

vacances en cévennes LOU VALAT

été 2004

édito

-As-tu relevé le courrier ?

-Oui, le journal de LOU VALAT est arrivé !

-Ah ! Voyons, voyons ! Regarde, un article sur le stage que nous avons fait l'été dernier !

Et sur les chantiers de Toussaint ? Cette année ce n'était pas possible pour nous, mais l'an prochain il ne faudra pas le manquer, d'après les échos de l'A.G. Et l'été prochain ? à quel stage allons-nous nous inscrire ?

Ainsi parlaient deux adhérents heureux de se projeter dans de nouvelles perspectives.

Pendant ce temps, à l'autre bout du pays :

« Tiens ! C'est quoi cette revue ?

-Le journal de Lou Valat. Une association qui propose des stages et des séjours dans les Cévennes.

-Une assoc, une de plus ! Pourquoi celle-ci plutôt qu'une autre ?

-L'esprit qui se dégage du journal est incitatif, cela vaudrait le coup de s'y intéresser... »

Lire page 4

Le 22 novembre 2003 à Chevilly-Larue.

RAPPORT MORAL—BILAN D'ACTIVITÉ 2003

Comme l'a rappelé Christiane Hochet en introduction, "une Assemblée Générale n'a pas pour seul but de respecter les statuts : elle constitue un moment important, une relance de la dynamique de notre association ; elle nous permet de nous retrouver aussi nombreux que possible pour consacrer du temps à notre idéal collectif. L'AG, c'est se rencontrer, faire connaissance avec ceux, nouveaux ou anciens, que nous n'avons pas croisés dans les Cévennes, confronter nos expériences, nos diversités, et mieux comprendre pourquoi nous sommes attachés à faire vivre ce lieu magique".

Concernant les activités marquantes de l'année 2002/2003, il faut évoquer les chantiers et les stages d'été.

- En juin, le chantier d'ouverture a surtout permis d'engager les travaux d'électricité maintes fois reportés et réalisés sous la responsabilité de Claude Masiero.

- Dans la continuité des stages de l'année dernière, 2 chantiers "pierres sèches" ont eu lieu en 2003 : début juillet et à la Toussaint. Ces stages sont encadrés par Marc Dombre, assisté de ses collègues de "La Flandonenque". Quel plaisir de travailler avec ce passionné ! La météo peu clémente de l'automne, associée à quelques imprévus ne nous ont pas permis de terminer la portion de mur entamée, mais ce n'est que partie remise pour l'année 2004... Car c'est un chantier pluriannuel qui s'est ouvert, projet qui a fait l'objet d'une demande de subvention, instruite principalement par Colette Decoux, auprès du Parc National des Cévennes, du Conseil Régional Languedoc Roussillon et du Conseil Général de la Lozère, qui ont chacun accepté de financer environ 25 % du montant des travaux entrepris par Lou Valat en partenariat avec "La Flandonenque". Ces organismes ont particulièrement apprécié le côté pédagogique des stages proposés, qui permettent notamment aux gens du pays de venir dans un premier temps se former en conditions réelles et de contribuer dans un deuxième temps à la sauvegarde du patrimoine cévenol en reproduisant cette technique ancestrale sur leurs terres.



Les adhérents ont jusqu'à présent bien répondu à l'appel de ces stages-chantiers et nous espérons que cela va continuer car la subvention c'est bien mais il nous faut des bras ...

A signaler également à la Toussaint 2003, en parallèle au chantier "pierre sèche", un chantier de débroussaillage, coordonné par Pierrot Gautier. Nous pourrions ainsi envisager les prochains étés caniculaires avec plus de sérénité, tout en restant extrêmement vigilants vis-à-vis des risques d'incendie.

Concernant l'été, sur 14 stages prévus, 2 ont été annulés en raison soit d'un nombre d'inscriptions insuffisant (chorale-rando en juillet), soit suite à la blessure d'une animatrice (randonnée - Qi Gong). Bien que le nombre d'adhérents soit en hausse, la fréquentation globale est en légère baisse par rapport à l'année dernière : ceci s'explique par des stagiaires moins nombreux et plus de séjours libres de courte durée.

Dans la lignée de la rencontre de conteurs inaugurée par Claudine Baudoin en 2002, a été organisée par Annie Ledoux en août 2003 une rencontre autour de la musique cajun, qui a eu un franc succès, avec notamment un spectacle organisé à Saint Germain de Calberte et une manifestation en association avec la ville de Florac.

RAPPORT FINANCIER

Présentés par notre nouveau trésorier Frank Douet, les comptes de l'exercice 2002/2003 font apparaître un excédent de recettes qui va permettre de poursuivre les travaux d'entretien et d'amélioration.

VOTE DES ADHÉRENTS

Le rapport moral est approuvé à l'unanimité, moins une abstention. Quant au rapport financier, il est approuvé à l'unanimité.

PROJET DE TRAVAUX ET CHANTIERS

Parmi les chantiers 2004, citons d'abord la poursuite des chantiers de "pierre sèche" (juillet et Toussaint), la suite des travaux d'électricité. Pour le plus long terme, de nouveaux aménagements des locaux sont actuellement étudiés par la Commission Travaux.

Jovino Dos Santos et ses musiciens nous ont animé une belle soirée aux couleurs du Cap Vert.

Ce fut un moment rare de proximité avec un groupe professionnel, étranger à l'association et qui a su d'emblée créer une ambiance amicale, à la fois très « pro » et très proche.

Dès que la musique a commencé, on a eu des fourmis dans les pieds, envie de danser, de se laisser entraîner par les rythmes enlevés ou par la dolence des complaintes « sodade ».

Les musiciens ont été servis par une sono exceptionnelle. Cédric et Laurent ont réussi l'exploit d'installer le son sans faire de bruit, l'après-midi pendant les débats de l'AG !



Enfin, cette soirée n'aurait pas été conviviale si l'on n'avait pu se retrouver autour d'un buffet varié, organisé par Janine aidée de Chantal et Simone, et agrémenté de préparations maisons apportées par les uns et les autres.

On s'en souviendra longtemps ! Merci à tous !

