



Belgique – België
P.P. – P.B.
5570 – BEAURAING
BC6183

<http://www.handi-rando.com>

Nature,

Si ton accessibilité m'était contée...

Numéro 3/2007
3^{ième} trimestre 2007

Editeur responsable :
Bernard Legrand
Noûri Cortil, 15
5020 – CHAMPION
P304116

Bureau postal de dépôt :
5570 - BEAURAING

SOMMAIRE

Sommaire et Coin du secrétariat

Editorial : Lettre du Président

A. Struvay 1

Rappels : La Cotisation & Le Formulaire d'Aptitude physique

1

13 mai 2007 : un Bocq, garçons...

2-3

Chroniques de la MESA 2007

4-5

Au revoir, Véronique

Handi-Rando 6

La Nouvelle Joëlette et ses pilotes

B. Legrand 7-8

Espace Qu'Handi-Randonneurs

9-10

Huccorgne

C. Duvivier 12-13

Mullerthal – Echternach

Laurianne T. 14-15

A la Découverte de la petite Suisse luxembourgeoise

Monika et Andrée G. 15

Opération Accessibilité Nature : Prouvy

16-18

A propos des héros de l'ombre...

Mireille Maquoi 19

Beau Vélo de RAVEL – Qui suis-je ?

T. B. – D.P. 20

Les Membres du C.A.

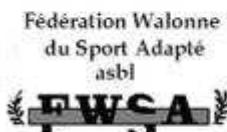
Programme Handi-Rando 2007

Remerciements :

La parution de ce bulletin ainsi que les activités qui y sont présentées sont rendues possibles grâce aux aides reçues par les institutions suivantes que nous remercions très sincèrement en votre nom à tous :

La Direction Générale Régionale de la Nature et de l'Environnement.

Le Ministère des Affaires sociales et de la Santé de la Région Wallonne et de la Région Germanophone.



Merci à nos généreux donateurs

Le Ladies Circle du "Inner Wheel Namur Confluent" a versé 2.000 Euros de don au compte de notre Handi-rando asbl. Merci également à ces Dames de nous avoir accompagnés et d'avoir participé à notre activité Handi-Rando à Purnode le 13 mai dernier.

Le 12 septembre, nous avons reçu une **quinzième joëlette**, un don de la **Fondation Regout**.

Le dimanche 23 septembre à 15 heures à la ferme Jacobs, sera remis à l'association Handi-Rando le **don d'André VanHulst et de son épouse Anne-Marie**.

Pierre Renault nous remettra les **dons** qui ont été versés **en mémoire de Véronique**. Elle avait exprimé le vœu que pour ses funérailles l'on ne dépose pas de fleurs mais que l'on offre des dons à deux associations dont Handi-Rando.

N'oubliez pas de signaler à l'asbl toutes vos **coordonnées** et leur changement éventuel (nom, prénom, adresse, numéro de téléphone, courriel...).

Notre A. S. B. L. est à l'écoute de toute **suggestion et critique constructive** pour en préserver l'harmonie, la faire évoluer et satisfaire tous ses membres.

Bernard Legrand 081/21.11.45

Noûri Cortil, 15 – 5020 – CHAMPION – bernard@handi-rando.com





Chères amies, chers amis,

Camarades qui, par monts et par vaux, me promenez ; je vous dis merci. Merci pour cette possibilité donnée aux PMR d'aller dans la nature confortablement assis sur une joëlette.

Elle a été conçue en France et introduite en Belgique par les Mutualités Chrétiennes de Spa. Handi-Rando prend ensuite le relais. Au fil des ans, cet engin original séduit diverses associations, d'abord dans le Namurois puis ce printemps en Tournaisis et cet été au Grand Duché. Sur demande, Handi-Rando initie les acquéreurs : montage, démontage et conduite du véhicule.

Nous étions une cinquantaine à Mozet pour fêter le cinquième anniversaire de notre ASBL. Par une splendide journée nous y avons levé notre verre à la santé de Jacques Eloy, notre Président d'Honneur au cours d'un convivial rendez-vous festif.

Le secrétaire me demande de vous rappeler qu'en cas d'accident, l'assurance ne couvre que les membres en règle de cotisation. Il me signale aussi qu'un certificat médical délivré à nos PMR étofferait le dossier de notre association dans ses rapports avec la FEMA.

Vous connaissez Laurianne et Thomas Thysebaert. Damien et Vincent les ont rejoints pour former un sympathique groupe de jeunes bénévoles pleins d'ardeur et d'enthousiasme. Côté PMR, il y a Mathieu qui a conçu et réalisé une journée d'activités pour nos membres. Bravo pour nous avoir prouvé que même handicapé l'on peut, si l'on en a la volonté, entreprendre des actions au profit des autres.

Que contiennent les pages suivantes ? Je ne le sais mais suis certain que une vous y découvrirez de l'humour, de belles photos et la description d'un site naturel digne de visite.

Je vous souhaite un bel automne riche en découvertes et j'espère que le soleil sera au rendez-vous lors de la balade à travers les cités Floréal et Le Logis, un coin calme de Watermael-Boitsfort.

Armand Struvay

RAPPEL A TOUS :

Cotisation : elle comprend la cotisation fédérale, l'assurance individuelle, l'envoi du bulletin trimestriel et la participation aux activités du calendrier annuel (hormis les frais de gîte)

Personne à Mobilité Réduite et sa famille : 25 €

Accompagnateur Actif ou Accompagnateur Sympathisant : 10 €

Compte bancaire : 142-0668034-20

ASBL HANDI-RANDO - 5020 CHAMPION

RAPPEL AUX PMR :

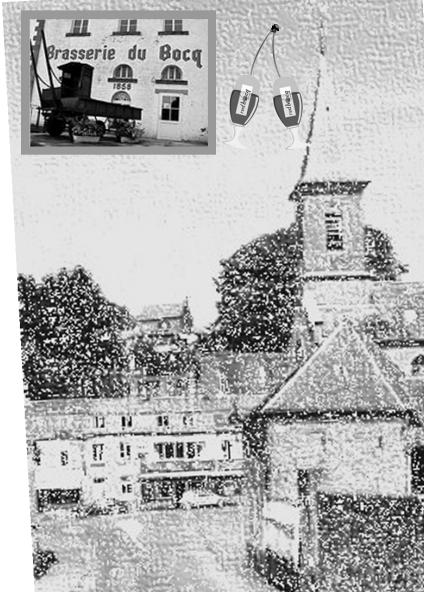
Il est impératif de remplir le certificat d'aptitude physique c'est-à-dire le **formulaire de la FEMA** (*vous le trouverez dans le trimestriel n°1 de 2007 ou demandez-en un exemplaire au secrétariat*) pour obtenir l'accord de la fédération. Comprenez que pour la **meilleure réussite** de nos Handi-Randonnées nous devons avoir connaissance des problèmes individuels de chaque PMR et que de ces certificats dépend l'octroi des subsides de l'Adeps. Soyez assurés de notre totale discrétion. Vos données seront archivées par un membre compétent du CA.

13 mai 2007 : UN BOCQ, GARCONS...

Purnode, un charmant village du Condroz namurois, connu pour sa brasserie, ses potales et ses coquettes maisons en pierres du pays.

Sa brasserie : on y embouteille annuellement plus de 6 millions de litres de bières, toutes spéciales. Sa fondation remonte en 1858, à l'époque où Martin Belot brassait la première bière du Bocq à la ferme du château d'Evrehailles, le hameau d'à côté.

Ses potales : le village en compte quelques unes dédiées à saint Roch et à saint Antoine. On est pieux dans la région, malgré la proximité de la brasserie.



