

# AVF Pays de Dinard - Sortie CHAMPIGNONS

Document à lire, à apprendre par cœur et à réciter à son voisin avant de commencer la balade !

*« Les champignons sont des végétaux sympas que l'on trouve et que l'on ramasse dans les forêts à l'automne et que l'on fait cuire à la poêle en rentrant chez soi. »*

**Attention : cette affirmation est fausse et dangereuse .... Moins de 10% des champignons que l'on rencontre sont comestibles. Et la même proportion est toxique, voire mortelle.**

D'où cet avertissement : « Ne cueillez que les champignons que vous connaissez ! Avant de les consommer, présentez votre cueillette à un mycologue ou à un pharmacien. »

Pour faire une bonne balade, respectez les consignes suivantes selon la catégorie de « mycologues en puissance » à laquelle vous pensez appartenir.

**Vous venez vous balader tout simplement et faire des photos, sans en ramasser**

- Ne touchez pas les champignons avec la main, ne les ramassez pas.
- en cas de besoin, aidez-vous d'un bâton pour les examiner de près.

**Vous connaissez bien les champignons et faites de bonnes cueilletes que vous prenez plaisir à déguster ensuite**

- Ne changez rien à vos habitudes.
- Bonne balade et montrez-nous à la fin votre cueillette, si vous le voulez bien, pour nous faire saliver.

**Vous ne connaissez rien aux champignons, mais vous voulez en ramasser pour qu'on les identifie ensemble, mais vous ne les garderez pas ni ne les mangerez ensuite**

**C'est une bonne idée. Sachez que vous allez ramasser surtout des champignons sans intérêt et quelques toxiques, voire des mortels. Donc, soyez extrêmement prudents.**

- Ne touchez pas les champignons avec la main directement, cueillez-les en utilisant un gant ou un « gant sac plastique ».

**Vous ne connaissez rien aux champignons, mais voulez en ramasser pour les manger ensuite**

**C'est aussi une excellente idée. Avec un peu de chance, vous allez voir toutes sortes de champignons, quelques comestibles, beaucoup sans intérêt et quelques toxiques, voire mortels. Donc, soyez extrêmement prudents.**

- Ne ramassez que ceux que vous avez identifiés comme étant de bons comestibles, et pas les autres.
- L'identification précise est la chose la plus importante à faire, avant de toucher le champignon pour le ramasser. Pour les identifier, suivez les conseils au verso de ce document.
- Utilisez un bâton pour retourner ou identifier les champignons.