

LES ATELIERS DE LA NUIT DES OURS

du lundi 3 au samedi 8 août 2020

Tous les ateliers partent des EDELWEISS (derrière la gare) et se déroulent dans la nature.

Sauf exception indiquée, ils s'adressent à 10 personnes maximum.

Ils sont gratuits grâce à une aide du Ministère de la culture.

Mais inscription obligatoire à l'Office de tourisme ou auprès des animateurs lorsque précisé.

D'une manière générale, s'équiper de bonnes chaussures, d'un sac à dos avec gourde et de vêtements adaptés à la météo.

Ateliers des humanités avec le journaliste Jean-Marc Adolphe.

Faisons intelligence collective.

- voir « festival des humanités » sur Facebook
- jusqu'à 25 personnes
- **du lundi 3 au vendredi 7**
 - Revue de presse à 12h
 - Atelier à partir de 14h30

Ateliers des « arts du chemin » avec Julia Vitry

devenez acteur de la décoration du site de la NUIT DES OURS. Se promener ensemble pour collecter différents éléments naturels (feuilles, fleurs, cailloux, pomme de pin...) et réaliser une œuvre au bord du chemin.

- **du lundi 3 au jeudi 6**
- inscription la veille au plus tard (entre 10h et 18h) auprès de Julia : 06 86 71 98 50
- **avec les tous petits** (de 4 à 6 ans accompagné par un parent) de 10h à 12h
- **avec les 7/11 ans** de 14h à 16h

Atelier initiation au journalisme et participation au « direct » du 5 au soir

avec Globule Radio

S'initier et vivre pendant une journée la vie de journaliste.

- **lundi 3 de 10h à 18h** adultes dès 16 ans (repas de midi possible pour 10 euros)
- **mardi 4 de 10h à 18h** jeunes de 8 à 16 ans (repas de midi possible 10 euros)

Les survivantes

Balade botanique contée ([spectacle](#))

A la rencontre des plantes rebelles

avec Christian Grenouillet paysan conteur.

Biochimiste de formation, il anime des balades autour de la flore sauvage.

- [Sans limite de spectateurs](#)
- **mardi 4 à 15h**

Atelier archéo-trekking avec Michela Zucca

L'anthropologue italienne Michela Zucca passe plusieurs jours à Vallorcine. Outre sa [conférence du vendredi 7 à 18h au Pôle culturel](#), elle propose deux « ethno-trekking » sur la commune qu'elle connaît bien. À partir du chemin parcouru et de son environnement, elle propose une analyse de l'histoire du paysage.

- **mercredi 5 et vendredi 7 de 9h30 à 12h30**
- Tenue vestimentaire adaptée à la marche en montagne et au temps qu'il fera.

Atelier yoga et montagne avec Xavier Dunand

Temps de pratique et de découverte avec le yoga en pleine nature.

Mouvements, postures, respirations, concentrations-méditations, relaxations.

Habits agréables et chauds pour marcher (chaussures) et bouger. Une toile pour s'allonger sur le sol (draps, châle, serviette, couverture polaire...), un chapeau comme protection solaire, de l'eau et quelque chose à grignoter.

- **mercredi 5 de 14 à 16h30**

- inscription au 06 09 81 36 97 jusqu'au mardi 19h

- séance ouverte à tou(te)s dans le respect de chacun (8 personnes maximum)

Atelier percussions italiennes avec Massimo Laguardia

Sensibilisation au monde du Tamburello et Tammorra

- pour adultes uniquement (si vous en disposez, venez avec votre tambourin)

- **mercredi 5 et jeudi 6**

- **de 10 à 12h initiation**

- **de 16 et 18h perfectionnement**

Atelier Taïko avec Yumi Celia et Alison Roe

Initiation au taïko, l'art de jouer du tambour au Japon.

À la recherche du « bon son ».

- Dès 8 ans et adultes (8 personnes maximum)

- **mercredi 5 et jeudi 6 de 14 à 16h**

Atelier Haïku avec Bruno Rosaz

Composer un haïku: 3 lignes en 3-7-5 syllabes célébrant de manière directe ou allusive les beautés de la nature, des saisons, du temps qui passe, l'impermanence des choses de la vie... Au cours d'une promenade sur un parcours de la NUIT DES OURS, les enfants (8/12 ans) composent un haïku inspiré de ce qui les entoure. Et illustré d'un dessin s'ils le souhaitent. L'oeuvre laissée devient partie prenante de l'évènement.

- **jeudi 6 de 15 à 17h**

- pour les 6/12 ans avec accompagnement adulte possible

- Apporter « écritoire » (une planchette), cahier ou papier et crayons de couleurs.

Atelier danse dans la nature avec Andrea Sitter

« La première " maison " que nous possédons est notre corps.

Dans mes ateliers je propose un travail en deux parties.

La première partie concerne une mise en route physique à travers des mouvements simples, précis, en éveillant la joie dans la maîtrise et dans une danse d'ensemble.

La deuxième partie sera une proposition de surprise: une " danse à distance ".

- Tout public à partir de 12 ans

- **jeudi 6 et vendredi 7 de 15 à 16h30**

Atelier écriture avec Émilie Talon

« Je vous propose un temps et un cadre pour expérimenter un autre rapport à l'écrit. Loin de toute démarche éditoriale et de toute réminiscence scolaire, il s'agira de s'inspirer de contraintes créatives proposées par l'animatrice, de créer, de partager, simplement. Les retours seront bienveillants et minimalistes : l'atelier est un espace de liberté dans lequel chacun se saisira, ou non, des propositions à sa manière, sans *prescription* ni *correction*.

- **jeudi 6 et vendredi 7 de 14h30 à 17h30**

- Ouvert à tous. Inscription au moins 24 heures à l'avance au 06 37 16 90 95 (8 personnes maximum)

Atelier découverte des plantes avec Xavier Dunand

« Cette balade est portée par les richesses de l'enseignement de l'Ecole Lyonnaise des Plantes Médicinales, agrémentées de traditions locales, des comestibles, des médicinales... elles nous appellent. Les aborder, les cueillir, les préparer. Gouts, parfums, couleurs, qualités, tempéraments... Pour récolter: un sac en papier.

- **le vendredi 7 de 14 à 16h30**

- inscription jusqu'au jeudi 19h au 06 09 81 36 97 (12 personnes maximum)

INSCRIPTION à L'OFFICE DE TOURISME de Vallorcine
Rendez-vous aux EDELWEISS (derrière la gare)