



Carnet de voyage Portofino et le golfe de Tigullio Carnet de croquis sur la riviera ligure

du 25 au 30 mai 2020

Stage animé par Cécile Filliette, auteur de Carnets de Voyages à créer soi-même (éditions Dessain et Tolra) et animatrice d'ateliers depuis plus de 25 ans.

*«Réaliser un carnet de voyage, c'est poser du fini sur l'infini,
de l'ampleur sur le minuscule, du sacré sur le profane
et de l'amour sur l'indifférence »*

ATELIER MÉTAFORME
11, rue des Haies - 75020 PARIS
www.atelier-metaforme.com

almafilliette@gmail.com / 01 43 79 63 35 / 06 62 25 63 35

À PROPOS DE...

Cécile Alma Filliette, formée aux Beaux-Arts, et diplômée de l'ESAAE, artiste-peintre et carnettiste depuis 40 ans. Elle anime des ateliers et des stages de carnet de voyage en France et à l'étranger depuis plus de 25 ans dans le cadre de l'association Métaforme dont elle est la fondatrice.



Parallèlement elle a poursuivi une large recherche dans le domaine de la pédagogie et de la pratique artistique et particulièrement du carnet de voyage.

Depuis 2011 elle propose des formations à l'animation d'atelier de peinture créative et de

De nombreux stages partout le monde :
- Europe : Grèce et Crète, Italie (Toscane et Ombrie) et Belgique
- Afrique du nord : Maroc, Tunisie, Egypte, Sénégal
- Amérique du sud : Pérou, Guatemala.
- Asie : Inde, Thaïlande, Laos, Bali, Chine, Cambodge
En France : la Drôme, Ardèche, Bretagne nord et sud, Normandie, Pyrénées Orientales, Île de Ré, Gers, etc...

carnet de voyage à toutes personnes souhaitant devenir pédagogue en la matière.

Sa pédagogie s'oriente vers des propositions ludiques à la portée de tous, où chacun est amené à découvrir l'Enfant-créateur en lui et accède rapidement à un savoir faire.



Membre du collectif « Les Carnettistes Tribulants »

Elle a participé aux ouvrages « Banlieues Nomades » (Ed. Alternatives, 2005) et « Les Vieux » (en 2009).

Membre du collectif « Les Toiles filantes » : elle a participé à l'ouvrage « Voyage dans nos carnets, Le Puy-de-Dôme vu par 17 artistes » (ed. Revoir, 2007).

Elle intervient régulièrement auprès

de médiathèques, bibliothèque, milieu scolaire et comités d'entreprises pour des ateliers d'initiation au carnet de voyage depuis 2002.

ATELIER MÉTAFORME
11, rue des Haies - 75020 PARIS
www.atelier-metaforme.com

almafilliette@gmail.com / 01 43 79 63 35 / 06 62 25 63 35

PLANTER LE DÉCOR

A 613m d'altitude au-dessus du célèbre golfe de Tigullio et de ses stations balnéaires renommées, se cache le sanctuaire de Montallegro.

La Vierge, en apparaissant à un berger en ces lieux reculés et inaccessibles, ne facilita pas la tâche aux autochtones pour l'édification de leur sanctuaire, ni pour le percement d'une route de montagne qu'il faudrait attendre encore 3 siècles.

On montait donc à pied jusqu'à ce sommet du Monte Rosa où elle venait d'élire domicile, dominant au nord la riche vallée du Lavagna.

On oublie qu'elle avait choisi de faire étape sur une de ces nombreuses routes du sel qui reliait le littoral à l'arrière-pays montagneux de la Ligurie et au Piémont limitrophe.

Aujourd'hui, le sanctuaire de Montallegro reste le jardin secret des habitants de Rapallo. On y vient en famille le dimanche, davantage pour faire bonne chair avec une vue imprenable sur la presqu'île de Portofino, que pour vénérer la Vierge du miracle...

Sur le balcon de Montallegro se cache une vieille auberge de pèlerins réputée pour sa cuisine. Le patron ne quitterait ce lieu magique pour rien au monde... On y accède par la voie des airs, en ... téléphérique.

L'air y est frais et pur. Le soir, la côte s'illumine sous nos yeux, les yachts et voiliers dansent sur la mer en un étrange ballet. Et parfois, les feux d'artifice font pleuvoir sur la mer des gerbes multicolores...

Les contemplatifs se régaleront de cette pergola accrochée sur la montagne, les gourmands seront rassasiés.

