

Balades 2025

En chemin,  
j'ai rencontré...





En chemin,  
j'ai rencontré...

Depuis ses débuts, l'opération propose de faire découvrir les paysages, le patrimoine bâti ainsi que les acteurs locaux de chaque territoire (artisans, agriculteurs, artistes, etc.) Petit à petit les thématiques se sont élargies au champ environnemental et cette évolution se poursuit dans une démarche de sensibilisation aux milieux naturels et de développement durable.

Voici les différents partenaires qui se joignent à nous en 2025 et que nous remercions chaleureusement :



Le Parc national des Cévennes, notre partenaire historique, accompagne trois balades, organisées par trois Foyers : Les Bondons, Saint-Germain-de-Calberte et la Salle Prunet.



Le CADA – France terre d'asile intervient pour le Foyer de Saint Symphorien.



Natura 2000 accompagne les Foyers Ruraux de Langlade Brenoux et Saint Sauveur de Peyre.



Le Parc naturel régional de l'Aubrac associe deux soirées de son programme «Nuits des Burons» avec les Foyers qui organisent des balades sur son territoire : le Foyer Rural du Monastier et le Foyer Rural de Nasbinals.



Pays d'Art et d'Histoire de Mende & Lot en Gévaudan accompagne le Foyer Rural de Langlade-Brenoux.

Avec cette brochure, vous pourrez ainsi composer votre programme de balades au gré de vos envies. Ce qui relie chacune d'elles c'est l'accueil des plus chaleureux qui vous sera réservé par les bénévoles tandis que vous partirez à la découverte des richesses de notre département. Ils vous proposent de suivre des itinéraires originaux, sans cesse renouvelés, qu'ils souhaitent vous faire découvrir.

Cette année, 17 balades vous sont proposées entre mai et septembre 2025.



## Qui sommes-nous ?



La Fédération départementale regroupe 67 Foyers Ruraux actifs dont les bénévoles se mobilisent toute l'année sur l'ensemble de la Lozère afin de proposer des activités, des ateliers ou des événements directement pensés par (et pour) les habitants. Ces actions et manifestations créent du lien, favorisent l'intergénérationnel et participent à l'attractivité du territoire.

→ Composée d'une équipe de bénévoles et de professionnels, le rôle de la Fédération est de :

- Favoriser le dynamisme culturel et social des villages de Lozère en proposant, via son réseau de Foyers Ruraux, des activités ouvertes à tous pendant toute l'année.
- Proposer des activités intergénérationnelles et créatrices de lien social.
- N'hésitez pas à aller sur notre site internet : <https://lozere.foyersruraux.org/> pour retrouver l'ensemble de nos actions : centre de ressources, festival Contes & rencontres, opération Passe Pierre, rencontre départementale de la vannerie ...

→ Nos engagements :

La Fédération s'engage pour la planète :

Nous encourageons tous nos Foyers à utiliser des produits locaux pour les moments conviviaux lors des balades.

En tant que participant, vous pouvez covoiturier grâce à [www.togetzer.com](http://www.togetzer.com) ou [www.mobicoop.fr](http://www.mobicoop.fr)

Retrouvez tous les moyens de transports durables sur la carte interactive de l'agence de la mobilité : [www.mobilite-lozere.fr](http://www.mobilite-lozere.fr) en cliquant sur votre secteur.

## Informations pratiques



- Les balades sont entièrement GRATUITES.
- Pour faciliter l'organisation, les inscriptions sont parfois obligatoires ou fortement souhaitées, auprès des référents indiqués en bas de page de chaque balade.
- En cas de mauvais temps, les balades peuvent être annulées le matin même, ne pas oublier de téléphoner avant de prendre la route.
- Merci de respecter les horaires de départ indiqués.
- Les dénivelés et les distances sont à titre indicatif.
- Par expérience, nos amies les bêtes sont strictement interdites sur les balades.

## Nos p'tits conseils

- Prévoir de bonnes chaussures, des vêtements adaptés à la météo (chapeau, k-way...), et tout accessoire que vous jugez nécessaires (jumelles, lunettes de soleil...), un pique-nique et de l'eau en quantité suffisante.
- Certaines balades prévoient des rencontres avec des artisans et producteurs et vous permettront, si vous le souhaitez, de faire quelques achats.





Les balades 2025  
en un coup d'oeil !

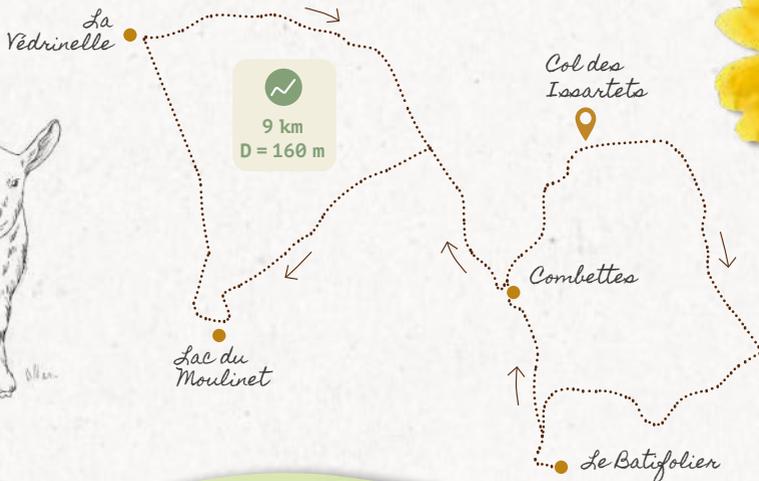


① Dim. 11 mai

Dans un monde fait de fromages et de faune sauvage, en tournage maître renard ne fera point de morale !

