



RANDO BIODIVERSITÉ

LA BERRA – 23 AOÛT 2022

LA PHARMACIE DE LA NATURE

AU PROGRAMME – A tous les maux, la nature offre un remède, caché au cœur d'une plante. Lors de cette randonnée botanique sur les flancs de La Berra, vous apprendrez à reconnaître quelques «bonnes herbes» et serez initiés à leurs usage médicinal. Saviez-vous par exemple que la pâquerette soigne les bobos aussi bien que l'arnica? La découverte de cette pharmacie de la nature sera aussi l'occasion de raconter quelques histoires végétales – parfois mythologiques – qui sont colportées depuis la nuit des temps.

INFOS PRATIQUES

Date et lieu: mardi 23 août 2022. Rendez-vous à 9h00 au Parking du Brand, La Berra. Fin de la randonnée vers 16h30.

Avec: Cathy Roggen-Crausaz, accompagnatrice en montagne.

Difficulté: technique facile / physique moyen. Marche effective d'environ 3 heures sur des sentiers de montagne.

Prix: CHF 55.-/adulte. Rabais 5.- avec Magic Pass. Min. 6 part., max. 12.

Équipement: chaussures de randonnée avec une bonne semelle profilée (pas de basket), vêtements de randonnée adaptés à la météo du jour, un petit sac à dos avec une protection contre la pluie, une jaquette ou une polaire, une gourde et/ou un thermos, un pique-nique, un chapeau ou une casquette et/ou des gants et un bonnet (selon météo). Des bâtons de randonnée si vous en avez.

Inscriptions: par téléphone au 079 280 89 11 ou par mail à: rando@laberra.ch


laberra^{.CH}
EN GRUYÈRE - FRIBOURG RÉGION


asam+swl
Accompagnateurs en Montagne
Accompagnatori in Montagna
Wanderleiter