

Calendrier 2024		
6-13 avril	Ecriture et Nature	Véronique Louvel & Alain Micoulet
13- 20 avril	Chantier pierre sèche de printemps	
4-11 mai	Fête des 50 ans	
13-17 mai	Menuiserie et balades	Alain Micoulet
29 juin – 6 juillet	Ouverture des maisons	Philippe Samson
6 - 13 juillet	Création et couture	Liliane Charlemaïne
6 - 13 juillet	Séjours libres	
13- 20 juillet	Jeux d'écriture	Cathy Milin & Brigitte Dumeste
	Contredanses anglaises et américaines et randonnées	Yvette Torrens & Nicole Rainisio
20 -27 juillet	Méthode Feldenkrais , souplesse et fluidité	Sophie Zavaglia
	Randonnées à la journée	Anne Lebaron
27 juillet – 3 août	Théâtre, marionnettes et musique	Denise Timsit & Corinne Neuvécelle
	Un corps conscient pour se régénérer	Geneviève Barreau & Jacqueline Feneyrou
3 - 10 août	Chant choral	Laure Desécures & Claire Chaigneau
	Ecrire et marcher	Lionel Roubin
10- 17 août	Apprendre à jouer ensemble	Ralph Nataf
	Accordéon diatonique et balades	Marina Schweizer & Hervé Mouillé
17-24 août	Semaine participative	Anne Lebaron
24 - 31 août	Peinture au couteau et autres techniques	Jacques Maes
	Randonnées dans les Cévennes	Alain Micoulet
19 -26 octobre	Chantier pierre sèche d'automne	

#### Réservation et Fiche technique

auprès du secrétariat : **Lou Valat**  
c/o Sabine Wallace, 43 rue Polonceau 75018 Paris

Tél : 06 69 22 12 34

Mél : [louvalat@laposte.net](mailto:louvalat@laposte.net)

#### Site Internet

<http://www.louvalat.fr>

Séjour sans intendant ..... 22€/jour  
Séjour chantier ..... 10€/jour

#### Séjour sans stage (séjour libre)

Une semaine sans stage.....182€

Adhésion :

° De base.....25 €

° Bienfaiteur, à partir de.....30 €

#### Séjour avec stage

Une semaine de stage.....312 €

° Frais pédagogiques.....130 €

° Pension complète (7 jours).....182 €



# Lou Valat 2024

**DES VACANCES AUTREMENT AU  
CŒUR DU PARC NATIONAL DES  
CEVENNES**

**A Vernet (30 km au sud de Florac), dans un vallon près de Saint Germain de Calberte, en Lozère.**

**Lou Valat, association loi 1901, propose des stages, chantiers et séjours dans le partage, la convivialité et la bonne humeur**

**N'oubliez pas d'apporter : lampe de poche, gourde, chapeau, oreiller, drap de dessus, chaussures pour marcher dans l'eau, vos recettes et vos chansons préférées, votre instrument de musique, votre crème solaire .....**

Les documents ci-dessous sont à remplir et envoyer à  
Lou Valat chez Sabine Wallace, 43 rue Polonceau 75018 Paris

## Coordonnées

Nom et prénom : .....

Âge pour les moins de 18 ans : .....

Adresse complète : .....

.....

Code postal : ..... Ville : .....

Tél. fixe : ..... Tél. mob. : .....

Mél : .....

## Adhésion à Lou Valat

Mon chèque d'adhésion à l'ordre de Lou Valat

- ❖ 25€ de base ou bienfaiteur à partir de 30€

Date : ..... Signature

## Inscription Stage

Séjour du : ..... Au : .....

Stage(s) : .....

Mes chèques à l'ordre de Lou Valat

- ❖ Le chèque d'adhésion (25€ de base ou bienfaiteur à partir de 30€)
- ❖ Le chèque d'arrhes (50€) validant l'inscription au stage.

Date : ..... Signature

## Vacances autrement au cœur des Cévennes



## Aller à Lou Valat

- ❖ **Route :**  
En venant du col de Jalcreste, après St André de Lancize et avant le lieu-dit Le Viala. Prendre sur la droite une petite route goudronnée ; un petit panneau en bois indique Vernet (environ 3 km).
- ❖ **Covoiturage (sans changement)**
- ❖ **Train jusqu'à Alès** (via Nîmes) puis car en direction de Florac (gare routière à 10 mn à droite en sortant de la gare Société Boulet 04 66 65 19 88 / 06 60 58 58 10)
- ❖ **Horaires**

	Alès	Col de Jalcreste
Du lundi au vendredi	12h10	13h
Le samedi	11h	11h50
Pas de car le dimanche		
- ❖ **Train et taxi**  
Certains trains au départ de Nîmes continuent après Alès jusqu'à Ste Cécile d'Andorre ; une trentaine de km en taxi Mr Guy Dardalhon (06 07 69 18 25) (environ 70 euros)
- ❖ **Alternative Train Car et Taxi :**  
Train jusqu'à Nîmes et Car jusque St Jean du Gard (voir sur le site Lio des transports régionaux ligne 112 ; 3 cars tous les jours) et Taxi (taxi calbertois Éric Francioli 04 66 32 08 83)

**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.