Le but est de traverser le Bois de Lèche et le Bois du Sergent et de longer le Bocq avant d'atteindre l'ancienne gare de Durnal-Dorinne, puis de remonter vers le village de Purnode et son fier coq d'église qui nous nargue du haut de ses trente mètres. La tâche n'est pas trop rude, les accompagnants se relaient fréquemment autour des joëlettes et la randonnée se transforme rapidement en une agréable promenade au sein d'une nature verdoyante à souhait qui rappelle irrésistiblement ces quelques vers connus de Rimbaud. :

*C'est un trou de verdure où chante une rivière
Accrochant follement aux herbes des haillons
D'argent ; où le soleil, de la montagne fière,
Luit : c'est un petit val qui mousse de rayons.*

On n'y croise quasi personne, les lieux semblent peu connus du public. Il est vrai que les domaines privés y sont nombreux. Parfois, de-ci de-là, on observe des silhouettes accrochées aux rochers qui longent le parcours. Ce ne sont pas des cavernicoles mais de vaillants alpinistes qui s'exercent sur les parois de granit des anciennes carrières locales.

Le Bocq, en contrebas, nous offre trop rarement les charmes ruisselants de son cours ; il disparaît comme par enchantement sous la frondaison. Particulièrement sauvage dans cette zone, il ne se doute pas que, quelques kilomètres plus loin, il se jettera dans la Meuse, à Yvoir, et y perdra toutes ses illusions de pureté.



On distingue de temps à autre aussi l'ancienne ligne de chemin de fer qui partait de Ciney et rejoignait la vallée mosane. Elle n'est plus en activité industrielle aujourd'hui mais elle est toujours entretenue et fait le bonheur, en été, des touristes et des nostalgiques des tortillards d'antan.

Un pique-nique des plus agréables, non loin du Bocq frétillant, nous relance de plus belle sous un soleil qu'on n'avait pas prévu si généreux. Quelques solides raidillons encore et la troupe rejoint le patelin de la *Pernaude* – ce serait l'origine du nom du village... - où les gosiers assoiffés ne manqueront pas de se régaler en découvrant les spécialités locales...

Merci au bon Remacle, patron de cette accueillante paroisse, d'avoir protégé et bénit d'une sainte mousse notre joyeuse randonnée !

Michel Ducobu



Le GÂTE-BOIS (*Cossus cossus*), *Ver du Charpentier*, est un **papillon nocturne**, le plus grand de notre faune, se retrouve fréquemment le long des cours d'eau.

Sa vie d'imago est consacrée uniquement à la reproduction. **La larve**, une **chenille** de 100 mm, connue du temps des romains comme délicate friandise, se développe dans les troncs d'arbres où elle creuse des galeries.

A la mauvaise saison elle se confectionne un **cocon** qu'elle peut construire dans l'arbre dans lequel elle s'est développée ou "*partir en vadrouille*" à la recherche d'un site à sa convenance (*).

La chenille du gâte-bois est **xylophage** (**) et s'attaque au bois vivant. Vu la taille des chenilles, on imagine les dégâts l'arbre dépérît ou même pérît.

Moyens de lutte : très difficile, il est préférable de détruire les arbres touchés.



(*) Voilà donc le but de celle que Handi-Rando rencontra le long du Bocq !

(**) Une espèce animale qui se nourrit de bois est dite xylophage.

Pour plus d'informations : <http://fr.wikipedia.org>

<http://perso.orange.fr/insectes.net/cossus/gateb2.htm>

<http://www.univ-ubs.fr/ecologie/wlophages.html>



L'**iris des marais** (*Iris pseudacorus*, ou *Iris faux-Acore*, *Iris jaune ou flambe d'eau*) est une plante herbacée vivace.

Commune en Europe, elle vit en lieux humides ; fossés, mares, étangs, marécages, cours d'eau... toujours en eaux peu profondes.

Il est utilisé dans les systèmes de lagunage pour son pouvoir purifiant.

La fleur qui a inspiré l'emblème des rois de France, la fleur de lys, n'est pas une fleur de lys mais une fleur d'Iris pseudacorus.

Cette plante a été l'élément de nombreux faits de la grande et de la petite histoire. Un amoureux de l'Iris vous contera quelques anecdotes dans les prochains numéros... (à suivre)

Le samedi 4 août pour Handi-Rando, Marie-Françoise et Thierry ont encadré une **sortie à Marbehan** au bénéfice d'un centre de vacances de l'association des paralysés de Belgique (APB).

En 2002 ou 2003 Bernard, Marc et Jacques avaient déjà encadré ce groupe avec 2 Joëlettes. Cette fois c'est avec 6 Joëlettes qui nous avons réalisé 3 circuits pour 18 PMR. C'est une amie de Marie-Françoise (Régine) qui se consacre depuis 17 ans à ce séjour qui avait fait appel à nous et à tous ses copains et copines de Liège

L'accueil fut des plus sympas dans une ambiance qui ressemble beaucoup à la convivialité de nos séjours. Après un repérage sur le tas, le circuit à travers les magnifiques forêts du sud se déroula sous le chaud soleil qui nous ne a pas quitté du week-end.

Thierry Thysebaert





CHRONIQUES DE LA MESA 2007

20 juin : FLORENVILLE - 21 juin : BASTOGNE - 22 juin : LA ROCHE - 23 juin : MARCHE

C'est ma troisième participation à la MESA avec ma «famille Handi-Rando». A chaque fois c'est pour moi une véritable réjouissance. Je me souviens de la première marche en 2005 : c'était mystérieux pour moi parce que je m'engageais dans une aventure inconnue. J'avais un peu d'appréhension... mais quel bonheur de la terminer et quelle fierté de participer au défilé final ! La CONSECRATION... tant pour nous PMR que pour toutes celles et ceux qui étaient présents pour nous permettre de vivre cette joie. Comme en 2005 et en 2006, 2007 fut encore une merveilleuse aventure pour nous : Maman et Papa sont heureux de me voir heureux et moi-même.



Que du bonheur d'être avec des jeunes et des moins jeunes qui font tout pour nous rendre heureux, nous qui ne sommes plus valides. Quelle ambiance chaleureuse, que de rires sans retenue avec Jacques, Jean, Marc et son rire légendaire, avec un Bernard qui veille avec beaucoup de tact et d'attention à notre sécurité...



Quel plaisir d'être en compagnie de toutes celles et ceux qui nous assistent et font tout pour surmonter les difficultés de terrain. La joëlette est par excellence «LE tout terrain» idéal : passage de clôtures, passage au-dessus et au-dessous de troncs d'arbres comme ce fut le cas lors de l'étape à La Roche cette année, terrain boueux et glissant lors de la dernière étape Marche – Marche durant laquelle nous avons essuyé une «drache nationale»...



Merci au personnel du Régiment du 1^{er}-3^{ème} Lanciers qui nous accueille et qui par son appui efficace, nous permet de vivre cette aventure. Mercis particuliers à Philippe, Noëlla, et Julien qui veillent à notre confort ainsi qu'à tous les militaires que nous avons croisés et/ou qui nous ont accompagnés et qui sont attentifs à nos difficultés. Que du bonheur... je le proclame haut et fort !

Cette année fut sans aucun doute remarquable par ces rencontres avec des plus jeunes de mon âge : deux jeunes du Centre William Lennox,, Hélène, Laura, Chloé... Motivés, ils n'ont pas manqué de nous aider avec efficacité, courage et volonté. Ils se sont dépensés sans limites et se sont dépassés pour faire en sorte que les étapes successives soient pour nous un plaisir enchanteur et un bonheur de tous les instants. Ils ont admirablement remporté leur propre challenge.

Quels fous rires avec Jean qui ne se gênait pas pour me présenter à des superbes créatures de 15 à 25 ans qui se sont prêtées au jeu ! Son humour m'a fait bien rire.

Quel jubilation d'entendre -même au mois de juin- le «brame du cerf» de Christian ; d'écouter les histoires qu'il nous racontait et qui me donnaient mal au ventre d'en rire !

Quelle chance de faire la connaissance de l'équipe d'André et de ces collaborateurs du service social de la province de Liège et du Luxembourg qui sont venus nous donner un coup de main lors de l'étape de La Roche. Ils ont constaté que cette boucle n'était pas facile... du tout ! Pour eux c'était un challenge qu'ils n'oublieront pas plus que la satisfaction d'avoir passé une merveilleuse journée.

Merci aussi à tous les anciens Paras du Régiment, qui viennent prêter main forte et nous offrent leur expérience et leur force physique légendaire.

