

LE HAÏKU, L'ART JAPONAIS DE SAISIR L'INSTANT

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Titre	Le haïku, l'art japonais de saisir l'instant
En bref	Atelier en forêt autour du haïku : observer la nature, capter l'instant et écrire un poème bref inspiré des saisons et du lieu.
Descriptif de l'activité	En compagnie de Masumi Mizoguchi, découvrir l'art du haïku, poème très court intimement lié aux saisons et à la nature, qui saisit en quelques mots une sensation ou un détail du paysage et invite à aller à l'essentiel. Débuter l'activité par la découverte de haïkus issus de l'exposition MORI, invitant au pèlerinage intérieur, puis prendre un temps pour écouter, observer et percevoir la forêt, avant de créer des haïkus inspirés par la saison et l'instant présent.
Dates	Les Avants : Samedi 19 septembre 2026
Horaire	9h15 – 12h00
Lieux du rendez-vous	Gare des Avants
Lieux de l'activité	Les Avants, sentier des Narcisses
Programme indicatif	<p>9h15 : Accueil des participants à la gare des Avants. Montée en funiculaire avec le groupe pour rejoindre Sonloup (billet du funiculaire à la charge des participants)</p> <p>Début du sentier des Narcisses, avec une mise en contexte à partir de haïkus réalisés dans le cadre de l'exposition MORI</p> <p>9h45 : Observation et exploration de la forêt le long du sentier, écriture de haïkus</p> <p>11h15 : Lecture des poèmes et moment de partage</p> <p>12h : Retour à la gare des Avants</p>
Matériel à prendre avec soi	<ul style="list-style-type: none"> • Habits adaptés à la météo • Un carnet • Un stylo
Sécurité	Le participant doit annoncer ses éventuels problèmes de santé et prendre avec lui ses médicaments.
Participants	Dès 10 ans
Nombres (min. – max.)	Minimum 5 personnes, maximum 12 personnes
Niveau	Marche sur sentier balisé, marche effective 2h (env. 5 km de marche / Dénivelé négatif 250m)
Accessibilité universelle	Activité adaptée aux personnes avec déficience intellectuelle. L'activité n'est pas adaptée à un public en fauteuil roulant.
Autres informations	Les participants conservent l'ensemble de leurs droits d'auteur sur les haïkus créés durant l'atelier. Ils autorisent toutefois le Parc à utiliser, reproduire et diffuser ces créations dans le

cadre de ses actions de communication (dépliants, site internet, réseaux sociaux, etc.), en mentionnant systématiquement le nom de l'auteur.

TRANSPORTS ET ACCÈS

Accès voiture et transports publics Rendez-vous à la gare des Avants. Parking sur place. Accès en transports publics, arrêt les Avants, gare.

Horaires des transports publics

Aller

Montbovon – Les Avants

08h23 – 08h47

Montreux – Les Avants

08h43 – 09h08

Retour

Les Avants – Montbovon

12h10 – 12h44

Les Avants – Montreux

12h47 – 13h16

Attention : les horaires sont donnés ici à titre indicatif et sont susceptibles de changer en cours d'année. Horaires à jour sur www.cff.ch

Covoiturage

Covoiturage possible, réservation obligatoire lors de l'inscription

Contact : inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch – 026 924 23 33

TARIFS

Tarif de base

Dès 10 ans, activité gratuite

Pique-nique

En option : CHF 15.00

Un pique-nique composé de produits labellisés *Produits des parcs suisses* peut être commandé et dégusté lors d'une activité Parc ou pour toute autre occasion.

- 80g de Gruyère AOP* ou L'Étivaz AOP*, 80g d'un deuxième fromage*, une carotte suisse de préférence bio, deux ballons de pain, un fruit suisse de préférence bio et une douceur régionale.

*produits labellisés *Produits des parcs suisses*

CONDITIONS ET TERMES DE L'ACTIVITÉ

Inscription

Inscription obligatoire : inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

+41 (0)26 924 23 33

Dernier délai d'inscription : l'avant-veille à midi

Confirmation

La réservation est considérée comme définitive dès la réception de l'inscription. La réservation est confirmée par courriel ou par courrier.

Annulation

En cas d'inscriptions insuffisantes (nombre minimum de participants non atteint), de mauvaises conditions météorologiques ou pour une raison échappant à ses responsabilités, le Parc se réserve le droit d'annuler l'activité.

En cas d'annulation de l'activité par le Parc, les participants seront informés par téléphone ou par courriel dans les plus brefs délais. Il est évident que les sommes avancées (y compris réservation d'un hôtel ou achat d'un pique-nique) seront remboursées ou pourront servir à l'achat d'une autre activité.

Les conditions d'annulation par les participants sont intégrées aux Conditions générales de vente du Parc. Elles sont envoyées en même temps que la confirmation d'inscription et constituent une partie intégrante des termes et conditions de cette activité. Dès la confirmation de la réservation, elles sont réputées connues et acceptées.

Les conditions générales de vente sont disponibles sur le site internet du Parc :

www.gruyerepaysdenhaut.ch/fr/conditions-generales-de-vente



Assurances

Tout participant doit être assuré pour les accidents non professionnels.