Nous vous invitons sur les chemins en Terre de Peyre avec de magnifiques panoramas sur le Roc de Peyre et la Margeride. Une escapade qui, par quelques détours, nous conduira d'aval en amont du si beau lac du Moulinet sur les bords de la Crueize. Un parcours pour découvrir le monde de la ferme et de la fabrication du fromage de chèvre ainsi que celui de la faune sauvage avec des espèces emblématiques de cette rivière et de ce vallon. Pour terminer, l'œil du photographe nous ouvrira de nouvelles perspectives sur « les rinals del Aubrac ».

- 9h00 Rendez-vous à la salle des fêtes de Saint Sauveur de Peyre.
- 9h30 Ralliement en voiture au point de départ de la randonnée situé au lieu-dit « les Issartets ».
- 10h45 Rencontre à la ferme avec Benoit Remize, agriculteur, qui nous accueillera dans sa chèvrerie pour nous faire partager sa profession et la fabrication des fromages de chèvres. L'occasion de faire une petite dégustation.
- 13h00 Pique-nique tiré du sac.
- 13h30 En amont du lac du Moulinet, découverte de la faune emblématique de la Crueize avec Romain Montlong, chargé de mission Natura 2000, à la communauté de commune des hautes Terres de l'Aubrac. Ce naturaliste local nous fera découvrir la faune emblématique de cette rivière et plus largement de l'Aubrac sur le chemin du retour.
- 16h30 Retour à la salle des fêtes de Saint Sauveur de Peyre pour découvrir une exposition photo ayant déjà fait sensation à PHOT'Aubrac sur le thème du renard. Romain se fera un plaisir de vous présenter ses clichés et les techniques utilisées pour arriver à approcher et à photographier cet animal si inspirant. Ce sera également l'occasion de partager une petite collation offerte par le Foyer Rural de Saint Sauveur de Peyre.

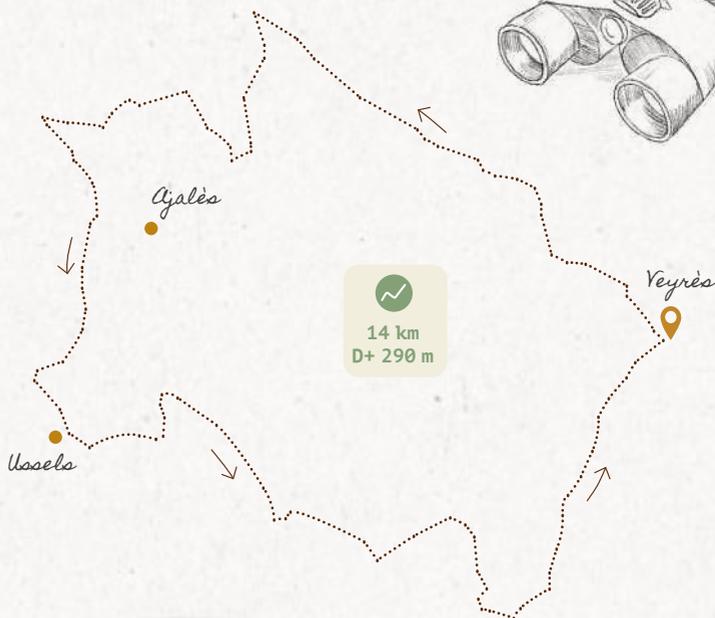


② Dim. 18 mai

De la terre jaillit l'eau,  
rencontre avec des sources

Profitez de cette balade guidée par Alexandre Burtin, animateur nature, pour vous émerveiller des paysages, de la faune et de la flore de l'Aubrac. Cette balade vous amènera à découvrir l'eau sur l'Aubrac : de la source à la tourbière, en passant par la rase et le ruisseau. Cet élément fait le caractère paysager de l'Aubrac et nombres d'espèces occupent ces milieux qui nous sont chers. — **Prenez vos jumelles si vous en avez.**

- 14h30 Rendez-vous au centre bourg de Veyrès (48310).
- 14h30 Départ de Veyrès, nous traverserons le bois des Sots puis le bois de la Garde et observerons les indices de présence de la faune et de la flore locale avant de découvrir plusieurs pics.
- 15h45 Nous ferons un arrêt d'observation aux 3 fontaines et traverserons les ruisseaux de Rouanel, des Goutelles et d'Ussels.
- 16h45 Nous ferons une pause avant Ussel à 1140m d'altitude pour un goûter offert par le Foyer Rural de la Terre de Peyre. Nous repartirons ensuite pour les zones humides qui sont autour du Puech de la Pause et qui donnent naissance aux ruisseaux alentours. Alexandre nous parlera de cet écosystème précieux.
- 17h30 Nous longerons le ruisseau de Fount Frejio sur le retour et traverserons le bois de Chaffols.
- 18h00 Retour à Veyrès.



Balade organisée par le Foyer Rural de la Terre de Peyre  
à Aumont-Aubrac, en partenariat avec Un rêve de Balbu.



