



**Cebenna**  
Haut-Languedoc

Des Animations  
tellement Nature

*....pour vous évader !*



PROGRAMME  
Été 2026



# au Menu



L'aventure grandeur nature vous attend !

Sorties mouflons, rallyes nature, soirées astro ou escape games... Choisissez votre ingrédient secret pour un été inoubliable. Ici, la curiosité devient exploration et chaque sentier mène à une découverte. Prêts pour le grand saut ? Venez respirer, vibrer et vous évader au cœur de nos grands espaces. **Vivez l'expérience 100% nature !**

#profitezdechaqueinstant #cebenna #soyeznature  
#vibrezcebenna



## Samedi 23 mai Aux premières lueurs

7h30 au parking  
randonneurs du  
hameau de Douch  
(Rosis)

Balade à l'aube sur le scintillant massif du Caroux sur les traces du célèbre mouflon ! Admirez le lever du soleil... Sortie pour lève-tôt uniquement ! La nature n'attend pas !

Sortie mouflons



Inscription obligatoire.  
places limitées. Sortie payante. Infos et tarifs page 7.

## Samedi 23 mai Chants d'oiseaux

10h à  
Cebenna

Le printemps est là, et avec lui, une incroyable diversité de chants d'oiseaux. Mais que de difficultés pour les identifier ? Immergez-vous au cœur de la nature, lors d'une balade guidée, le long de la voie verte, par des ornithologues à l'ouïe aiguisée. Ouvrez grand vos oreilles, apprenez à écouter et tentez de reconnaître les différents chants d'oiseaux.

Animée avec le groupe local LPO Haute vallée de l'Orb.  
Accessibilité aux personnes à mobilité réduite. Inscription obligatoire.  
places limitées. Participation libre. Infos page 7.



Balade écoute



## Animations Médiathèque

Inscription obligatoire, places limitées  
Participation libre. Infos page 7.

à Cebenna

### Jeudi 28 mai

## Prix des lecteurs des hauts-cantons

Plongez dans les paysages nordiques et célébrez la clôture de notre 3<sup>e</sup> Prix des Lecteurs ! Échangez vos impressions de lecture et laissez parler votre créativité lors d'une escale japonaise inédite.

*Au programme :*

10h30 - 12h00 : échanges conviviaux sur la littérature nordique

12h00 - 12h30 : derniers votes et annonce du lauréat 2026

13h30 - 15h30 : fabrication d'un carnet en reliure japonaise

Repas partagé.

### Mercredi 17 juin

## L'empreinte des héros

Rdv 14h30

Envie de donner vie à vos personnages ? Venez découvrir l'embossage et le gaufrage pour sculpter vos héros en relief.

Transformez le papier en aventure et laissez votre empreinte dans le monde du livre !

à partir de 10 ans. Goûter à prévoir.

Animation proposée par la médiathèque départementale dans le cadre de *Partir en livre*.

### Mercredi 8 juillet

## Le parcours des héros

2 sessions

10h-12h/ 14h-16h

Envie de révéler votre identité secrète ? Façonnez votre masque de légende et relevez des épreuves épiques pour tester vos super-pouvoirs. Transformez le rêve en action et laissez votre empreinte héroïque.

à partir de 6 ans. Goûter à prévoir.

Animation proposée dans le cadre de *Partir en livre*.

# Soirées Astronomie

Inscription conseillée.  
Participation libre. Infos page 7.



## Samedi 27 juin Dans la lune

21h au stade de  
foot d'Olargues

Dans le cadre de la Nuit Romantique, embarquez pour une exploration inédite de la Lune. Plongez au cœur des cratères et des mers lunaires. Venez percer les secrets de ses cycles, apprenez à lire son relief argenté et laissez la magie opérer. À vous de décrocher la Lune !



## Dans les étoiles

Avis aux astronomes en herbe et aux rêveurs nocturnes !  
Évadez-vous pour un voyage inoubliable sous le ciel du Haut-Languedoc. Entre observation à l'œil nu et au télescope, découvrez les secrets des constellations lors d'un moment magique à ne pas manquer !