Commande de CD : pascale.linares@wanadoo.fr
(~ 15 euros)

Christiane Hochet

Prochaine A.G

**L'assemblée générale 2004
aura lieu**

**le samedi 4 décembre
chez Mariane Kieffer**

**à la « Maison sur le Chemin »
Sermaise (Blancheface) - 91**

La Maison sur le Chemin

Rappelons que Mariane Kieffer est l'une des fondatrices de Lou Valat. Elle a créé La Maison sur le Chemin, association qui propose des ateliers, des stages, des soirées soupes et découvertes (voir notre journal de 2003).
Contact : Mariane Kieffer 01 64 59 53 20
ou marianekieffer@cegetel.net

LE NOUVEAU CA ET LE NOUVEAU BUREAU

Outre les sortants réélus, se sont joints au CA cette année Jean-Paul BAURET et Simone BONIN à qui nous souhaitons la bienvenue. Quant à Céline BRICET, elle a présenté sa démission.

Suite à la première réunion du C.A. du 16 décembre 2003, le bureau est constitué de :

Présidente : Christiane HOCHET
Vice-Présidente : Claudine BAUDOIN
Trésorier : Frank DOUET
Trésorier adjoint : Jean-Paul BAURET
Secrétaire : Corinne PUJOL
Secrétaires adjoints : Sandra BOECASSE,
Edmond MAUREL

Pour mémoire, les autres membres du CA sont : Luc BARBEZAT, Solange BAUMIER, Dady COURTEAU, Colette DECOUX, Fernand HAVRET, Clémentine HUIN, Corinne JANSON, Danièle PERLIN, Philippe SAMSON et Hélène TOUSCH

COTISATIONS

Pour être prises en compte à la prochaine assemblée générale, les adhésions 2004 auront du être souscrites entre le 1^{er} octobre 2003 et le 30 septembre 2004.

Et nous reconduirons les mêmes échéances les années suivantes. Le bilan du trésorier s'en trouvera simplifié, et le dénombrement des adhérents aussi. Merci d'y penser !

L'édito suite de la page 1

Ainsi rêvons-nous en préparant ce rendez-vous annuel, tant pour renouer le lien avec vous tous qui nous connaissez, que pour présenter les projets, les réalisations, et les objectifs de l'association à ceux qui nous découvrent pour les inciter à faire un bout de chemin avec nous.

Qui sommes-nous ?...

Au départ, des individus, plus idéalistes qu'individualistes, venus souvent par le « bouche à oreille », vivre une expérience dans un lieu superbe : habitat traditionnel au confort rustique, dans le Parc National des Cévennes, vie en collectivité avec partage des tâches (que de bons moments, que de rires, que de chansons, que de recettes de cuisine apprises !), séjour libre ou participation à un stage encadré par des bénévoles, tous passionnés de leur sujet.

Ensuite, des amoureux des Cévennes. Découverte du patrimoine, tant historique, culturel, architectural, que contemporain, et participation autant que nous pouvons à la vie locale, constituent des objectifs majeurs de l'association, comme spécifié dans ses statuts.

Parfois, les nouveaux venus viennent en consommateurs : quoi de plus banal, dans notre société où les loisirs ont pris une telle importance, que de vouloir profiter d'un stage bon marché pour s'initier ou approfondir un domaine qui les intéresse ? Puis très vite, se forme un groupe d'amis qui s'attachent au lieu, s'y sentent chez eux, et se découvrent l'envie de partager le plaisir d'entretenir les maisons, les terrasses, les vignes qui fournissent l'ombre, les murets qui retiennent les montagnes et les trincats qui conduisent les eaux de pluies.

Bien sûr, les adhérents n'ont pas tous le temps ou l'envie de faire les travaux eux-mêmes. Mais ils savent que les bénéfices dégagés sur leurs séjours et sur leurs cotisations seront affectés à l'entretien et l'amélioration des lieux, que nous organisons sous forme de chantiers encadrés parfois par des professionnels cévenols. Ainsi la restauration des murs de pierre sèche allie-elle la préservation de notre coin de Cévennes et la ...

... transmission d'un savoir multiséculaire mais menacé d'oubli.

Les Pouvoirs publics, ayant pris conscience de la nécessité de conserver ce savoir-faire, nous accordent leur confiance sous forme de subventions qui nous permettent de continuer les travaux commencés. Nous avons la chance de compter Marc DOMBRE, spécialiste reconnu de tous et pédagogue hors pair, comme ami de l'association et encadrant de ces stages.

Ainsi encore avons-nous participé avec nos moyens à la lutte préventive contre les incendies, en débroussaillant nos terrains à la Toussaint.

Ainsi également avons-nous rénové une partie de notre installation électrique ; une deuxième tranche de travaux est prévue pour juin prochain. (Bonnes volontés souhaitées en renfort).

Que devenons-nous ?

L'association vit, ses membres sont attentifs à son devenir. Pour preuve, l'assemblée générale réunit chaque année le quorum de membres

présents ou représentés, les bilans sont approuvés, les projets sont débattus, de nouveaux volontaires sont entrés dans le Conseil d'Administration et s'engagent dans le Bureau, au sein d'une équipe toujours motivée et dynamique, à l'écoute des attentes des adhérents.

Chaque année amène ses nouveautés, et si la formule « rencontre » en est à sa troisième saison, elle s'adresse cette année aux musiciens amateurs qui ont envie de jouer à plusieurs, pendant une semaine. Signalons aussi deux stages de chorale-randonnée, dont un de dix jours L'astronomie a fait un tabac l'été dernier, il est de nouveau proposé en juillet 2004.

Mais le mieux est de vous laisser dénicher par vous-mêmes le stage qui répond à vos attentes, en feuilletant ce journal. Vous y trouverez les témoignages de la diversité qui fait notre richesse.

Aux amis comme aux découvreurs : à bientôt !

Christiane Hochet



Rencontres cajun août 2003, Barbara enchante une fin de repas.

