture sur place.

Animé par la Métropole et Eveline COMELET
À partir de 8 ans
Sur réservation (max 15 enfants) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h à 16h

Dimanche 25
Découverte
4 saisons du Parc

A chaque saison, le Parc s'anime le temps d'un week-end : des ateliers, balades, expositions, rencontres pour petits et grands sont proposés par la Métropole et ses partenaires.

Spipoll de 14h à 14h45
Rallye sensoriel de 15 à 17h
Tout public à partir de 6 ans
Inscription à venir sur : <https://www.metropole-rouen-normandie.fr/les-4-saisons-du-parc>



Dimanche 25
Découverte
Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Voyage au sons des bols chantant, du chant des oiseaux et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage au cœur de la nature grâce à ces instruments envoûtants

Animée 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 30
Sortie nocturne
Suivi et recensement des amphibiens

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 7 ans
Sur réservation (max 15 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 20h à 22h30 (horaires à confirmer)



Samedi 1^{er} Atelier Peinture végétale

Créer sa peinture à partir de légumes ? C'est possible ! Venez découvrir la peinture végétale et expérimenter des techniques différentes : peinture au sel, empreintes, changement de couleurs. Attention ça tâche pensez à prendre des vêtements qui ne craignent rien.

Animé par la Métropole
Tout public à partir de 7 ans
Sur réservation (max 25 personnes) :
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h



Dimanche 2 Grand jeu Rallye photo et dessin

À l'aide de notre carte trouvez les points d'intérêts soit à photographier, soit à dessiner selon les défis qui vous seront proposés. Vous apprendrez ainsi à prendre le temps d'observer les détails de la forêt.

Animé par la Métropole
Tout public à partir de 7 ans, Prendre un smartphone ou un appareil photo.
Sur réservation (max 25 personnes) :
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Dimanche 9 Découverte Balade d'initiation à la découverte des plantes sauvages et médicinales de l'été

Avec Marie-Laure Giannetti, herbaliste, vous vous initiez à l'identification des plantes médicinales de l'été : connaître leurs propriétés, savoir les utiliser en toute sécurité et dans le respect de l'environnement. Cette balade sera suivie d'un atelier pour confectionner un macérat huileux.

Animé par l'Atelier des Sens
20€ pour une personne, 36€ pour un duo, gratuit pour les enfants de moins de 13 ans
Tout public à partir de 8 ans
Sur réservation (maximum 30 personnes) : 06 89 85 96 24 ou atelierdessens@ecmail.fr
De 14h à 17h



Dimanche 9 Après-midi nature Grands jeux

Venez jouer en famille à des grands jeux extérieurs : rallye, olympiades et plein d'autres activités.

Tout public à partir de 5 ans
Sur réservation : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 17h



Dimanche 9 Découverte Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Voyage au sons des bols chantants, du chant des oiseaux et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage au cœur de la nature grâce à ces instruments envoûtants

Animée 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



Du lundi 10 au jeudi 13 Stage Nature - Stage CARDERE La nature en été, quelle activité !



C'est l'été, la nature déborde d'activités : les feuilles des arbres se gorgent de soleil pour fabriquer leur précieuse sève, les chenilles les grignotent goulûment, les insectes transportent sans cesse le précieux pollen que les fleurs leur offrent, les couples d'oiseaux nourrissent inlassablement leurs oisillons au nid... Notre programme est très chargé si l'on veut observer tout ce qui se passe dans la nature en été !

Nous partirons à travers bois, clairière, mare, afin d'explorer et de nous émerveiller ensemble devant un tel fourmillement de vie sauvage autour de nous !
Sur réservation au 02 35 07 44 54 ou à karine.lokay@cardere.org
De 7 à 12 ans (Prévoir un pique-nique pour le midi et un goûter)
Horaires : 9h - 17h. Accueil à partir de 8h30 et jusqu'à 17h30.

Pas de stage le 14 juillet

Les déplacements, s'il y a lieu, sur d'autres sites naturels se feront en transport en commun, les parents seront avertis par message au minimum la veille.

Encadrement : 2 adultes, dont un animateur spécialisé en éducation à l'environnement et un co-encadrant.

20 € par jour + 12 € d'adhésion annuelle pour l'année scolaire, la cinquième journée est offerte

L'association se réserve le droit d'annuler un stage dans le cas d'un nombre insuffisant de participants. Les inscriptions sont prises pour l'ensemble du stage (4 ou 5 jours) et non à la journée.