Ven. 3 juillet - 22h au city park de Colombières

Ven. 31 juillet - 21h30 au terrain tennis de Roquebrun

Sam. 1<sup>er</sup> août - 22h au stade de foot d'Hérépian

Sam. 29 août - 21h30 au stade de foot du Poujol

Ven. 4 septembre - 21h30 à Lamalou-les-Bains





## Sorties Caroux

Inscription obligatoire, places limitées  
Sorties payantes. Infos et tarifs page 7.

Rdv parking randonneurs du  
Hameau de Douch (Rosis)

## Sorties mouflons

Balade crépusculaire sur le massif du Caroux à la rencontre du maître des lieux, le célèbre et emblématique mouflon ! Abandonnez-vous à ces paysages magnifiques, à l'heure où le soleil effleure l'horizon ! Sortie pour observateurs attentifs et discrets !

Mardi 7, jeudi 16, mardis 21 & 28 juillet - 19h30 à 22h  
Mardi 4, jeudi 6, mardis 11, 18 & 25 août - 19h à 21h30



## La montagne de lumière

Envie d'une immersion matinale au cœur du Caroux ? Suivez votre guide pour une randonnée ressourçante de 8 km (300m D+) au départ du hameau de Douch. Entre la fraîcheur de la hêtraie et les panoramas spectaculaires de la table d'orientation, découvrez les secrets de la tourbière de la Lande, un écosystème fascinant niché sur les sommets.

Jeudi 16 juillet  
9h à 12h30



## Vendredi 17 juillet Attrapez-les tous

10h au camping de Tarassac

Ateliers nature

Des animaux étranges peuplent nos cours d'eau. Tel un dresseur, participez à un jeu inspiré de Pokémon Go® : capturez un max d'invertébrés pour gagner la partie et découvrir les secrets de ces créatures fascinantes.

Inscription obligatoire, places limitées. Animation gratuite offerte par la mairie de Mons la Trivalle. Infos page 7.

## Mercredi 22 juillet Le châtaignier géant de nos forêts !

10h à Cebenna



Laissez-vous conter l'histoire d'un arbre de légende. Au fil d'une balade au grand air, découvrez pourquoi le châtaignier est au cœur de notre culture. Entre le bruissement des feuilles et le récit d'un patrimoine gourmand, venez rendre hommage à ce veilleur de nos montagnes.

Balade nature

Inscription obligatoire, places limitées. Animation payante. Infos et tarifs page 7.

## Jeudi 23 juillet La nature en énigmes

10h au site de l'Albine (St Martin de l'Arçon)

Rallye nature

Explorez la nature et découvrez tous ses mystères. Un parcours semé d'épreuves et d'énigmes vous attend. Observez, écoutez, sentez, cherchez et creusez-vous les méninges ! Vous ne verrez plus jamais la nature de la même façon !



Inscription obligatoire, places limitées. Animation payante. Infos et tarifs page 7.

## Mercredi 29 juillet De l'eau à la pierre

10h à Cebenna



Plongez dans l'histoire de notre rivière. Du Pont du Diable au jaillissement de la source du Fréjo, suivez le cours du Jaur. Cette balade sur la Voie Verte vous dévoile comment cette vallée a sculpté le destin de cette rivière. Une remontée aux sources entre fraîcheur, patrimoine et paysages préservés.

Balade nature

Inscription obligatoire, places limitées. Animation payante. Infos et tarifs page 7.



# Jeudi 30 juillet

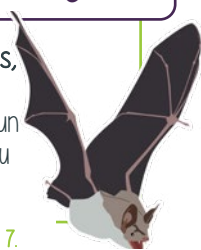
## Les ailes de la nuit

20h à Cebenna

Soirée chauve-souris

Rencontrez en toute intimité nos chauves-souris, répondant au doux nom de pipistrelles, murins, rhinolophes, minioptères. Après la projection d'un documentaire, baladons-nous dans les ruelles du village à la recherche de ces êtres étonnants.

Inscription obligatoire, places limitées.  
Animation payante. Infos et tarifs page 7.



## Adhésions, -tarifs- et conseils

Cebenna est une association, elle vit grâce à votre soutien !

Adhésion : 22€ adulte, 14€ tarif réduit\*, 7€ enfant\*\*

### Tarifs animations nature

Adhérent : 8€ adulte, 6€ tarif réduit, 5€ enfant

Non-adhérent : 11€ adulte, 9€ tarif réduit, 6€ enfant

Prévoir : pour toute sortie, eau, chaussures de marche et casquette.