Et enfin quelle émotion, quelle délectation de clore cette odyssée par le grand défilé final de tous les marcheurs de l'édition 2007 sous les applaudissements nourris des badauds et des militaires présents sur le parcours ! C'est à la fois une reconnaissance pour les accompagnateurs comme pour nous PMR, parce que c'est dans ces moments-là qu'on se rend compte qu'ètre des PMR n'est pas facile au quotidien. Nous n'en pouvons rien mais nous avons le droit aussi d'être reconnus et considérés comme les autres.



A tous les autres accompagnateurs, Pierre, Serge, Michel, Nicole, Roland, Robert, Erika et son compagnon, Yves et sa maman, et tous les autres dont j'ai oublié le nom (qu'ils m'en excusent) présents qui dans la bonne humeur ont tout fait en sorte que ces quatre jours soient idylliques, merveilleux pour nous PMR : je dis un **grand merci**.

Quelle satisfaction de faire partie de cette grande famille qu'est Handi-Rando ! Nous en retirons tant de joie, tant de bonheur... ce qui nous fait oublier les problèmes quotidiens et notre handicap. La Solidarité, avec un grand S, n'y est pas un vain mot !

A tous et à toutes, mille mercis pour cette Marche Européenne du Souvenir et de l'Amitié 2007.

Loïc



Chère Véronique,

En mai 2005, c'était par une journée bien grise et humide que nous avons fait ta connaissance et celle de Loïc. Tu avais entendu parler de nos randonnées en joëlette et tu étais déjà convaincue que notre devise «Intégration dans la joie» lui conviendrait parfaitement. Vu les conditions du jour, ce n'était pas évident, mais nous avons compris très vite ton énorme capacité d'aimer et de motiver.

Lors des nombreuses randonnées auxquelles tu participas activement, ton sourire inconditionnel et rayonnant fut pour tous un encouragement inestimable. Tu avais pourtant de la peine à suivre le rythme de nos joëlettes mais cela nous donnait l'occasion de nous laisser glisser en fin de colonne pour parler avec toi de tes projets ou soucis pour ceux qui t'étaient si chers.

Handi-Rando était devenue une deuxième famille pour toi, tu lui faisais totalement confiance et tu as lié avec tous ceux que tu as côtoyé des liens d'amitiés très forts.

C'est au nom de tous les handi-randonneurs que je te rends hommage et te remercie pour tout ce que tu nous as apporté : beaucoup de cœur et des encouragements sans limite à poursuivre nos activités.

Adieu Véronique, mais tu seras toujours des nôtres car il ne sera pas possible d'oublier celle qui nous a tant donné.



Véronique ZEEGERS
Épouse de Pierre RENAULT

Née à Eiterbeek le 6 juin 1955.
Décédée à Wouwé St.Lambert le 2 septembre 2007.

*"Le livre de la vie est un livre suprême
Qu'on ne peut ni fermer ni rouvrir à son choix.
Le passage attachant ne s'y lit pas deux fois
Mais le feuillet fatal se tourne de lui-même.
On voudrait revenir à la page où l'on aime
Mais la page où l'on meurt est déjà sous nos doigts."*

Ce jour si triste est arrivé, le jour que personne n'avait pensé : qu'elle retrouve la santé fut notre espérance. Véronique a tiré sa révérence, c'est comme ça. Elle est sortie de notre vie. Difficile de croire disparue si vite celle qui restera éternellement présente dans notre cœur.

Au revoir les souffrances, pour elle une délivrance, et nous sommes tous là réunis pour partager notre peine immense. Véronique, femme et maman exceptionnelle, ne va jamais revenir mais nous, nous reverrons son sourire, nous entendrons son rire, nous la verrons affronter avec courage sa maladie comme elle abordait résolue et hardie les "grimpettes" durant nos handi-randonnées.

Laissons les souvenirs apaiser notre douleur afin de faire renaître Véronique dans nos cœurs. Elle sera toujours là même si nous ne la voyons pas. Alors poursuivons nos joyeuses handi-randonnées, celles auxquelles elle aimait participer et qu'elle aurait tant aimé partager.

Ne meurt réellement que celui qu'on oublie et la famille Handi-Rando ne t'oubliera jamais, Véronique.



Une fenêtre ouverte - Paul Eluard.

*La mort n'est jamais complète,
Il y a toujours puisque je le dis
Puisque je l'affirme
Au bout du chagrin
Une fenêtre ouverte
Une fenêtre éclairée.
Il y a toujours un rêve qui veille,
Un désir à combler,
Une faim à satisfaire,
Un cœur généreux
Une main tendue
Une main ouverte
Des yeux attentifs
Une vie, la vie à se partager.*

La nouvelle joëlette et ses pilotes

Depuis mars 2006, nous utilisons prioritairement six nouvelles joëlettes (rouges), type belge, c'est-à-dire adaptée à notre demande de bras avant plus longs et avec une crosse inversée.

Plus rigide, plus solide, plus facile à mettre sur pieds, plus adaptable à tous handicaps et plus confortable, elle fait l'unanimité parmi les passagers et les pilotes.

Il y a bien encore quelques petits défauts : le pied avant qui accroche et plie facilement, les goujons de fixation des bras avant qui se perdent en cours de transport si on ne vérifie pas les demi rondelles de maintien et ces mêmes bras fort longs pour les coffres des voitures et les randonnées avec passages étroits.

Les 8 anciennes (5 ans déjà) sont toujours en service mais il faut bien constater qu'après chaque sortie il y a des petits travaux de remplacement ou de réparation. Il faut penser à les remplacer et donc trouver des fonds et même de plus en plus. Il y a 5 ans, une joëlette coûtait environ 1.600 Euros. Aujourd'hui, comptez 2.800 Euros (sans les équipements annexes) !

Grâce à la Fondation Regout, nous avons pu commander une nouvelle joëlette type belge avec bras avant repliable en deux parties ; elle a été livrée le 12 septembre (à droite)*.

D'autres pourraient suivre si de bons contacts se concrétisent ...



*La joëlette nouvelle est arrivée avec beaucoup d'améliorations : bras pliants, crosses gainées de mousse, pied avant costaud avec sécurité à l'allongement et ressort de rappel, coussin de siège avec velcro efficace, goupille de sécurité sur la broche de fixation de la roue, boule de serrage des pieds, tissu des coussins.

Les pilotes de joëlettes (anciens, vieux (?), nouveaux, jeunes, ...)

A quoi sert une joëlette sans 2 à 4 pilotes ? Il doit y avoir actuellement environ 70 joëlettes en Belgique. Combien sont utilisées régulièrement ? A en juger par les appels à l'aide que nous recevons nous sommes très heureux à Handi-Rando !

Cette année, nous comptons déjà 78 sorties de joëlettes (117 pour toute l'année 2006). Pour faire face à cette demande croissante, nous avons reçu l'aide spontanée d'accompagnateurs bénévoles pour 277 jours/joëlette soit une moyenne de 3,5 accompagnateurs actifs (AA) par joëlette sortante. VOUS êtes donc formidables ! Car il ne faut pas oublier que nos sorties sont en général assez sportives. Les quatre étapes extraordinaires dans la Petite Suisse luxembourgeoise étaient même un vrai challenge pourtant réussi et en toute sécurité !

Si on s'interroge sur la recette secrète d'Handi-Rando, je crois qu'elle tient surtout à notre devise «*intégration dans la joie*». Ensuite, la découverte de très beaux coins, des thèmes «nature», une nature sauvage et peu «adaptée», des accompagnateurs costauds, compétents et d'horizons multiples. Pensez à nos quatre pilotes mal voyants, à nos pilotes du Centre Pénitentiaire Ecole de Marneffe (51 journées) et aux anciens para commandos de l'Amicale de Liège. Sur les 65 membres AA (hors C.A.), 51 ont presté un total de 164 journées/joëlette. Et parmi eux nous avons eu le plaisir d'admirer quelques jeunes particulièrement dynamiques. J'ajouterais aussi que l'exemple vient du Conseil d'administration dont 6 membres ont presté à eux seuls 62 journées à la joëlette.

Heureux ? Certainement, mais il faut penser à demain tant pour les joëlettes que pour les AA. En attendant, au nom du Conseil d'Administration, merci à tous !



