

# BALADE GUIDÉE

AIDANTS / AIDÉS

UNE SORTIE POUR UN PEU DE RÉPIT !

GRUISSAN



Lundi 11 SEPTEMBRE

14h00 – 17h00



**INSCRIPTION OBLIGATOIRE :**

04.68.90.27.60

*Rendez-vous pour la sortie au parking  
du port Barberousse*

ESPACE SENIORS  
du Littoral  
[eslittoral@aude.fr](mailto:eslittoral@aude.fr)



# LUNDI 11 SEPTEMBRE 2023

## de 14h00 à 17h00

Rendez-vous pour la sortie au parking du port Barberousse

### UNE SORTIE POUR UN PEU DE RÉPIT !

Les services Environnement & Prévention et Espace Seniors du département de l'Aude proposent aux aidants/aidés de se retrouver pour un moment de détente à travers la découverte d'un espace naturel.

#### GRUISSAN

**Balade autour de l'étang sur terrain stable « Balade des anguilles »**  
avec Delphine HEINRICH-BRUYERE de l'Association « C'est ma nature »

Débutons par un 1<sup>er</sup> arrêt avec une lecture de paysage, les plantes des prés salés et endémiques

Poursuivons par un 2<sup>ème</sup> arrêt avec l'observation des oiseaux, la détermination des espèces, les activités humaines (pêche) et la vie dans l'étang : les anguilles.

Concluons par l'activité autour d'un goûter buissonnier et un temps d'échanges !

**RDV de la sortie directement à Gruissan, au parking du port Barberousse.**



#### INFORMATION AUPRÈS DE VOTRE ESPACE SENIORS :

04.68.90.27.60

- Parcours sans difficulté technique, adapté aux capacités de chacun.
- Inscription obligatoire.
- Des sièges pliants seront fournis en cas de besoin sur le parcours.