Pour toute sortie nocturne, lampe de poche et vêtements chauds.

Et en plus : Pour les sorties Mouflons, jumelles, appareil photo.

Pour les soirées Astro, plaid, chaise.

## Réservez ! Les places sont limitées...

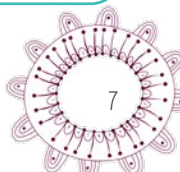
Toutes les informations vous seront fournies à l'inscription.

# 04 67 97 88 00

ou sur  helloasso

\*justificatif obligatoire : 13-17 ans, étudiants,  
demandeurs d'emploi, personnes en situation de handicap

\*\*6-12 ans (gratuit pour les -6 ans)



## Mercredi 5 août

# Le sentier des cornes

10h à  
Cebenna



Enfourchez votre VTT sur le sentier des Cornes pour une exploration entre vignobles et panoramas sur Olargues. Au fil des coups de pédales, laissez-vous surprendre par les vignobles plongeant vers le Prieuré de St-Julien. Une balade cyclable où la beauté des paysages invite au vagabondage de l'esprit !

Ballade VTT

Prévoir votre vélo. Inscription obligatoire, places limitées. Animation payante. Infos et tarifs page 7.

## jeudi 6 août

# La forêt en tous sens

17h au parking  
des gorges d'Héric

Ateliers nature

Guetter, écouter, créer... Partez pour une exploration sensorielle et artistique des sous-bois ! Entre jeux d'observation et land art, affinez votre regard sur la nature et laissez libre cours à votre créativité.

Inscription obligatoire, places limitées. Animation gratuite offerte par la mairie de Mons la Trivalle. Infos page 7.



## Mercredi 12 août

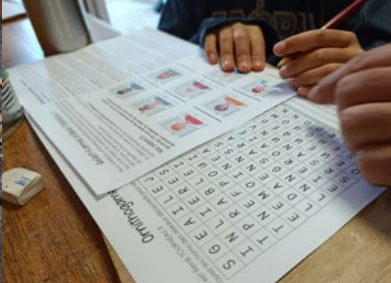
# Les murmures de la forêt

10h à Cebenna

Ballade contée

Les bruits de la forêt et le clapotis de l'eau ont toujours été source d'inspiration pour les esprits propres au vagabondage. Posons-nous le temps d'un instant et laissons les histoires nous imprégner de leur magie avant de reprendre nos chemins vers la réalité.





## Jeudi 13 Août

# Les chevaliers en quête

10h à  
Cebenna



L'histoire médiévale d'Olargues est remarquable. Rien de mieux qu'un grand jeu de piste pour la découvrir. Votre périple vous mènera à travers les ruelles du village en quête d'histoires, d'énigmes et de bonne humeur !

Inscription obligatoire, places limitées.  
Animation payante. Infos et tarifs page 7.

Jeu de piste

10h à  
Cebenna

## Jeudi 20 août

# Ornithogame

Où est René TOURNEAU ? L'ornithologue, célèbre pour ses études sur les oiseaux des parcs et jardins, a disparu lors d'une de ses missions de comptage. Seul son sac a été retrouvé. Décryptez les dernières observations du naturaliste, observez les indices et élucidez ce mystère.

Inscription obligatoire.  
places limitées. Animation payante. Infos et tarifs page 7.



Jeu d'enquête



## Impliquez-vous, devenez bénévole !

Grâce aux bénévoles et aux salariés, Cebenna se mobilise, depuis plus de 30 ans, pour offrir à tous des animations de qualité, découvrir le territoire, l'étudier, sensibiliser chacun à sa protection...

Rejoignez-nous ! Adhérez ! C'est grâce à l'implication de bénévoles comme vous que l'aventure Cebenna continue !

# Jeux d'évasion...

Entre amis, en famille, êtes-vous prêts à relever le défi ? **Cherchez les indices, résolvez les énigmes afin d'accomplir votre mission dans le temps imparti !** Testez votre esprit d'équipe et immergez-vous dans un autre univers. Réflexion, entraide et rires... vous attendent !



