

Maisons des forêts

# Animations et ateliers

Programme Janvier-Avril 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](http://metropole-rouen-normandie.fr)



métropole  
ROUENNORMANDIE

## JANVIER 2022

Toutes les animations de ce programme sont proposées à la Maison des forêts de Saint-Étienne-du-Rouvray sauf celles indiquées par les symboles suivants :

 L'animation a lieu à la Maison des forêts 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)



### Formation courte "Herboristerie familiale : l'armoire aux plantes"

Vous souhaitez utiliser les plantes médicinales pour faire face aux "petits maux" rencontrés au fil des saisons et apprendre à élaborer votre herboristerie familiale ? Cette formation s'adresse aussi bien aux particuliers qu'aux professionnels de l'accueil rural et de l'animation nature souhaitant proposer des ateliers animations autour des plantes médicinales.

Formation complète en 4 sessions.  
Les prochaines dates seront les week-end suivants :  
22-23 janvier, 5-6 mars, 2-3 avril et 14-15 mai.

Animée par Marie-Laure GIANNETTI  
Ecole Lyonnaise de plantes médicinales et des savoirs naturels  
Sur réservation (max 12 personnes) : Magali Bonnot - magali.elpmsn.fr - 04.78.30.84.35  
Coût total de la formation (4 sessions) : 660 € (si éligible à financement) ou 960€ (financement personnel) + 40 € de frais de dossier  
Tout public à partir de 18 ans  
De 09h30 à 16h30



**Samedi 8**



Atelier

### Fabrication d'une feuille en quilling

Animé par la Métropole  
4,10 € la séance (16,40€ les 5 séances)  
Tout public à partir de 6 ans  
Sur réservation (max 10 fabricants) :  
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr  
De 10h-12h



**Samedi 8**



Grand jeu

### Rallye en forêt

Animé par la Métropole  
Tout public à partir de 6 ans  
Sur réservation :  
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr  
De 14h à 16h

**Samedi 15**



Rando nature

### Randonnée revigorante en forêt

Animée par la Métropole  
Tout public à partir de 7 ans  
Prévoir de bonnes chaussures et de l'eau  
Sur réservation :  
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr  
De 14h à 16h30

**Samedi 15**



Atelier

### Balade commentée sur les arbres de nos forêts suivie de la fabrication d'arbre en papier et de bouchons

Fabrication d'arbre en papier et en bouchons  
Animée par la Métropole  
Pour les 3-5 ans  
Sur réservation :  
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr  
De 10h à 11h30



**Dimanche 16**



Atelier

### Fabrication de boules de graisse pour les oiseaux

Animée par la Métropole  
Tout public à partir de 6 ans  
Sur réservation (max 15 familles) :  
maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr  
De 14h30 à 16h



Le programme d'animations et les jauges sont donnés sans d'éventuelles restrictions gouvernementales qui peuvent à tout moment intervenir, aussi les réservations et le pass sanitaire sont obligatoires pour toutes les animations.

**Samedi 22**



Atelier

## S'approprier l'auto-hypnose

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.

Réservation en ligne obligatoire sur [www.atypiqueatout.fr](http://www.atypiqueatout.fr)

Tarif 40€ - Places limitées à 14 participants

De 10h à 12h

**Dimanche 23**



Après-midi nature

## Jeux 100% nature

Venez participer à des jeux de sociétés sur le thème de la nature en famille !

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation :

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

De 14h30 à 17h



**Samedi 29**



Rando nature

## Randonnée des troglodytes

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

Prévoir de bonnes chaussures et de l'eau

Sur réservation (max 30 personnes) :

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

De 14h30 à 17h30

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 30**



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](mailto:lemurmuredesarbres@laposte.net)

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30



# FÉVRIER 2022

**Samedi 5**



Grand jeu

## Rallye les animaux forestiers l'hiver

Un grand jeu pour tester vos connaissances sur les animaux qui peuplent les forêts

Animé par la Métropole

À partir de 6 ans

Sur réservation (max 10 familles) :

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

De 14h à 16h

**Dimanche 6**



Découverte

## La Saint Valentin des animaux

Venez découvrir différentes mœurs des animaux lors de la saison des amours (présentation en salle suivie d'un petit atelier de fabrication)

Animée par la Métropole

À partir de 12 ans

Sur réservation :

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

De 14h à 16h



**Mardi 8**



Découverte

## La forêt des tout-petits

Animations sensorielles pour les 18-36 mois

Animée par la Métropole

Sur réservation (max 20 enfants) :

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

De 10h00 à 11h30



**Jeudi 10**



Découverte

## Les mini-paléontologues

Qu'est-ce qu'un fossile ? Comment se forme-t-il ? Quelles sont les espèces disparues les plus incroyables ? Les médiatrices du Muséum d'Histoire Naturelle s'invitent à la Maison des forêts pour vous aider à répondre à ces questions lors d'un atelier de moulage de fossiles.