- Vente, entretien et réparation appareils auditifs toutes marques
- Oreillette téléphonique Bluetooth
- Bouchons nageur et antibruit

GSM : 0475 724 721 - Tél : 082 647 321

ESPACE QU'HANDI-RANDONNEURS !

Ma première expérience en joëlette a été fort intéressante. J'ai beaucoup apprécié la nature les explications qui nous étaient données et qui m'ont permis de visualiser sans difficulté chaque parcelle des bois. La joëlette en elle-même est un moyen superbe pour nous permettre d'avoir accès à des endroits qui normalement nous seraient inaccessibles. De plus, j'ai ressenti cette expérience comme une petite aventure, c'est vraiment gai !



En ce qui concerne le côté humain, c'est réconfortant de rencontrer des personnes qui organisent avec plaisir ce genre d'expédition. C'est dur de devoir demander et d'être parfois confronté à des refus pour des choses très simples. Chez Handi-Rando par contre on nous offre des possibilités de découvertes avec entrain et bonne humeur : c'est fantastique.

Je suis heureuse d'avoir rencontré une équipe de personnes prêtes à donner et à recevoir, à partager leur temps et leurs connaissances. C'est vraiment génial. J'espère pouvoir participer bientôt à une autre sortie (et i y en eu : photo ci-dessus à Aywaille). Emma Hernandez



OYEZ, OYEZ !

Handi-Randonneuses et Handi-Randonneurs,

notre site www.handi-rando.com est fier
de vous annoncer la naissance

de son FORUM

Faites-le grandir !



Venez le visiter, vous inscrire, y déposer vos avis-souhaits-remarques-impressions...

Une handi-randonneuse dans le désert tunisien

A Louvain-la-Neuve, avec l'aide de l'ACIH-AAM, un groupe de jeunes en situation de handicap ont créé un groupe d'activités et s'est auto-baptisé **Les Aventuriers du Brabant Wallon**.

Objectif : faire changer les mentalités. La société évolue, mais elle ferme toujours les yeux et les oreilles. Elle croit toujours que la personne handicapée doit rester chez elle, à l'intérieur.

Projets : voyager à l'étranger, pratiquer certains sports, aller à la rencontre de nouvelles cultures, partir à la découverte d'événements différents... avec appel à des volontaires afin d'aider et de partager les moments à venir.

Christine Calapristi membre de ce groupe relève le défi pour être la première pilote en fauteuil roulant du rallye-raid **La Revanche des Nanas**, rallye 4x4 pour les femmes dans le désert Tunisien.

Une rencontre fortuite avec Philippe De Leener, l'organisateur de «*La Revanche des nanas*»(*) est à l'origine d'un défi : intégrer "les Aventuriers du Brabant Wallon" à un groupe de personnes relevant du même objectif "partir faire du 4x4 dans le désert". Quel superbe défi ! S'est ajouté aussi un projet social ; l'envie d'apporter de manière efficace une aide aux enfants handicapés en Tunisie (apport de matériel adapté : voiturettes,...)

"Et bien, voilà, une belle aventure pour moi. Ne dit-on pas qu'il faut croire en ses rêves et l'opportunité m'a permis d'en concrétiser un ! J'étais sur la liste de remplacement et j'ai remplacé Christine Calapristi qui pour des problèmes de santé ne pouvait participer à ce challenge. Oui, j'ai participé au rallye 4X4 dans la traversée du désert Tunisien organisé par "La Revanche des Nanas avec l'équipe «Les Aventuriers du Brabant Wallon». La firme Suzuki a fourni un 4x4 et un sponsor a permis l'adaptation au volant pour que je puisse conduire le véhicule."

Martine Lejeune

(*)Le rallye raid découverte «**La Revanche des Nanas** ®» n'est pas une course et moins encore un rallye de vitesse mais un voyage évasion associé à un concours d'adresse, de navigation et d'orientation permettant de découvrir le pays sous un angle exclusif et son ambiance animée, familiale et sportive.

www.revanche-des-nanas.com / www.revanche-van-de-meisjes.com



Hélène, Laura et Chloé se promettent bien de revenir l'année prochaine si l'occasion leur en est donnée.

Elles ont fort apprécié la bonne entente, le dynamisme et la solidarité entre tous, AA ou AP.

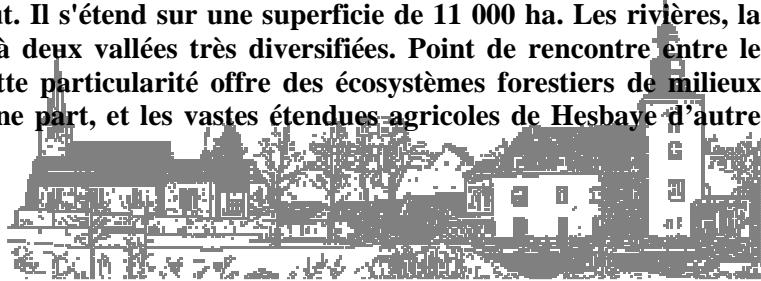
Elles gardent un excellent souvenir de ces deux jours vécus en votre compagnie à tous et vous remercient pour tout: l'accueil, l'esprit de groupe, l'effort à fournir au service des autres et les rires éclatants de certains.

Pierre Déom



Le vaste *Parc Naturel des vallées de la Burdinale et de la Mehaigne* se situe en Hesbaye, dans le triangle formé par les villes de Huy, Andenne et Hannut. Il s'étend sur une superficie de 11 000 ha. Les rivières, la Burdinale et la Mehaigne, donnent naissance à deux vallées très diversifiées. Point de rencontre entre le plateau de Hesbaye et les bords de Meuse, cette particularité offre des écosystèmes forestiers de milieux humides et des prairies de fond de vallées d'une part, et les vastes étendues agricoles de Hesbaye d'autre part.

<http://www.burdinale-mehaigne.be/burdinale/>



Pour se rendre au site de la Burdinale et de la Méhaigne à Huccorgne, la fiche d'activités explicative était très bien détaillée et claire. C'est arrivés au rendez-vous sans difficulté (!) que nous partîmes en randonnée.

Sur place nous découvrions, choisie par notre pilote du jour, Jean, la promenade n°1 (*), la *Promenade des Chevreuils* longue de 9 km.

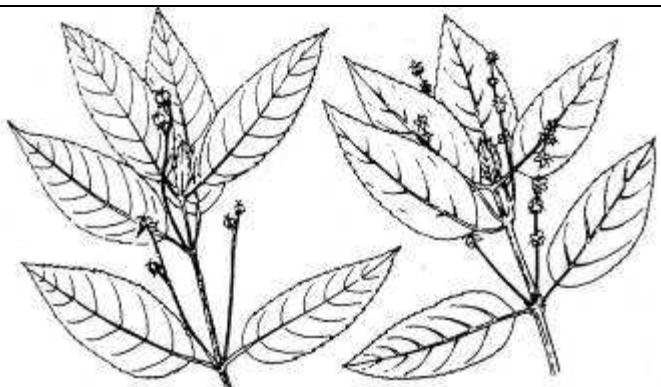
Nous admirâmes quelques plantes comme : *l'ail des ours*, *la clématite des haies*, *la mercuriale vivace*... ainsi que d'autres espèces qui apprécient particulièrement le sol calcaire que nous foulions.

Mercuriale vivace, *Mercuriale pérenne*, *Chou de chien*; *Mercurialis perennis*; *Euphorbiacées*.

Elle doit son nom du dieu Mercure à qui elle était consacrée. Plante herbacée dioïque (**) de 15 à 40 cm, se compose d'une tige quadrangulaire dressée, de feuilles lancéolées, larges, opposées. Le fruit est une capsule à 2 coques. Vivace elle se perpétue par souche rampante, fleurit d'avril à juin et fréquente les bois et les endroits ombragés.

L'ensemble de la plante, vénéneuse pour les animaux, est un purgatif énergique.

(**) **plantes dioïques** : chaque pied ne porte que des fleurs mâles ou femelles.

