

## LE PROGRAMME

Tout au long de la matinée

- Visite des fermes
- Stands de prévention santé
- Exposition
- Marché de producteurs
- Atelier diététique
- Atelier "Où trouver des produits bio locaux ?"

## 4 CIRCUITS au choix

- 2,2 km – Circuit baby / poussette
- Facile et ludique avec traversée de la Ferme pédagogique, jeux ...
- 7,5 km – Circuit Famille
- 10,2 km – Circuit découverte
- 15 km – Circuit bon marcheur

3 autres circuits avec en plus des animations du 1er de nombreux ateliers, des visites, une balade nature ... Attention si vous choisissez le 15 km vous n'aurez sans doute pas le temps de participer aux animations et aux ateliers.



## NOUS COMPTONS SUR LE RESPECT DE CHACUN

Merci de respecter la nature et les propriétés traversées. Ces propriétés sont privées et nous sommes autorisés à les traverser uniquement pendant la randonnée.

# LE PARCOURS de LA RANDO

Tous les circuits passent par chaque étape. Sauf le circuit baby (adapté sans ravitaillement).

Tout au long du parcours, des professionnels de santé et des membres d'associations marcheront à vos côtés pour discuter, vous conseiller et répondre à vos questions.

## DÉPART / ARRIVÉE La Galerie

### DÉPART

## GAEC Exposition Permanente

Ferme maraîchère

- **Brioche, café et tisane offert**
- Retrouvez les stands d'informations : AFD 85-49 - Diététicienne
- Echauffement en musique avec l'association Siel Bleu
- Exposition participative "Les pesticides dans nos assiettes"
- **Visite de la Ferme :**  
9h - atelier de maraîchage  
10h - Atelier Blé ancien  
8h et 9h - Traite des vaches

## MARCHÉ de producteurs bio locaux

Pain, brioche, miel, Fromage de chèvre et de vache, légumes, fleurs comestibles, eaux florales, plants de légumes, Fraises, farine et céréales.

Paiement seulement en espèces ou chèque, pas de carte bleue.

### ARRIVÉE

## GAEC Les Sources de l'Yon

Ferme laitière

- **Visite de la ferme :**  
8h et 9h - Traite des vaches  
11h et 12h - Visite découverte Bio label AB
- Retrouvez les stands d'informations : Diététicienne "Composer son assiette", CHD prévention "Le mois sans sucre ajouté", GAB85 atelier "Où trouver des produits locaux ?"
- 12h - Atelier diététique
- Stand de prévention, **dépistage gratuit sur les maladies rénales et relevés glycémique**
- Espace tables pour manger + WC

## ÉTAPE 1 Le sentier de la Hulotte

Découverte nature et environnement

- Parlons santé et environnement.
- 10h30 - Balade Nature sur le sentier de la Hulotte.

## ÉTAPE 2 Ferme de La Maison Neuve

Viande bovine et camping à la ferme

- Ferme pédagogique, découverte des petits animaux de la ferme.

## ÉTAPE 3 GAEC Le Bois au Moines

Ferme laitière

- 9h30 et 11h - Traite des vaches
- Stands prévention santé: Atout Cœur - France Rein - France Adot 85 - Élus de la Ferrière



## 1er Ravitaillement

- Stand Diététicienne avec conseils nutrition

## ÉTAPE 4 2ème ravitaillement

seulement pour les circuits 15km



Tous les ravitaillement (hors brioche) seront au maximum sans sucre ajouté.

## JOUEZ ET GAGNEZ !

### TOUT AU LONG DU PARCOURS



Quiz sur le parcours avec tirage au sort



Paniers bio à gagner



Surprise pour les mamans (offerte aux 200 premières)

un moment simple à partager, pour marcher, découvrir... et se faire du bien !