

**Organisation :**

Le stage se déroule du lundi 23 juillet 19h au dimanche 29 juillet 11h. Ecriture et randonnée alternent durant la semaine. Sans oublier des temps pour se reposer et découvrir paysages et patrimoine de la région.

NB. Le mas du Figuier étant isolé, une voiture est recommandée.

**Tarif du stage :** 200 € (+ 10 € adhésion association « Les cris de l'écrit ») comprend : 2 à 4 heures d'écriture guidée par jour & 2 randonnées accompagnées.

**Lieu du stage :**

Le mas du Figuier à Bevons 04 200 SISTERON Tel. : 04 92 32 28 81

([masdufiguier@gmail.com](mailto:masdufiguier@gmail.com)) -

Toutes infos auprès de Nadine et Samyr, nos hôtes.

Pour connaître l'esprit du lieu : [www.masdufiguier.fr](http://www.masdufiguier.fr)

**Tarif de l'hébergement :**

Au mas du Figuier pour la semaine (6 nuits) :

Pension complète en dortoir, chambre partagée ou chambre seule de 345 à 525 €.

La nourriture est végétarienne à partir de produits frais, dans le respect des régimes particuliers.



**Pour tout renseignement :** Marie Remande : 06.07.46.18.58

[marie.remande@yahoo.fr](mailto:marie.remande@yahoo.fr)

**Inscriptions pour le stage avant le 29 mai 2018**, en retournant le bulletin ci-joint à Marie Remande (Pour toute inscription après cette date, nous contacter)



# ***Ecrire au rythme de ses pas***

## **Stage écriture et randonnée en Haute-Provence**

**du lundi 23 juillet au dimanche 29 juillet 2018**  
au mas du Figuier  
près de Sisteron, Alpes-de-Haute-Provence



## Vivez une parenthèse créative, reposante et énergisante en pleine nature!

Ce stage alterne **écriture créative et randonnées** guidées. L'écriture s'inspire de la rencontre avec la nature, au rythme de la marche.

### Un atelier d'écriture nature

L'objectif de ce stage sera de **créer un CARNET DE CHEMINS** individuel.



La richesse des sons, odeurs, couleurs, textures et goûts de ce coin de nature paradisiac provençal façonne les écrits.

Propositions et jeux verbaux permettent à la créativité de s'épanouir.

Des textes d'auteurs écrivant la nature pimentent aussi les séances.

Les stagiaires créent poèmes, textes et récits au fil de la semaine. Ils se surprennent à trouver leur style. Le partage oral des textes et les échanges participent au plaisir de l'expression.

La qualité est au rendez-vous. Sans se prendre au sérieux !

NB. Atelier ouvert à tout adulte quelle que soit sa pratique de l'écriture.

### L'animatrice

Formée par Pascal Perrat (*l'Écrit Voir*), **Marie Remande**, auteure et journaliste, anime des ateliers à Tours, Blois, Paris pour différents publics dans des centres culturels ou sociaux, des écoles, des hôpitaux, des bibliothèques, des librairies. Elle aime d'amour les mots et la poésie.

<http://marieremande.fr>

## Des randonnées singulières

Nous vous proposons en ouverture une **demi-journée de randonnée découverte** à en pays Sisteronais, et, plus tard dans la semaine, **une journée de randonnée avec pique-nique**, à un rythme doux. Toute la Haute-Provence sous nos pieds mêlant chant des cigales, vert des oliviers et violet des lavandes aux paysages et histoires des pré-Alpes, avec leurs sentiers tantôt rocailleux, tantôt adoucis par les prairies sauvages, appréciées des moutons.

Notre accompagnateur proposera une rencontre avec des acteurs de terrain et explorera avec nous la biodiversité locale sous toutes ses facettes. Ces marches et rencontres nourriront notre écriture.



### L'accompagnateur

« Colporteur d'espaces, de rêves et de liberté », **Jean-Claude Surian**, accompagnateur en montagne (AEM), a guidé des centaines de groupes avec passion sur les terres de Haute-Provence et des Alpes. Il accompagne les deux randonnées du stage.

NB. Prévoir tenue de randonneur avec petit sac à dos et chaussures randonnée.