Rendez-vous Balades

DIMANCHE 16 MAI

Randonnée de 4 – 5 heures en forêt de Coquibus à allure modérée dans une zone rocheuse vallonnée. Panoramas.
RDV à 9h45 au parking de la Boulinière sur D837 (D409 sur certaines cartes) à 2,5 km à l'est de Milly la Forêt (91) en direction de Fontainebleau, à gauche, face au domaine Saint-Georges.
Contacts : E. Maurel 06 64 75 53 30
D. Perlin 01 64 41 76 02

DIMANCHE 6 JUIN Barbizon

Possibilité visite Auberge Ganne, Atelier de Millet ,19 Km allure modérée ...

... RdV à 8h50 Gare de Lyon Grandes lignes voies A à H Départ 9H06
Début de la rando Bois le Roi vers 9h40
Retour entre 17h30 et 18h00 à Bois le Roi
Pascal ROUX 01 45 34 47 25

DIMANCHE 3 OCTOBRE

Randonnée aux alentours de La Ferté Alais (Essonne – 91) – 15 km environ
RER D de Paris Gare de Lyon départ 8h41
RDV à la gare de La Ferté Alais à 9h36,
Fin de la balade prévue pour le train de 17h42 vers Paris
Philippe Samson 01 60 89 05 96

Rendez-vous Musique



MUSIQUES DU MONDE - GOSPEL AFRICAIN

DIMANCHE 28 MARS

de 15h à 18h

Au Couvent Saint-François

7, rue Marie Rose
Paris 14^e M^e Alésia
Entrée: 8 euros
gratuit pour les moins de 14 ans.
Expo-photos.
Stand de bijoux et objets africains.
Gateaux et boissons.



Ce concert est destiné à soutenir l'action de
VILLAGES DOGONS

association qui conduit des projets de développement local dans une région du Mali (construction de puits, irrigation de jardins maraichers, plantation d'arbres...).

6, allée des primevères 95360 Montmagny tel: 01 39 83 24 28
<http://www.villages-dogons.org>

Jovino Dos Santos

Information relative aux concerts contacter
Pascale Linarès (Cf. page 3)

Chorales Incognito et Why Notes?

direction Frank Douet et Christiane Hochet
Concert le **vendredi 18 juin 2004**
à 20h30 au Temple des Batignolles (Paris 17ème)
Chants du Monde, orthodoxes slaves, Romantique, ... Plus d'infos : chorale.
incognito.free.fr ou 06 76 74 05 92

2 ème RENCONTRE CAJUN D'ETE

Pays des Mille étangs
Brenne(36) Centre France
avec stages mélodéon Alain GATAY,
violon Fabrice CAILLARD, danse Cajun et Zydéco, Christian GUALDI Agnès BENAR
Tel 01 48 47 78 56
email: lesecrevisses@aol.com

NFOS :

musique à la clef association
<http://assoc.wanadoo.fr/malc>

Musiques Vivantes
29^e Festival des Musiques du Monde

Le samedi 15 mai
à Courcouronnes
Lou Valat tiendra un stand
comme chaque année.
www.musiquesdumonde.org

Possibilité d'avoir des bons
soutien à 16 euros au lieu de 32.

S'adresser à
Corinne PUJOL 01 46 07 66 68

Partageons nos talents

Si souvent nous avons les uns ou les autres pensé à ce que nous pourrions faire, à ce que nous aimerions faire...

Si souvent nous avons eu envie de chanter, de danser, de conter, de jouer. Et d'être écouté, regardé, ...

Mais il fallait oser, il fallait l'occasion.

L'été à Vernet c'est un peu ce que nous essayons de faire. Ainsi nous nous découvrons bâtisseur de mur, chanteur, poète, conteur...

Et si c'était possible ailleurs qu'à Vernet, autrement qu'en vacances ?

Et si nous partagions aussi avec nos voisins, nos autres amis?

On s'est dit CHICHE !

On vous attend le **dimanche 23 mai** entre 15 et 18 heures, à la salle de la Maison des Associations **du Mée sur Seine**, invités par l'Association Bayou sur Seine qui partage le même projet.

Vous qui comptez pour nous, vous qui donnez le tempo à Lou Valat, venez conter, venez chanter, venez jouer. Partageons nos talents cachés ou plus connus.

Ce sera l'occasion de se retrouver, comme lors des randonnées, et aussi celle de nouvelles rencontres.

Que vous ayez envie de proposer quelque chose, d'être spectateur ou les deux, il faut nous appeler pour vous inscrire, ce sera plus facile à organiser :

Claudine Baudoin

01 64 96 93 92

Annie Ledoux (Bayou sur Seine)

01 64 10 04 43.

A bientôt au Mée (à côté de Melun, 77, accès RER D).

Pour terminer la soirée, vous pouvez apporter votre pique-nique, Lou Valat offrira l'apéro.

Un clin d'œil à Gilles Costerg à qui cette réalisation rappellera les Soirées des talents qu'il a proposées lors de ses stages, et dont l'intervention à l'AG a peut-être aidé à concrétiser cette idée ?

Claudine Baudoin

"Chez Thérond"

Hélène Touth

Besoin de faire des courses à Saint-Germain de Calberte, d'acheter de la charcuterie ? Une seule solution : aller chez Thérond.

"Chez Thérond, tout est bon !"

Tout d'abord, quand vous poussez la porte, une délicieuse odeur de charcuterie envahit agréablement vos narines et vous donne envie de goûter à tout.

Et puis, vous détaillez ce magasin, car vous attendez ; il y a souvent du monde chez Thérond. Vous pensez : "Zut, ça va prendre du temps". Mais justement, ici, on le prend, le temps. Le temps de se reposer sur le tabouret prévu à cet effet ou bien dans ce fauteuil qui vous tend les bras dans l'angle à gauche ; il y a même à ses pieds un coffre débordant de jouets. Vous vous sentez tout d'un coup comme à la maison.

La voix de Mme Thérond - "Quelqu'un à la boutique s'il vous plaît !" - vous tire de votre rêverie. Ah oui, de quoi avez-vous besoin ? De saucisses aux herbes, de jambon, de fromage de tête au citron et au poivre vert ? Comment choisir parmi tous ces produits moult fois primés comme le clament les différentes affiches ?