Tout public à partir de 6 à 10 ans

Sur réservation (max 8 enfants : sans adultes

accompagnateurs) :

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

De 14h à 15h et de 15h30 à 16h30



**Samedi 12**



Atelier

## Le papier

Gestion forestière et étapes de fabrication du papier n'auront plus de secret pour vous après cet atelier ! Vous repartirez avec une feuille de papier recyclé.

Animé par la Métropole

Pour les 3-5 ans

Sur réservation (max 10 fabricants) :

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

De 10h à 11h30



**Samedi 12**



Atelier

## Le laboratoire des maisons des forêts

Vous avez manqué nos derniers laboratoires ? Venez en séance de rattrapage pour réaliser les expériences préférées des mini-scientifiques précédents.

Animé par la Métropole

À partir de 7 ans

Sur réservation (10 familles) :

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

De 14h30 à 16h30



**Dimanche 13**



Grand jeu

## Quizz des sons de la forêt

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation :

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

De 14h30 à 16h30



**Mardi 15**



Découverte

## La forêt des tout-petits

Animations sensorielles pour les 18-36 mois

En forêt et en intérieur selon la météo

Animée par la Métropole

Sur réservation (max 20 enfants) :

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

De 10h à 11h30



**Jeu 17**



Atelier

## Fabrication de cabanes

Animé par la Métropole

Sur réservation (max 15 familles) :

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

De 14h30 à 16h30

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

**Samedi 19**



Atelier

## Auto hypnose Parent-Enfant pour apprendre à pratiquer en famille

Dans cet atelier, en connexion avec la nature, vous apprendrez, en famille, à réguler les émotions, se détendre, se concentrer.

Un moment de partage et de convivialité parent enfant où, chacun votre tour, vous pratiquerez l'hypnose en famille.

Tarif 40€ par binôme

Places limitées à 7 couples parents-enfants

Réservation en ligne obligatoire : [www.atypiqueatout.fr](http://www.atypiqueatout.fr)



**Samedi 19**



Balade contée

## Les animaux l'hiver

Avant de rentrer dans nos chaumières pour passer l'hiver bien au chaud, venez vous réchauffer les oreilles avec les histoires des conteuses de Mille Choses à Dire lors d'une balade contée en forêt. En cas de mauvais temps, la racontée se fera en intérieur

Animée par la Métropole et Milles choses à dire

Tout public à partir de 6 ans

Sur réservation :

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

De 14h30 à 16h30

**Samedi 19**



Atelier

## Fabrication de patère en forme d'oiseaux à la scie à chantourner

Découpe du bois, peinture et assemblage pour accrocher vos vêtements et décorer vos murs.

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

4,10€ la séance

Sur réservation :

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

De 14h30 à 16h30



**Dimanche 20**



Après-midi nature

## Les animaux l'hiver

Venez découvrir la vie des animaux en hiver au travers de sorties, jeux, dessin

Animée par la Métropole et l'Atelière 76

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation (max 30 personnes) :

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

De 14h30 à 17h



**Samedi 26**



Atelier

## Fabrication de masque de Mardi Gras

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 6 ans

4,10€ la séance

Sur réservation (max 15) :

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

De 14h30 à 16h30



**Dimanche 27**



Découverte

## Voyage sonore au son des instruments Amérindiens

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion entouré des sons des instruments Amérindiens et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage au cœur de la nature et de son esprit grâce aux rythmes envoûtants de ces instruments du bout du monde.

Animée par le murmure des arbres

6€ la séance (gratuit pour les - de 12 ans)

Sur réservation (max 30 personnes) :

[lemurmuredesarbres@laposte.net](mailto:lemurmuredesarbres@laposte.net)

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30



**Dimanche 6**

Découverte



## Sophrobalade : Le panorama des sens

Animée par L'écho des sens

Tout public à partir de 12 ans

30 € par personne

Sur réservation :

lechodessens.asso@gmail.com ou au 06 73 42 07 89

De 9h30 à 12h30

**Samedi 5**

Atelier



## Fabrication d'un triptyque « les animaux forestiers » en bois de récupération

Découpe du bois et peinture à l'aide de pochoirs.