Inscription : Alexandre au 07 85 04 50 65 (de 8h à 19h) ou au Foyer Rural au 04 66 42 87 09



③ Dim. 1er juin

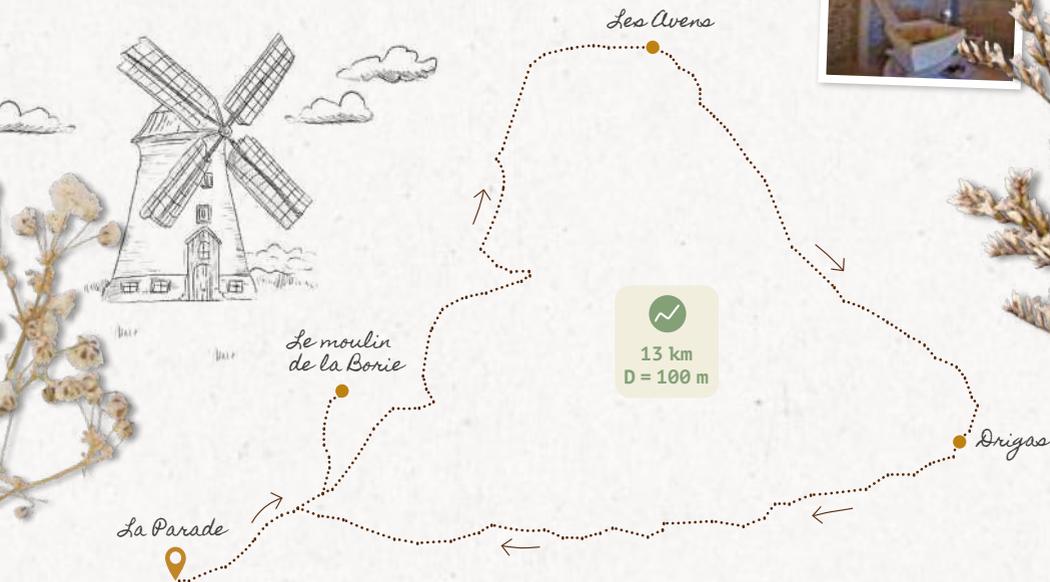
*Les ailes de son moulin allaient  
toujours leur train comme devant\**

\* Alphonse DAUDET – Les lettres de mon moulin

Depuis le hameau de La Parade, sur la cause Méjean, nous partirons à la rencontre de Guillaume Minotier de La Borie qui nous fera découvrir son moulin. Nous partirons ensuite marcher entre pinèdes et dolines, jusqu'aux hameaux Les Avens et Drigos avant de revenir à La Parade qui partage avec Badaroux un moment funeste de son histoire.

— Prévoir 5€ pour la visite du moulin.

- 9h00 Rendez-vous au hameau de La Parade.
- 9h30 Départ en direction du moulin de la Borie, magnifique moulin à vent restauré.
- 10h00 Guillaume, le meunier, nous accueillera et 30 personnes max. pourront visiter le moulin pendant une heure. Il nous racontera l'histoire de ce projet de restauration, le but et l'usage d'un moulin et nous découvrirons son travail de valorisation des variétés de céréales anciennes. Nous aurons la possibilité d'acheter de la farine avant de poursuivre notre chemin vers Les Avens.
- 12h30 Repas tiré du sac aux Avens, hameau dont le nom est lié à la présence d'un aven à proximité.
- 14h00 Poursuite de la randonnée au milieu du cause nu où nous parlerons de pastoralisme et où nous pourrons admirer de beaux panoramas sur l'Aigoual.
- 16h00 Retour au point de départ pour partager un verre de l'amitié offert par le Foyer Rural.



④ Sam. 7 juin

## Entre bancels et ruisseaux

Partez à la découverte de l'importance de l'eau dans notre environnement et dans le quotidien de nos vallées à travers une balade enrichissante entre nature et ouvrages hydrauliques. Vous cheminerez aux côtés de plusieurs intervenants qui, chacun à leur manière, témoigneront de leur rapport à cet élément précieux. Vous découvrirez une exposition sur l'eau et ses usages, les inventaires réalisés dans le cadre de l'ABC (Atlas de la Biodiversité Communale) de St Germain de Calberte et découvrirez les jardins des Calquières et les travaux menés pour leur réhabilitation.

- 15h00** Départ depuis l'église de Saint Germain de Calberte. La Fabulerie nous présentera son exposition itinérante « Allô, à l'eau ? » sur l'eau et ses usages, composée d'interviews sonores, de contes et d'illustrations.
- 15h30** Nous partirons ensuite en balade sur les hauteurs du village. Le Parc national des Cévennes nous présentera les inventaires (faunes et flores) effectués pendant les trois ans de l'ABC sur la commune de St Germain. Nous traverserons plusieurs ruisseaux naturels ou façonnés par l'homme.
- 17h00** Retour par les jardins des Calquières, l'association « bancels des Calquières » présentera les jardins et les travaux effectués pour leur réhabilitation. Goûter offert par le Foyer Rural.



3 km  
D+ 150 m



Balade organisée par le Foyer Rural de Saint Germain de Calberte en partenariat avec le Parc national des Cévennes, l'association « bancels des Calquières », la Fabulerie et la mairie de Saint Germain de Calberte.

Renseignements : foयरrural48370@gmail.com



⑤ Dim. 8 juin

## La balade du Puech

Après avoir franchi le Tarn par le petit pont, nous monterons vers un charmant hameau perdu au bout d'un chemin sinueux. Nous descendrons ensuite parmi les châtaigniers et les chênes, vers un petit village niché dans le méandre d'un cours d'eau. Au retour, nous traverserons la rivière sur un pont séculaire refait à neuf, dont les arches se reflètent dans les eaux vertes et translucides.