C'est enfin votre tour. Malgré l'affluence, Mme Thérond pose son couteau, contourne son comptoir et fait résonner deux gros baisers sur vos joues, demande de vos nouvelles. Puis elle vous sert, largement, généreusement - il y aura toujours un petit "plus" dans votre panier - et vous ne pouvez vous empêcher de sourire en la voyant déguster avec gourmandise une chute de jambon, un bout de saucisson... Oui, "Tout est bon chez Thérond".

Mais voilà, Mme Thérond nous a brutalement quittés en octobre dernier. Il y aura un grand vide cet été à la charcuterie et faire les courses au village n'aura plus tout-à-fait la même saveur.

Hommages

Mylène Durand nous a quittés en septembre 2003. Elle avait participé à divers stages et séjours depuis quelques années à Lou Valat, et assuré une intendance en 2002 avec Janine. Ses contributions aux assemblées générales sonnaient juste, elle savait pointer du doigt les écarts ou les excès de zèle qui parfois nous font oublier, au moins dans le feu de la discussion, l'humanisme de notre projet. Elle savait accueillir, écouter, user de l'humour avec respect. Qu'il lui soit rendu ici un hommage sincère.

Christiane Hochet

à vos agendas

UNE PORTE D'ENTREE VERS LE COSMOS ?

Il provient de réflexions que je me suis faites au fil des sessions, des ans et de l'engouement de mes contemporains pour l'astronomie. J'ai voulu comprendre et j'ai bénéficié des recherches des astronomes. J'ai acquis le bagage mathématique et scientifique nécessaire. Je veux partager cela avec vous. Non pas comme un gourou qui s'y connaît et dont les paroles seraient d'évangile, mais plutôt comme un guide, comme quelqu'un qui fait découvrir, qui a du plaisir à ce que l'autre comprenne, qui est prêt à être contesté s'il se trompe, si on ne l'a pas compris et qui veut être parmi les autres.

Lou Valat serait-il (elle) une porte d'entrée vers le cosmos? Eh bien oui ! L'atmosphère de Lou Valat, son isolement, sa nature omniprésente, la rusticité du lieu, les efforts qu'il demande pour l'appivoiser, pour nous y adapter nous-même sont propices. La recherche par les membres de Lou Valat "d'autres vacances", de l'essentiel, d'une vie communautaire, d'un lieu de partage, de découvertes est un état d'esprit également propice.

Lorsque nous sommes étendus le soir sur nos couvertures à même la route (déserte à cette heure, mais avec des triangles quand-même) encore chaude de la journée, que nos seuls repères sont ces étoiles, ces satellites, ces étoiles filantes, cette voie lactée, que



l'étendue de l'Univers s'offre à nous, un vertige nous prend. Les quelques connaissances supplémentaires apportées par les "spécialistes" semblent nous satisfaire ou nous rassurent... au début.

Bientôt nous nous sentons proche d'eux, nos interrogations sont les leurs, nous devenons autant savants ou ignorants qu'eux. Chaque nouvelle réponse engendre mille questions.

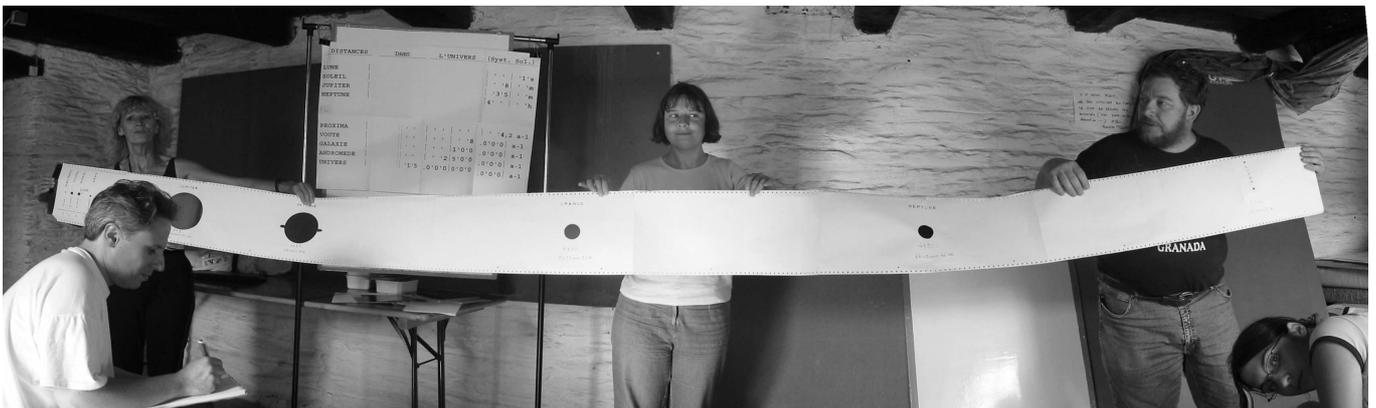
Après le vertige, la poésie nous prend. D'autres hommes que nous ont vécu cela, nous les rejoignons. Nous faisons tous partie du cosmos!

C'est cela que nous vivons pendant une semaine à Lou Valat fin juillet.

Venez nous rejoindre cet été !

(voir page 12 stages de l'été 2004)

Yves Coene





Rencontres cajun

Du 3 au 10 août, des habitués de Lou Valat viennent découvrir la musique cajun et des amoureux de la musique cajun bravent la canicule et les petites routes de montagne pour suivre un stage avec Gilles Kusmeruck pour le mélodéon, Fabrice Caillard pour le violon et Agnès Bénar et Christian Gualdi pour la danse.

La culture cajun se déguste aussi sous la forme d'une excellente étouffée d'écrevisses et d'un gombo préparés par Fabrice et Martine, qui n'ont pas hésité à faire voyager avec eux les écrevisses et autres ingrédients. Christian a apporté des films sur la Louisiane et les Cajuns .

La chaleur freine fortement la découverte du coin, à part les lieux de baignades, mais pas l'enthousiasme des stagiaires et animateurs.

Les soirées, à peine plus fraîches, sont très variées et riches de toutes les passions de ceux qui partagent cette semaine. Ainsi, Alain nous initie à la danse et à la musique Zydeco, Véronique aux joies du pistolet à patate, Sylvie nous apprend un chant Bulgare à plusieurs voix avec Gilles à l'accordéon. De nombreux guitaristes, mandolinistes et autres accordéonistes nous

donnent un aperçu de leur répertoire ou accompagnent des soirées chanson...

