

RAQUETTES DANS LES BAUGES EN LIBERTÉ EN 5 JOURS

Venez vivre l'aventure dans les Bauges!

Situé entre les lacs du Bourget et celui d'Annecy, venez randonner en plein cœur du Parc Naturel des Bauges, loin de la foule et dans un cadre exceptionnel, le massif vous offre des points de vue remarquables sur le massif des Alpes en passant par le lac d'Annecy jusqu'au Mont-Blanc. Les montagnes de ce dernier abritent une flore et une faune remarquables : 1 300 espèces végétales, 150 espèces d'oiseaux nicheurs, 9 espèces d'amphibiens...

La particularité des Bauges réside aussi dans la diversité de son patrimoine rural et territorial, à travers les produits qui font la fierté des locaux, avec en première ligne la fameuse "Tome des Bauges", fromage AOC réputé de la région. Vous aurez la possibilité, tout au long de votre séjour, de découvrir et de profiter de ce patrimoine.

En étoile vous pourrez découvrir les différentes facettes de ce dernier: alpages, panoramas grandioses, réserves naturelles, tout en profitant d'un hébergement en chambre d'hôtes dans un cadre féérique face aux montagnes.

A flanc de montagne où vous alternerez randonnées en raquettes et moments de détente. Avec à chaque sortie la possibilité de moduler votre effort selon vos envies et les randonnées proposées.

 Région	Préalpes
 Activité	Randonnée raquettes
 Durée	Voyage sur mesure
 Code	5 jours
 Prix	FBAURAQ5
 Niveau	A partir de 425 €
 Confort	3/5
	3/5

PROGRAMME

📍 Jour 1 Arrivé et installation



Arrivée et installation dans votre chambre d'hôtes en plein cœur du massif, vous serez dépayssé dès votre arrivée grâce au cadre de votre hébergement. Selon votre horaire d'arrivée, vous pourrez récupérer votre matériel au magasin.

Nuit en chambre d'hôtes

📍 Jour 2 Mont Margeriaz et ses crêtes



Aujourd'hui, direction la station de sport d'hiver d'Aillons - Margeriaz pour effectuer votre première randonnée en raquettes jusqu'au Mont Margeriaz et ses crêtes. Sans difficultés particulières, vous pourrez prendre le temps d'admirer le paysage au fil de l'ascension, sur un parcours bien balisé pour les randonneurs. En logeant les crêtes, vous découvriez un panorama à 360° sur le massif des Bauges.

Au sommet et sur les crêtes, le point de vue sur une grande partie de la chaînes des Alpes est grandiose avec la vue sur le mythique Mont-Blanc.

4h30 de marche; Dénivelé +: 580m; Dénivelé -: 580m; Nuit en chambre d'hôtes

📍 Jour 3 Croix du Nivolet



Réputé dans la vallée, la croix du Nivolet domine la vallée de Chambéry entre les Bauges et la Chartreuse. C'est un classique de la randonnée en été mais moins en hiver, ce sentier est donc moins fréquenté à cette période, surtout par l'itinéraire de l'Orionde

Au départ de la Feclaz, une des stations de sport d'hiver les plus proche de Chambéry, vous passerez par le belvédère de l'Orionde qui vous permettra un premier panorama d'Est en Ouest: Joli tour d'horizon sur la Chartreuse et le Jura Méridional.

Arrivée à la Croix du Nivolet, un nouveau panorama s'orientera sur le lac du Bourget, Chambéry et sa vallée, encore la Chartreuse et au loin le massif de Belledonne.

3h30 de marche; Dénivelé +: 410m; Dénivelé -: 410m; Nuit en chambre d'hôtes

📍 Jour 4 Col de Chérel



Aujourd'hui, nous vous proposons une randonnée en direction du fameux col de Chérel qui sépare la chaîne de l'Arcalod de celle du Trélod, deux des principaux sommets du massif des Bauges.

Cette journée peut aussi être dédiée à une visite et une découverte du terroir et du patrimoine culturel, si vous ne souhaitez pas randonner ce jour.

