

## Agenda de la Trientale juillet, août, septembre 2022

---

**Samedi 16 juillet –Vielsalm–l'Aronde et la Trientale 1 j.**

### Découverte de la Montagne de Colanhan (SGIB et RNA)

Botanique, traces, patrimoine, géologie, géomorphologie, ...

Prévoir vêtements adaptés à la météo, bottines de marche, pique-nique de midi, loupe et guides. PAF : 1 € pour les membres, 1,50 € pour les non-membres.

RV à 9h30, sur le parking de l'église de Hébronval à 6690 Vielsalm

Guides : Geneviève Moreas et Eric Lebrun – 0495.89.33.27 - [lebrun.moreas@skynet.be](mailto:lebrun.moreas@skynet.be)

---

**Samedi 23 juillet – Vert-Buisson – La Trientale – ½ j**

### Yoga dans la nature – Trouver la paix intérieure

Ce circuit d'environ 3 km aux alentours de la Charmille de Vert-Buisson (La Reid) combine marche en conscience et pratiques de yoga (postures, respiration, méditation, mantras...). Accessible à tous, cette activité invite à trouver la paix intérieure, en nous connectant à la nature.

Venez découvrir les bienfaits du Viniyoga ! Ce yoga doux peut être pratiqué à tout âge et ne nécessite pas de condition physique particulière. Son approche est basée sur l'adaptation des techniques (postures, respiration, méditation...) aux capacités de chacun. Quels en sont les bénéfices ? Détente, relaxation, souplesse,

énergie, confiance en soi, concentration, connexion à soi, autonomie, santé, bien-être...RV 9h45, parking côté Vert-Buisson (suivre dans ce hameau l'indication La Charmille). Groupe limité à 15 personnes. Inscription obligatoire : Marie-Eve Castermans – 0495 44 65 10

c.marie.eve@gmail.com. PAF : 1€

Guide : Martine Duprez - Plus d'infos :

0475.46.41.96 ou sur l'agenda du site

[www.latrientale-cnb.be](http://www.latrientale-cnb.be) Attention ! Par mauvaise météo report au 30 juillet !

---

**Dimanche 14 août - Baclain – La Trientale – 1j**

### La région de Baclain, une perle en Ardenne façonnée par les hommes et par la pierre

Au départ du village, notre guide nous emmènera pour une sortie généraliste et nous parlera de la « la pierre » : un peu de patrimoine, un fond de ruisseau, une ancienne carrière... la pierre est partout ! Partons à sa rencontre. Prévoir des bottines et les vêtements adaptés à la météo ainsi qu'un pique-nique.

Rendez-vous à 9h45 à l'église de Baclain à 6674

Gouvy et retour vers 15h30. PAF : 1€ Guide :

André Strape – Infos auprès de M-E Castermans au 0495.44.65.10

---

**Samedi 27 août - Odrimont - La Trientale – 1j**

### Chantier de gestion à la réserve naturelle du Pont du Hé

Fauchage de petites parcelles, ramassage du foin, entretien des mares, des clôtures ou du petit chenal d'alimentation. Occupation à la portée de chaque paire de bras. ~~Pain saucisse offert par la Trientale~~, évaluation du travail et programme du prochain chantier.

RV à 9H30 au parking de la salle des quatre-prés à Odrimont-Lierneux ou sur place à la réserve. Fin vers 16h.

Responsables: Ghislain Cardoen et Isabelle

Deroanne Infos au 04951320 30

---

**Vendredi 9 septembre – Souper – La Trientale – 1 soirée**

### Souper annuel de la section

Apéritif offert par la Trientale, deux menus au choix et pour le lieu consultez la page d'accueil du site [www.latrientale-cnb.be](http://www.latrientale-cnb.be). Renseignements et inscriptions obligatoires par mail ou SMS : Christine Brandt au 0494.70.20.20 ou 04.380.08.70 ou [christinebrandt9@hotmail.com](mailto:christinebrandt9@hotmail.com). Paiement sur le compte de la Trientale BE89 7320 3074 2785 au plus tard pour le 1er septembre, ce paiement confirmant l'inscription.