La semaine s'achève avec deux concerts /bals à Saint Germain de Calberte et à Florac.

Florence Arnaud, de Saint Germain, est la bonne fée de la soirée. Avec la collaboration du foyer rural, elle a tout organisé, de l'annonce du concert/bal à l'installation de la scène, des éclairages et des chaises, sur une place du village. Elle a même organisé, aidée de bénévoles, une buvette d'eau fraîche aromatisée d'un grand choix de sirops



de fabrication locale , un trésor par les temps qui courent !!! Christian, Martine et Fabrice prêtent, installent et assurent une sono de pros. Le programme est varié et la musique cajun fait danser Saint Germain, grâce à Roger au mélodéon, Fabrice, Pierre-Henri, Danièle, Barbara et Jean aux violons, Martine, Christian et Annie à la guitare, Agnès au frottoir, et aux danseurs des rencontres qui ouvrent le bal. Ensuite Jean-Marc, Annie et Christian au diato, soutenus par Gilles et Pierre-Henri nous entraînent au bal folk. Danièle nous chante une valse. Puis, au son de l'accordéon de Gilles, Sylvie mène les danses des Balkans. La musique et les danses cajun ferment le bal.

Le public participe, tout le monde est ravi !!!

Le lendemain samedi notre vingtaine de musiciens et danseurs est accueillie très chaleureusement à Florac par le foyer rural et Claudine Albouy. Là aussi tout est prêt, repas pour tous, éclairage, affichage, dans un lieu magique, un parc avec vue sur le Causse et une drôle de scène ronde.

La grande foule n'est pas au rendez vous, la concurrence est rude en manifestations estivales.

La musique cajun est à nouveau bien partagée, dansée et entourée d'autres styles comme la veille. De nouveaux talents se déclarent, Agnès, Véronique et Johanne rejoignent à la flûte, l'orchestre du bal folk. Barbara chante une jolie balade. Un accordéoniste vacancier rejoint Gilles pour le bal des balkans et Patrick, Jean et Florence venus en voisin partager la soirée ,finissent le bal cajun au mélodéon, au violon , et même à la cornemuse.

Le bilan est positif : une semaine de vacances et de musiques riche d'échanges et de rencontres qui ont permis de découvrir ou de partager la musique cajun par l' écoute, la pratique musicale ou la danse, des soirées conviviales où de nombreux talents se sont exprimés, et s'insérant dans la vie culturelle locale.

Cependant beaucoup regrettent de ne pouvoir s'isoler, phoniquement ou spatialement, surtout pendant les ateliers et les soirées, pour pouvoir choisir, de faire la sieste pendant que des violons débutants s'exercent , de se coucher un soir comme les poules , ou de faire le bœuf toute la nuit sans craindre d'importuner les poules du jour ou le voisinage .

Merci d'avoir participé à cette aventure, à tous ceux qui ont partagé ces rencontres, pour une soirée ou la semaine, aux stagiaires et aux amis musiciens qui ont bien voulu assurer un

stage ou l'animation des concerts et bals, à Lou Valat et à Janine et Chantal intendantes, à Florence Arnaud et au Foyer rural de Saint Germain de Calberte, à Claudine Albouy et au foyer rural de Florac.

...et pour l'été prochain, Fabrice et Martine Caillard prennent le relais et organisent les deuxièmes Rencontres Cajun d'été dans la Brenne (voir agenda).
Annie Ledoux

Construction de murs de pierres sèches

Au commencement, il y eut la rencontre entre les



Cévennes et des hommes. Endurants et solidaires, ensemble ils ont créé le paysage cévenol.

Quand le "Papé" a cédé sa ferme à d'autres passionnés qui ont créé l'association Lou Valat, pour que Vernet ne meure pas, il ne se doutait peut-être pas du nouvel essor du hameau.

Puis il y eut la rencontre entre Marc Dombre, adepte de la technique de construction « Pierre sèche » et Lou Valat.

Le réaménagement des écoulements des eaux pluviales a commencé en 1994 par la réfection de la calade la plus en amont, et du lit du valat traversant les terrains de l'association.

Puis le manque d'entretien général de ces derniers, le passage des animaux, sauvages ou domestiques, le développement désordonné de

la végétation, ont permis aux intempéries d'avoir des conséquences de plus en plus néfastes.

L'écoulement anarchique des eaux déstabilise le terrain qui, n'étant plus retenu par des murets plus ou moins écroulés, glisse vers l'aval en coulées de boues.

Repris en 2002, les chantiers de drainage des eaux de pluies s'intensifient, en avril, en juillet et en novembre : deuxième calade, nettoyage et recréation de trincats, désencombrement du chemin communal et réfection du muret le bordant.

Mais il reste encore beaucoup à faire, et devant l'ampleur de l'ouvrage, et ... de la dépense, un projet de travaux sur cinq ans est présenté au Conseil Général, au Conseil Régional et Au Parc National de Cévennes pour leur demander leur soutien financier.

Pendant ce temps-là les travaux continuent et 2003 a vu deux stages-chantiers « Pierre sèche », en juillet et octobre : relèvement du mur de soutènement au-dessus du plancher de danse. Eau, soleil, gadoue... Le temps a varié de chantier en chantier, mais bonne humeur et cœur à l'ouvrage ont toujours été au rendez-vous.

Il y en a eu du monde, aux cailloux, à l'intendance, à la cuisine, aux champignons, aux châtaignes, ...

En 2004, les chantiers « Pierre sèche » continuent et vous attendent du 5 au 11 juillet et du 25 au 29 octobre.

Colette Decoux





Quels souvenirs me reste-t-il, six mois après, de la randonnée en étoile d'août 2003 ?

D'abord, des cris (surtout féminins), des éclats de rire, des ploufs et des plafs répercutés par les parois de la gorge, des mâles silhouettes, à contre-jour, pataugeant en transportant des pierres pour rehausser un barrage.

Des enfants d'une colonie ? Des singes évadés d'un zoo ? Que nenni ! Tout simplement une dizaine de randonneurs qui après une marche sous le soleil cévenol goûtent à la fraîcheur de l'eau du gardon ... La pause dure, dure ... On est bien. Le soleil décline un peu, la température baisse. Il faut remonter. La côte paraît facile.