9h30 Départ de la place du village. Au cours de notre balade nous découvrirons la géologie, la faune et la flore. Nous observerons la diversité des plantes, mousses, lichens, insectes pierres, sols...

12h00 Nous vous proposerons de créer un land art collectif sur le trajet et nous rencontrerons des personnes qui vivent sur le territoire (producteurs, artisans...)

Retour sur la place du village pour une dégustation de produits locaux et régionaux offerte par le Foyer Rural



⑥ Sam. 14 juin

## La nature autour du sentier de Prunet



Après une montée à travers une ancienne châtaigneraie, un beau panorama s'ouvrira aux participants sur la vallée de la Mimente, la Can de l'Hospitalet et la bordure du causse Méjean avec le rocher du Rochefort qui surplombe Florac.

- 10h00 Rendez-vous au parking de la mairie de la Salle Prunet pour un café offert par le Foyer Rural.
- 10h30 Départ de la balade. Manick, chargée de mission au COPAGE nous présentera le site Natura 2000 Tarn Tarnon Mimente : les enjeux, les milieux, les espèces. Dans la montée, Emilien, garde moniteur au Parc national des Cévennes évoquera l'importance du bois mort et des insectes associés.
- 12h00 Pique-nique tiré du sac à proximité de la Clède.
- 13h30 Retour à la Salle Prunet en passant par le hameau de La Valette. Chemin faisant, Emilien, nous présentera l'Aigle botté nouvellement installé dans la basse vallée de la Mimente ; quelques points d'écoute des oiseaux ponctueront la descente.
- 15h30 Retour au parking.



Crédit : Nathalie Thomas



La Valette



La Salle-Prunet

  
4,5 km  
D+ 243 m



 Balade organisée par le Foyer Rural « Les Amis du Sistre » de la Salle Prunet, en partenariat avec le COPAGE et le Parc national des Cévennes, dans le cadre de la Charte Forestière (PETR Sud-Lozère).  
 Inscription souhaitée : Florian au 06 32 10 15 29 - sistre@orange.fr



⑦ Sam. 14 juin

D'une cascade à une autre  
et jusqu'au Mailhebian

D'une cascade à une autre et jusqu'au Mailhebian, point culminant de l'Aubrac, vous partirez à la découverte de la partie sud de cette montagne, sa géologie, ses paysages, sa flore très riche et colorée, son patrimoine avec burons d'hier et d'aujourd'hui. La journée se terminera par la « Nuit des burons » au Cantecouyou, organisée par le Parc naturel régional de l'Aubrac (PNR Aubrac). Vous serez conquis par ces larges espaces aux odeurs enivrantes en cette période de l'année.  
— Prévoyez des chaussures adéquates pour marcher dans les pâturages.

14h30 Rendez-vous au col de Bonnecombe, accueil au buron de l'association Aubrac Sud Lozère et organisation des voitures pour le retour après la soirée.

15h30 Départ de la balade, vers la cascade du Saltou sur le Pesquio (orgues basaltiques), puis descente vers le Galabert où nous découvrirons une 2ème cascade sur le Doulou.

16h30 Nous monterons ensuite pour atteindre le signal de Mailhebian, point culminant avec vue à 360° et table d'orientation d'où nous pourrons admirer de grands espaces et repérer de multiples lieux en Lozère et bien au-delà.

18h00 Nous descendrons ensuite vers le buron de Mailhebian, puis nous rejoindrons en fin d'après-midi le buron de Cantecouyou où le Foyer Rural offrira l'apéritif avant le repas tiré du sac (pique-nique ou repas partagé). Pour finir la journée, nous assisterons à la « Nuit des burons » organisée par le PNR Aubrac : Clara Madec et François Malbranque nous proposeront des versions toutes personnelles de contes traditionnels, accompagnés de danse contemporaine, en écho avec le paysage de Mailhebian. Pour petits et grands à partir de 7 ans. — Prévoir des vêtements chauds.



Signal de  
Mailhebian

Buron de  
Cantecouyou

Col de  
Bonnecombe

7 km  
D+ 225 m



 Balade organisée par le Foyer Rural du Monastier, en partenariat avec le Parc naturel régional de l'Aubrac dans le cadre de leurs soirées « Nuits des burons » et l'association Aubrac Sud Lozère.

 Inscription obligatoire : Colette au 06 79 80 12 26 ou Marie-Thérèse au 06 80 27 23 92



⑧ Sam. 28 juin

Bien dans son âme  
et bien dans sa vie



Venez explorer les multiples usages des plantes : infusions, décoctions, cosmétiques ; et découvrir les vertus des huiles essentielles. Vous apprendrez comment ces pratiques douces peuvent soulager les maux du corps et de l'esprit. Par ailleurs, découvrez comment l'hôpital de St Alban, berceau de la psychothérapie institutionnelle, s'est imposé comme un centre de référence incontournable.

- 8h30 Rendez-vous au château de Saint Alban pour la présentation de la randonnée autour d'un café et d'une brioche offerts par le Foyer Rural.
- 9h00 Départ vers le Marlet avant de nous arrêter au Castrum.
- 11h00 Arrivés au Marlet, nous rencontrerons Pauline qui cultive les plantes, nous présentera leurs utilisations et nous proposera des infusions.
- 12h00 Pique-nique tiré du sac.
- 13h00 Retour vers Saint Alban en empruntant un tronçon du Chemin de Saint Jacques de Compostelle.
- 16h00 Arrêt au pôle de soins alternatifs pour rencontrer Rachel, aromatologue certifiée. Des rafraîchissements et une collation seront offerts par le Foyer Rural.
- 17h00 En fin de parcours, possibilité si vous le souhaitez de visiter la chapelle et le cimetière de l'hôpital qui comporte des curiosités.