6h de marche; Dénivelé +: 570m; Dénivelé -: 570m; Nuit en chambre d'hôtes

📍 Jour 5 **Le sentier des Char et le col de la Bornette**



Pour ce dernier jour, nous vous proposons une randonnée au départ de votre chambre d'hôtes ou une autre au départ du hameau Mont Devant, ce circuit entre alpages et forêts offre de superbes points de vue. Ce sentier vous fera découvrir une autre facette des Bauges et des points de vue différents des premiers jours. Au Nord du Parc Naturel Régional du massif des Bauges, les paysages changent.

Vous pourrez enfin admirer le lac d'Annecy et d'autres sommets comme le Mont Charbon ou encore le Grand Colombier.

Vous rendez votre matériel et prenez la route du retour.

3h30 de marche; Dénivelé +: 530m; Dénivelé -: 530m

Vous devez être capable de suivre un itinéraire en vous servant d'une carte, d'un topoguide rédigé par nos soins et des indices sur le terrain. Vous n'empruntez pas toujours des itinéraires balisés. Les horaires ont été calculés pour un rythme de 300 mètres de dénivelée à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 4 km à l'heure sur le plat, afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Ils ne concernent que la marche effective, tous les temps de repas, de pause ou de contemplation sont à ajouter.

PÉRIODE & BUDGET

Quand voyager ?

La meilleure période pour voyager est la suivante :

janv.	févr.	mars	avr.	mai	juin	juil.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
-------	-------	------	------	-----	------	-------	------	-------	------	------	------

Prix

Base 2 personnes : 485.00€/personne

Base 4 personnes (en chambre quadruple) : 425.00€/personne

Ce budget est indiqué par personne, selon disponibilité. Votre agent local vous fera parvenir un devis personnalisé avec le prix exact. En effet, ce dernier peut varier en fonction de plusieurs éléments (disponibilité, niveaux de prestations, période, nb de participants, délai de réservation et bien d'autres encore).

Le prix comprend

- 4 nuits en demi-pension en chambre d'hôtes
- La fourniture d'un roadbook complet (topoguide, restaurant, visites etc...)
- L'assistance téléphonique 24h/24
- La location du matériel de raquettes (raquettes, bâtons)

Le prix ne comprend pas

- Les déjeuners
- L'acheminement jusqu'au point de rendez-vous
- Les assurances
- Les dépenses personnelles

Remarques

- Les assurances de voyage (voir le détail de nos assurances ci-dessous)
- Nuits supplémentaires: nous consulter
- Surclassement en hôtel: nous consulter
- Option séjour avec guide accompagnateur de randonnée: nous consulter
- Possibilités sur place:
 - Pack transport incluant des transferts privés ou une location de voiture pour votre séjour
 - Pack activités (traineau à chien, bien-être et détente...) : nous consulter
 - Pack terroir et patrimoine (dégustations, visites, musées etc...): nous consulter
- Format 3 jours (FBAURAQ3) : nous consulter

Conditions de paiement et d'annulation

Inscription

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n'est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 35% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 35 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site (à paraître prochainement). Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.

Facturation

Une fois votre réservation enregistrée, nous vous envoyons par mail votre facture. Le solde doit nous parvenir au moins 35 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Altaï France se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.

Annulation

Annulation de votre part:

Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Vous devez nous faire connaître votre décision d'annulation par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé réception, et c'est la date de réception de ce courrier qui déterminera la date de votre annulation.

Si vous annulez votre voyage, pour quelque raison que ce soit, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Si votre annulation a lieu :

- Plus de 31 jours avant le départ: 30% du montant total du dossier (hors assurance).
- De 30 à 21 jours : 40 % du montant total du voyage (hors assurance).
- De 20 à 14 jours avant la date du départ : 50% du montant total du dossier (hors assurance).
- De 13 à 7 jours avant la date du départ : 75% du montant total du dossier (hors assurance).
- A moins de 7 jours avant la date du départ : 100% du montant total du dossier (hors assurance).

Cas particuliers, quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat : ces frais s'ajoutent au barème ci-dessus :

- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation (réservations de certains refuges par exemple)
- Frais d'assurance et d'inscription : quelque soit l'assurance souscrite, le montant de l'assurance et les frais d'inscription sont dus et ne peuvent faire l'objet d'aucun remboursement. Si vous avez souscrit une assurance multirisques, les sommes retenues vous seront remboursées par l'assurance dans certains cas (notamment maladie, accident, décès, etc.).

L'assurance multirisque entre en vigueur dès le jour de votre inscription et de l'achat de votre assurance.

