



## STAGES- ATELIERS

### Toute l'année

**DIEULEFIT** – Couture créative Pimpelume  
Atelier couture, ponctuels ou réguliers, tous niveaux, à partir de 7 ans (environ). Ateliers pour enfants, ados, familles.  
Sur RV : 06 04 19 73 54 – Pascaline Perrin  
[couture@pimpelume.fr](mailto:couture@pimpelume.fr) – [couture.pimpelume.fr](http://couture.pimpelume.fr)

### Premier samedi du mois à partir d'avril

**DIEULEFIT OU COMPS** - Suivi annuel d'un rucher.  
Formation le 1er samedi du mois, d'avril à octobre excepté en avril avec une 1ère rencontre le 20 à Comps ou Dieulefit.  
La priorité sera donnée aux visites de ruches commentées dont vous devrez apprendre à réaliser un bon diagnostic et savoir que faire durant toute la saison : faut-il intervenir, pourquoi et comment...  
En cas de mauvaise météo, une autre date, les jours suivants, sera proposée ou théorie au musée Ruches du Monde.  
Prévoir pique nique, horaires selon météo..  
Tarif : formation, assurance et adhésion à l'association. APIDEA 250€/ an.  
Prix dégressif si réinscription.  
Luc Rossetti 06.51.41.30.61  
[lucrossetti@yahoo.fr](mailto:lucrossetti@yahoo.fr)

OT Dieulefit: 04 75 46 42 49

### d'avril à novembre

**CHAROLS** - Initiation à la coutellerie

📍 Atelier des 3 forges  
. Venez fabriquer votre couteau chez un couteleur forgeron et emportez-le. 3 formules de stages proposées: couteau squelette, couteau droit avec manche en bois et couteau pliant. Individuel ou groupe.  
📞 De 250€ à 370€ selon le stage  
. Villard Philippe  
☎ 04 75 90 14 10 | 06 87 36 31 03

### Juillet/Août

**DIEULEFIT** – Aquagym à la piscine de Dieulefit  
Tous les lundis, mardis, jeudis et samedis à 10h.  
Ouvert à tous !  
7 €  
Tél. 06 32 49 71 06

### Juillet/Août

**POËT-CELARD** – Ateliers Bien-être – Yoga Hamac  
Dessin Zen, massages  
Tous les mardis, mercredis et jeudis à 18h, avec Flo !  
Ouvert à tous !  
L'Ermitage du Grand Bois Col de Boutière, Route Bourdeaux-Dieulefit  
Tél : 04 75 53 33 72

### Juillet/Août

**DIEULEFIT** – Cours collectifs bien-être  
Été Bien-être à Dieulefit !  
Lieu : Les sources de Dieulefit  
1 rue des Ecoles - Dieulefit  
Rejoignez-nous cet été pour des cours collectifs de bien-être ! Venez-vous ressourcer et prendre soin

[www.dieulefit-tourisme.com](http://www.dieulefit-tourisme.com)

de vous dans un cadre magnifique avec nos séances de Pilates et d'aquagym.

- Mercredi : 17h - 18h - Pilates
- Mercredi : 18h15 - 19h - Aquagym
- Vendredi : 18h - 19h - Aquagym
- Samedi : 10h - 11h - Pilates
- Samedi : 11h15 - 12h - Aquagym
- Dimanche : 10h - 11h - Pilates
- Dimanche : 11h15 - 12h - Aquagym

LA SÉANCE : 15€

FORFAIT SEMAINE : 49€

LE CARNET DE 10 SÉANCES : 120€

RÉSERVATIONS 07 52 63 14 09

Les cours sont ouverts à tous (clients de l'hôtel et extérieurs), quel que soit votre niveau. C'est l'occasion idéale pour découvrir ou approfondir ces disciplines et passer un été sous le signe du bien-être.

<https://sourcesdieulefit.com/fr/>

- DAY-PASS PISCINE :

- Tarif €45 par adulte
- UNIQUEMENT les MERCREDI, JEUDI, VENDREDI sous réserve de disponibilité
- Inclus 1 plat + 1 boisson sans alcool
- Accès aux piscine de 10h00 à 18h00
- Mise à disposition d'une serviette et d'un transat par personne

### Du 13 juillet au fin août

**DIEULEFIT** – Vinyasa Yoga - avec Claude-Noëlle  
Tous les samedis, il y aura des cours de yoga sur la terrasse de la piscine  
Contact : [claudenoelle25@gmail.com](mailto:claudenoelle25@gmail.com)  
06-29-10-16-13