Le Marlet

Ferluc

Le Louget

St Alban  
/ Limagnole

✓  
14,4 km  
D+ 232 m  
D- 225 m



👤 Balade organisée par le Foyer Rural « Les Sentiers de Margeride » de Saint Alban sur Limagnole, en partenariat avec les Fées des huiles.

📞 Inscription obligatoire : Marie au 06 52 05 50 13 ou à [marie.coguic@laposte.net](mailto:marie.coguic@laposte.net), ou Mireille au 06 23 18 80 78

⑨ Sam. 28 juin

## Bâtiments anciens et jardins potagers en Vallée Française

Nous vous convions à une balade à la découverte du patrimoine bâti et du patrimoine terrien de Saint Etienne Vallée Française. Vous découvrirez l'église, le château, les jardins, le métier de maraîcher et un peu de la forêt cévenole. La balade finira sur le site de la cascade du Martinet, où les participant.es pourront rester se baigner ou juste profiter de ce très beau site le long du gardon.

- 8h30** Rendez-vous à la salle polyvalente de Saint Etienne Vallée Française pour un petit-déjeuner offert par le Foyer Rural.
- 9h00** Départ de la balade. Nous découvrirons l'église du village datant du XIV<sup>ème</sup> siècle ainsi que la structure circulaire du bourg qui l'entoure, typique de l'époque féodale. Nous visiterons aussi les deux lavoirs, l'un ancien, l'autre rénové, avant de traverser les jardins potagers qui entourent le village.
- 10h00** Éric, propriétaire du château de Cambiaire (XIV<sup>ème</sup> siècle), nous montrera le château et son parc et nous racontera son histoire. Nous continuerons ensuite notre balade jusqu'aux jardins du chemin de l'Ours.
- 11h30** Nous serons accueillis à la ferme de La Fare où Tom et Elsa nous présenteront le travail de maraîcher.es.
- 12h00** Repas tiré du sac pris à la ferme.
- 14h00** 3 options au choix :  
1 - Retour en autonomie  
2 - Baignade et pause à la rivière  
3 - Suite de la balade avec une boucle de découverte ONF présentant quelques essences cévenoles
- 15h30** Départ de la cascade du Martinet.
- 16h00** Retour à la Salle Polyvalente.



10 sam. 5 juillet

à la rencontre de la diversité  
et des métiers d'ailleurs

Au-delà des images et des discours construits à dessein, dans un esprit d'échange et de rencontre, ces habitants d'ailleurs et, aujourd'hui, d'ici partageront leur histoire, leurs compétences et leur espoir à qui voudra bien les recevoir.

- 9h00 Rendez-vous à Saint Symphorien sur le site « Bel Air » pour un café offert par le Foyer Rural devant une vue à 360°.
- 9h30 Départ de la randonnée en direction de Malviala où nous profiterons d'un magnifique point de vue sur les Monts du Velay et la vallée de l'Ance.
- 12h00 Arrivée à Chambon le Château et repas tiré du sac.
- 13h00 Rencontre et échanges avec les résidents accueillis par le CADA (Centre d'accueil pour demandeurs d'asile), qui partageront avec nous un petit bout de leur vécu et de leur savoir-faire.
- 16h00 Retour à St Symphorien par Ancelpont et Les Salelles en cheminant sur les hauteurs de la Margeride.



St  
Symphorien



Malviala



✓  
11,5 km  
D = 330 m

Ancelpont

Chambon  
le château



 Balade organisée par le Foyer Rural de Saint Symphorien, en partenariat avec le CADA (Centre d'accueil pour demandeurs d'asile) de Chambon le Château et l'association « les Sentiers en Margeride ».

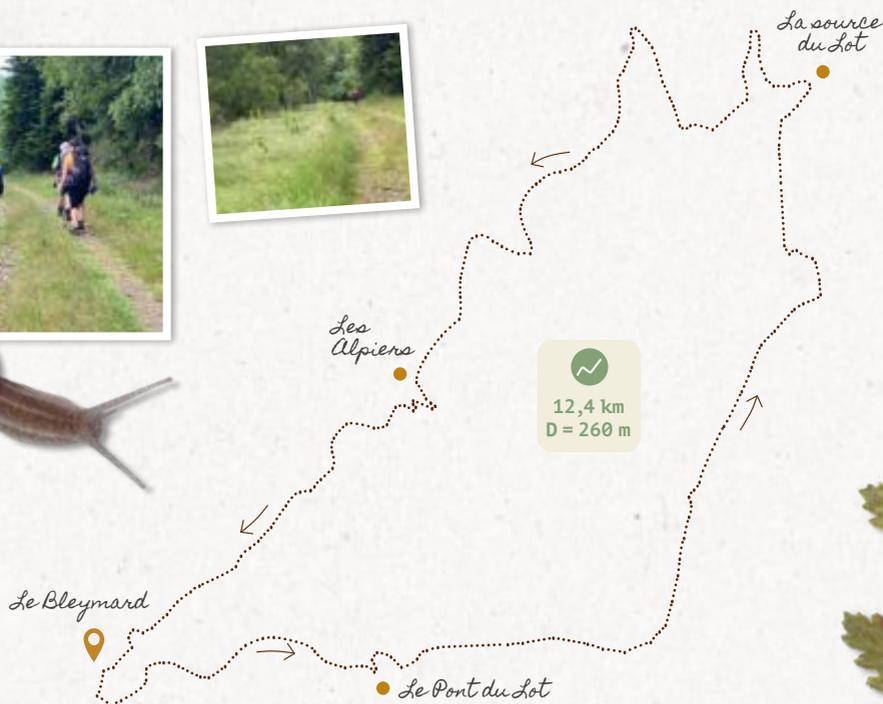
 Inscription souhaitée : Alain au 06 43 17 40 82 ou Jacques 07 66 21 20 28