Lundi 3 juillet Ouverture des inscriptions au Bivouac sous la lune des 9 et 10 septembre 2023

my.weezevent.com/bivouac-sous-la-lune





Mardi 11
Découverte
Yoga des 3-5 ans

Venez découvrir en forêt, avec vos enfants, des positions de yoga faciles qui imitent notamment les animaux

Animée par la Métropole
Pour les 3-5 ans, dépendant des conditions météorologiques
Sur réservation (max 15 personnes):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 10h30 à 11h30



Jeudi 13
Atelier
Fabrication de cabanes

Comme Robinson, amusez-vous à fabriquer votre cabane.

Animé par la métropole
À partir de 7 ans
Sur réservation (max 30 personnes):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 14h30 à 16h30

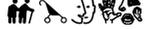


Mardi 18
Découverte
La forêt des tout-petits

Animations sensorielles en forêt pour les 18-36 mois

Animée par la Métropole
Sur réservation (max 20 enfants):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 10h00 à 11h30



Samedi 22
Découverte
Balade contée à la découverte des bienfaits des plantes sauvages

Les histoires d'une conteuse-herbaliste vous emmèneront voyager dans le monde incroyable des plantes et de leurs vertus, une nouvelle manière de découvrir ou redécouvrir le marais du Trait!

Tout public à partir de 8 ans
Sur réservation (max 30 personnes):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 14h30 à 17h



Samedi 22
Découverte
Les reptiles

Venez participer à une balade afin d'en apprendre plus sur les reptiles de Normandie, en parcourant leur milieu de vie. Au détour du chemin, vous aurez peut-être la chance d'apercevoir un de ces représentants.

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 10 ans, prévoir de bonnes chaussures, dépendant des conditions météo
Sur réservation (max 15 personnes):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 9h30 à 11h30

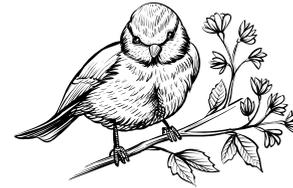


Dimanche 23
Grand jeu
Escap'Arboretum

Dans l'Arboretum du Petit Charme de Roumare sauras-tu résoudre les énigmes afin d'en sortir sans embûches? Jeu familial regroupant des énigmes et de l'observation

Tout public à partir de 6 ans
Sur réservation (max 10 équipes):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 14h30 à 16h30



Mardi 25
Randonnée
Randonnée matinale au lever du jour

Venez faire un tour en forêt de bon matin, l'occasion de prendre un bol d'air et d'apercevoir la nature se réveiller.

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 10 ans, prévoir de bonnes chaussures, une boisson chaude ou froide et un encas.

Randonnée de 7km, attention bon marcheur uniquement, certains passages sont difficiles et à flanc de coteaux.

Sur réservation (max 20 personnes):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 6h à 9h



Jeudi 27
Découverte
La nature à ton rythme

Venez participer à un après-midi de découverte de la faune et la flore en toute liberté. Du matériel de naturaliste sera mis à votre disposition et l'équipe d'animation sera présente pour conseiller les enfants et les aider à la détermination de leurs trouvailles.

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 8 ans
Sur réservation (max 20 personnes):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Du lundi 17 au vendredi 21
Stage nature - Stage CARDERE
Contemplant les plantes

Les plantes nous sont bien utiles : elles nous habillent, nous nourrissent, nous soignent... et nous émerveillent. Nous partirons à leur recherche à travers bois, collines et chemins. Nous apprendrons ensemble à les observer, les reconnaître et surtout à les préserver. Nous découvrirons également toute la vie animale qui gravite autour d'elles : insectes transporteurs de pollen, chenilles et limaces gourmandes et la compagnie des terribles végétariens...

Sur réservation au 02 35 07 44 54 ou à karine.lokay@cardere.org
De 7 à 12 ans (Prévoir un pique-nique pour le midi et un goûter)
Horaires : 9h - 17h. Accueil à partir de 8h30 et jusqu'à 17h30.

Les déplacements, s'il y a lieu, sur d'autres sites naturels se feront en transport en commun, les parents seront avertis par message au minimum la veille.

Encadrement : 2 adultes, dont un animateur spécialisé en éducation à l'environnement et un co-encadrant.

20 € par jour + 12 € d'adhésion annuelle pour l'année scolaire, la cinquième journée est offerte

L'association se réserve le droit d'annuler un stage dans le cas d'un nombre insuffisant de participants. Les inscriptions sont prises pour l'ensemble du stage (4 ou 5 jours) et non à la journée.