Une semaine sans voiture, entre mer et montagne, sur la ligne de partage des eaux entre Piémont et Ligurie, à la découverte des plus beaux sites de la Riviera du Levant.



Chaque jour nous nous arrêterons pour de courtes séances ou des pauses plus longues, et ce sera chaque fois l'occasion d'évoluer dans les différents aspects de la technique et de l'expression en atelier et sur le motif. Nous explorerons toutes les techniques inhérentes à la réalisation d'un carnet de voyage : aquarelle, dessin, écriture, collage de nos cueillettes, composition des pages...

Programme:

JOUR 1

- pour ceux qui viennent de France : Trajet Aller Aix en Provence

ou Accueil à Nice Aéroport et Aéroport de Gênes (détails de l'horaire selon vos arrivées)

Transfert en minibus pour Rapallo (5h).

Visite du petit village de Cervo (parmi les plus beaux villages d'Italie)

Arrivée à Montallegro en fin de journée (vers 18h).

Installation à l'auberge du pèlerin pour 6 nuits.

Soirée et nuit à Montallegro (613m).

- pour ceux qui viennent d'Elbe (dont moi !) : Nous passerons 24h à Pise

Toute cette logistique de voyage est à ajuster selon vos lieux de départs et d'arrivée

JOUR 2 : LA PRESQU'ÎLE DE PORTOFINO

De renommée internationale, la petite « piazzetta » où les stars ont l'habitude de venir n'est plus à présenter. Les yachts font partie du paysage, et les boutiques de luxe s'alignent sur le port, collées les unes aux autres. Mais Portofino conserve malgré tout un charme fou, parce qu'il n'a jamais cédé à la tentation de la démesure. Il reste un petit village posé au fond d'une crique aux eaux émeraude.

MA : Descente en funiculaire, et bus pour Santa Margherita Ligure. Promenade au départ de la ville vers les collines de la presqu'île de Portofino, classé parc naturel. C'est un monde à part qui ignore la voiture, où les hameaux ont conservé leur organisation médiévale, entre jardins et potagers, moulins et vergers... où le temps s'est arrêté. Pique-nique et Atelier en chemin près d'un ancien moulin à eau (1h)

AM : Poursuite de la promenade jusqu'à Portofino, perle de la Ligurie. Atelier dans Portofino (2h) Bus pour Santa Margherita et Rapallo. Retour en funiculaire (15 min).

Nuit à Montallegro (2).



JOUR 3 : LE CHEMIN DE CHIAVARI

Les pèlerins de Chiavari cheminaient plus longtemps sur les crêtes avant d'arriver au sanctuaire. Le chemin de la descente permet donc d'admirer à volonté le golfe de Tigullio avant d'entreprendre la descente sur la cité et son port de plaisance.

Pique-nique panoramique et atelier croquis près d'une chapelle en cours de promenade.

Arrivée à Chiavari et transfert en bus de ligne pour le charmant village de Sestri Levante, petit paradis balnéaire avant la saison estivale.

Promenade dans Sestri Levante l'après-midi. Baignade possible.

Atelier croquis dans la petite cité balnéaire, bordée par deux mers.

Retour en train, puis en funiculaire en fin d'après-midi.

Nuit à Montallegro (3).

JOUR 4 : SAN FRUTTUOSO ET PORTOFINO

Caché dans la dernière crique du cap et protégé de la mer dans son anse naturelle, le monastère de San Fruttuoso est un havre de paix posé au bord de l'eau, et révèle une nature encore sauvage et préservée.

Quant à Portofino, sa réputation n'est plus à faire. La perle de la Ligurie réunit tout le gratin du showbiz et de la haute couture italienne.

MA : Descente en funiculaire, et bateau pour San Fruttuoso (1h30).

Visite de l'abbaye bénédictine de San Fruttuoso, qui abrite la chapelle funéraire des Doria de Gênes.

Atelier croquis dans l'abbaye

AM : Bateau pour Portofino.

Petite randonnée facile jusqu'au phare, à l'extrémité de la presqu'île, et déambulation sur le port animé. Atelier croquis sur le port

Retour en bateau pour Rapallo.

Nuit à Montallegro (4).