11 Sam. 30 août

## Les sources du Lot

Nous vous invitons à une balade autour du thème de l'eau, à travers des paysages grandioses et variés, entre pâturages ouverts et forêt épaisse. Vous découvrirez la source du Lot qui se situe à environ 1300 m d'altitude puis passerez par le hameau de caractère des Alpiers, foulé par l'écrivain Stevenson et l'ânesse Modestine.

- 9h30 Rendez-vous au Bleymard (devant Carrefour Express) pour un café de bienvenue avec gâteaux, offert par les Foyers Ruraux organisateurs.
- 10h00 Nous entamerons la randonnée en direction de Malecombes en traversant la forêt et découvrirons peut-être quelques cèpes.
- 12h00 Repas tiré du sac à l'endroit où le Lot prend sa source.
- 13h30 Nous continuerons notre chemin en direction des Alpiers, un joli petit village de la commune de Cubières qui se trouve sur le chemin de Stevenson.
- 16h30 Retour au Bleymard pour un goûter offert par les deux Foyers Ruraux.



12 Sam. 6 sept.

« Fenêtres » ouvertes sur la Margeride et rencontres insolites

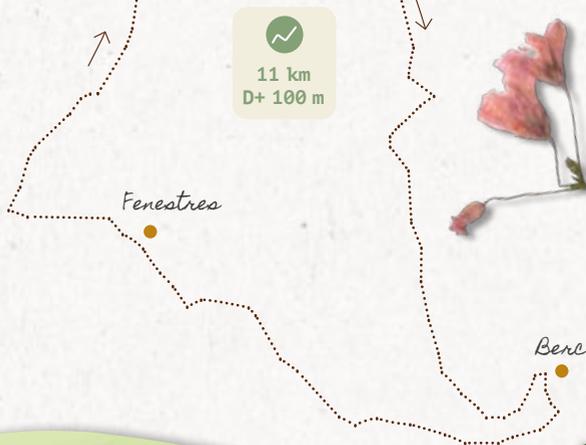
Nous vous invitons à une agréable balade entre sous-bois et petits villages pittoresques. Venez découvrir certaines curiosités géologiques, granitiques ou quartziques qui ont façonné nos paysages et notre art de vivre. Ensuite, vous pourrez visiter notre radio associative locale puis l'atelier de Maryse, artiste-céramiste, qui vous accueillera, avec son sourire et son enthousiasme. Pour finir, Daniel vous racontera l'histoire de sa forêt familiale.

- 9h00 Rendez-vous au Foyer rural des Monts-Verts, à l'ancienne école du Bacon, pour une collation offerte par les Foyers Ruraux organisateurs.
- 9h30 Nous partirons vers Fenestres par le puech du Bacon et celui de Berc, en sous-bois. Nous admirerons de jolis panoramas sur la Margeride et deux importants chaos granitiques (l'un préhistorique, l'autre connu pour avoir été « une pierre aux signaux »). Nous traverserons des villages attestant d'un travail du granite souvent spectaculaire.
- 12h30 Arrivée à Fenestres pour un repas tiré du sac et un apéritif fait maison par les trois Foyers.
- 13h30 Nous visiterons les locaux de la radio associative Radio-Margeride et découvrirons son histoire et ses engagements.
- 14h30 Maryse nous invitera dans son atelier de céramiste et nous exprimera sa passion pour cet art.
- 15h30 Nous rentrerons par le Roc de Fenestres avec explication géologique sur le quartz et son impact sur le développement de l'industrie. Puis, Daniel et Evelyne nous guideront dans leur forêt intergénérationnelle.
- 17h00 Retour au Foyer Rural des Monts-Verts, pour un goûter offert par les trois Foyers Ruraux.



Le Bacon

Possibilité de ne faire que la demi-journée du matin (7km) ou de l'après-midi (4,2 km)



👤 Balade organisée par les Foyers Ruraux des Monts-Verts, de Fournels et des Bessons, en partenariat avec Radio-Margeride.

📞 Inscription souhaitée : Martine au 06 52 11 86 62 ou Joseph au 07 87 19 16 19 ou Gaby au 06 77 80 18 13



13 Sam. 6 sept.

À la découverte des paysans innovants, des chauves-souris, des étoiles et des papillons de nuit.



Nous vous invitons à venir faire une visite guidée du village de Lanuéjols, qui sera suivie d'une balade semi-nocturne à la découverte des graines anciennes, des chauves-souris, des étoiles et des papillons de nuit. Vous aurez l'occasion si vous le souhaitez d'acheter des farines et lentilles en circuit court, avant de finir la soirée autour d'un brasero et d'un repas partagé festif.