Mercredi 2

Découverte

La forêt des tout-petits

Animation sensorielle en forêt afin de faire découvrir la forêt par la vue, l'odorat, le toucher et l'ouïe

Animée par la métropole
De 18 à 36 mois
Sur réservation (max 20 enfants):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 10h à 11h30



Jeudi 3

Découverte

Le laboratoire des maisons des forêts

L'instant d'un atelier en salle transformez-vous en mini-scientifiques et réalisez des expériences ludiques et variées

Animée par la métropole
À partir de 7 ans
Sur réservation (max 10 familles):
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr

De 14h30 à 16h30



Samedi 5

Sortie nocturne

À la découverte des chauves-souris

Venez découvrir le monde obscur des chauves-souris grâce à des sorties, un atelier manuel et un grand jeu.

Animée par la Métropole et ses partenaires
Tout public à partir de 8 ans
Sur réservation : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 20h à 22h



Dimanche 6

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 ».

Animé par la Métropole
À partir de 10 ans, 4€10 par fabricant
Sur réservation (maximum 10 fabricants): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h à 16h



Mardi 8

Découverte

Les arbres de la Forêt Verte

Lors d'une balade commentée familiale venez découvrir et apprendre à reconnaître les principaux arbres de la forêt Verte

Animée par la Métropole
À partir de 7 ans, prévoir de l'eau
Sur réservation (maximum 30 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Mercredi 9

Découverte

Jeux ludiques et sensoriels

Venez tester vos sens lors de jeux d'adresse et de jeux tactiles réalisés avec des matériaux de la forêt

Animé par la Métropole et Scénario Ethique et Thocs
Tout public à partir de 5 ans
Sur réservation (maximum 25 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Samedi 12

Randonnée

Randonnée dans la Londe Rouvray

Venez explorer les sentiers de la forêt de la Londe-Rouvray dans le secteur de la Londe. Petits chemins, grand bol d'air et bonne fatigue sont au programme!

Animée par la Métropole
Randonnée de 9 km, bonne condition physique nécessaire.
Tout public à partir de 10 ans, prévoir de bonnes chaussures et de l'eau.
Sur réservation (max 20 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 17h30

Rendez-vous au bout de l'impasse de la Rue des merisiers La Londe



Dimanche 13

Découverte

Découverte des micromammifères

À la suite d'une présentation des principales espèces, vous pourrez déterminer des crânes et autres ossements de micromammifères contenus dans des pelotes de réjections de rapaces nocturnes

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 8 ans
Sur réservation (max 30 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Vendredi 18

Découverte

Les papillons de Normandie

Venez apprendre à reconnaître les papillons qui voleront autour de nous lors d'une balade en forêt

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 8 ans
Sur réservation (maximum 15 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30 dépendant des conditions météo

Prévoir de bonne chaussure et de l'eau



Samedi 19

Découverte

La balade des bons gestes

Lors d'une balade familiale vous devrez analyser plusieurs situations où des animaux seront en mauvaises postures (blessures, etc.) puis vous devrez trouver quelles sont les meilleures réactions à avoir face à ces animaux. Le tout grâce aux précieux conseils de l'animateur du CHENE.

Animé par la métropole et le CHENE
À partir de 8 ans
Sur réservation (max 25 personnes): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h30



Dimanche 20

Découverte

Voyage sonore aux sons des bols chantants

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion... Voyage sonore aux sons des bols chantant, du chant des oiseaux et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage 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



Mardi 22

Découverte

Parcours pieds nus

Venez vous balader pieds nus en forêt sur un parcours naturel puis un parcours fabriqué par vos soins afin d'expérimenter plusieurs textures naturelles. Sensations garanties!

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 5 ans
Sur réservation (maximum 20 personnes par séance): maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h à 15h et de 15h15 à 16h15 dépendant des conditions météorologiques





Judi 24
Découverte
Les libellules et demoiselles

Venez découvrir le monde des libellules et des demoiselles, leurs vies aquatique et terrestre. Observation et capture seront au programme.

Animée par la Métropole
Tout public à partir de 6 ans
Sur réservation (maximum 15 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 10h à 12h dépendant des conditions météorologiques

Prévoir de bonne chaussure et de l'eau



Samedi 26
Découverte
Yoga des 3-5 ans

Venez découvrir en forêt, avec vos enfants, des positions de yoga faciles qui imitent notamment les animaux de manière ludique.