Puis, le hameau des Ayres, un village de crête, ancienne étape de transhumance, une auberge, des poules qui picorent et des vieux châtaigniers qui ombragent la place. Six randonneurs entourent de leurs bras le plus vieux des arbres, un spécimen énorme vieux de six cents ans dont le tronc creux a été rempli par du ciment pour qu'il ne s'écroule pas. Il a eu encore la force de produire quelques feuilles mais ses branches maîtresses sont tombées depuis longtemps. Je sens alors passer dans mes mains qui sont attachées à celles de mes voisins la chaleur de l'amitié.

Nos bras s'abaissent. On calcule sa circonférence. 7 - 10 m ? Plus ? Je tâte une dernière fois les cicatrices rugueuses de son écorce. Il me semble qu'il me donne sa sagesse, son expérience.

Il en a vu passer des milliers de moutons !

Verra-t-il autant de randonneurs ?

Des dalles de schistes, un beau chemin ombragé en direction du village de Nozières. " Pourquoi marches-tu ? " Je suis pris de court par la question de mon voisin. Je m'en sors par une boutade : " parce que c'est vraiment bon quand je m'arrête. " Il sourit.

Tout en avançant, je réfléchis : marcher c'est vivre ; c'est sentir ses pieds communiquer avec la terre et les cailloux du chemin ; c'est recevoir la force du schiste mais c'est

aussi rencontrer un inconnu, au détour du chemin, qui dévoile une partie de ses activités ; c'est connaître mieux son compagnon ; c'est ouvrir l'appétit et apprécier un simple morceau de pain ; c'est boire goulûment l'eau fraîche qui va irriguer tout le corps ...

N'oubliez pas : six jours de sentiers, six semaines de santé

A l'année prochaine pour fabriquer des souvenirs.

Edmond Maurel

SOIR D'ETE A LOU VALAT

par Claudine et Jean Pierre

On fait un jeu, on conte, on raconte contes et histoires, drôles ou émouvantes. Il fait bon, on boit un verre, une tisane, on est bien ... On chantonne, on n'a pas envie de se coucher. Et là, Jean-Pierre prend sa guitare et nous chante le texte qui va suivre. Rapidement, nous l'avons dans la tête et nous en redemandons. Véritable hymne à Lou Valat, il nous donne envie de chanter ensemble.

Ca nous a tellement plu, fait rire ... qu'on vous le fait partager

Lou Valat à Vernet (Extraits)

Paroles de Jean-Pierre Marsac

Sur une musique de Richard Alder « Hernando's hideaway »

Do7

C'est un petit endroit perché

Fam

Sur le versant d'une vallée

Do7

Un lieu rêvé pour l'amitié

Fam

Oui c'est Lou Valat à Vernet, Olay !

On y entend des chansonnettes
Pour le plaisir du cœur et de la tête
Il y a toujours un air de fête
Oui c'est Lou Valat à Vernet, Olay !

...

On commence par le Tai Ji
On danse, on mange, on boit, on rit
Il y a de bons réflex' au logis
Oui c'est Lou Valat à Vernet, Olay !

Nous la rando, on aime ça
Et on s'éclate par le yoga
On est bien près du Nirvana
Oui c'est Lou Valat à Vernet, Olay !

4 LES CHANTIERS DE L'ETE

L'entretien des locaux et des équipements sont l'œuvre de bénévoles, lors des chantiers de l'été. L'année dernière, l'électricité et l'isolation de la cave à vin principalement, cette année nous allons poursuivre l'isolation phonique de la cave à vin, l'électricité dans la salle, l'aménagement de l'accès à la clède (éclairage, escalier). Et le parquet de danse est en mauvais état . Mais les bras manquent et nous faisons de plus en plus appel aux artisans locaux mais ceux ci ont des délais de plusieurs années ... voire plus! et cela nécessite tout de même d'élaborer des projets....

Alors rendez vous à Vernet à partir du 26 juin

Contact Luc Barbezat par téléphone 01 60 63 57 36 ou par courriel LBarbezat@aol.com

2 LES STAGES DE L'ETE

du 4 au 11 juillet

Construction de murs de pierres sèches

Depuis 2002, Lou Valat a entrepris un vaste programme de reconstruction de murs en pierres sèches.

Démonter un mur affaissé, trier les pierres et remblais, creuser et créer une bonne assise. Puis rebâtir les pierres selon les techniques traditionnelles, apprendre à bien les caler entre elles. Tout cela sous la conduite de maçons qui pratiquent couramment ce travail, et sont là pour expliquer, conseiller, veiller à ce que chacun trouve sa place et progresse, faire en sorte que le travail soit réalisé dans les règles de l'art et en toute sécurité.

En une semaine, le stagiaire pourra acquérir la logique et les rudiments du métier. Ou, s'il l'a déjà un peu pratiqué, il aura là une bonne occasion de se perfectionner. Et en plus, chacun repartira avec le sentiment d'avoir été utile aux Cévennes ! Pour ce stage d'été, le travail commencera "à la fraîche" pour ne pas trop souffrir de la chaleur, une pause casse-croûte étant aménagée vers 10 heures.

Le stage sera encadré par **Marc Dombre**, professionnel de St Germain de Calberte, dont l'entreprise fournira tout le matériel et outillage nécessaires aux travaux.

Randonnée en marguerite

Rentrer tous les jours à Lou Valat après une marche à allure raisonnable de 5 heures environ en emportant son pique-nique dans le sac à dos. Et en plus :

- se rafraîchir parfois dans l'eau froide des torrents
- se regrouper 3-4 fois dans les voitures pour approcher la montagne et découvrir la variété cévenole : canyons et serres schisteuses, croupes granitiques et arrondies du Mont Lozère, causses lumineux ...

Le groupe sera limité à 15 personnes. On pourra évidemment ne pas participer, en cas de fatigue, à toutes les sorties et rester au repos dans les maisons de Lou Valat.

Animateur : Edmond Maurel



LES STAGES DE L'ÉTÉ

du 18 au 25 juillet

DO-IN Balades Cuisine végétarienne

Monts et merveilles...