Max. 1h30



Jeu de réflexion



Esprit d'équipe



Sortir



6 pers. max  
à partir de 8 ans



## RESCAPE

*sauvez-vous sauver la planète?*

Défiez le changement climatique en mettant en application les gestes qui peuvent sauver la planète. **Enfermés dans la salle du Pr. Nordmann, spécialiste des questions environnementales, usez de logique et de perspicacité afin de mettre la main sur la précieuse charte du Pr.**

## Pr Datura

Plongez dans l'univers de la botanique avec le Pr Datura, botaniste de renommée mondiale.

Actuellement en expédition, il encourt un grave danger et a besoin de votre aide.

**Êtes-vous prêt à jouer les apprentis herboristes ?**



## Alerte au jardin

Malheur ! Arthur, apprenti jardinier, a pulvérisé par mégarde de l'insecticide dans le jardin pédagogique de Cebenna. Tous les insectes et autres auxiliaires ont disparu ! La pollinisation est compromise. **Faites revenir les insectes et sauvez les plantations !**



# ... & Jeux d'enquêtes

Vous rêvez de devenir détective ? À Cebenna, c'est possible ! Incarne des enquêteurs chevronnés et plongez au cœur d'une enquête passionnante. Démasquez le coupable avant qu'il ne soit trop tard.

## Crime à Cebenna ?



Un incident terrible s'est produit à Cebenna. Le corps sans vie de Madame DURRIEUX, adhérente de l'association, a été retrouvé ce matin. Que lui est-il arrivé ? Comment est-elle morte ? Reprenez l'enquête, suivez les indices et faites toute la lumière sur cette affaire.

TARIF

2 joueurs  
+de 18 ans



21€/joueur

3 joueurs  
+de 18 ans



19€/joueur

4 joueurs  
+de 18 ans



16€/joueur

5 joueurs  
+de 18 ans



13€/joueur

6 joueurs  
+de 18 ans



11€/joueur

Ados  
13 à 17 ans



10€/joueur

Enfants  
8 à 12 ans



7€/joueur

## Ornithogame

Où est René TOURNEAU ?

L'ornithologue, célèbre pour ses études sur les oiseaux des parcs et jardins, a disparu lors d'une de ses missions de comptage. Seul son sac a été retrouvé.

Décryptez les dernières observations du naturaliste, observez les indices et élucidez ce mystère.



## tentez un de nos Escape game



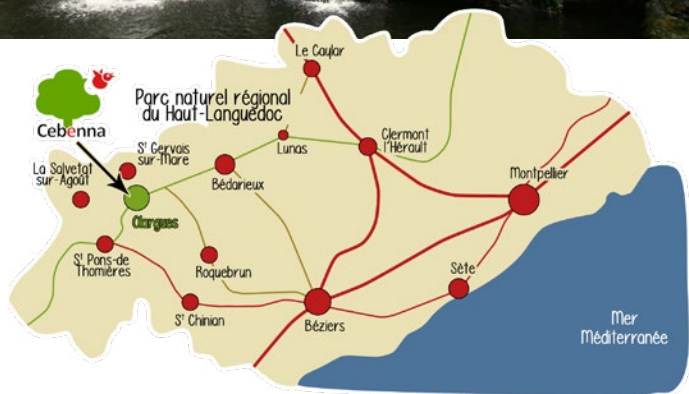
Inscription obligatoire.  
uniquement sur réservation.

Tarifs ci-contre !

Ex : une famille (2 adultes, 1 ado et 1 enfant)

4 personnes soit  $16€ \times 2 + 10€ + 7€ = 49€$

Les mineurs doivent être accompagnés d'au moins 1 adulte.



# Nos horaires d'ouverture

Mai, Juin & Septembre

Mardi,

Mercredi & Vendredi

Lundi & Jeudi

9h-12h et 14h-18h

sur rendez-vous

Du lundi au vendredi

du 6 juillet au 28 août

9h-12h30 et 15h30-18h



# 04 67 97 88 00

Réservez sur 

Avenue du champ des Horts - 34390 Olargues  
[cebenna@cebenna.org](mailto:cebenna@cebenna.org) - [www.cebenna.org](http://www.cebenna.org)

[#cebenna](#) [#soyeznature](#) [#vibrezcebenna](#)