Animée par la Métropole
Pour les 3-5 ans, dépendant des conditions météorologiques
Sur réservation (max 15 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 10h30 à 11h30



Samedi 26
Découverte
Sophrobalade

« Équilibre & Co », sophro-balade familiale

Animée par l'écho des sens
Tout public à partir de 6 ans, 10€ par enfant et 15€ par adulte
Les enfants doivent être accompagnés d'adultes
Inscription obligatoire au 06 73 42 07 89 ou sophrobalades@gmail.com
De 10h à 11h30



Samedi 26
Découverte
Balade sensorielle en famille

Venez découvrir la forêt par de multiples jeux et activités sensorielles pour prendre le temps d'observer, écouter, sentir et ressentir les choses qui nous entourent autrement.

Animée par la Métropole
À partir de 3 ans
Sur réservation (max 20 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 16h



Dimanche 27
Randonnée
Randonnée des troglodytes

Venez découvrir les grottes troglodytiques des roches d'Orival lors d'une balade familiale.

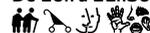
Animée par la Métropole
Tout public à partir de 8 ans
Balade de 6 km, attention bon marcheur uniquement certains passages sont difficiles et à flanc de coteau. Prévoir des chaussures de marche et de l'eau.
Sur réservation (max 30 personnes) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 14h30 à 17h

Animation inscrite par le Département de la Seine-Maritime dans le cadre des sorties nature sur les espaces naturels sensibles (ENS) et le littoral.

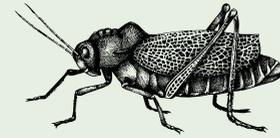
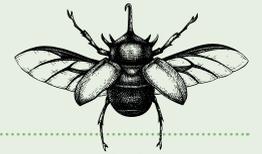


Mardi 29
Découverte
La forêt des tout-petits

Animation sensorielle en forêt afin de faire découvrir la forêt par la vue, l'odorat, le toucher et l'ouïe
De 18 à 36 mois
Sur réservation (max 20 enfants) : maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr
De 10h à 11h30



Du lundi 28 au vendredi 1^{er} septembre
Stage nature - Stage CARDERE
Coccinelles, sauterelles et toute la ribambelle



Les invertébrés sont des petites bêtes qui dominent tout le règne animal par leurs impressionnantes quantité et diversité. Ils sont partout et jouent des rôles des plus importants dans la nature. Nous essaierons donc de mettre un peu d'ordre dans leur multitude et de comprendre à quoi ils servent. Dire qu'avant on en avait un peu peur !

Sur réservation au 02 35 07 44 54 ou à karine.lokay@cardere.org
De 7 à 12 ans (Prévoir un pique-nique pour le midi et un goûter)

Horaires : 9h – 17h. Accueil à partir de 8h30 et jusqu'à 17h30.

Les déplacements, s'il y a lieu, sur d'autres sites naturels se feront en transport en commun, les parents seront avertis par message au minimum la veille.

Encadrement : 2 adultes, dont un animateur spécialisé en éducation à l'environnement et un co-encadrant.

20 € par jour + 12 € d'adhésion annuelle pour l'année scolaire, la cinquième journée est offerte

L'association se réserve le droit d'annuler un stage dans le cas d'un nombre insuffisant de participants.

Pas folle la guêpe !

Les insectes sont les animaux les plus nombreux et les plus variés sur terre. Il est difficile d'estimer leur nombre, car à chaque fois qu'un scientifique fait une expédition dans une zone peu explorée, il en découvre des centaines de nouvelles espèces ! Plus d'1 million d'espèces sont connues à ce jour dans le monde, mais nous sommes encore loin du compte...

Mais comment différencier les insectes des autres petites bêtes ?

Quelques critères assez simples à observer caractérisent les insectes : Le plus connu est leur nombre de pattes, toujours par 6 ! Ils possèdent également 2 antennes. Enfin, leur corps est divisé en trois parties (tête, thorax, abdomen).

Bien souvent mal-aimés, les insectes sont indispensables à notre survie. Sans leur action dans la pollinisation par exemple, on estime que 85 % des plantes à fleur disparaîtraient de la surface de la terre !



Balades et randos autonomes

Riche de ses 22 000 hectares de massifs forestiers, 500 km d'itinéraires de randonnée sécurisés et balisés de 1,5 km à 40 km, le territoire de la Métropole offre également des nombreuses occasions de randonnées pédestres.

Entre randos nature et randos culturelles, parcours sportif ou itinéraire plus spirituel, il y en a pour tous les goûts et tous les niveaux !

Sélection de quelques randonnées au cœur de massifs forestiers, bois et autres espaces naturels.

