



Une Nuit Sauvage

Un premier pas vers la vie sauvage

L'état d'esprit

Ce stage est également accessible aux familles avec enfants de tous âges et aux personnes âgées.

Nous vous proposons de vous rapprocher de la vie sauvage pendant 24h dans un clairière paisible et facilement accessible.

Nous passerons l'après-midi à cueillir des plantes sauvages comestibles pour le repas du soir ainsi qu'à monter nos abris légers et efficaces constitués d'un tarp (bâche légère et étanche) et d'une corde. Vous apprendrez quelques nœuds utiles pour être autonome.

Le soir, nous préparerons ensemble un repas sauvage avec nos récoltes et une base alimentaire végétarienne et sans gluten. Nous cuisinerons au feu de bois que nous allumerons de manière préhistorique sans briquets ni allumettes.

Nous passerons la nuit sous les abris que nous aurons montés ou à la belle étoile pour ceux qui le souhaitent.

Le matin, nous préparerons ensemble un brunch sauvage autour du feu avant de rejoindre la civilisation.

Vos passeurs de sauvage

Valentine Meylan & Marc Dechêne

Valentine s'est formée à l'école des plantes médicinales de l'Alchemille. Elle est également éducatrice Montessori et pédagogue Sylviva. Elle anime depuis plusieurs années des ateliers pédagogique en nature pour les enfants.

Marc s'est formé au collège pratique d'ethnobotanique de François Couplan. Il enseigne les plantes sauvages comestibles et la vie en pleine nature depuis 15 ans.

Ils forment une petite famille avec leurs deux filles Lisa Lou (5 ans) et sa petite sœur Charlotte (2 ans) qui seront avec nous durant ce stage.

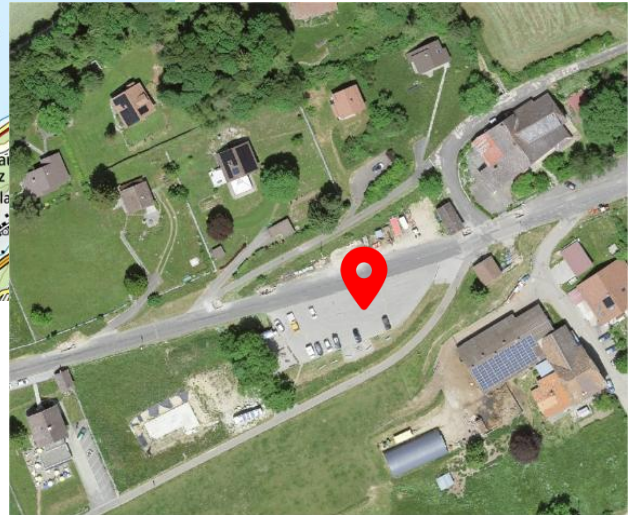


Infos pratiques

Nous essayons d'être discrets dans les bois car les habitants de ces lieux fuient le bruit. Nous vous prions donc de faire garder vos éventuels compagnons à quatre pattes pour le week-end car même les plus calmes d'entre eux effraient la faune que nous pourrions croiser.

Le rendez-vous est fixé le 29 août 2026 à 13h00 à l'arrêt de bus Mauborget-Village.

Le Bus n°625 partant à 12h11 de la gare d'Yverdon vous mènera à bon port (terminus du bus).



Le stage se terminera le dimanche 31 août vers 12h30 au point de départ à Mauborget pour que vous puissiez redescendre avec le bus de 13h04 en direction d'Yverdon.

Il est aussi possible de laisser votre véhicule sans soucis pour le WE, sur le parking gratuit de Mauborget.

Pensez à arriver le ventre plein, par exemple en pique-niquant en route, pour que nous puissions démarrer notre petite aventure dès que tout le monde est arrivé.

Le stage a lieu par tous les temps sauf vents tempétueux.

La marche ne présente aucune difficulté et est adaptée à tous. Nous ne marcherons pas plus de 2-3 km et la dénivelée positive maximum est d'environ 100m.

Liste du matériel à emporter

Le strict minimum est déjà assez lourd alors ne vous chargez pas inutilement!