JOUR 5 : SANTA MARGHERITA LIGURE ET RAPALLO

Ce sont les deux stations phares de la Riviera du Levant, qui connurent leur heure de gloire à la fin du XIXème siècle avec l'arrivée des riches génois en villégiature estivale. Rien n'a vraiment changé depuis... il flotte dans cette succession de grands hôtels et ses villas éclectiques une ambiance Belle Epoque. Sur les collines qui enserrant la ville, les villas les plus folles résistent aux assauts du temps dans des parcs luxuriants étagés vers la mer.

MA : Matinée dans Santa Margherita Ligure, une des premières stations balnéaires de la Riviera. Atelier dans le parc de la villa Durazzo (2h)

AM : Bus pour Rapallo

Rapallo est à la Riviera italienne ce que Nice est à la Riviera française. Elle a sa promenade, son marché aux fleurs, ses façades colorées, et ses restaurants typiques... Atelier dans la vieille ville (2h) Retour en train puis en funiculaire, ou à pied, à Montallegro.

Atelier devant le sanctuaire (2h)

Nuit à Montallegro (5).

JOUR 6 : DOLCEACQUA ET RETOUR

Départ de Montallegro à 9h30.

Arrêt à Dolceacqua, dans la vallée de la Nervia, pour la pause de midi.

Arrivée à NICE vers 16h.



COÛT DU VOYAGE

9 pers : 755€

10 pers : 725€

11 pers : 695€

12 pers : 675€

COÛT DE L'ANIMATION

50€ par jour sur une base de 5 jours,
à raison de 8h/jour, soit un total de :
250€

Le prix comprend :

- le voyage Aller/retour en minibus
 - Les transferts en minibus sur place
 - la pension complète (repas de midi sous forme de pique-nique)
 - l'encadrement du voyage
 - les taxes de séjour
 - les boissons des repas
- et de façon générale toutes les prestations indiquées dans le programme

Le prix ne comprend pas :

- les trajets mentionnés avec des transports locaux : train, bus, bateaux et funiculaire (Prévoir environ 50€ en espèces)
 - l'assurance annulation (3,5% du prix du séjour)
- Prévoir environ 50€ en espèces pour la semaine, et de l'argent de poche (en espèces) pour vos dépenses personnelles.





HEBERGEMENT

Nuits 1 à 6 : RAPALLO

Ancienne auberge de pelerins hors du temps (adresse communiquée à l'inscription)

Hébergement : Pension complète(chambres de 2 lits)

possibilité de chambre individuelle

TRANSPORT

- pour ceux qui viennent de France : Trajet Aller Aix en Provence

ou Accueil à Nice Aéroport et Aéroport de Gênes (détails de l'horaire selon vos arrivées)

Transfert en minibus pour Rapallo (5h).

Visite du petit village de Cervo (parmi les plus beaux villages d'Italie)

Arrivée à Montallegro en fin de journée (vers 18h).

Installation à l'auberge du pèlerin pour 6 nuits.

Soirée et nuit à Montallegro (613m).

- pour ceux qui viennent d'Elbe (dont moi !) : Nous passerons 24h à Pise

Toute cette logistique de voyage est à ajuster selon vos lieux de départs et d'arrivée

Pour plus de précisions, veuillez contacter :

AGENCE Voyages Occitanies

Tel : 04 94 80 56 84

Mobile : 06 87 06 30 84

voyages@occitanies.fr

INSCRIPTION À L'ANIMATION

Me signaler votre inscription dès que votre décision est prise, les places étant limitées à 10 personnes.

M'envoyer le formulaire ci-joint complété avec :

- Un chèque d'acompte à l'animation de 150€
à l'adresse suivante :

Cécile Filliette / 11 rue des haies 75020 Paris

En cas de désistement 50% (125€) des arrhes seront retenus à plus de 40 jours avant le début du stage, la totalité des arrhes (250€) à moins de 40 jours du début du stage, l'adhésion à l'association ne vous sera rendue pas.

INSCRIPTION AUPRÈS DE L'AGENCE

Contact / inscriptions :

Agence VOYAGE OCCITANIES - RIANs (tel/fax : 04.94.80.56.84 - email : voyages@occitanies.fr)

150 € à l'inscription, solde à 1 mois du départ. Chèque à l'ordre de « les 4 chemins » ou virement.

Paiement de l'acompte par CB sur demande, via le site sécurisé de Payplug.



ASSOCIATION MÉTAFORME
11, rue des Haies – 75020 PARIS
www.atelier-metaforme.com

almafilliette@gmail.com / 01 43 79 63 35 / 06 62 25 63 35



MATERIEL À EMPORTER

Traces et couleurs

Une seule boîte d'aquarelles en godets (Ni trop grosse, ni trop lourde, petit format et boîtier en plastique par exemple).