OT Bourdeaux: 04 75 53 35 90

### Du 15 juillet au 14 août

**DIEULEFIT** – Ouverture Micro-Folie été 2024



La Halle de Dieulefit

Nouvelle programmation estivale autour du sport, du hip-hop, et bien sûr des arts et des sciences ! Au programme :

Des ateliers jeunes publics, dont 2 ateliers exceptionnels de BREAKING !! avec un danseur professionnel,

Des projections de séries Arte autour du hip-hop, des artset du sport, 2 nouvelles collections sur le musée numérique : "Sport" et "Impressionnisme", De la réalité virtuelle, !! Un spectacle de breaking en plein air !!,

Un Fab Lab vous permettant de réaliser un T-Shirt à votre image,

Des fusées à eau et encore plein d'autres activités, à découvrir sur notre site internet Pour réserver : c'est ici

<https://www.helloasso.com/.../ateliers-creatifs-ete-2024-1>

€ Ateliers du matin : payants, sur réservation via le lien Hello Asso 12 €

📞 06 70 12 17 43

<https://micro-folie-dieulefit-montelimar.fr/>

### Du vendredi 19 au dimanche 21 juillet

**SALETTES** – Peinture - Paysage



Toute la journée

📍 Atelier Nadine Nacinovic – La Ferme des Dames

€ Sur réservation

Je vous guide dans les paysages de la Drôme provençale. Découverte, partage humain et plaisir de créer sont au rendez-vous – 3 jours d'immersion hors du temps dans les champs pour capter les perspectives, les couleurs, la lumière.

📞 <https://nacinovicnadine.com/>

OT Dieulefit: 04 75 46 42 49

### Mardi 23 et mercredi 24 juillet

**TEYSSIERES** – Stage de danse – Improvisation & Composition

📅 10h – 12h30 et 14h – 16h30

📍 Salle polyvalente, 100 route du Vieux Village

€ Tarif Stage complet : 100 euros

Venez embarquer dans votre univers d'expression corporelle à l'aide d'outils d'improvisation proposés par Aude qui vont vous permettre de construire vos propres mouvements ! L'atelier se déroulera dans la salle et dans la cour afin d'aller explorer tout type d'environnement et se laisser surprendre par nos inspirations

📞 Info et inscriptions : [contact@zwazo.fr](mailto:contact@zwazo.fr)

### Mercredi 24 juillet

**DIEULEFIT** – Atelier Reflexo Détente

📅 9h à 12h30

📍 968 route de Fabras

Atelier réflexologie plantaire détente - apprendre à donner une séance détente

€ 35 €. Tarif unique

📞 07 68 24 01 99

<https://www.reflexoki.com/index.php/reflexologie/ateliers/>

### Du lundi 29 juillet au samedi 3 août

**DIEULEFIT** – Qiqong et Taichi Chuan

📅 Toute la journée

📍 Ecole de Beauvallon, route de Comps

€ Sur réservation

Qiqong : 9h-10h Taichi-Chuan : 10h-11h30 Atelier après-midi : Qiqong-17h30 19h Matériel : Tenue souple, coussin (zafu) pour la méditation zen.

📞 Contact : [nakaima@orange.fr](mailto:nakaima@orange.fr)

[www.dieulefit-tourisme.com](http://www.dieulefit-tourisme.com)

### Du lundi 29 juillet au samedi 3 août

**LE POET-LAVAL** – Stage Danse à l'Usine

📅 A partir de 9h

📍 L'Usine - 25a Route de la Faïencerie

Venez prendre un ou plusieurs cours de danse classique, de danse contemporaine, d'étirement/renforcement, atelier Human Beatbox, parents/enfants ou un cours Feldenkrais.

€ Cours à l'unité 20 €. Formule 5 cours 80 €

Formule 10 cours 140 €. Forfait illimité 220 €

📞 06 20 09 49 82

<https://www.compagnielogresse.com>

### Du vendredi 2 au dimanche 4 août

**SALETTES** – Peinture - Paysage

📅 Toute la journée

📍 Atelier Nadine Nacinovic – La Ferme des Dames

€ Sur réservation

Je vous guide dans les paysages de la Drôme provençale. Découverte, partage humain et plaisir de créer sont au rendez-vous – 3 jours d'immersion hors du temps dans les champs pour capter les perspectives, les couleurs, la lumière.