- 15h00 Visite commentée du village de Lanuéjols avec le Pays d'Art et d'Histoire de Mende & Lot en Gévaudan. Elle nous présentera la fontaine, l'église romane, le mausolée et autres monuments du village.\*
- 16h00 Collation offerte par le Foyer Rural avant le départ de la randonnée depuis le mausolée vers Chapieu. Prévoir frontale ou téléphone portable.
- 17h30 Nous découvrirons la ferme de Chapieu : une opération exemplaire de redistribution de terres à une dizaine de paysans. Nathalie Fournier, la « payse de Chapieu », paysanne-boulangère, nous présentera ses cultures de graines anciennes.
- 19h00 En nous baladant sur la route des vins, nous rencontrerons Paul Fouet à la baraque de Pantel, animateur du site Natura 2000 Valdonnez, qui nous fera découvrir les chauves-souris et Irène Delaporte qui nous parlera du ciel étoilé.
- 20h30 Nous rentrerons à Lanuéjols et visiterons le moulin de Claire et Christian Vitrolles qui nous présenteront leurs farines et lentilles (possibilité d'acheter leurs produits locaux et bio en circuit court).
- 21h30 Myriam, garde-monitrice au Parc national des Cévennes, nous proposera une animation sur les papillons de nuit.
- 22h30 Repas partagé autour d'un brasero, à l'aire de jeu sous le mausolée, et apéritif offert par le Foyer Rural.

\*Pour ceux qui connaissent le village de Lanuéjols il est possible d'arriver pour 16h30 seulement



Balade organisée par le Foyer Rural de Langlade Brenoux.  
Inscription : Jean-Pierre au 06 81 29 28 67



14 Sam. 13 sept.

## Sentier de la Condamine

Doline, lavogne, dolmen... vous guident dans ce voyage à la découverte de l'agropastoralisme d'hier et d'aujourd'hui. Une balade dans le temps où l'homme a su, sur ces plateaux arides, profiter des lieux pour en prendre le meilleur. Il ne s'est pas installé là par hasard et a dû adapter son mode agricole. Chaque élément ici a une histoire à vous raconter, ouvrez les yeux et interrogez-vous, interrogez les personnes que vous allez rencontrer.

- 9h30 Rendez-vous au lieu-dit la Condamine (48210) au départ du sentier de randonnée « La Condamine », marqué par un panneau d'information. Nous y laisserons les voitures avant de nous rendre aux « Lisières », nouveau lieu de résidence artistique.
- 10h00 Nous serons accueillis par Jacques Bret autour d'un café offert par le Foyer Rural de Sainte-Enimie. Il nous parlera de son projet et nous fera visiter sa propriété.
- 11h00 Nous reviendrons au point de départ et passerons devant le dolmen de « Combe la Brouze ».
- 12h00 Jean-Luc Michel nous ouvrira une de ses pâtures pour le pique-nique tiré du sac. Durant cette pause, il nous parlera de son métier d'éleveur et de l'importance de l'agro-pastoralisme dans le modelage des paysages caussenards.
- 13h30 Nous reprendrons notre chemin pour traverser le hameau du Temple avant de rejoindre le point de départ et la ferme des Champs.
- 15h00 Nous serons accueillis par Bruno Molines pour la visite de son exploitation où il nous proposera ses produits en vente-directe.
- 16h30 Un goûter offert par le Foyer Rural de Sainte-Enimie clôturera cette journée.



La Condamine

Le Temple

7 km  
D+ 185 m

15 Sam. 20 sept.

## La chèvre et le chou

Venez vivre avec le Foyer Rural du Masbonnet un moment de rencontres, de découvertes et de convivialité lors de la balade « La chèvre et le chou ». Au programme : de jolis paysages, de la convivialité, du terroir, de la culture, de l'architecture locale et... des légumes et des chèvres !

- 10h00 Rendez-vous à Coucou (à 2,5 km du Pompidou en direction de Barre des Cévennes, stationnement possible) pour un café d'accueil offert par le Foyer Rural.
- 10h30 Départ pour une jolie boucle sur un sentier dans les bois, puis à flanc de montagne, qui nous permettra d'admirer les vallées alentours.
- 11h30 Nous rencontrerons Gaétan Perret et Aurélie Tièche, maraîchers aux « jardins de Tartabissac », en passant par le col du même nom, qui nous parleront de leur métier.
- 12h30 Repas tiré du sac.
- 13h45 Nous irons jusqu'à Saint Flour du Pompidou où nous rencontrerons Géraldine Bender, éleveuse des « Chevrettes de Saint Flour » et productrice de fromage. Nous ferons un petit détour par la célèbre petite église romane. Ce monument local remarquable nous fera remonter le temps jusqu'au XIIème siècle !
- 15h30 Nous remonterons ensuite tranquillement dans les bois jusqu'à Coucou.
- 16h30 Goûter bien mérité, fait de produits locaux, offert par le Foyer Rural.



