

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nous vous remercions de vous inscrire de préférence en ligne avant le **vendredi 26 septembre 2025**

Par **INTERNET**

<https://forms.gle/kXfj2smaWa6A8Xhd8>

ou QR Code



ou <https://www.cahorsvalleedulot.com/1000mains>
ou www.facebook.com/1000mainsalapate

Par ce **BULLETIN PAPIER**

A déposer à l'Office de Tourisme de Lalbenque 05 65 31 50 08
ou à l'Office de Tourisme de Limogne 05 65 24 34 28

Mr, Mme

Individuel

Groupe : Nom du groupe :
Nombre de personnes :
(merci de joindre une liste nominative des participants avec adresse mail et/ou tél)

Adresse

Tél : Mail :

Souhaite intervenir sur la zone

VARAIRE BACH INDIFFÉRENT

Possède une expérience dans les domaines suivants :

Construction de murets Débroussaillage

.....
Tout participant autorise les organisateurs à utiliser les images sur lesquelles il pourrait apparaître à l'occasion de la manifestation.



1000 mains à la pâte

L'association remercie ses généreux donateurs dont vous retrouverez la liste le samedi 4 Octobre 2025.



SAMEDI 4 OCTOBRE

VALORISATION

DU CHEMIN DE SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE

10^{ème}
Édition
2025



Crédit Photos : © 1000 mains à la pâte Conception & réalisation : Caroline Tremesaygues, Graphiste - 2025 - Impression :

ZONES

VARAIRE - BACH

Exceptionnellement, en raison du programme de la 10^{ème} édition
les travaux se feront uniquement sur les zones de Varaire et Bach

Inscription indispensable avant le vendredi 26 septembre 2025

Renseignement : contact@1000mains.org



OCTOBRE 2025 : 10^{ème} ÉDITION

Cette année, l'édition de ce samedi 4 octobre 2025 marque une étape symbolique : celle de la 10^{ème} édition. Aussi, d'autres évènements viennent compléter cette édition spéciale :

Vendredi 26 Septembre

Soirée conférences à la Halle de LALBENQUE à 20h30 :

« **Un chemin, une pierre, trois regards** »

avec : Quentin VAUTRIN, conservateur de la réserve géologique du LOT, parlera de géologie ;

Vincent CAUSSANEL, artisan maçonnerie de pierre, racontera le savoir-faire lié à cette technique particulière;

Clémence PAYROT, directrice de l'Office de Tourisme de Cahors-Vallée du Lot, abordera l'attractivité touristique du GR65.

Vendredi 03 Octobre

À 20h30 à la Halle de LIMOGNE :

projection avec Ciné Lot du film « Compostelle, le chemin de la vie » de 2015 de Freddy MOUCHARD (entrée payante).

Samedi 04 Octobre

Ne sera pas une journée comme les autres. Ce sera bien plus qu'un chantier.

Ce sera le 10^{ème} chapitre d'une histoire collective, commencée il y a dix ans avec quelques outils, beaucoup de bonne volonté, et une idée simple : remettre en vie un chemin, pierre par pierre, main dans la main.

PROGRAMME DU SAMEDI 04 OCTOBRE

Prévoyez des vêtements de travail, des gants, de bonnes chaussures, des boissons et votre pique-nique, ainsi que l'outillage tel que sécateur, pioche, tronçonneuse, débroussailleuse, tête de maçon, seaux ...

8 h 30 Rendez-vous à la salle des fêtes de Varaire, pour l'accueil des participants, le café d'accueil et la répartition des équipes.

9 h Déploiement des équipes sur les différents sites

12 h 30 Pique-nique tiré du sac, sur place, puis reprise des travaux

16 h Regroupement à la salle des fêtes de VARAIRE
Balade musicale, pose d'une pierre inaugurale

17 h 30 Après les prises de paroles des élus et bénévoles, animations en musique (frise des 1000 Mains, expo photos et Livre d'Or), fin de journée autour d'un buffet partagé dans une ambiance festive.

10 BONNES RAISONS DE PARTICIPER À NOTRE 10^{ème} ÉDITION

- 1** C'est une édition spéciale, on ne fête pas 10 ans tous les jours !
- 2** C'est ouvert à tous, petits et grands.
Aucun prérequis : juste l'envie de faire ensemble.
- 3** Redonner vie aux murets, c'est aussi reconstruire du lien humain.
- 4** Ce qu'on restaure ici a une valeur universelle. Le chemin de Compostelle et la pierre sèche sont classés au patrimoine mondial de l'UNESCO.
- 5** On apprend en faisant. Monter un mur en pierre sèche, c'est simple, gratifiant, et transmis avec bienveillance.
- 6** 1000 mains valent mieux qu'une seule.
- 7** Travailler ensemble sur le GR65, ça crée des liens.
On ne vient pas juste "donner un coup de main" : on participe à une aventure humaine.
- 8** Contribuer à une œuvre visible, utile, durable.
Les murs que vous aiderez à valoriser seront là demain. Et longtemps après.
Après l'effort, il y a le réconfort... et les bons produits locaux !
- 9** Ambiance conviviale et musicale garantie autour du buffet de fin de journée offert aux participants.
- 10** On repart avec des souvenirs plein la tête...
Pour cette 10^{ème} édition, on veut que ce soit plus beau, plus fort, plus vivant que jamais.



Toutes les mains seront encore les bienvenues **le 4 Octobre**
pour que vivent encore les 1000 mains !!!

Merci de votre participation. (inscription indispensable)