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 10 ans

4,10 € la séance (16,40€ les 5 séances)

Sur réservation :

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

De 14h à 16h



**Samedi 12**

Découverte



## La faune de nos forêts pour les 3-5 ans

Venez découvrir les animaux de nos forêts et repartez avec un moulage d'empreinte de votre choix

Animée par la Métropole

Pour les 3-5 ans

Sur réservation (max 25 personnes) :

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

De 10h à 12h

**Dimanche 13**

Découverte



## Balade initiation à la découverte des bienfaits des bourgeons

Lors d'une balade venez apprendre à reconnaître des bourgeons forestiers. Initiez-vous à la gemmothérapie qui utilise les bienfaits des bourgeons et fabriquez un macérat de bourgeons.

Animée par la Métropole

À partir de 16 ans

Sur réservation (max 15 personnes) :

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

De 14h à 16h

**Vendredi 18**

Sortie nocturne



## Le Parc animalier au crépuscule

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 8 ans

Prévoir de bonnes chaussures, une tenue adaptée à la météo et de l'eau

Sur réservation (max 20 personnes) :

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

De 18h30 à 20h (horaires à confirmer)

Dans le cadre des Journées Internationales des Forêts

**Samedi 19**

Découverte



## A la découverte des oiseaux du printemps

Animée par le GONM

Tout public à partir de 8 ans

Prévoir de bonnes chaussures, une tenue adaptée à la météo et de l'eau

Sur réservation par SMS au 06 07 27 97 89

Rendez-vous à 10h

Dans le cadre des Journées Internationales des Forêts



**Dimanche 20**

Opération forêts propres

## Opération de ramassage de déchets en forêt organisée en simultané sur plusieurs massifs

Animée par la Métropole, l'ONF et leurs partenaires

Tout public à partir de 6 ans

Un goûter sera proposé à l'issue du ramassage pour remercier les participants.

Sur réservation :

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

Dans le cadre des Journées Internationales des Forêts



**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.

Animée par le murmure des arbres

6€ la séance (gratuit pour les enfants)

Sur réservation (max 30 personnes) :

lemurmuredesarbres@laposte.net

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30



**Mercredi 23**

Participons



## Volet 2 : entretien d'une jeune forêt

Après les plantations l'hiver dernier, le temps est venu de faire les premiers travaux sur le labo forestier. Participez au dégagement des plants. Cette action consiste à enlever la végétation autour des jeunes arbres pour faciliter leur croissance.

Animé par l'ONF et la Métropole

Tout public à partir de 9 ans.

Sur réservation :

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

De 14h à 17h

Pensez à apporter des gants, masques, sécateurs, bottes et des vêtements adaptés aux conditions météo.

## AVRIL 2022

Les Maisons des forêts seront fermées  
le dimanche de Pâques (17 avril 2022)

**Vendredi 25**



Sortie nocturne

### Suivi et recensement des amphibiens

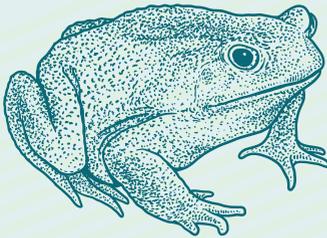
Animé par la Métropole

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)



**Dimanche 27**



Atelier

### Fabrication d'un nid de mésange dans une boîte à camembert

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 5 ans

Sur réservation (max 15 fabricants)

De 14h30 à 16h



**Samedi 2**

Découverte

### Sortie coteau calcaire

Balade découverte d'un coteau géré,

par pâturage

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

Prévoir de l'eau et des bonnes chaussures

RDV à 14h30

Sur réservation :

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

Amfreville-la-Mivoie - lieu précisé après la réservation

**Samedi 2**



Découverte

### Sophrobalade :

### Voyage à travers le temps

Animé par L'écho des sens

Tout public à partir de 15 ans

30 € par personne

Sur réservation :

lechodessens.asso@gmail.com ou au 06 73 42 07 89

De 9h30 à 12h30

**Samedi 2**



Découverte

### Sophrobalade parents enfants : Equilibre & co.

Animé par L'écho des sens

Tout public à partir de 6 ans

10 € par enfant et 15 € par adulte

Sur réservation :

lechodessens.asso@gmail.com ou au 06 73 42 07 89

De 14h30 à 16h



**Samedi 2**



Contes

### Les métiers de la forêt

La forêt d'aujourd'hui résonne encore de la présence de ceux, qui autrefois, en vivaient et parfois y vivaient. Bucherons, Charbonniers, scieurs de longs. Entre contes et récits de vie, chemins forestiers et clairière, rêve et réalité, nous vous invitons à un beau voyage au cœur des arbres et des hommes.