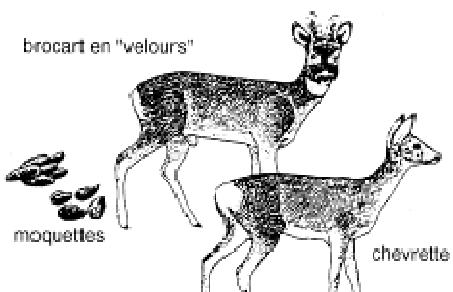


Pied femelle Pied mâle

Vu l'heure et le nombre de personnes présentes dans notre groupe, Jean nous fit remarquer le peu de chance qu'il y avait d'apercevoir des Chevreuils. Peut-être bien leurs empreintes ou...ATTENTION aux moquettes !!!

Le chevreuil (Capreolus capreolus) est un cervidé.

Le mâle est appelé **brocard** ; la femelle, **chevrette** ; le jeune avant 6 mois, **faon** ; le jeune entre 6 mois et 1 an, **chevrillard**. Sédentaire, il vit dans des milieux variés. Ses mœurs sont surtout crépusculaires. En dehors du rut, les brocards sont solitaires. Au printemps, le chevreuil consomme les feuilles de nombreux arbres feuillus, beaucoup de graminées et quelques dicotylédones. En hiver, du lierre sur les troncs, des ronces, de la callune, parfois des glands, des faînes, de la luzerne... Friands de sel, les chevreuils fréquentent les blocs de sel dès leur mise en place.



Les excréments d'animaux sont des indices remarquables : preuves du passage de l'animal, indications sur le régime alimentaire, habitudes, limites de son territoire... On appelle **laissées** les excréments des mammifères carnivores (belette, renard...) et du sanglier, **fumées** ceux du cerf, **moquettes** ceux du chevreuil, **crottes** ceux des rongeurs (souris, écureuil), lièvres et lapins et **fientes** sont les excréments des oiseaux. (à suivre...)

Nous eûmes l'occasion à plusieurs reprises de suivre la *Mehaigne*. C'est une petite rivière poissonneuse peuplée de nombreuses espèces distinctes qui sillonne une bonne partie du parc.



Alors que nous nous retrouvions au point de départ de la promenade n°1, la boucle ainsi accomplie, nous étions tombés sous le charme de splendides panoramas. Nos yeux s'émerveillaient encore de tant de beauté.

Une fois les Joëlettes démontées et rangées, comme à l'habitude (qui est devenue une tradition !) nous allâmes déguster un bon verre bien mérité.

Merci à Jean pour cette formidable journée...
cerise sur le gâteau... elle fut très ensoleillée.

Arrivés au village de Fumal, nous avons grimpé l'éperon schisteux où se dressent l'église et le château flanqué d'un côté par la ferme du château ("*Cense d'al Fosse*" 1564), une ferme classée toujours exploitée et de l'autre côté par une petite ferme dont nous avons visité la cour à l'invitation d'un fier et dynamique petit garçon séduit par notre surprenant équipage.

Au pied de l'éperon, nous dégustâmes tranquillement notre lunch.

La 2^{ème} partie de notre périple emprunte des chemins de campagne, des sentiers boisés... nous longerons aussi l'un des nombreux moulins établis sur le cours de la Mehaigne. Que de splendides paysages !



Christian Duvivier

(*) Le randonneur bénéficie ici de promenades variées, au milieu d'une faune et d'une flore exceptionnelles avec de nombreux sites classés «Natura 2000», le réseau européen des sites de biodiversités remarquables.

**HANDI-RANDO ASBL
REMERCIÉ TR'A MONTAGNE
SON GÉNÉREUX
FOURNISSEUR ATTIRÉ.**

<http://www.tramontagne.be>





On nous avait dit que nous logerions dans une Auberge de Jeunesse. En général, c'est chouette même si c'est un peu rustique. Et bien, nous sommes arrivés devant un bâtiment qui n'avait en réalité rien des petites auberges de jeunesse de Belgique ! Vous me direz que c'était normal puisque nous étions au Luxembourg ! C'était, en effet, un gîte fort confortable ! Hall omnisport, salle d'escalade,...

Pour notre échauffement, Bernard nous avait concocté un petit tour du lac faisant partie du domaine de notre auberge. Les jeunes s'y sont tout de suite mis ! Et oui, car pour cette aventure notre équipe s'est agrandie de Vincent et Damien Van Wilder deux fort enthousiastes nouveaux Accompagnateurs très Actifs. Notre promenade nous a conduit près d'un quai où pédalos et canoës amarrés ont fait les yeux doux à Antonio pendant toute la semaine. Monika de son regard d'aigle, cherchait les oiseaux qui s'obstinaient parfois à se cacher. Le soir venu, Damien, Thomas et Laurianne se sont trouvé un passe-temps commun : la jonglerie !



Antonio a tenu la carte et le GPS tout au long du séjour ou presque, aidé de Bernard et Marc.



Lundi, les choses sérieuses... En avant pour les gorges du loup (dénommées ainsi parce qu'elles constituaient jadis un refuge idéal pour les loups) ! Cette nouvelle handi-randonnée nous a dirigé d'abord vers un amphithéâtre de verdure où notre vénéré président a pu faire un discours de bienvenue et où, à l'improviste, Nicole notre illustre diva, a chanté pour nous 'Pétronille'.

Une centaine de marches, quelques passages délicats et ardu斯 ont été passés sans inconvénient. Grâce aussi à l'aide supplémentaire d'Yvesi.

Cela en valait la peine, quel décor magnifique !

Prochaine étape : les rochers majestueux du Mullerthal qui, selon l'imagination des uns et des autres, représentent des géants aux expressions inquiétantes, des lézards, des têtes de tortues géantes,... SPECTACULAIRE ! Cette randonnée laissera d'ailleurs un souvenir impérissable à Monika : nous l'avons fait passé sous une barrière ! Et Christian et Antonio ont eu aussi leur comptant d'émotions : une descente en rappel le long des parois !

Pour terminer, notre chemin a croisé une jolie cascade surmontée d'un pont. Certains n'ont pu résister à la tentation de descendre la voir de plus près pendant que d'autres s'amusaient à les éclabousser d'en haut !... (heureusement d'ailleurs) ils ne visaient pas très bien !

Dans la soirée, Thomas, Vincent, Laurianne, Damien, Réginald, Antonio, Christian et Nicole... ont eu droit à un petit cours d'escalade dont les moniteurs étaient bien sûr Bernard et Luc ! Et oui, pas moyen de les fatiguer ces jeunes !

Mercredi, c'est La Rochette qui nous a souhaité la bienvenue ! Notre échappée nous a emmené dîner au château où Marc c'est *encore* (!) fait remarquer en s'installant au pilori, un de ces engins de tortures du Moyen Age. A cette balade nous avons accueilli Christian qui nous rejoignait pour la première fois du séjour et que nous étions heureux de revoir.

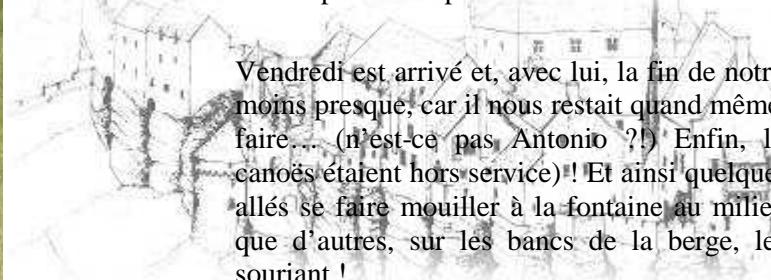


Jeudi, quant à lui, fut plein de surprise ! La randonnée qui nous a fait visiter Berdorf débutait devant un magnifique point de vue et se poursuivait par de nombreuses marches. Un peu avant la pause-dîner, le dernier escalier était si étroit que nous avons dû descendre en rappel les joëlettes et leurs occupants via une pente à côté de l'escalier ! Frissons (un peu) et éclats de rire (beaucoup) au rendez-vous ! Bouquet final : un labyrinthe de gorges de pierre où nous avons eu beaucoup de plaisir à nous perdre !

Et même à l'auberge, des surprises nous attendaient. Tout d'abord, l'anniversaire de Nicole ! Ah ça, à Handi-Rando faire plaisir aux gens, c'est-ce qu'on fait le mieux !

