

LA TRIENTALE
PROGRAMME DES ACTIVITES : 3^{er} tr 2023

Samedi 8 juillet – Spa – La Trientale – ½ j

Yoga – Se connecter à la nature

Ce circuit d'environ 3,5 km au départ de Spaloumont combine marche en conscience et différentes pratiques simples du yoga (postures, respiration, méditation, mantras...). Accessible à tous, cette activité invite à se connecter à la nature via les 5 éléments.

RDV à 9h30, sur la colline de Spaloumont (via Spa ou Balmoral), au parking situé après celui du domaine Sol Cress, avant le cimetière. Groupe limité à 15 personnes. Inscription obligatoire : Marie-Eve Castermans au 0495 44 65 10 ou c.marie.eve@gmail.com. Renseignements auprès de la guide : Martine Duprez au 0475 46 41 96. PAF : 1€ - Infos supplémentaires sur le site www.latrientale-cnb.be

Samedi 19 août - Rocherath - La Trientale - 1 j

Secrètes vallées fagnardes à l'Est de la Belgique

Les forêts domaniales d'Elsenborn et de Höfen, entre Rocherath et la frontière allemande, sont traversées de vallées peu profondes mais secrètes, au caractère fagnard, d'un grand intérêt biologique et paysager et le plus souvent en réserves naturelles. Nous les longerons ou les franchirons, en particulier celles du Krockersbach et de la Schwalm supérieure, au fil d'un circuit d'environ 10 km.

RV à 9h30 en face de l'église de Rocherath, sur la grand-route.

Guide : Jean-Paul Collette - 0474 99 70 75. PAF : 1€ - Infos : www.latrientale-cnb.be

Samedi 26 août – Odrimont – La Trientale – 1 j

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. Après le 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. Merci de bien vérifier les infos sur le site de la Trientale : www.latrientale-cnb.be

Responsables : Ghislain Cardoen et Isabelle Deroanne – Infos au 0495 13 20 30. Fin vers 16h00

Dimanche 24 septembre – Cherain – La Trientale – ½ j

Quand les oiseaux voyagent...

Vous le savez, certains oiseaux repartent pour l'hiver et d'autres arrivent chez nous. Voyons qui part, où ils vont et pourquoi, ou encore, ce qu'il faut leur donner à manger en hiver... Nous apprendrons à en reconnaître une dizaine en nous promenant dans les chemins. Animation pour les enfants (avec un parent). RV à 9h00, parking de l'école à Cherain - 6674 Gouvy, fin vers 12h00.

PAF : 1€. Guide : Marie-Eve Castermans. Merci de vous inscrire au 0495.44.65.10 ou c.marie-eve@gmail.com. Infos : www.latrientale-cnb.be

Vendredi 20 octobre – Il aura lieu à la Canneberge à Ennal, – La Trientale – 1 soirée

Le souper annuel

Les infos ne sont pas encore précisées mais n'hésitez pas à consulter le site de la Trientale (www.latrientale-cnb.be) où elles seront indiquées dès que possible. L'apéro sera bien entendu offert par la Trientale... ☺ Bienvenue à tous !

Attention : changement de date !

Ce petit mot pour vous informer que le souper initialement prévu le 8 septembre sera reporté au 20 octobre. Il aura lieu à la Canneberge à Ennal, qui aura alors terminé quelques travaux de rénovation. Christine prendra les réservations dès que nous aurons le choix pour les menus. Nous vous tiendrons au courant sur notre site. N'hésitez pas à contacter certaines personnes qui pourraient ne pas être informées via cette page.

Merci à tous et au plaisir de se revoir !