Annulation de notre part:

Altaï France peut être amené à annuler sans frais un départ:

- faute de l'atteinte du nombre minimum de participants pour garantir le départ.
- en raison de circonstances exceptionnelles et inévitables liées aux conditions de la montagne et notamment pour des raisons liées au maintien de la sécurité des clients,

Dans ce dernier cas, Altaï France proposera des solutions de remplacement. Dans le cas aucune solution de remplacement n'est possible, Altaï France remboursera au client les prestations non réalisées sans que celui-ci puisse prétendre à quelconque autre indemnité.

Vous serez informé de l'annulation dans les meilleurs délais et au plus tard :

- 30 jours avant la date prévue pour un voyage liberté ou exclusif ;
- 20 jours avant la date de départ pour les voyages devant réunir un nombre minimum de participants et dont la durée dépasse 6 jours;
- 7 jours avant le début du voyage ou du séjour dans le cas de voyages dont la durée est de 2 à 6 jours ;
- 48 heures avant le début du voyage ou du séjour dans le cas de voyages dont la durée ne dépasse pas 2 jours.

En cas d'annulation totale ou partielle du séjour par Altaï France imposée par des éléments mettant en cause la sécurité des clients (mauvaises conditions météo en montagne entre autre), Altaï France remboursera au client les prestations non réalisées sans que celui-ci puisse prétendre à quelconque autre indemnité.

Pour des raisons de sécurité et pour garantir un niveau homogène correspondant à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou à un versement d'indemnités.

Modification du contrat

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Altaï France, ces frais seront à la charge du client. Dans tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit. Altaï France pourrait modifier des éléments au contrat de voyage si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient, nos clients en seraient informés par écrit dans les plus brefs délais.

Prix et révision des prix

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage. Les tarifs sont confirmés lors de l'inscription. Si le nombre de participants est inférieur, un supplément petit groupe peut être appliqué. Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses de ce prix. Toute modification des taux de change, des prix des différents éléments composant un voyage et en particulier le prix des carburants peut entraîner un réajustement du prix.

Cession du contrat

En cas de cession du contrat par le client à un cessionnaire, les conditions de modification et d'annulation s'appliquent.

Assurance

Nous vous invitons à souscrire une assurance avant votre départ garantissant les activités pratiquées avec Altaï France. Le détail des assurances proposées est disponible sur cette page:

<https://france.altaibasecamp.com/fr/assurance>

Dans le cas où vous ne souscrivez pas à l'une de nos assurances, nous vous demandons de bien vouloir nous communiquer par mail les informations de votre contrat d'assurance (nom de la compagnie, nom du contrat, n° de police d'assurance, n° de téléphone) et d'emporter ces informations avec vous lors de votre séjour.

INFOS PRATIQUES

Encadrement

Séjour sans accompagnateur avec roadbook (envoyé en amont de votre séjour).

- Un carnet culturel vous décrivant le patrimoine local et précisant les informations pratiques telles que les commerces ou services à disposition dans les villages.
- Un carnet de route contenant le profil détaillé, la carte et le descriptif détaillé jour par jour du circuit.
- Le parcours des itinéraires raquettes en version cartographie numérique imprimable
- La mise à disposition d'une application de guidage assisté « Roadbook ».
- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeurs, activités...)

L'application mobile : Application à télécharger sur votre smartphone quelques jours avant votre départ. Cette application vous donne accès aux cartes détaillées du parcours (Fond de carte Openmap), la trace de l'itinéraire, les points d'intérêts à découvrir tout au long de votre randonnée. Simple d'utilisation, elle vous géolocalise et vous guide en temps réel sur le terrain. Une fois le parcours téléchargé, cette application fonctionne sous le mode avion de votre téléphone. Vous pouvez l'utiliser dès le départ du circuit, ou en court de route pour vérifier votre positionnement. Par sécurité, selon l'autonomie de votre téléphone et parce que la recharge des téléphones en refuge est impossible, nous vous conseillons de prendre une petite batterie externe pouvant vous dépanner.

NOTA : REMISE DES DOCUMENTS

Avant votre départ : Au plus tard, 15 jours avant votre départ vous recevrez votre convocation vous indiquant le lieu de rendez-vous et le détail des hébergements qui vous accueilleront tout au long de la semaine. Nous vous mettons également à disposition vos codes d'accès pour l'application, et sur demande nous vous faisons parvenir les traces GPX du parcours.