Parc animalier de Roumare

Au cœur de la forêt de Roumare, le parc animalier se prête à une balade en famille, à vélo, rollers ou à pied, y compris avec les tout-petits en poussette, pour y admirer cerfs, daims, chevreuils et sangliers. Grâce aux points d'observation aménagés, il est possible d'approcher des animaux sans les déranger. Des panneaux pédagogiques enrichiront vos observations, des tables et bancs rendront la visite encore plus conviviale.

L'occasion également de rejoindre l'Arboretum du Petit Charme et la mare Épinay. Situé à proximité du parc animalier, l'Arboretum propose de partir à la découverte des essences de monde entier grâce à l'aménagement de 4 circuits imbriqués nommés Terra, Ramus, Gemma et Folium.

Départ du parc animalier, route forestière, Val-de-la-Haye, entre Canteleu et Sahurs

Sentiers pédagogiques de la forêt d'Orival

Au départ de la Maison des forêts, 4 boucles balisées au cœur de la forêt d'Orival : le plateau boisé, le vallon, les troglodytes, l'oppidum permettent de découvrir richesses paysagères, patrimoniales et archéologiques, entre troglodytes, ruines de l'oppidum, panorama sur la boucle de la Seine...

Départ de la Maison des forêts, accès par la rue du Pavillon, à Orival



Boucle Ronches – Robec

Récemment aménagée, cette nouvelle boucle de 9 km à découvrir traverse les communes de Roncherolles-sur-le-Vivier, Fontaine-sous-Préaux, Saint-Martin-du-Vivier mais aussi des bois et forêt offrant des panoramas sur la vallée du Robec.

Départ à La Halle, rue des Emouquets, à Roncherolles-sur-le-Vivier



Marais du Trait

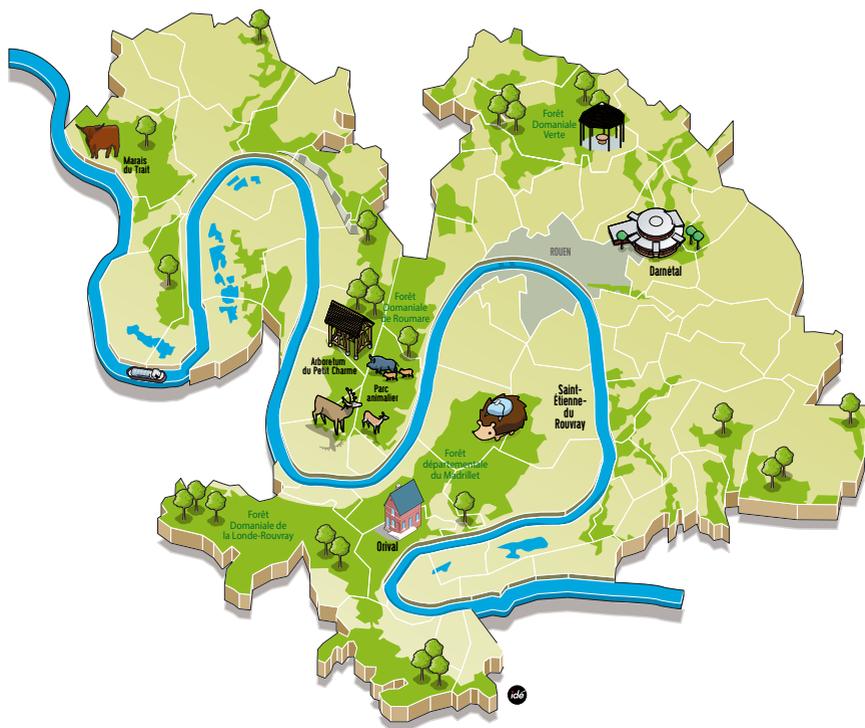
Une boucle de 2,5 km à faire en famille, à la recherche des chevaux camarguais et des vaches écossaises Highland Cattle qui entretiennent le marais et selon la saison, des cigognes.

Départ rue du Maréchal Galliéni, au Trait

Retrouvez les 50 boucles de randos du territoire de la Métropole, leurs itinéraires, distances et niveaux de difficulté :

<https://www.metropole-rouen-normandie.fr/rando-la-metropole>





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.

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



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. Pour faciliter votre venue, les Maisons des forêts affichent des petits pictogrammes qui vous renseignent sur l'accessibilité des animations. Les activités en extérieur peuvent être annulées en fonction des conditions météo.



MÉTROPOLE ROUEN NORMANDIE

LE 108

108 Allée François Mitterrand

76006 ROUEN CEDEX

Tél. 02 35 52 68 10

www.metropole-rouen-normandie.fr