Animé par la Métropole et Milles Choses à Dire

Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation :

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

De 14h30 à 16h30

**Dimanche 3**

Randonnée contée

### Le loup vert

Des moines à Jumièges, une abbesse à Pavilly, mais aussi un âne et un loup. Les légendes aiment les histoires de loup. Alors venez à la fois prendre un bol d'air et un bain de légendes.

Rendez-vous en face de l'abbaye de Jumièges sur le parking à côté de la poste, route du Mesnil, Jumièges.

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 10 ans, prévoir de bonnes chaussures

Sur réservation (max 30 participants) : [www.rouventourisme.com](http://www.rouventourisme.com)

rubrique « Réserver »

De 15h à 18h

À Jumièges



**Dimanche 3**



Découverte

### Voyage sonore au son de la Lyre Germanique

Profitez d'une pause, d'un moment d'évasion. Entouré des sons mélodieux de la lyre et de ceux de la nature, nous vous offrons un voyage à travers le temps grâce au son venu d'un autre âge. 1 h pour lâcher prise et se ressourcer au cœur de la nature.

Animé par le murmure des arbres

Public adulte

6€ la séance

Sur réservation (max 30 personnes) :

[lemurmuredesarbres@laposte.net](mailto:lemurmuredesarbres@laposte.net)

Prévoir tapis de sol, couverture et coussin

De 14h30 à 15h30



**Samedi 9**



Découverte

### Les oiseaux : jeux pour découvrir les oiseaux et leurs activités quotidiennes

Animée par la Métropole

Pour les 3-5 ans

Sur réservation (20 personnes) :

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

De 10h à 11h30

**Samedi 9**



*Découverte*

## Les animaux de la mare

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation (max 20 enfants) :

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

De 14h30 à 16h30

**Dimanche 10**



*Découverte*

## Initiation aux plantes médicinales

Balade d'initiation à la découverte des plantes sauvages médicinales du printemps

Atelier tisane et dégustation.

Animé par la Métropole et l'Atelier des sens

Tout public à partir de 10 ans

Sur réservation (max 20 personnes)

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

De 14h à 17h



**Mardi 12**



*Découverte*

## La forêt des tout-petits

Animations sensorielles pour les 18-36 mois

Animée par la Métropole

Sur réservation (max 20 enfants) :

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

De 10h à 11h30



## Stage Nature

Lundi 11 au vendredi 15 avril

Célébrons le retour  
du printemps ! 

Nous profiterons du retour des beaux jours pour aller observer la nature ensemble. De retour de leur voyage, nous ferons connaissance avec les oiseaux migrateurs. Après un long repos cet hiver, nous rendrons visite aux amphibiens qui se sont donnés rendez-vous à la mare pour la saison des amours. Nous parcourrons la forêt afin de découvrir les nouvelles parures des arbres et des fleurs printanières. Sans oublier les insectes, araignées, mollusques et autres petites bêtes que nous croiserons sur notre chemin. Enfin, tout au long de cette aventure, nous découvrirons, partagerons, échangerons, et nous amuserons...

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 8h45 et jusqu'à 17h30.

Si il y a lieu, les déplacements, sur d'autres sites naturels, se feront en transport en commun.

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

Tarifs : 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 et non à la journée.

Ces informations pourront être modifiées en fonction de l'évolution de la situation sanitaire.

**Mercredi 13**



*Sortie nocturne*

## Suivi et recensement des amphibiens

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation (max 15 personnes) à

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

De 20h à 22h30 (horaires à confirmer)

**Jeudi 14**

*Découverte*

## Les amphibiens

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans

Sur réservation (max 15 personnes) à

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

De 20h à 22h30 (horaires à confirmer)

Au Marais du Trait



**Vendredi 15**



*Sortie nocturne*

## Balade sensorielle au crépuscule

Venez participer en famille à une balade sensorielle à la tombée de la nuit, suivie d'un voyage immersif à l'écoute des étoiles au son des bols sonores.