Alimentation

ALIMENTATION :

Repas :

- Les pique-niques du midi pourront être pris dans les différents lieux de passages : refuges, gîte attention ils ne sont pas inclus dans le prix du séjour !
- Les petits déjeuners et les repas du soir sont servis dans les lieux d'hébergement.
- Pensez à prévoir des vivres de courses selon vos goûts avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs.

Boissons :

Les boissons personnelles ne sont pas comprises dans le prix du séjour : pensez à prendre de la monnaie pour les cafés, jus de fruits, bières ou coca durant les haltes... bien souvent les refuges n'ont pas de machine à carte bleue !

Hébergement

En chambre d'hôtes : Nuitées en chambre double (selon disponibilité)

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.

Les chambres ne sont pas disponibles avant 16 heures.

La formule de base de cette randonnée en liberté est en chambre double (occupée par 2 personnes) en demi-pension (repas du soir + nuit + petit déjeuner).

Dans la mesure du possible, nous vous proposons des hébergements possédant au moins une des caractéristiques suivantes : éco-label lisés (Ecogite, Ecolabel européen "hébergement touristique", Clef Verte, Green Globe, label local ou équivalent...) ou inscrits dans une démarche d'amélioration de leur impact environnemental.

Déplacement et portage

Rendez-vous :

Le Jour 01 au premier hébergement à Arith (selon disponibilité) la veille de votre premier jour de marche. Pour toute arrivée après 18 h 30 mn, merci de prévenir votre hébergeur.

Accès : EN TRAIN: <https://www.oui.sncf/>
Puis Chambéry - Lescheraines en bus de ligne
<https://www.auvergnerhonealpes.fr/91-cars-region-express.htm>

EN VOITURE Lescheraines - Arith - Itinéraire : www.viamichelin.fr; <https://www.google.fr/maps/>

Dispersion : Le Jour 05 en fin d'après-midi

Budget et change

Les cartes de crédit sont très utiles en voyage (à condition de ne pas oublier son code PIN !). Des distributeurs d'argent sont disponibles dans la plupart des villes que vous traverserez durant votre séjour.

Equipement fourni sur place

- Le matériel de raquettes à neige (raquettes et bâtons)

Equipement indispensable

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité :

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse) ou un tee-shirt à manches longues en matière respirante
- une veste en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidi lors des pauses.

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram (penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. Chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF® et 1 paire de gants léger pour se protéger du froid en altitude
- 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sac)
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda adapté à la marche
- 1 paires de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche

Matériel

- Une petite lampe de poche(avec piles de recharge)
- Bâtons de marche télescopiques (conseillés)
- Une gourde ou camel-back de 1.5l
- Un couteau de poche
- Un tupperware individuel en plastique, pour les salades de midi + couverts et gobelet.
- Crème de protection solaire (peau et lèvres),

- Papier-toilette + briquet (pour le brûler).
- Facultatif : appareil photo, jumelles ...

Attention : la montagne est capricieuse et soudaine. Nous avons essayé de penser à toutes les différentes situations climatiques que celle ci peut nous offrir. Cette liste d'équipement, vous permettra de vous adapter, agréablement aux débordements d'humeur de dame montagne !

Equipement utile

Une pochette plastique et étanche avec vos documents personnels : passeport ou carte d'identité, permis de conduire, carnet de vaccination, carte européenne d'assurance maladie, dépliant assurance/assistance pendant le voyage , devises, carte de crédit, papiers perso (numéros d'urgence).

- Boite en plastique de taille moyenne avec couverts et verre en plastique si vous souhaitez vous préparer certains repas.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photo et vêtements.
- Boules Quiés, toujours utiles! - Un bloc notes et un stylo, un bon livre, un jeu de carte...
- Bâtons de marche (facultatif): ils sont d'une aide précieuse pour économiser vos genoux à la descente (jusqu'à 30% de votre poids + celui de votre sac sont supportés par les bâtons) et soutenir votre effort à la montée (les bras aident en plus des jambes). - Mini paire de jumelles (facultatif).
- Appareil photo (facultatif)
- Guêtres (fortement conseillées, surtout en début de saison où il reste encore de la neige sur certains sentiers).
- Une couverture de survie.
- Téléphone portable.