Apprendre à communiquer avec ses points réflexes pour se mettre en forme. Découvrir les bienfaits de quelques gestes simples, inspirés de l'acupuncture et du do-in.

Apprendre par la pratique à se nourrir de façon plus saine, en préparant de savoureuses recettes (graines germées, tartes aux légumes...)

Et bien sûr, les balades dans les belles Cévennes !

Animateurs : Françoise Emery,
Norbert Vidal



Yoga rando

Deux activités complémentaires pour se ressourcer. L'une statique, l'autre dynamique, les deux apportant le calme, la détente.

Où l'on apprend à prendre son temps en faisant le plein d'énergie dans le cadre magique des Cévennes.

Animateur : Michel Serreau

du 25 juillet au 1er août

Chorale Randonnée découverte

Demandez le Programme !

Le matin nous découvrons le paysage des Cévennes, ses sentiers, ses ruisseaux, ses hameaux en pierres sèches sous le doux soleil du début de journée.

Après la sieste nous nous retrouvons pour chanter, en harmonie avec notre corps en découvrant un répertoire varié.

Ouvert à tous

Animatrice : Pascale Ambroise



Astronomie Gym douce

Passionné d'astronomie ? Désireux d'apprendre les constellations ? Quel meilleur cadre que le ciel étoilé des Cévennes pour cette découverte, encadrée par Yves ? Le matin, Janine vous proposera un réveil musculaire en douceur.

Animateurs : Janine Revol, Yves Coene

du 1er au 8 août

Jeux de théâtre communication et randonnée

Trouver ou retrouver le plaisir de jouer, s'aérer et respirer au cœur des Cévennes.

Avec des jeux de théâtre et de communication. Pour oser s'exprimer, prendre de la distance, se mettre en scène. Pour dire et rire avec les autres participants et s'enrichir de leur présence.

Avec des randonnées pour se sentir au cœur du paysage, découvrir des vallées, des ruisseaux... des baignades insolites... Un aspect des Cévennes.

Animateurs : Claudine Baudoin

Jean Paul Bauret

Rencontre de musiciens

Vous pratiquez un instrument de musique acoustique et vous avez envie de jouer avec d'autres ? Alors venez partager vos partitions, chansons et mélodies d'oreille à travers tous styles de musiques, et passer des moments riches en émotions musicales.

Et pour découvrir le site, apprécier les paysages

Jeux d'aiguilles et balades

Vous aimez la vie au grand air,
Vous savez vous servir de vos doigts,
Vous avez envie de créer quelque chose de vos mains,

Enfiler une aiguille ne vous pose pas de problème.

Alors, tentez l'expérience d'un stage avec nous : pour vous initier au crochet, au tricot, au patchwork, à la broderie, voire aux petits travaux de couture qui facilitent la vie.

Le matin, nous vous proposerons de découvrir les environs en arpentant les chemins de petite randonnée à proximité de Lou Valat.

Vous repartirez en fin de semaine avec un ouvrage terminé.

Aucune disposition particulière n'est nécessaire pour pratiquer les activités proposées, le but essentiel du stage étant de partager le plaisir d'être ensemble.

Animatrices : Simone Bonin

Michèle Gaspard

et bouger son corps : balades possibles chaque matin.

Cette rencontre n'étant pas un stage, les conditions financières sont celles d'un séjour libre.

Contact : Sylvie Pannetier 01 64 52 05 93

du 8 au 15 août

Réflexodanse et balades

Danser le matin sur des musiques entraînantes, envoûtantes ou romantiques d'Israël, sur le plancher ombragé par les treilles. Partir en balade l'après-midi vers les torrents de montagne et découvrir les effets relaxants, toniques et curatifs de la réflexologie au bord de l'eau.

Danser à nouveau le soir sur les musiques que vous aimez sous les guirlandes de lampes multicolores, ou bien chanter ou jouer de la musique...

Au réveil, avant le petit déjeuner, se mettre en forme par quelques exercices de Tai Ji pour ceux qui souhaitent développer la souplesse et la fluidité du mouvement.

Animateur : Jean-Pierre Marsac

Sensibilisation au plaisir de conter

Conter... un plaisir partagé entre celui qui donne le conte et ceux qui le reçoivent : de bouche à oreilles...

Mais un plaisir exigeant parce que le conte est fragile. On peut s'entraîner à l'accueillir, à le nourrir et à le donner.

C'est ce que nous proposons à une douzaine de participants maximum, pendant cette semaine où nous alternerons les exercices en atelier, les balades et les veillées partagées.

Animatrice: Anne-Marie Duchesne

du 15 au 26 août

10 jours pour CHANTER, MARCHER, SE RELAXER...

Chorale, randonnées, formation vocale, sophrologie, massage

Le chant choral est une activité épanouissante et ludique, pour peu que l'on soit à l'aise avec sa voix, avec son corps, avec soi et les autres. Il peut être source de stress si l'on croit ne pas savoir chanter, ne pas retenir les airs, manquer de souffle, paniquer devant une partition, confondre les voix des divers pupitres,...

C'est pour (re)trouver l'enthousiasme, la joie, le souffle, la voix, l'expression, découvrir et associer nos talents, que nous vous proposons un stage de dix jours pleins, riches d'expériences multiples.

Edmond nous emmènera sur les chemins, la marche nous permettant de développer nos capacités respiratoires tout en nous imprégnant de la beauté des Cévennes et de son histoire. Cette activité conviviale est un bon ciment favorisant les contacts, essentiel pour créer le groupe.

Thérèse proposera une approche naturelle et ludique du chant. Éveiller les talents par une approche globale de l'être, placer sa voix par le jeu (voix parlée, voix chantée), recharger l'énergie présente mais parfois inhibée ou sous-exploitée.

Danielle nous invitera à un voyage au cœur de nous-même, au cours duquel nous apprendrons à nous détendre, à être « ici et maintenant », et à installer un état de bien-être et de paix intérieure. Les moyens utilisés : une séquence collective quotidienne de sophrologie, et des massages individuels. Ces activités seront présentées au choix des stagiaires, qui pourront découvrir ou approfondir selon leur gré les divers axes proposés. Nous essaierons d'organiser les journées pour répondre au mieux aux souhaits des participants.

