

11 au 18 avril	Chantier de printemps	Julien Méquignon
27 juin au 4 juillet	Chantier d'ouverture	Philippe Samson
4 au 11 juillet	Danse sans frontière, gym douce	Janine Revol - Chantal Le Ledan
	Jeux de théâtre et communication	Claudine Baudoin
11 au 18 juillet	Ecrire	Lionel Roubin
	Balades et Hatha Yoga	Valérie et Jean-François Rubio
18 au 25 juillet	Qi Gong et balades	Geneviève Barreau -Nicole Rainisio
	Peinture au couteau. Reproduction dessin et recouvrement à la craie (enfants)	Jacques Maes - Françoise Verheyde
25 juillet au 1er août	Sculpture et modelage de la terre	Gladys Kalfon
	Corps Voix et Mouvement	Jacqueline Feneyrou -Denise Timsit
1er au 8 août	Création couture et balades	Liliane Charlemaine – Hervé Stève
	Kamishibai, Haiku et balades	Eva Chevaleyre – Sabine Wallace
8 au 15 août	Guitare – Ukulélé et balades	Ralph Nataf - Alain Micoulet
	Accordéon diatonique	Marina Schweizer
15 au 22 août	Randonnées cévenoles à la journée	Anne Lebaron
	Chants en mouvement et balades	Nathalie Chanrion-Luc Bigourdan
22 au 29 août	Do-In, balade, un zeste végétarien	Françoise Emery - Hervé Mouillé
29 août au 5 septembre	Séjours libres	
17 au 24 octobre	Chantier d'automne	



Des vacances dans le parc des Cévennes en 2020

UNE ASSOCIATION D'ACCUEIL ET DE LOISIRS DANS UN HAMEAU BLOTTI DANS LA MONTAGNE, AU CŒUR DU PARC NATIONAL DES CÉVENNES

À Vernet (30 km au sud-est de Florac), dans un vallon près de Saint-Germain de Calberte, en Lozère. Lou Valat, association loi 1901, propose des vacances actives pour les adultes. Les familles sont les bienvenues, les enfants restant sous la responsabilité des parents. Des maisons restaurées au confort rustique qui peuvent recevoir une

trentaine de personnes en chambres de deux à quatre lits. Une vie collective amicale fondée sur la responsabilité de chacun. Un lieu de rencontre, d'échange pour des vacances pas comme les autres.

Réservation indispensable et fiche technique auprès du secrétariat
 Lou Valat chez Christian Gillot
 71-L route du Pavé blanc
 92140 Clamart
 tél. : 06 69 22 12 34
 mél. : louvalat@laposte.net

En juillet et août
 Vernet 48370 St-Germain-de-Calberte
 tél. : 04 66 45 90 81

Site Internet
 Docs, infos, photos...
<http://www.louvalat.fr>

Infos 2020

Tarifs

Séjour avec stage

Une semaine de stage.....266 €
 comprenant
 Frais pédagogiques.....105 €
 Pension complète (7 jours)161 €
 Accueil le samedi après-midi.
 Départ le samedi suivant.

Séjour sans stage (séjour libre)

Une semaine sans stage.....161 €
 Tarifs spéciaux.....nous consulter

Adhésion

De base.....20 €
 Bienfaiteur, à partir de.....30 €

Taxe de séjour

Toute personne de plus de 12 ans séjournant à titre onéreux est assujettie à une taxe de séjour de 0,50€ par nuitée.



Adhésion et inscription à Lou Valat

Nom et Prénom :

Âge pour les moins de 18 ans :

Adresse complète :

.....

Code postal : Ville :

Tél. fixe : Tél. mob. :

Mél :

(Mes chèques à l'ordre de Lou Valat)

J'adhère à l'association Lou Valat

- Je joins un chèque d'adhésion (20€ de base ou bienfaiteur à partir de 30€) si l'adhésion n'est pas déjà prise, à l'AG (par exemple).

Je m'inscris à un séjour (ou plus)

Séjour du : au :

Stage(s) :

(Renseignements et fiches techniques auprès du secrétariat)

- Je joins un chèque d'arrhes (50€) validant l'inscription au stage (Les arrhes sont acquises à l'association pour toute annulation survenue moins de 15 jours avant le début du stage)

Date :

Signature

Conformément aux dernières dispositions législatives, vous pouvez exercer vos droits d'accès aux données personnelles détenues par l'association en contactant le secrétariat.

Droit à l'image : (Nom) refuse que des images le/la représentant et/ou représentant son ou ses enfants soient diffusées sur le site Internet de Lou Valat.

► Route

Les derniers kilomètres se font sur de 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).

► Covoiturage

Une page du site Internet vous attend pour déposer une annonce de covoiturage : <http://www.louvalat.fr> puis suivre "Covoiturage"

► Train et taxi

Arrivée en gare de Sainte-Cécile d'Andorre, correspondance à Nîmes ou à Alès, il restera une trentaine de kilomètres à faire en taxi.

M. Felgeirolle au 06 80 84 58 09 (60 à 70€)

(Avec 2 trains par jour, il est facile de se regrouper).

Le site Internet "Lozère Le Département" donne de précieuses indications sur les transports en commun et l'hébergement : <http://lozere.fr>
Celui de Lou Valat tient à jour celles des cars et taxis.

► Train jusqu'à Alès puis car

Société Boulet : 04 66 65 19 88 / 06 60 58 58 10

Horaires Alès Col de Jalcreste

Du lundi au vendredi **12h10 13h00**

Samedi **11h00 11h50**

Tarif: environ 10 €

S'organiser auparavant pour que quelqu'un vous prenne au col et vous conduise à Vernet.

Notes importantes

- Semaine de séjour "standard" : arrivée samedi, départ le samedi suivant.
- Capacité d'hébergement limitée.
- Réservation indispensable avec vos dates précises d'arrivée et départ.
- Durant les jours avant ou après votre séjour, la priorité est donnée aux séjournants de la semaine ce qui pourrait vous amener à dormir sous une tente.
- Apporter : **lampe de poche indispensable**, drap de dessus, housse de couette ou duvet, l'oreiller que vous aimez, et instruments de musique, contes, chansons et... vos recettes, vous repartirez avec celles des autres !