

Activités gratuites pour enfants et adultes

(uniquement pour les habitants de Haute-Sorne)

Il reste encore de la place, inscrivez-vous !

Inscription au 032 427 00 55 ou à info@haute-sorne.ch

- **Le permis de couteau (enfants à partir de 8 ans)**

Date : Lundi 18 octobre 2021 et mercredi 20 octobre 2021 (vacances scolaires), de 9h30 à 16h30.
Repas de midi et goûter compris

Lieu : Cabane forestière des « Trois-Barrières » à Bassecourt

Maximum : 10 enfants

Animation : Valérie Fleury-Wüthrich, éducatrice de l'enfance, conteuse et animatrice nature

« Le couteau de poche et les feux de camp sont de fabuleux moyens de découvrir et connaître la nature... mais de façon maîtrisée. Pour assurer leur usage avec un minimum de risque, viens passer ton « permis couteau » sur le mode du permis de conduire, et apprendre à cuisiner sur le feu ».

☞ Inscription jusqu'au **11 octobre 2021** auprès de la commune mixte de Haute-Sorne, soit par mail à info@haute-sorne.ch ou par téléphone au 032 427 00 55. Veuillez mentionner : le nom du cours, le nom et prénom de l'enfant, l'adresse, l'âge et un numéro de téléphone.



- **Bains de Forêt (hors partenariat UP mais gratuit)**

Date : Samedi 16 octobre 2021 de 9h30 à 12h00

Lieu : Probablement au Lac Vert à Undervelier

Maximum : 5 ou 10 adultes

Animation : par La Dâme du Doubs, St-Ursanne. Plus d'info sur www.ladamedudoubs.ch

« Le bain de forêt est une façon d'évacuer le stress et de pratiquer la méditation en pleine conscience pour ressentir le bien-être du corps et de l'âme au quotidien. Contrairement à la randonnée, ou à la simple promenade en famille, le bain de forêt nous apprend à vivre la contemplation et de ressentir le moment présent. Le "bain de forêt" se déroule sur un parcours de quelques kilomètres, alternant marche et respiration consciente, moment de méditation et contemplation de la Nature qui nous entoure. »

☞ Inscription jusqu'au **1^{er} octobre 2021** auprès de la commune mixte de Haute-Sorne, soit par mail à info@haute-sorne.ch ou par téléphone au 032 427 00 55. Veuillez mentionner : le nom du cours, votre nom et prénom, l'adresse et un numéro de téléphone.



- **Initiation aux instruments utilisés dans la musique actuelle (enfants de tout âge)
(hors partenariat UP mais gratuit)**

Date : Samedi 2 octobre 2021 de 14h00 à 15h30

Lieu : Ancien stand de tir de Courfaivre (au bout du Chemin des Reus à Courfaivre, en dehors du village, environ 100m à pied au-dessus de l'école primaire)

Maximum : 10 enfants

Animation : Association GLAUCAL, M. Pascal Lopinat à Courfaivre

« Présentation des instruments utilisés dans la « musique actuelle » (guitare, basse électrique, batterie, pédales d'effets sonores, amplificateurs etc) et éventuellement musique en groupe. »



Inscription jusqu'au **25 septembre 2021** auprès de la commune mixte de Haute-Sorne, soit par mail à info@haute-sorne.ch ou par téléphone au 032 427 00 55. Veuillez mentionner : le nom du cours, le nom et prénom de l'enfant, l'adresse, l'âge et un numéro de téléphone.



- **Comment s'enregistrer à la maison (pour les adolescents aillant déjà quelques connaissances dans le domaine de la musique électronique)
(hors partenariat UP mais gratuit)**

Date : Les mercredis 17 novembre et 1^{er} décembre 2021 de 17h00 à 18h30

Lieu : Ancien stand de tir de Courfaivre (au bout du Chemin des Reus à Courfaivre en dehors du village, environ 100m à pied au-dessus de l'école primaire)

Maximum : 10 participants par date

Animation : Association GLAUCAL, M. Pascal Lopinat à Courfaivre

« Présentation de divers programmes audio, initiation basique au mixage etc. »



Inscription jusqu'au **10 novembre 2021** (pour le cours du 17.11.21) et jusqu'au **24 novembre 2021** (pour le cours du 01.12.21) auprès de la commune mixte de Haute-Sorne, soit par mail à info@haute-sorne.ch ou par téléphone au 032 427 00 55. Veuillez mentionner : le nom du cours, le nom et prénom de l'enfant, l'adresse, l'âge et un numéro de téléphone.