Le col de  
Tartabissac

7,32 km  
D = 224 m  
en pente  
douce

Coucou

Saint Flour  
du Pompidou

Les jardins de  
Tartabissac

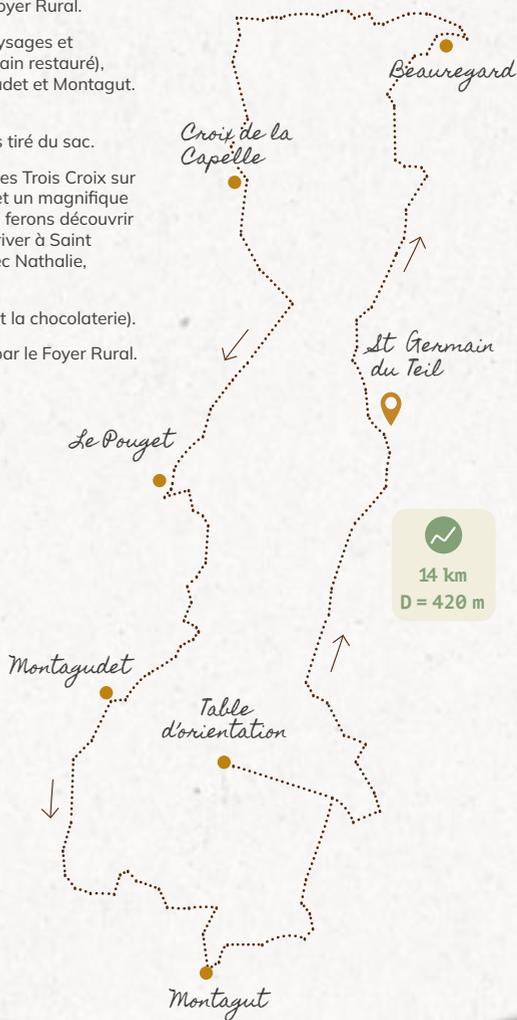
Le Pompidou

16 Dim. 21 sept.

## Saint Germain du Teil et son patrimoine

Nous vous invitons à nous accompagner sur les sentiers autour de St Germain du Teil et à découvrir l'histoire des nombreuses croix qui jalonnent le circuit. Nous terminerons avec une note sucrée et la visite de la chocolaterie.

- 9h00 Rendez-vous à la Salle Jean-Pierre Deltour à Saint Germain du Teil (face commerces) pour café et fouace offerts par le Foyer Rural.
- 9h30 Départ de la randonnée à travers de magnifiques paysages et hameaux en direction de La Viole, Cheyroux (four à pain restauré), Croix de La Capelle, Mascoussel, Le Pouget, Montagudet et Montagut. Neuf belles croix à admirer en chemin.
- 12h30 Pique-nique, apéritif offert par le Foyer Rural et repas tiré du sac.
- 13h30 Un premier groupe reprendra le sentier en direction des Trois Croix sur le Puech Debon où se trouve une table d'orientation et un magnifique panorama sur Saint Germain. Sur le retour nous vous ferons découvrir neuf nouvelles croix ainsi que leur histoire avant d'arriver à Saint Germain du Teil pour une visite de la chocolaterie avec Nathalie, possibilité d'achat.
- 13h45 Départ du second groupe (pour éviter l'attente devant la chocolaterie).
- 17h00 Retour au point de départ pour une collation offerte par le Foyer Rural.



17 Dim. 21 sept.

## Balade en Aubrac : de la ferme des Nègres au buron de Places de Cure

Nous vous invitons à venir découvrir les paysages de l'Aubrac en automne et à célébrer la fin de PHOT'Aubrac avec un concert dans le cadre des « Nuits des burons » organisées par le Parc naturel régional de l'Aubrac (PNR Aubrac).

- 17h00 Rendez-vous sur le parking de la cascade du Déroc pour une collation offerte par le Foyer Rural.
- 17h30 Départ de la balade en direction de la ferme des Nègres.
- 18h00 Au parking de la ferme des Nègres nous retrouverons Laurent, chargé de mission du PNR Aubrac, qui nous mènera jusqu'au buron de Places de Cure avec des lectures en plein air.

Là nous profiterons d'un concert crépusculaire en quatuor « Déployer la nuit » (soprano, violoncelle, saxophone/flûte et percussions) comme une ode à la nuit et à l'obscurité pour se souvenir, résister, se rassembler, espérer. Verre de l'amitié offert par le PNR Aubrac à l'issue du spectacle. — **Prévoir des vêtements chauds.**



Parking cascade  
du Déroc



Ferme des  
Nègres



2,33 km  
D = 30 m

Buron de Places  
de Cure



Balade organisée par le Foyer Rural de l'Aubrac lozérien de Nasbinals, en partenariat avec le Parc naturel régional de l'Aubrac dans le cadre de leurs soirées « Nuits des burons ».

Inscription obligatoire : Marinette au 06 73 36 78 55 ou Odette au 06 47 63 11 83





*Qu'en avez-vous pensé ?*

Nous vous serions très reconnaissants de bien vouloir nous faire part de vos impressions concernant les balades auxquelles vous avez participé afin de contribuer à améliorer cette opération :





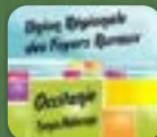
Une initiative de :

La Fédération départementale des Foyers Ruraux de Lozère  
10 quartier des Carmes BP 113 - 48003 Mende cedex  
04 66 49 23 93 – foyersruraux48@mouvement-rural.org  
[www.lozere.foyersruraux.org](http://www.lozere.foyersruraux.org)

Avec la participation des Foyers Ruraux des communes de :

Aumont-Aubrac, Badaroux, les Bessons, Cubières, Fournels, Langlade-Brenoux, Masbonnet, Mas d'Orcières, le Monastier, les Monts-Verts, Nasbinals, Saint-Alban, Sainte-Enimie, Saint-Etienne-Vallée-Française, Saint-Germain-de-Calberte, Saint-Germain-du-Teil, Saint-Sauveur-de-Peyre, Saint-Symphorien, la Salle Prunet, Vébron.

Et le soutien de :



Brochure imprimée à 3000 exemplaires sur du papier certifié FSC™,  
issu d'une gestion durable des forêts.