📞 <https://nacinovicnadine.com/>

### Du vendredi 9 au vendredi 16 août

**CHATEAUNEUF DE MAZENC** – Stage théâtre

d'improvisation, stage artistique

📅 Toute la journée

📍 Le FIEF - 245 Grande Rue

€ Sur réservation

380 € en PC

📞 [info@lefief-drome.com](mailto:info@lefief-drome.com) / <https://www.lefief-drome.com> - 04 75 46 21 48

OT Bourdeaux: 04 75 53 35 90

## Du samedi 17 au samedi 24 août

**CHATEAUNEUF DE MAZENC** – Stage Théâtre de Marionnettes

📅 Toute la journée

📍 Le FIEF - 245 Grande Rue

€ Sur réservation

La 3<sup>ème</sup> édition de la semaine djinniale de théâtre de marionnettes au FIEF !

📧 [info@lefief-drome.com](mailto:info@lefief-drome.com) / <https://www.lefief-drome.com/gite-drome/fr/> - 04 75 46 21 48

Renseignements sur le contenu - Djinn Compagnie : 07 68 83 59 97

## Toute l'année

**PONT-DE-BARRET** - Créarsoi – Pierre Pierre Compagnie (Toute l'année sauf vacances d'été)

📍 40, route de Salettes

. Accompagnement artistique. Cours, médiation art, art -thérapie pour enfants accompagnés, jeunes et adultes. Ateliers dessins Croqu'Arbres dans la nature. Accessible handicaps.

€

<https://www.artistescontemporains.org/artistes/pierre-pierre/>

📞 06 69 31 46 77

**DIEULEFIT** - Atelier de l'Origami

📍 Quartier de la combe aux baux

. Tu as entre 4 et 12 ans ?

Je te propose de devenir magicien(e) du papier, de faire apparaître par pliage : fleurs, animaux, oiseaux, avions, etc. ... L'origami est un art ludique qui développe la créativité, la concentration, la patience et l'imagination.

€ Enfant : 10 €.

10€ la séance d'1h30

8€ la séance sur 3 jours (3 x 1h30).

OT Dieulefit: 04 75 46 42 49

. Atelier de l'Origami

📞 06 33 06 59 78 –

**DIEULEFIT** - Stage de Poterie : Atelier L'Empreinte, Tout Public adultes et enfants mélangés

📍 16 Quai Roger Morin, 26220 Dieulefit

. Travail au colombin, à la plaque, modelage, tournage...La finition de l'objet par le décor : gravures, empreintes ou modelage clôturera le travail.

Tournage 1h30 et Modelage 2h00

€ Tarif dégressif en fonction du nombre de personnes

. Atelier boutique L'Empreinte

📞 06 26 08 12 01 –

**SOUPIERRE** – Ma place ma danse

📍 18 route de Dieulefit 26160

La danse expérimentale pour tous

📞 06 08 46 33 26

**DIEULEFIT** - Djinn et compagnie

📍 1 rue d'Audiffret

. Têtes qui bougent, corps qui parlent... Klown, Théâtre, Flamenco, Graphique

📞 07 68 83 59 97

**MONTJOUX** - Stage de Poterie tout public

📍 quartier du vieux moulin

. Je vous aiderai à réaliser vos poteries du façonnage jusqu'à la décoration. Elles seront cuites par mes soins une fois sèches.

. Atelier Douce Argile

📞 09 75 39 11 70|06 78 62 56 64 -

<http://www.atelierdouceargile.com>

**MONTJOUX** - Stage de Création Tambour de

Guérison Chamanique

. Sur inscription (individuel ou collectif)

[www.dieulefit-tourisme.com](http://www.dieulefit-tourisme.com)

📞 06 52 29 14 46

[www.Carillondor.com](http://www.Carillondor.com)

**DIEULEFIT** - Yoga

📍 4 place Abbé Magnet

. Amateurs et professionnels, retrouvez Roxane et son équipe pour des cours, stages et formations de yoga enseigné dans le respect de l'anatomie de chacun.

€

. Yogainari

📞 07 67 18 92 66 - <https://www.yogainari.com/>

**DIEULEFIT** - Cours- Atelier de Musique CAEM, Tout Public

📍 2 rue des Ecoles

. Atelier chant, jazz, musique de salon, musique actuelle et création, Batucada, Hip Hop, orchestre

€ Tarif réduit basé sur le quotient familial (voir simulation sur le site), bon CAF, chèque-vacances, et chèque Top départ acceptés.

. CAEM

📞 04 75 52 06 44 - <http://www.caem-dieulefit.org/>

**DIEULEFIT** – Cours de guitares avec Ivan PEREZ

Cours de guitare jazz, folk et chansons.

Du lundi au samedi toute l'année 10h00-12h00 et 13h30-17h30 . 06 89 92 08 26

**DIEULEFIT** – Stages de Décor sur céramique et verre

📍 Atelier-boutique MHP : 15 rue des Reymonds

Renseignements et inscriptions : Atelier-boutique MHP ou par tél.

