

## COURS DE LACTOFERMENTATION

### INFORMATIONS GÉNÉRALES

<b>Titre</b>	<b>Cours de lactofermentation</b>
<b>En bref</b>	La lactofermentation, un savoir-faire ancestral accessible, rapide et sain.
<b>Descriptif de l'activité</b>	<p>La lactofermentation est une technique de conservation millénaire aux nombreuses vertus pour la santé. Ce cours permet d'expérimenter la lactofermentation de légumes et de préparer ses propres bocaux dans un esprit de simplicité et de convivialité. Une visite des jardins de la microferme bio <i>Le Potag'Œx</i> complète l'activité.</p> <p>Un pique-nique composé de produits labellisés Parc peut être commandé.</p>
<b>Dates</b>	<b>Samedi 14 septembre 2024 et samedi 26 octobre 2024</b>
<b>Horaire</b>	13h30 – 19h
<b>Lieux du rendez-vous</b>	Le Potag'Œx Chemin du Chamaveau 9 1660 Les Moulins
<b>Lieux de l'activité</b>	Le Potag'Œx Chemin du Chamaveau 9 1660 Les Moulins
<b>Programme indicatif</b>	13h30 : Accueil, explications et transformation des légumes 15h30 : Petit goûter, apéro, thé pour la pause 18h30 : Visite du potager
<b>Matériel à prendre avec soi</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>1 à 3 bocaux à visse / à confiture de 3dl à 5dl</b></li><li>• Habits chauds</li><li>• Bonnes chaussures chaudes</li><li>• De quoi prendre des notes</li></ul>
<b>Sécurité</b>	Le participant doit annoncer ses éventuels problèmes de santé et prendre avec lui ses médicaments.
<b>Participants, catégories et âges</b>	Adultes, dès 16 ans
<b>Nombres (min. – max.)</b>	Minimum 10 personnes, maximum 20 personnes

### TRANSPORTS ET ACCÈS

<b>Accès voiture et transports publics</b>	<p>Potag'Œx, Chemin du Chamaveau 9, 1660 Les Moulins, 10 minutes à pied de l'arrêt de bus sur la ligne Château-d'Œx – Col des Mosses.</p> <p>Accès en train à Château-d'Œx depuis Bulle, Montreux et Gstaad. Parking à proximité.</p>
--	---

<b>Horaires des transports publics</b>	<b>Aller</b>	
	Château-d'Œx gare – Les Moulins Village	13h05 – 13h12
	<b>Retour</b>	
	Les Moulins Village – Château-d'Œx gare	19h41 – 19h51

Attention : les horaires sont donnés ici à titre indicatif et sont susceptibles de changer en cours d'année. Horaires à jour sur [www.cff.ch](http://www.cff.ch)

**Covoiturage** Covoiturage possible, réservation obligatoire lors de l'inscription  
Contact : [inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch](mailto:inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch) 0848 110 888

## TARIFS

**Tarif de base adulte** **Dès 16 ans : 75 CHF**

**Pique-nique** Un pique-nique composé de produits labellisés Parc peut être commandé et dégusté lors d'une activité Parc ou pour toute autre occasion.

- La variante **avec viande** au prix de 16.- :  
80g de Gruyère AOP\* ou L'Etivaz AOP\*, 80g d'un deuxième fromage\*, 100g de charcuterie\*, un ballon de pain et un fruit.
- La variante **végétarienne** au prix de 13.- :  
80g de Gruyère AOP\* ou L'Etivaz AOP\*, 80g d'un deuxième fromage\*, un autre produit laitier \*, un ballon de pain et un fruit.

*\*produits labellisés Parc*

## CONDITIONS ET TERMES DE L'ACTIVITÉ

**Inscription** Inscription obligatoire : [inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch](mailto:inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch) 0848 110 888

**Dernier délai d'inscription : l'avant-veille à midi**

**Confirmation** La réservation est considérée comme définitive dès la réception de l'inscription et du paiement total de la somme due. La réservation est confirmée par courriel ou par courrier.

**Paiement** Le paiement se fait sur facture avant la participation à l'activité. Aucun paiement n'est accepté sur place. La réservation est considérée comme définitive à la réception du paiement par le Parc.

**Annulation** En cas d'inscriptions insuffisantes (nombre minimum de participants non atteint), de mauvaises conditions météorologiques ou pour une raison échappant à ses responsabilités, le Parc se réserve le droit d'annuler l'activité.

En cas d'annulation de l'activité, les participants seront informés par téléphone ou par courriel dans les plus brefs délais. Il est évident que les sommes avancées (y compris réservation d'un hôtel ou achat d'un pique-nique) seront remboursées ou pourront servir à l'achat d'une autre activité.

En cas d'annulation par un participant (par écrit ou par téléphone) sans motif de force majeure dans la dernière semaine, rien ne sera remboursé.

**Assurances** Tout participant doit être assuré pour les accidents non professionnels.