Animé par la Métropole et Le Murmure des arbres

Tout public à partir de 3 ans

Sur réservation (max 30 personnes) :

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

De 20h à 21h30

**Samedi 16**



*Atelier*

## Décoration d'œuf de pâques en bois

Animé par la Métropole

A partir de 5 ans

Sur réservation (max 10 fabricants) :

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

4,10 € la séance (16,40€ les 5 séances)

De 10h à 11h30



**Samedi 16**



*Grand jeu*

## Rallye de Pâques

Animé par la Métropole

A partir de 6 ans

Sur réservation (max 10 familles) :

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

De 14h30 à 16h30

**Mardi 19**



*Découverte*

## La forêt des tout-petits

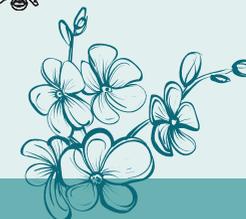
Animations sensorielles pour les 18-36 mois

Animé par la Métropole

Sur réservation (max 20 enfants) :

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

De 10h à 11h30



**Mercredi 10**



Atelier

## Fabrication de cabanes

Animé par la Métropole

Sur réservation (max 15 familles) :  
maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr  
De 14h30 à 16h30

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

**Vendredi 22**



## Rando nature

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 7 ans  
Prévoir de bonnes chaussures et de l'eau.

Sur réservation :  
maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr  
De 14h à 16h30

**Samedi 23**



Découverte

## Balade sensorielle

Animée par la Métropole

Dès 3 ans  
Sur réservation (max 20 enfants) :  
maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr  
De 14h30 à 16h30

**Samedi 23**



Découverte

## Les oiseaux chantants

Animé par la Métropole et le GONm

Dès 8 ans  
réservation par SMS  
au 06 07 27 97 89

RDV 10h au parc animalier de Roumare



**Dimanche 24**



Découverte

## Fleurs et mythologie

Découvrez l'histoire des fleurs et apprenez d'où vient leur nom et caractéristiques d'après la mythologie.

Animé par la Métropole

Tout public à partir de 8 ans  
Sur réservation :  
maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr  
Maximum 20 personnes  
De 14h30 à 16h30



**Samedi 30**



Découverte

## Randonnée photographique sur le thème des orchidées

Apporter votre appareil photo ou votre smartphone

Animée par la Métropole

Tout public à partir de 10 ans  
Sur réservation (max 20 personnes) :  
maisons-des-forets@metropole-roven-normandie.fr  
De 14h30 à 16h

**Samedi 30**



Atelier

## S'approprier l'auto-hypnose

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.

Réservation en ligne obligatoire sur [www.atypiqueatout.fr](http://www.atypiqueatout.fr)  
Tarif 40€ - Places limitées à 14 participants  
De 10h à 12h

## Exposition Tout sur la forêt !

La forêt, de l'écosystème aux métiers du bois, tout pour comprendre la forêt depuis les essences d'arbres qui la composent, la faune et la flore qu'elle abrite, son fonctionnement naturel, jusqu'à son exploitation par l'Homme et l'usage fait de son bois. 15 panneaux et des objets ethnographiques viennent compléter cette exposition du Parc Naturel Régional des Boucles de la Seine Normande.

## Un dragon ! Dans mon jardin ?

Parmi les amphibiens et les reptiles en France métropolitaine, une espèce sur cinq est menacée de disparition. Alors que les milieux naturels se fragmentent et que les zones humides se raréfient, il devient de plus en plus compliqué pour une grenouille des champs de faire les quelques kilomètres qui la séparent de sa zone de reproduction. Un vrai parcours du combattant !

Pourtant, ces espèces jouent un rôle important dans la chaîne alimentaire en participant à la régulation d'insectes et d'invertébrés, limitant les dégâts dans les cultures.

Pour pouvoir mettre en place des actions de protection des espèces et de leurs milieux, les herpétologues (spécialistes des reptiles et

des amphibiens), ont besoin de mieux connaître leur répartition et leurs habitats. C'est ainsi qu'est apparu le programme "Un dragon dans mon jardin" : en collectant des observations d'amphibiens et reptiles dans votre environnement, vous aidez les chercheurs à remplir les mailles de la carte !

En bref, si vous avez la chance de croiser un crapaud dans votre potager, il vous débarrassera de quelques limaces.

En échange, n'hésitez pas à le prendre en photo pour envoyer son portrait sur le site :

[www.undragon.org](http://www.undragon.org)





## 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 (DARNÉTAL, ORIVAL ET SAINT-ÉTIENNE-DU-ROUVRAY) 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.

Pour venir nous rendre visite et découvrir l'exposition en cours, sachez que le bâtiment de Saint-Étienne-du-Rouvray est accessible à tous les types de handicaps.

## INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS :

Maisons des forêts  
[maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr](mailto:maisons-des-forets@metropole-rouen-normandie.fr)  
 Tél. 02 35 52 93 20

[www.facebook.com / Maisonsdesforets](https://www.facebook.com/Maisonsdesforets)

[www.pinterest.fr / MetropoleRN / maisons-des-forets](https://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](http://www.metropole-rouen-normandie.fr)