Ensuite Monika avait organisé durant la journée un tournoi de pétanque ! Ça ne se voit peut-être pas au premier coup d'œil mais Monika, c'est un cas !

L'auberge accueillait aussi une compétition de montgolfières qui, pour finir la soirée en beauté, se sont envolées en nous faisant parfois de petits clins d'œil malicieux !



Vendredi est arrivé et, avec lui, la fin de notre épopée ! Ou du moins presque, car il nous restait quand même quelque chose à faire... (n'est-ce pas Antonio ?!) Enfin, le PEDALO (les canoës étaient hors service) ! Et ainsi quelques téméraires sont allés se faire mouiller à la fontaine au milieu du lac pendant que d'autres, sur les bancs de la berge, les regardaient en souriant !

Handi-Rando peut être fier. Un séjour de plus parfaitement réussi et plein de bons souvenirs à son palmarès !

Laurianne Thysebaert

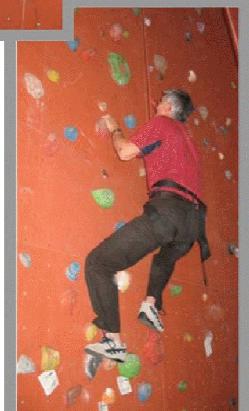
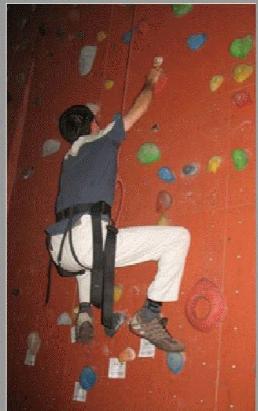
Comment vous résumer ces six jours merveilleux passés à Echternach avec Handi-Rando ? Essayons avec six mots clés : **ambiance, rigolade, découvertes, montées, auberge, merci.**

Parlons d'abord de l'**ambiance** : une vraie qualité d'accueil, d'écoute et de respect de chacun. Les joies mais aussi les soucis ont pu être exprimés au gré des rencontres. Des liens se sont créés.

La bonne humeur fut partout présente ainsi que de nombreuses occasions de **rigolade** : les apéros, l'anniversaire de Nicole (une grosse pierre en cadeau accompagnée d'une fontaine de vin inattendue suite au bris d'une bouteille), la partie de pétanque (avec un «sitting» des joueurs éliminés à cause de leurs tricheries !), le tour en pédalos (arroisés sous le jet d'eau de la fontaine du lac ou via la casquette de Bernard !)...



Quant aux promenades, que d'émerveillements ! Chaque jour apportait encore plus de **découvertes** : rochers fantastiques, passages étroits, labyrinthe, grottes, descentes en rappel, château de Laroquette,... le tout sur des sentiers escarpés et enchaînant des volées de marches irrégulières. Et contrairement aux dires de Marc, des nouvelles **montées** suivaient toujours celle qu'il appelait «la dernière».



Heureusement nous pouvions nous reposer de nos expéditions à **l'auberge** de jeunesse. Agréablement située dans le parc aux abords du lac, les chambres étaient confortables et deux d'entre elles très bien aménagées pour PMR. Une salle d'escalade offrit même la possibilité aux volontaires de s'y essayer et aux autres de les encourager et d'admirer leurs prouesses. Un bravo particulier à Antonio et Christian.



Nous avons aussi eu la chance d'admirer l'envol de plusieurs ballons à air chaud depuis le parc.
World Balloon Trophy, compétition internationale de ballons à air chaud. www.luxgsm-trophy.lu

Mais tout ceci n'aurait pu être réalisé sans la préparation minutieuse de Bernard et de Marc. **Merci** à eux et à tous les accompagnateurs acti fs ! Vous nous avez offert six jours de formidables et bien chouettes vacances !

Monika et Andrée Godrie

Opération Accessibilité Nature :

PROUVY



| | |
|--|--|
| Rapporteurs : | Maryse Masseau, guide nature et Jacques Eloy, PMR |
| Date de la visite : | 4 juillet 2006 |
| Nom officiel du site : | Prouvy |
| Statut : | Chemins communaux |
| Coordonnées GPS & Carte IGN: | Coordonnées GPS : UTM WGS84 Est : 31: 675768 Nord 31: 5504855 Coordonnées Lambert 72 carte 68/5-6 x : 227,00 km y : 40,441 km |
| Code Postal : | 6820 |
| Commune : | Prouvy |
| Province : | Luxembourg |
| Cantonnement : | Pour info complémentaire sur la praticabilité de l'itinéraire contacter la D.N.F. de Florenville - Rue de Neufchâteau, n°1 à 6820 Tel. : 061/ 32.52.80 Madame Lemoine Nathalie. |
| Signalisation routière n°1 :  | En venant de la E411, sortie 26, se diriger vers Neufchâteau via la N40. De Neufchâteau prendre la N85 en direction de Florenville; ensuite prendre la N83 vers Arlon. 2 km après Jamoigne, carrefour Termes/Prouvy prendre à droite vers l'église de Prouvy. Contourner l'église par la gauche et sortir de la localité. Un autre carrefour : en face sur un talus, un calvaire e une bâisse en pierres jaunes, prendre à gauche et à. une centaine de m et à gauche, la <i>ferme l'Espérance</i> . A 800 m de la ferme, une ligne aérienne de haute tension traverse la route. Juste après, de l'orée d'un bois traverse un chemin. Prendre le chemin à droite pour se parquer. Ici débute la promenade. |
| Signalisation routière n°2 :  | En venant de Florenville, prendre la N83 vers Arlon. 2 km après Jamoigne, carrefour Termes/Prouvy prendre à droite vers l'église de Prouvy. Contourner l'église par la gauche et sortir de la localité. Un autre carrefour : en face sur un talus, un calvaire e une bâisse en pierres jaunes, prendre à gauche et à. une centaine de m et à gauche, la <i>ferme l'Espérance</i> . A 800 m de la ferme, une ligne aérienne de haute tension traverse la route. Juste après, de l'orée d'un bois traverse un chemin. Prendre le chemin à droite pour se parquer. Ici débute la promenade. |
| Signalisation routière n°3 :  | En venant de Arlon par la N83 vers Florenville. 2 km après Jamoigne, carrefour Termes/Prouvy prendre à droite vers l'église de Prouvy. Contourner l'église par la gauche et sortir de la localité. Un autre carrefour : en face sur un talus, un calvaire e une bâisse en pierres jaunes, prendre à gauche et à. une centaine de m et à gauche, la <i>ferme l'Espérance</i> . A 800 m de la ferme, une ligne aérienne de haute tension traverse la route. Juste après, de l'orée d'un bois traverse un chemin. Prendre le chemin à droite pour se parquer. Ici débute la promenade. |

| | |
|--|---|
| Parking existant : | En bord de route. |
| Places PMR : | Non |
| Parking payant : | Non |
| Sanitaires existants : | Non |
| Sanitaires adaptés : | Possibilité à Florenville : au Restaurant Pizzeria "El Cavallino", Place Albert 1 ^{er} , n° 58 |
| Restaurant existant : | Non (à Florenville) |
| | <p>Au départ, sur un arbre (à +/- 2 m de haut) un balisage blanc et jaune * orné du dessin d'un martin pêcheur et d'une flèche incite à suivre sa direction. Le chemin empierré est bien stabilisé et est longé à sa gauche par la lisière d'un bois et à sa droite par un taillis au travers duquel nous observons des cultures.</p> <p>Peu de temps après, un couvert forestier (560 m du départ) où un panneau émanant de la ville de Chiny rappelle la zone de silence et souhaite bonne promenade. Continuer tout droit.</p> <p>Après 1 160 m, un carrefour et un banc sur un espace attenant. Prendre la petite route asphaltée à droite. Nous abordons la côte de la route aux abords desquels nous apercevons la flore sauvage et les champs avoisinants.</p> <p>Arrivés au sommet (1 660 m), nous passons sous une ligne à haute tension qui nous laisse apercevoir un carrefour où nous prendrons à droite. A ce carrefour, un banc qu'un accompagnant pourrait apprécier et où écouter l'<i>Alouette des champs</i>.</p> <p>La route asphaltée descend vers le village et au prochain carrefour à la hauteur de la bâtie en pierres jaunes (magnifique tilleul dans le jardin), prendre à droite.</p> <p>Chemin faisant nous longeons, à gauche, un muret dont les vieilles pierres abritent une flore spécifique ; serpolet, rue, géranium robert et bien d'autres. Ce muret annonce la ferme de l'<i>Espérance</i>.</p> <p>Par la suite, une petite côte encaissée entre deux talus qui embaument le chèvrefeuille. Au sortir des talus, à nouveau la ligne électrique aérienne d'où s'aperçoit notre point de départ. Nous aurons parcouru 4 km.</p> <p>(*) ATTENTION : notre itinéraire ne suit pas la promenade balisée en blanc et jaune</p> |
| Rapport sur l'accessibilité du site aux PMR : | <p>6 6 6 6 6 6</p> <p>6 6 6 6 6 6</p> |
| Appréciation pour l'accompagnant : | Moyen à difficile en raison des deux côtes. |