---

**Samedi 24 septembre – Lorcé – La Trientale – ½ j**

### Les versants de vallées et leur intérêt biologique

Le projet LIFE Vallées ardennaises, vous connaissez ? Nous vous proposons de découvrir les actions que ce projet va mener jusqu'en 2028, en nous baladant dans l'un des sites Natura 2000 concerné, sur l'Amblève. Ce sera l'occasion de parler des habitats forestiers, des espèces qui les composent, et de l'importance de leur conservation. Nous mettrons l'accent sur quelques fougères particulières.

Prévoir de bonnes bottines et les vêtements adaptés à la météo du jour.

RV à 13h30 à Lorcé (aire de repos dans le haut de Lorcé, à 500 m du centre du village)

Fin de la balade au plus tard à 17h.

Guide : Clémence Teugels – Infos auprès de M-E Castermans au 0495.44.65.10

En quelques clics visitez notre site :  
[www.latrientale-cnb.be](http://www.latrientale-cnb.be)

Vous y trouverez :

l'agenda parfois un peu plus détaillé : actualités nécessaires, précisions des lieux de balade, petites infos, etc..., la description de nos réserves naturelles, les photos, des comptes-rendus,... N'hésitez pas à vous y promener... lorsqu'il pleut !



Notre présidente, est hospitalisée pour une période assez longue : différentes fractures graves et contusions multiples.

Ces blessures nécessiteront une revalidation qui la privera des activités de la Trientale sans doute de nombreuses semaines. Nous lui souhaitons le courage et la patience nécessaires en ces moments difficiles et surtout un rétablissement complet dans les meilleurs délais. En attendant son retour, les activités prévues au programme du 3e trimestres auront lieu comme prévu.

La Trientale, c'est donc notre section locale, mais aussi ...



• **La plante**, *Trientalis europaea*, vestige des ères glaciaires, et donc restée chez nous dans les landes et bois tourbeux, parmi les sphaignes des hauts plateaux ardennais, depuis plus de 10.000 ans. Une à trois fleurs par pied, sept pétales plus blancs que blancs, et des feuilles en rosette surélevée et relativement différentes. Devenue fort rare suite aux drainages et aux enrénements, elle est protégée (loi belge) depuis le 16 février 1976.



1. **Un très beau timbre** belge d'un franc, représentant parfaitement son habitat de landes, bouleaux et tourbières, édité en 1967 (n°1408).



• **L'emblème des Réserves naturelles domaniales** dont vous pouvez reconnaître la fleur stylisée sur les panneaux des réserves. Quelques exemples : le Thier des Carrières, les Prés de le Lienne, les Fagnes du Plateau des Tailles, les Hautes-Fagnes... et bien d'autres !

#### Equipe d'animation :

Marie-Eve Castermans (présidente), Joseph Clesse (président d'honneur), Ghislain Cardoen (gestionnaire du site), Christine Brandt (trésorière), Isabelle Deroanne, Josiane Clesse, Gabriel et Eliane Ney (coordinateurs des activités) et bien d'autres membres qui nous rendent d'innombrables petits services. Nous remercions aussi tous les guides saison après saison !

**Adresse courriel de la section:**  
[info@latrientale-cnb.be](mailto:info@latrientale-cnb.be)

Editrice responsable : M-E Castermans 0495.44.65.10

Cercles des Naturalistes  
de Belgique



## Programme des activités de la section TRIENTALE

### La Trientale ?

Une section des Cercles des Naturalistes de Belgique qui a choisi cette discrète petite plante comme emblème. La section a vu le jour le 29 novembre 1984 grâce à un groupe de passionnés de nature.

Nous nous intéressons plus particulièrement à la région située autour de la Baraque de Fraiture et parcourue par différentes rivières : la Lienne, le Glain, l'Amblève ou l'Ourthe.

juillet, août, septembre  
2022



Nos principaux objectifs sont l'éducation  
à la nature et sa conservation.