📞 06 79 31 75 43

OT Bourdeaux: 04 75 53 35 90

**DIEULEFIT (RAYON DE 20KM)** – Sortie d'escalade en plein air avec Natura Grimpe

☎ Demi-journée ou journée avec Mathilde monitrice diplômée

Séances collectives de 3 à 8 pers ou cours particuliers. 06 64 65 62 56

[www.naturagrimpe.com](http://www.naturagrimpe.com)

### Tous les lundis

**DIEULEFIT** - Cours de Hatha Yoga avec Sadhna-Yoga

🕒 10h -

📍 Dojo - Gymnase

. Cours de Hatha Yoga, dans la lignée du Yoga de l'Energie, animés par Jean-Baptiste Stimamiglio, diplômé de l'EFYL (Ecole Française de Yoga de Lyon) professeur titulaire de la FNEY (Fédération Nationale des Enseignants de Yoga) élève de Boris Tatski.

€ Tarifs non communiqués.

. Association Sadhna-Yoga

☎ 04 26 51 73 88 | 06 11 52 96 00 - <http://yoga-pont.jimdo.com>

**LA BEGUDE-DE-MAZENC** - Atelier de fabrication de cosmétiques Bio. L'essentiel de lavande.

🕒 - 10h à 18h, le lundi et samedi

📍 270 allée de Fontchaude

. Apprenez à fabriquer votre baume hydratant pour le corps bio le temps d'un atelier bien-être au coeur des lavandes.

€ 45€/personne pour 1h15 d'atelier de fabrication de cosmétique.

. L'Essentiel de Lavande

☎ 04 26 79 00 70 - <http://www.essentiel-de-lavande.com>

**LA BEGUDE-DE-MAZENC** - Cours de fitness en plein air 18h30 - Zen pour Soi

OT Dieulefit: 04 75 46 42 49

Et jeudi à 9h

10€ le cours / 90€ les 10 séances / Cours tous niveaux

06 84 32 36 08

**DIEULEFIT** - Kundalini Yoga 4u

🕒 18h15 -

📍 406 Chemin du Col de la Ruche

. Cours de kundalini yoga et kundalini yoga prénatal  
Accompagnement Yoga Doula Familles et femmes enceintes

€ Cours à l'unité 13 euros / Cours d'essai possible  
Forfait au trimestre possible, merci de me contacter.

. Sayer Margaux

☎ 06 50 56 70 60 - <https://kundalini-yoga4u.com/>

### Tous les mardis

**DIEULEFIT** - Danse Africaine

🕒 19h30 à 21h30 -

. Atelier danse et musique africaine. Danse du Mali, BurkinaFaso Bénin.

€

. ANGATA

☎ 06 86 98 44 29 –

**COMPS** - Atelier bougies enfants

🕒 10h30 à 12h

APIDEA - Ruches du Monde

Observation commentée des ruches vitrées et réalisation d'une bougie en cire d'abeille. Réservé aux enfants.

€ 4€/personnes

☎ 06 51 41 30 61

**CRUPIES**- Summer yoga

🕒 18h30 à 19h30

. Centre Musiflore

€ 10€ sur inscription

[www.dieulefit-tourisme.com](http://www.dieulefit-tourisme.com)

L'Instant Cocon Antoinette Selim

☎ 06 16 57 94 73

### Tous les mercredis

**LE POËT-LAVAL** - Atelier Pot & Cie

🕒 -

📍 25A route de la Faience

. Tous les mercredis des ateliers modelage pour les enfant, adolescent, adulte et famille.

€ Adulte : 15 € (Atelier famille : 12€)

Enfant : de 8 à 12 € (Atelier famille : 3€).

. Atelier Pot & Cie / ROCHON Sandra

☎ 0770393913 –

**PONT-DE-BARRET** - Ateliers Crearsoi

🕒 - Toute l'année, tous les mercredis.

Le mercredi de 10h30 à 12h (Enfants avec proches) et de 17h30 à 19h30 (jeunes et adultes).

📍 40 route de salettes

. ATELIERS CREARSOI

Développer sa créativité, prendre du plaisir, prendre confiance en soi, se relier aux belles énergies des matières et se dire autrement.

€ Enfant : 12 € (Pour 1h30. Carte de 10 séances 114 euros)

Tarif unique : 16 € (Pour 2h . Carte de 10 séances 152 euros).

. Pierre Pierre Compagnie - Crearsoi

☎ 06 69 31 46 77 -

**DIEULEFIT** - Atelier de Sycha

🕒 14h – 16h

📍 32 rue des Reymonds

Tous les mercredis hors vacances scolaires pour les enfants à partir de 8 ans. 5 enfants maximum.

