



**Une proposition collective pour une écologie
concrète, solidaire et vivante**

La nature pour tous.tes

**Le Fray : un lieu inclusif d'accueil, de répit
et d'expérimentation sociale en pleine nature**



À 720 mètres d'altitude, niché dans la forêt de **Haut-du-Them-Château-Lambert (70)**, au cœur du **Parc naturel régional des Ballons des Vosges**, se situe l'ancienne maison forestière dite le « Refuge du Fray ». Ce lieu bénéficie d'un environnement riche en savoirs et en partenariats : au village, le **musée de la Montagne** et l'**Espace Nature Culture** rassemble les équipes de la **réserve naturelle des Ballons comtois** et de la **Maison de la Nature des Vosges saônoises**, acteurs de référence dans la valorisation et la préservation de l'héritage naturel et culturel local.

Un projet innovant...

Isolé, **sans eau courante ni électricité**, ce lieu rare est une **respiration hors du monde connecté**:

- Un **refuge au sens profond du terme** : celui où l'on se **ressource**, où l'on apprend à **vivre autrement, ensemble et simplement**.
- Un lieu de **transmission des savoirs de la vie rurale en moyenne montagne**.
- Dans une démarche d'**écotourisme solidaire** ouverte à tous.tes – personnes vulnérables comme randonneurs (à pied, vélo ou cheval).

...Porté par une coopérative d'intérêt collectif.

La SCIC Un Pas de Côté a une **activité durable** visant l'**intérêt général et l'utilité sociale**. Servir son territoire et ses habitants passe avant les profits.

Les fondateurs, Mélanie Pinot et Marcellin Grandjean ont une **expérience solide d'immersion en nature et d'intervention dans le champ médico-social**.

Une écologie concrète, sobre et joyeuse.

Chaque séjour permet de réapprendre les **gestes essentiels de la vie quotidienne** : fendre son bois, chercher l'eau, fabriquer un bol, cuisiner ensemble, cuir son pain au levain dans l'ancien four, marcher, observer, écouter, créer.

Un lieu de mémoire vivante.

Le Refuge du Fray porte l'**histoire collective d'une vie forestière simple et ancrée dans le territoire**. Nous préservons **cette héritage rurale** en faisant **vivre les savoirs-faire d'autrefois, outils d'inclusion et de transmission**.

Un lieu d'apprentissage par la nature et l'aventure: qu'est ce que l'IAPNA, Intervention et Accompagnement par la Nature et l'Aventure?

Nous créons un **espace de liberté** en vivant une expérience d'**aventure**:

- **en nature,**
- **en groupe,**
- **où une attention particulière est donnée aux relations interpersonnelles.** Le partage d'une communication attentive basée sur l'écoute et la reconnaissance mutuelles peut également déstabiliser et surprendre.

La **rupture avec le quotidien et la perte de repères habituels** poussent à «se dépasser» et d'aller mobiliser des ressources oubliées ou inconnues. **L'estime de soi, les relations, le bien être psychique et émotionnel sont impactés.**

Nous nous inspirons des pratiques québécoises (Rojo et Bergeron) et des associations Belge (d'Une cime à l'autre) et Française (En passant par la montagne).

Le contenu du projet est co-construit ensemble. il s'articule autour des besoins exprimés.

L'expérience est ajustée pour permettre de **sortir de sa zone de confort sans se mettre en danger physiquement, émotionnellement et affectivement** (logique de zone proximale de développement).



Contact:

Mélanie Pinot - Travailleuse sociale et co-fondatrice.

Tel: 06.82.41.82.24.- Mail: melanie@coop-unpasdecote.fr

www.refugedufray.fr - www.coop-unpasdecote.earth

**SCIC UN PAS DE COTE - Maison forestière du Fray, 2200 Le Fray,
70440 HAUT-DU-THEM-CHATEAU-LAMBERT**

Code NAF (APE) 6820B- N° RCS Gray-Vesoul B 915 001 143- SAS au capital social de 0 €-
Siret : 91500114300014- N° TVA FR5391500114