Caractéristiques Naturelles du Site

Une promenade pour un dimanche, lorsque les voitures sont au garage et que le soleil ne tape pas trop fort. Elle vous permettra de découvrir la nature ordinaire des bords de route et offre l'avantage de mêler milieu forestier et rural, traversant des paysages ouverts où résonnent les chants du bruant jaune (*Emberiza citrinella*) et de l'alouette des champs (*Alauda arvensis*) (1), surveillés par la buse variable (*Buteo buteo*).



L'Alouette des champs est l'alouette la plus répandue en Europe, envergure de 35 cm pour un poids de 30 à 50 g. Pas de dimorphisme sexuel si ce n'est la taille supérieure du mâle. L'alouette des champs, sédentaire, vit sur le sol et se nourrit d'insectes, de larves, vers de terre, graines et semences diverses. Son chant -on dit aussi qu'elle grisolle, tirelire ou turlutte- est unique. Sa qualité, sa variété et sa longueur ont inspiré de nombreux artistes, fascinés par ses merveilleuses variations. Cette espèce est protégée mais les humains continuent à les capturer pour leur chair. Petite histoire : Les légions romaines qui étaient essentiellement composées de gaulois avaient pour signe distinctif des ailes d'alouettes pour décorer leurs casques. http://fr.wikipedia.org/wiki/Alouette_des_champs



Profitez du chemin forestier bien rectiligne, -puisque longeant la chaussée romaine Reims-Trèves-, pour saluer les arbres et leur transmettre vos meilleures pensées. Rappelez-vous qu'ils ont une mémoire ... Au sud, la forêt s'étend jusqu'à l'Abbaye d'Orval (1).

Le petit matin ou le soir tombant, renards, blaireaux et chevreuils sont régulièrement au rendez-vous. Le chat sauvage n'est pas bien loin non plus.

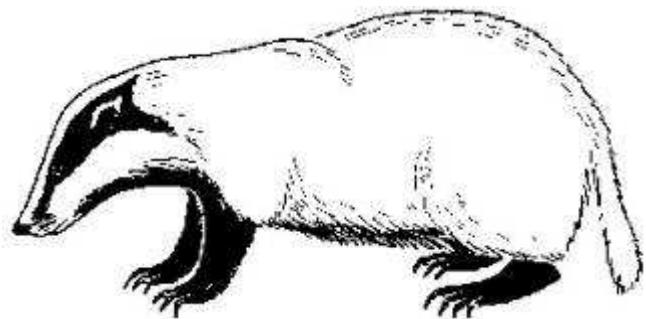
Le merle noir (*Turdus merula*), le rouge-gorge (*Erithacus rubecula*) et la grive musicienne (*Turdus philomelos*) vous donneront les b-a-ba des chants d'oiseaux en compagnie du pouillot véloce (*Phylloscopus collybita*), de la fauvette à tête noire (*Sylvia atricapilla*) et du pinson des arbres (*Fringilla coelebs*). Si vous êtes un peu plus averti, ne vous étonnez pas, entre septembre et mars, de voir passer le busard saint-martin (2) (*Circus cyaneus*).

Le blaireau, mammifère, nocturne, 12 à 15kg, 0,70 à 1m., il vit (+/- 15 ans) en forêt. Sa queue porte à sa base des glandes odorantes pour marquer son territoire et comme signe de reconnaissance. Le blaireau est omnivore (insectes, champignons, oeufs d'oiseaux, fruits, graines, nids de guêpes*)... Grand terrassier, il peut remuer jusqu'à 40 tonnes de terre pour creuser son terrier, un véritable labyrinthe sous terre composé de plusieurs galeries (jusqu'à 3 ou 4 m de profondeur). Ils ne sortent que le soir venu pour aller à la chasse, faire leurs besoins, et les séances d'épouillage....

A l'âge de 2 ans ils sont en âge de se reproduire (de janvier à mars). Particularité : *ovo-implantation* différée c'est-à-dire que l'ovule fécondé reste en attente pendant 10 mois avant de se fixer dans l'utérus.

Son hospitalité est connue de toute la forêt, et il n'est pas rare de le voir partager son terrier avec un renard, un chat sauvage, un putois...

(*)Un chercheur a trouvé 160 guêpes dans une crotte de blaireau !

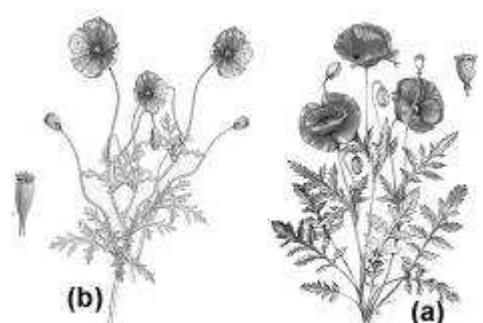


Les escargots de bourgogne (*Helix pomatia*), eux, passent moins vite mais leur capture est interdite, sauf en août-septembre et uniquement les individus de plus de 3 cm. Nul n'est sensé ignorer la loi !

Malgré le fauchage pas toujours tardif, les bords de route vous offriront l'opportunité d'admirer les fleurs sauvages les plus communes : grande marguerite (*Leucanthemum vulgare*), lotier corniculé (3) (*Lotus corniculatus*), armoise vulgaire (*Artemisia vulgaris*), campanule à feuilles rondes (*Campanula rotundifolia*), chrysanthème des moissons (4) (*Chrysanthemum segetum*) et quelques coquelicots de plus en plus nombreux depuis l'été 2003.

Fleur belle et fragile qui ne dure que quelques heures, le grand coquelicot (*Papaver rhoeas*) (a) a une capsule courte et les poils hérisssés le long de la tige.

Le petit coquelicot (*Papaver dubium*) (b) a une capsule allongée et les poils appliqués le long de la tige.

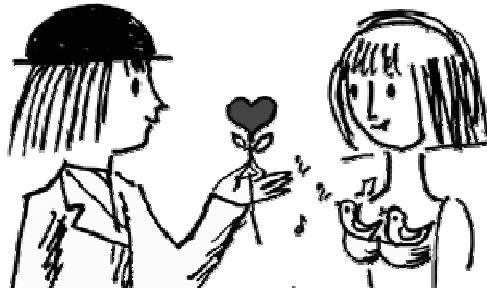


Chélidoine (*Chelidonium majus*) et serpolet commun (5) (*Thymus pulegioides*) se présentent sur les vieux murs.

A l'est de ce parcours, se cachent des plantes devenues très rares en Wallonie et protégées dans une **Zone Humide de grand Intérêt Biologique** (ZHIB) constituée par le marais de Prouvy et le marais de Rawez.

Comme quoi, derrière l'ordinaire se cache souvent l'exceptionnel...

A propos des héros de l'ombre...



Vous est-il déjà arrivé de connaître une vive émotion devant un beau paysage, un rire d'enfant, un geste amical, une oeuvre d'art ? Une émotion qui vous fait découvrir quelque chose de beau en l'homme et qui lui donne sa dignité ?

Cette expérience m'est arrivée tout récemment et j'ai bien sûr envie de vous la faire partager ici. J'étais en séjour à Echternach avec Handi-Rando. Cette association organise des randonnées pour PMR, (personnes à mobilité réduite), véhiculées en joëlette par deux accompagnateurs, à l'avant et à l'arrière.

