

# Conseil de ramassage



Avant le ramassage



Le ramassage



Après le ramassage

## Quels habits ?

On privilégie des vêtements qui couvrent l'ensemble du corps ainsi qu'une paire de chaussures/bottes en fonction de la météo.

## Où cueillir ?

Bien choisir un lieu loin des sites potentiellement pollués de type bords de routes, proche d'industrie ou de centrale nucléaire.. sinon les espèces risquent de se gorgier de composés toxiques.

## Quels matériels pour la cueillette ?

Se munir d'un panier en osier ou d'une caisse en bois, de préférence assez grand afin de ne pas mélanger les espèces pour éviter la contamination. **JAMAIS** de sacs en plastiques.

## Quelles quantités ?

Un maximum de **5L** est autorisé. Si plus, une autorisation est nécessaire ou vous risquez une amende.

## Comment ramasser ?

Il est conseillé de ne ramasser que les champignons que l'on reconnaît, au moindre doute on préfère ne pas ramasser. On privilégie les espèces adultes, en bon état; les vieux spécimens peuvent être abîmés ou parasités.

Ne pas hésiter à consulter des spécialistes ou des sites avec de la documentation de source vérifiée pour vérifier l'identité de nos espèces. Enfin comme dis précédemment, on sépare les espèces dans le panier pour éviter les contaminations.

## La prévention

Bien se laver les mains.  
Prendre en photo la récolte pour permettre une identification en cas d'intoxications.

## Population à risque

On ne consomme que ce que l'on a cueilli soit même. On ne les propose jamais à un enfants jeunes de moins de 15 ans <sup>(1)</sup>, à une femme enceinte ou allaitante <sup>(2)</sup>, à une personne âgée ou à une personne fragile <sup>(3)</sup>.

## Conservation Consommation

Au frigidaire, **48H** maximum. Ne jamais les consommer crus, toujours les faire cuire pendant 30 minutes à la poêle ou 15 minutes à l'eau bouillante ou en les faisant sécher. Consommer des quantités raisonnables, une assiette pleine n'est pas raisonnable. Consultez des ouvrages ou spécialistes pour plus de détails par espèce.

(1) Cela correspond à la population pédiatrique en médecine – (2) Il y a des risques pour le bébé, des cas d'intoxication sont connus – (3) Pathologie hépatique ou rénale connue

# Conseil de ramassage

## Que faire en cas d'intoxication ?

L'objectif sera d'être pris en charge en adéquation avec le syndrome rencontré.

Ne **pas boire**, ni eau, ni lait.

On contact donc directement le **centre antipoison** de sa région (symptômes digestifs, fièvre, tremblements, troubles cardiaques...)

ou directement les secours **15** ou **112** en cas de symptômes graves (perte de connaissance, détresse respiratoire...)

Il faut réunir le maximum d'informations pour permettre l'identification du champignon en question : heure, contexte, lieu, photos etc.

En fonction de votre localisation, contactez les numéros suivants :

**ANGERS**                      **02 41 48 21 21**

**BORDEAUX**                      **05 56 96 40 80**

**LILLE**                              **08 00 59 59 59**

**LYON**                                **04 72 11 69 11**

**MARSEILLE**                      **04 91 75 25 25**

**NANCY**                              **03 83 22 50 50**

**PARIS**                                **01 40 05 48 48**

**TOULOUSE**                      **05 61 77 74 47**



*Une vidéo tutoriel concernant le matériel de ramassage et législation*



*Une vidéo tutoriel concernant la reconnaissance des champignons*