Il n'est pas nécessaire d'avoir beaucoup de couleurs, nous apprendrons à les fabriquer sur place, mais vous pouvez y ajouter quelques couleurs qui vous semblent particulièrement adaptées à la région ou au pays...

- Gouache et ou acrylique blanche (en tube ou petit pot).
- Petite boîte de pastels gras de basse qualité, une mine de plomb et petit morceau de bougie pour faire des empreintes.
- Eventuellement : crayons de couleurs aquarellables, encres de couleurs, brou de noix et un feutre pinceaux (cartouche rechargeable) de la marque Pentel.

Supports

Un seul, un vrai carnet de voyage relié et non à spirales

(L'unité de temps et d'espace des pièces shakespeare!) et non pas des blocs d'aquarelle à spirales (même quand il est écrit dessus «carnet de voyage», c'est un truc pour le vendre!!).

Format de votre choix (A5, A4 ou carré, grain minimum : 140g)

OU : support libre à relier au retour de différents papiers : canson de 180g ou 220g blanc ou/et couleur, aquarelle, calque neutre et/ou couleur, kraft ou tout autre papier de votre goût (avec une planche et des pinces ou un carton à dessin 24/32cm).

De bonnes marques :

- Le FABRIANO «venezia book» 200gr format 15/23 ou autre si vous trouvez (par internet).
 - Les Senneliers, on ne peut pas se tromper...
 - Les Boesner non plus! Vous en profiterez pour y acheter la règle pliante super en plastique.
 - Moleskine en papier aquarelle (ouvrir pour vérifier s'il le faut) et non le «moulin du coq» qui fait semblant, le papier est infame!!
 - Daler Rowney, les carnets minces (coût de 2 à 3€ la pièce) en A4 ou A5, 160gr, en prendre plusieurs à assembler.
- Mon conseil* : tester votre carnet avant de partir, car le papier peut vous jouer des tours !
- Quelques feuilles de brouillon (et papier machine pour empreintes).

Sans oublier...

- Pinceaux et brosses (n° 14 à 18, en matière synthétique conseillé) ou tout autre pinceau selon votre budget, le pinceaux d'eau par exemple. Evitez le pinceau d'aquarelle traditionnel et couteux
 - Ciseaux, cutter (à mettre impérativement dans vos bagages allant en soute dans l'avion !)
 - En plus : crayon, gomme, chiffon, éponge, colle, post-it pour prise de note dans les pages, etc.
 - Un pot hermétique pour l'eau et sa bouteille ! (Il existe des pots d'encre que l'on agrafe au carnet).
 - Un petit tabouret pliant (à tester avant d'acheter, je vous conseille ni trop haut, ni trop lourd : c'est vous qui le portez !).
- Par exemple : pliant de pêcheur, de camping, de plage...
- Eventuellement un tissu (ex. paréo) pour s'asseoir

Quelques idées de trousseau !

À ne pas oublier dans vos bagages personnels...

- Vos médicaments si vous êtes sous un traitement.
- Quelques doses d'arnica (homéopathie) et éventuellement de l'alcool de menthe pour nos voyages chaotiques... bouilles-quiès !
- Coupe-vent (genre K-way).
- Lunettes de soleil, crème protectrice et chapeau (et Biafine si vous avez oublié tout ça).
- Maillot de bain
- Chaussures confortables
- De la documentation (guide, roman, images...) sur le pays ou la région.
- Bas de contention pour l'avion



BULLETIN D'INSCRIPTION

PRÉNOM

NOM

E-MAIL

ADRESSE

TÉLÈPHONE

Je m'inscris au stagequi aura lieu duau

Je joins à ce bulletin d'inscription un chèque d'arrhes de 150€ à l'ordre de :

Cécile Filliette, 11 rue des Haies 75020 Paris

JE SOUSSIGNÉ(E),

Déclare dégager de toutes responsabilités en cas d'accident de quelque nature que ce soit ou de dommages sans aucunes exceptions ni réserves, causé dans le cadre du stage organisé par l'atelier Métaforme duau à

Je déclare sur l'honneur avoir l'aptitude physique de participer à ce stage.

.....

FAIT À

LE

SIGNATURE

Précédée de la mention « lu et approuvé »