€ 15€ / 2h

☎ Sylvie Chaveyriat 06 28 27 64 97.

OT Bourdeaux: 04 75 53 35 90

### Tous les jeudis

**LA BEGUDE-DE-MAZENC** - Cours de fitness en plein air  
18h30 - Zen pour Soi  
Et lundi à 18h30  
10€ le cours / 90€ les 10 séances / Cours tous niveaux  
06 84 32 36 08

**COMPS** - Atelier bougies enfants

🕒 10h30 à 12h

APIDEA - Ruches du Monde

Observation commentée des ruches vitrées et réalisation d'une bougie en cire d'abeille. Réservé aux enfants.

€ 4€/personnes

☎ 06 51 41 30 61

**COMPS** - Atelier dégustation de miels et d'hydromel

🕒 19h sur RV

APIDEA - Ruches du Monde

€ 4€/personnes

☎ 06 51 41 30 61

### Tous les vendredis

**SOUSPIERRE** - Danse dans la nature

🕒 13h30 à 16h30 -

📍 18 route de Dieulefit

. L'association Ma Place Ma Danse vous propose des séances de danse en nature, les vendredis.

€ Tarif unique : 30 €.

. Ma place ma danse

☎ 06 08 46 33 26 -

### Tous les samedis

**LA BEGUDE-DE-MAZENC** - Atelier de fabrication de cosmétiques Bio. L'essentiel de lavande.

🕒 - 10h à 18h, le lundi et samedi

📍 270 allée de Fontchaude

OT Dieulefit: 04 75 46 42 49

. Apprenez à fabriquer votre baume hydratant pour le corps bio le temps d'un atelier bien-être au coeur des lavandes.

€ 45€/personne pour 1h15 d'atelier de fabrication de cosmétique.

. L'Essentiel de Lavande

☎ 04 26 79 00 70 - <http://www.essentiel-de-lavande.com>

**LA ROCHE SAINT SECRET** – Club Tricot

🕒 16h30

📍 Le Préau – 65 Le Péage

. Le coin café se transforme en vivier créatif chaque premier samedi du mois. Point mousse, point de riz ou crochet, pour tous niveaux et techniques !

€ Gratuit

### Tous les dimanches

**SOUSPIERRE** - Danse du Dimanche

🕒 14h à 18h -

📍 18 route de Dieulefit

. L'association Ma Place Ma Danse vous propose des séances de danse les dimanches

€ Tarif unique : 45 € (Tarif pour 3 ateliers 120€ Tarif pour 5 ateliers 200€).

. Ma place ma danse

☎ 06 08 46 33 26 -

**DIEULEFIT** - Café Tricot

🕒 14h30 à 16h30

📍 Tiers-Lieu du Parc – 51, Rue des Reymonds

. Sophie Mottez vous propose de passer un agréable moment en tricotant ou crochétant autour d'un café, thé et sucreries. Pour les novices elle viendra avec du matériel.

€ Gratuit

☎ 04 75 53 36 84

[www.dieulefit-tourisme.com](http://www.dieulefit-tourisme.com)

**LA BEGUDE DE MAZENC** - Ateliers du dimanche

🕒 9h ou 14h

📍 Pôle Santé

Atelier des 5 saisons - Chant intuitif - Atelier Butô  
26/11, 10/12, 28/01, 18/02, 17/3, 14/04, 20/05 et 1/06

€ 35 €, l'atelier, 45 € la journée, 360 € 9 ateliers

☎ Marion Berger. 06 95 46 41 33. Sur inscription

### Printemps

**SALETTES** - Stages paysages / Nadine Nacinovic

📍 435 Chemin des Dames

. Cours / Stages de peinture avec Nadine Nacinovic  
Atelier de peinture de 80m<sup>2</sup> à "la Ferme des Dames" à Salettes.

Dès le printemps stages Paysages / 3 jours à l'acrylique / 230€

Matériel inclus / Professionnel et débutant , se renseigner.

€ Stage mensuel Mercredi / la journée 50€

Matériel inclus / 9h30 / 17h30

Week end / 150 euros Matériel inclus Samedi 13h / 19h et Dimanche 9h30 / 17h30

Stage paysage / 3 jours Matériel inclus / 230€ Dès le printemps jusqu'en Septembre.

. Galerie / Atelier de Peinture de Nadine Nacinovic

☎ 06 75 11 05 99 -

<https://www.nacinovicnadine.com>

OT Bourdeaux: 04 75 53 35 90