Bagages

Vous prévoirez 2 sacs:

- Un sac de voyage contenant vos affaires personnelles des trois jours
- Un petit sac à dos (35 à 40L idéalement) qui contiendra les affaires de la journée: gourde, appareil photo, cape de pluie, vêtements chauds et pique-niques de midi.

Pharmacie

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie : crème solaire hydratante corps et lèvres, élastoplast et ciseaux, vitamines C, collyre, doliprane et/ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antibiotique courant (facultatif).

Pensez également à votre traitement en cours.

Pensez à votre carte vitale.

Avant votre départ il est important d'avoir une condition physique en accord avec l'activité envisagée. La pratique régulière d'un sport d'endurance est obligatoire pour les activités en montagne. Ce sport peut être le jogging, le vélo, la natation ou la marche sportive.

Si vous n'êtes pas du tout entraîné il sera difficile d'envisager une activité en montagne sans prendre le risque d'être confronté à de trop grandes difficultés physiques qui vous pénaliserait ainsi que le groupe. Un sport d'endurance est obligatoire pour pouvoir profiter au maximum de ce circuit. Trois mois avant le départ prévoyez de faire si possible 2 à 3 séances de sport d'endurance d'une heure minimum par semaine et une randonnée durant le week-end d'au moins 5 heures avec un dénivelé de 300m/heure. Le meilleur entraînement pour un trek reste évidemment la randonnée.

Merci de prévenir rapidement l'agence des indications médicales vous concernant : allergies alimentaires, diabète, accidents cardiaques et vasculaires anciens ou récents, asthme, etc...

Santé / recommandations sanitaires

Le Pass Sanitaire est vivement recommandé sur ce circuit.

Electricité

Il y aura de l'électricité dans la plupart des lieux où vous logerez. Si vous avez peur de manquer de batterie, nous recommandons d'amener une batterie externe.

Les prises en France ont la particularité d'être à la fois mâle et femelle : elles ont 2 broches et un réceptacle. Si vous avez besoin d'un adaptateur, veuillez vous le procurer avant votre départ. En France, les prises sont de type E. La tension est de 230 V et la fréquence standard est de 50 Hz.

Heure locale

Temps standard (CET: Central European Time) : UTC +1

Heure d'été (CEST: Central European Summer Time) : UTC+2

Géographie

Grande chaîne montagneuse du sud de l'Europe centrale, les Alpes forment un arc de cercle de 1.200 kilomètres de long, entre le golfe de Gênes et le Danube, au niveau de Vienne. Les Alpes sont la chaîne montagneuse la plus haute et la plus densément peuplée d'Europe: occupant plus de 240.000 kilomètres carrés, elles sont habitées par environ 20 millions de personnes. Les vallées sont habitées toute l'année; les hauts plateaux comprennent des pâturages et des habitations saisonnières. Plus haut, dans les zones où les arbres ne poussent plus, on trouve des pâturages et des installations de loisir.

Tourisme responsable

Tourisme responsable :

Altai oeuvre depuis toujours pour un tourisme plus responsable et s'inscrit dans une démarche d'organisation de voyages respectant des principes équitables et durables.

L'harmonisation des pratiques assure :

- Une juste répartition des retombées économiques
 - L'amélioration des conditions de travail des équipes locales et leur sensibilisation à la protection de l'environnement
 - L'information des voyageurs au respect des populations locales et de l'environnement et le recueil de leurs ressentis à leur retour
- Adoptez, vous aussi, des gestes simples lors de vos voyages et agissez ainsi en faveur d'un tourisme responsable :
- Évitez de laisser des déchets derrière vous : déposez les dans des poubelles ou ramenez les avec vous.
 - Utilisez l'eau potable avec parcimonie (préférez les douches aux bains et signalez les fuites) et évitez de la gaspiller (préférez les savons biodégradables pour vous laver etc.).
 - Évitez de dégrader des sites culturels : ne touchez pas les statues, ne déplacez pas pierres et objets etc.
 - Préférez les échanges aux dons (des cadeaux trop importants au vu du niveau de vie du pays peuvent déstabiliser l'équilibre économique local)
 - En balade, notamment dans certains écosystèmes fragiles, observez la faune à distance, ne sortez pas des sentiers, limitez le piétinement et ne rapportez pas de « souvenirs » : renoncez à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles etc.