

BALADE GUIDÉE

AIDANTS / AIDÉS

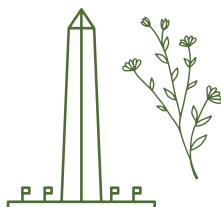
UNE SORTIE POUR UN PEU DE RÉPIT !

MONTFERRAND



MARDI 19 SEPTEMBRE

14h00 – 17h00



INSCRIPTION OBLIGATOIRE :

04.68.23.71.90

*Covoiturage organisé pour
se rendre sur le site
(à signaler lors de la réservation)*

ESPACE SENIORS
du Lauragais
eslauragais@aude.fr



MARDI 19 SEPTEMBRE 2023

de 14h00 à 17h00

Rendez-vous à l'ESPACE SENIORS DU LAURAGAIS
49 rue de Dunkerque à Castelnaudary

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 proche du Lauragais.

MONTFERRAND

« À la découverte du seuil de Narouze » - *Sortie animée par les associations Ecodiv et Nature en jeux*

Le seuil de Narouze constitue le partage des eaux entre l'Atlantique et la Méditerranée. C'est également l'endroit que Pierre-Paul Riquet a choisi pour faire déboucher la rigole d'alimentation du canal du Midi.

Deux activités vous sont proposées au choix :

- **une petite balade** de 2,5 km au départ de l'Obélisque (découverte naturaliste et historique)
- **une animation statique** "Réveillez le botaniste artiste qui est en vous » et **réalisez un tableau sauvage à base de pétales, feuilles** et autres merveilles de la nature.

Dégustons ensuite tous ensemble quelques **boissons sauvages** des plus surprenantes.

RDV au parking du seuil de Narouze, Route du Ségala.



INFORMATION AUPRÈS DE VOTRE ESPACE SENIORS :

04.68.23.71.90

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