

# La Lettre de Coquibus



Septembre 2016 N° 9

## PROGRAMME DES ACTIVITES 2016/2017



### Premier atelier le 15 Octobre puis un Samedi A.M par mois

Ouvert à tous sans prérequis littéraire - participation 5€

Ecrire avec et dans la nature ..... avec des auteurs amoureux de la nature



### **22 Octobre STAGE DE RIRE & Relaxe !**

Excellent pour le moral, contagieux, embellissant, le rire réveille des nerfs et des muscles de moins en moins sollicités dans nos vies actuelles.

Pour se décontracter, mieux respirer en riant sous la conduite de Clémantine Dunne, créatrice de « Cœur de Rire »... Vous n'êtes pas près d'oublier ce week-end qui calme et recharge les énergies non violentes

Tarif : 8, 12 ou 15 euros selon le nombre de participants –  
voir [www.coeurderire.fr](http://www.coeurderire.fr) - et la video sur YouTube



### 29-30 Octobre Week-End champignons

Avec la participation de M. Le Carpentier, Président de la Sté Mycologique de Ponthierry

Samedi 29 cueillette de toutes les espèces, Dimanche matin tri et commentaires avisés,

Dimanche après-midi nouvelle cueillette, accompagnée cette fois... .

**Février Formation sécurité et prévention incendie** au refuge

**Mars Expo sur le thème de l'eau et Aqueduc de la vanne**

**Avril Week End sans voitures**

Depuis la gare de Maisse, accompagnement pédestre, visite des curiosités locale, nuit au refuge, et retour le Dimanche à la gare par une nouvelle randonnée. Acheminement des bagages et repas fournis

**Mai sortie à thème Abris gravés et carrières**

**Juin 2ème édition de la Fête des Oiseaux**

**Juillet 2ème édition de la NUIT DES ETOILES**

Pour ces évènements inscrivez vous vite sur [www.an-horizons.org](http://www.an-horizons.org)