Christiane mènera le chant choral chaque après midi : elle fédèrera toutes les énergies et tous les talents mis en œuvre et développés lors des autres activités. Un stage de dix jours nous donnera le temps de mieux mémoriser et approfondir les pièces abordées. Celles-ci seront un panel d'époques, de styles, de langues, toutes prétextes à pratiquer des talents différents.

Nous présenterons dans le village une prestation finale de notre travail. La qualité d'une chorale est grandement liée à la cohésion du groupe, et à sa capacité à trouver des solutions communes aux difficultés individuelles. Ce stage, bénéficiant de tout cet environnement favorable, devrait arriver à un résultat satisfaisant, tant pour les débutants que pour les initiés.

Espérant que cette formule plus longue, nouvellement proposée à Lou Valat, correspondra à vos attentes, nous vous espérons nombreux pour tenter cette aventure avec nous.

Animateurs :

Christiane HOCHET, chef de chœur

Edmond MAUREL, accompagnateur de randonnées

Thérèse NÉDÉLEC, contralto, professeur de chant

Danielle DUMESNIL, sophrologue

Arrivée des stagiaires et présentation du stage : dimanche 15 août pour le dîner
Départ le jeudi 26 août au matin.



Prix de ce stage de 10 jours :

299,50 euros tout compris

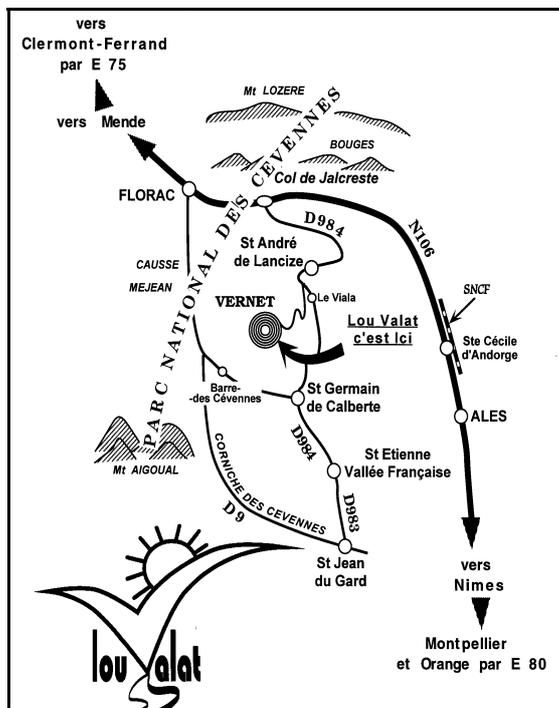
comportant

frais pédagogiques : 97,5 euros

cotisation : 17 euros

10 jours

en pension complète : 185 euros



association sans but lucratif

Pour venir par le train :
Gare la plus proche :
Ste Cécile d'Andorge
(correspondance à Nîmes ou à Alès). Il restera une trentaine de kilomètres à faire en taxi (M. Daudé 04 66 45 52 18).
Prévoir 50 euros environ.
Comme il n'y a que 2 trains par jour, il est facile de se regrouper.

Si vous venez par la route :
Les derniers kilomètres se font sur des petites routes pittoresques et sinueuses. En venant du col de Jalcreste, après Saint André de Lancize et avant le lieu dit Le Viala, prendre sur la droite un chemin goudronné qui conduit à Vernet (3,5 km).

INSCRIPTIONS A RETOURNER A LOU VALAT jusqu'au 3 juillet chez Corinne PUJOL 57 rue Louis Blanc 75010 PARIS tél 01 46 07 66 68

à partir du 5 juillet à LOU VALAT Vernet 48240 St PRIVAT DE VALLONGUE tél 04 66 45 90 81

Vous pouvez arriver avant la date de début de votre stage et repartir après. Nos locaux sont ouverts tout l'été. Mais **n'oubliez pas de réserver**, les places sont limitées. Apportez un drap de dessus ou duvet, un oreiller si vous aimez, lampe de poche, instrument de musique... et vos recettes !

J'adhère à Lou Valat / Je désire des renseignements / Je m'inscris/ Je désire recevoir ___ programmes de l'été pour les diffuser

NOM, Prénom:

ADRESSE

E-mail : Tel accompagné(e) de :

Séjour du au

Stage(s) ou chantier:

Je verse des arrhes : 75 euros par personne

CALENDRIER DE L'ETE 2004

4 juillet au 11 juillet	Chantier : Construction de murs de pierres sèches Randonnées en marguerite	Marc Dombre Edmond Maurel
18 juillet au 25 juillet	Do-in, cuisine végétarienne, balades Yoga rando	Françoise Emery et Norbert Vidal Michel Serreau
25 juillet au 1 août	Chorale et randonnée découverte Astronomie et gym douce	Pascale Ambroise Yves Coene et Janine Revol
1er août au 8 août	Jeux de théâtre communication et randonnée Jeux d'aiguilles et balades Rencontre de musiciens	Claudine Baudoin et Jean Paul Bauret Simone Bonin et Michèle Gaspard Organisée par Sylvie Pannetier
du 8 août au 15 août	Reflexo danse et balades Contes	Jean Pierre Marsac Anne-Marie Duchesne
du 15 août au 26 août	10 jours pour chanter, marcher et se relaxer chorale, randonnées, formation vocale, sophrologie, massages	Christiane Hochet Edmond Maurel Thérèse Nédélec Danielle Dumesnil

JULIET

AOUT

Prix en euros :

1 semaine de stage 244 euros

(soit 1600,53 Francs)

comprenant :

l'adhésion (17)

les frais pédagogiques (97,5)

et 7 jours en pension complète (7 x 18,5)

tarif enfants nous consulter

Fiche technique détaillée pour chaque stage sur demande

Séjour possible tout l'été sans stage

Renseignements : 01 46 07 66 68

Email : louvalat@planetis.com

Site Internet en cours de réalisation

Bulletin d'inscription page 15

*Pour toute inscription confirmée avant le 15 mai,
17,5 euros de réduction sur les frais pédagogiques.*