- **Un sac de couchage CONFORT 5C° : Les nuits peuvent être fraîches en montagne.**
Pour le sac de couchage le poids et le volume peuvent se sacrifier.
- **Un matelas de sol:** Idéalement en mousse à cellules fermées pour qu'il reste sec.
- **Une gourde ou une bouteille de 1l**
- **Un couteau:** non pliable c'est plus solide ou à défaut un couteau suisse ou opinel.
- **Une grande tasse en métal ou un bol pour manger ainsi qu'une cuillère**
- **Un sac en tissus pour récolter les plantes**
- **Une veste/poncho de pluie étanche et résistante.**
- **Des habits pas dommages dont :**
 - Un gros pull très chaud
 - Un bonnet pour la nuit
 - Un chapeau/casquette
- **Le sac à dos :** Le poids doit pouvoir se répartir principalement sur les hanches grâce à une bonne attache ceinture.
- **Une housse de protection du sac contre la pluie:** à défaut un sac de poubelle pour mettre ses affaires au sec dans le sac.

○ **Une brosse à dent.**

○ **Un carnet, un stylo, du scotch :** Un herbier pour se souvenir.

○ Si vous disposez et jouez d'un **petit instrument de musique** pas trop encombrant, prenez-le !
Si vous pensez à des chants que l'on pourrait s'apprendre ou si vous avez des histoires passionnantes, N'hésitez pas !
C'est avec plaisir qu'ils égaieront la soirée autour du feu.

Éventuellement

- Une lampe de poche à usage exceptionnel, l'obscurité fait partie du monde sauvage dont nous n'avons plus l'habitude, avec un peu de temps les yeux savent percer les ténèbres bien mieux que l'on ne le soupçonne.
- Une loupe de botaniste, un livre sur la nature, un carnet à dessin.

Matériel que NOUS fournissons

(Et qui sera réparti dans les sacs)

- Des tarps (bâches pour faire un abri).
- De la corde.
- Matériel à feu primitif.
- Une trousse à pharmacie.
- Deux casseroles.
- Une base alimentaire (céréale, légumineuse, oléagineuse, huile d'olive, sel).

Si il vous manque du matériel et que vous ne souhaitez pas faire de gros investissements, contactez-nous pour voir si on peut vous en prêter.

Responsabilité

En participant à ce stage, nous garantissons les connaissances que nous partagerons avec vous. Pour tout le reste, les participants restent responsables d'eux-mêmes et de leurs enfants. Nous comptons sur vous pour nous donner toutes les informations importantes, telles d'éventuels problèmes de santé ou autres qui pourraient avoir un impact sur le stage.

Pour garantir une bonne cohésion du groupe, nous demandons aux participants d'arriver à l'heure pour le début du stage et de suivre le stage dans son intégralité.

Païement du stage

Pour que cette expérience reste également accessible aux familles, le prix est calculé comme suit:

- 1 adulte 180.-
- 2 parents avec enfant(s) 290.-
- 1er enfant (de plus de 3 ans) 80.-
- par enfant supplémentaire 50.-
- Enfants de moins de 3 ans (gratuit) 0.-

Par exemple: Les 2 parents qui viennent avec leurs 2 enfants: $290 + 80 + 50 = 420.-$

Si vos finances ou les finances familiales ne vous permettent pas de vous offrir ce stage contactez nous pour que nous puissions trouver un arrangement.

Le paiement du stage se fait en totalité par virement/twint/carte bancaire au moment de l'inscription.

Annulations et remboursements

En cas d'annulation par l'organisateur:

Le stage est intégralement remboursé.

En cas d'annulation par le participant:

- **Plus de deux mois avant le début du stage**, le stage est remboursé à hauteur de 95% du prix payé (les 5% couvrent les frais de la billetterie et les frais administratifs).
- **Moins de deux mois avant le début du stage**, le stage n'est pas remboursable mais le crédit (-5% de frais) sera convertit sous forme de bon cadeau valable sur la billetterie en ligne.

Au moment de la validation du paiement en ligne, il est possible de souscrire à une assurance au prix de 2.50 par billet proposée par Allianz assurance. Elle vous rembourse le montant du billet en cas de maladie, accident et autres mésaventures (cf-conditions générales d'Allianz accessibles au moment du paiement).

En vous remerciant de votre lecture attentive et de votre confiance.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous joindre aux adresses suivante :

Marc Dechêne

marc.dechene@gmail.com

+41 (0)76 439 68 70

Valentine Meylan

valentinemeylan@hotmail.com

+41 (0)76 476 85 43

À bientôt dans les bois...