Je marchais juste derrière un porteur robuste dont j'admirais la dextérité pour circuler dans ce chaos de grosses pierres irrégulières qui jonchent les sentiers de la petite Suisse luxembourgeoise. Infatigable, il ne se plaignait jamais. Le climat, ensoleillé ou pluvieux, l'enchantait en permanence. Les repas lui semblaient toujours copieux et variés. Ses compagnons de route étaient tous beaux et gentils.

Chaque matin, il était au poste, prêt à affronter les rochers les plus ingrats. Pour qu'il abandonne sa charge, il aurait fallu l'y contraindre, avec force arguments, quand le parcours devenait par trop difficile et dangereux.

Cet homme est un non-voyant. Il s'appelle Roland Bossart. Et il m'a semblé là pour nous donner à tous une leçon d'altruisme et, surtout, de discrétion. On ne parle pas des exploits de Roland dans la presse, il ne fait pas la Une des conversations mais, à mes yeux, c'est un héros, un héros de la vie dans ses plus humbles aspects.

Il était là aussi pour représenter dignement les membres de notre club qui, à l'initiative de Robert, notre charismatique président, surmontent les difficultés de leur handicap pour aller se dépenser au service des autres. Un immense bravo à eux tous !

Un autre petit mot sur la beauté de la vie humaine. Quand Roland se dépasse de la sorte, il est soutenu par une courageuse petite femme à l'amour inconditionnel. Merci à tous les deux de faire ainsi rayonner l'image vraie d'un amour qui a traversé tant d'obstacles et qui s'en est trouvé fortifié et grandi.

J'ai encore, je vous l'avoue, les larmes aux yeux quand j'entends Roland dire à Nicole "Moi, j'ai de la chance, je te verrai toujours comme tu étais à 20 ans !" Et là, bien sûr, ce n'est pas du badinage...

Vraiment, ce séjour à Handi-Rando m'aura révélé un grand Monsieur... et sa grande Dame !
Mireille Maquoi



Le Beau Vélo de RAVEL : le 1^{er} septembre 2007 Rendez-vous au Centre ADEPS *La Fraineuse* à Spa pour 24km en boucle. Sandra en très grande forme...par un temps superbe. Rencontre attendue aussi avec Mathieu et sa famille. Chouette ambiance et tout le monde était heureux !

Thierry T.



Qui suis-je ?

Je marche dans ma tête, pourtant mes jambes roulent
Pas besoin d'essence, juste de l'huile de coude.
C'est à n'y rien comprendre !
Qui suis-je ?
Quand je suis à plat, je ne parle pas de mon corps.
Mais quand mon corps est crevé, je suis à plat.
J'ai besoin d'un coup de pompe pour bien aller
Mais quand j'ai le coup de pompe, je ne vais pas bien
du tout.
C'est à n'y rien comprendre !!
Qui suis-je ?
Quand on dit «ça marche... !», pour moi «ça roule»
Mais quand ça roule, je ne marche pas !
Les pistes cyclables sont pour les deux roues
Les routes pour les quatre...

*Et moi...je suis sur le trottoir.
C'est à n'y rien comprendre !!*

*Qui suis-je ?
Au golf il y a des handicaps pour compliquer la partie
Pour faire plus simple, je n'y joue pas !
Alors vous commencez à comprendre
Qui je suis ?
Être handicapé n'est pas forcément plaisant
Mais d'en parler n'est pas un plaisir forcé
Surtout avec humour
Qui rime toujours avec amour !*

Dominique Pecollo

*Ecrit pour le Concours "Des mots pour rire !" initié par l'Association Argos à Bourges.
<http://www.argos.asso.fr/>*



Handi-Rando asbl remercie vivement ses membres d'honneur. Leur soutien est très précieux. Merci à AXA, à Madame Callens, à Cap 48, à la Famille Eloy-Gervaise, à Madame Irène Eloy, à la Famille Legrand-Metz, à Madame Hellinckx Carine, au Kiwanis Service Club de Namur Comté, à la S.A. Fabricom GTI et à la Fondation Regout.

Le Conseil d'Administration

| | | |
|--|---|--|
| Président | Armand Struvay Av. du Martin Pêcheur, 25/58 <u>1170</u> <u>Bruxelles</u> Tél : 02/660.50.14 e-mail : armand@handi-rando.com | Relations publiques Candidature d'appel à projets |
| Vice-président | Thierry Thysebaert Rue des petits sapins 39 <u>4900</u> <u>Spa</u> Tél. : 087/77.34.56 – 087/79.03.35 Fax : 087/79.03.00 e-mail : thierry@handi-rando.com | Guide Nature Gestionnaire des activités spadoises Relations avec le Cercle des Naturalistes de Belgique Dépôt de 2 joëlettes |
| Secrétaire | Bernard Legrand Noûri Cortil 15 <u>5020</u> <u>Champion</u> Tél.:081/21.11.45 e-mail bernard@handi-rando.com | Moniteur niv.3 ADEPS Gestionnaire du Site Internet Relations avec l'ADEPS et Féma Réalisation de cartographies spécifiques et Techn. GPS Dépôt de 12 joëlettes |
| Directeur Exécutif | Marc Maillien rue des Carrières 60 <u>5570</u> <u>Winenne</u> Tél.: 082/71.27.20 GSM:0473/58.34.21 e-mail : marc@handi-rando.com | Moniteur niv. 1 ADEPS Gestionnaire des activités |
| Trésorier | Jean Joly Rue Crotteux, 10 <u>4257</u> <u>Berloz</u> Tél /Fax : 019/32.56.12 e-mail : jean@handi-rando.com | Gestionnaire des Fonds & Subventions Gestionnaire de la comptabilité |
| Directeur logistique | Philippe Laermans Rue de Vignée, 8 <u>5580</u> <u>VILLERS/LESSE</u> Tél: 084/38.78.89 & GSM: 0497/26.47.72 - 0497/41.00.59 e-mail: philippe@handi-rando.com | Responsable et gestionnaire du matériel (entretien, réparation joëlettes...) |
| Bibliothécaire & Topographe | Luc Legrain rue des Inhauts, 3 <u>5021</u> <u>Boninne (Namur)</u> Tél/Fax : 081/21.43.01 GSM:0476/54.30.00 | Moniteur niv. 3 ADEPS Gestionnaire des topos guides Sentiers de Randonnées en Joëlettes et voiturettes |
| Rédactrice en chef | Martine De Clerck Rue F. Léger 42A <u>1140</u> <u>Evere</u> Tél.:02/726.05.98 e-mail : martine@handi-rando.com | Gestionnaire des publications, trimestriels Les articles, poèmes, dessins, photographies... sont très bienvenus 1 mois avant la fin de chaque trimestre. |
| Rédac. adjoint & administrateur | Christian Duvivier Rue de L'Isle 5 bte 3 <u>6240</u> <u>Farcienne</u> GSM:0496/51.26.11 e-mail :duvivierchristian@hotmail.com | Reportages, photographies... |
| Président d'Honneur | Jacques Eloy Av. des Nerviens, 23 <u>1780</u> <u>Wemmel</u> Tél/Fax : 02/460.68.26 GSM:0475/38.56.53 e-mail : jacques@handi-rando.com | |

Notre bulletin trimestriel est édité par l'imprimerie : Offset-service Ecole & Loisirs asbl, Malispré, 10, 5580 Han-sur-Lesse
Tél. 084/37.75.88 - e-mail : pierre.lannoy@scarlet.be

PROGRAMME DES ACTIVITES 2007 - Mis à jour 16 septembre

| DATE | DESCRIPTION DE L'ACTIVITE & (PILOTES) | Inscriptions | AA ? |
|--------------------|--|-------------------------------|----------------------------------|
| Sa 03/03 | Audergem : Assemblée Générale, 10h à 12h Promenade après le dîner | 8 joëlettes 5 participants | 17/15 |
| Di 25/03 | Tellin : Sensibilisation des jeunes des paroisses de Bure – Tellin <i>(Marc)</i> | 3 joëlettes 2 participants | 5/6 |
| Sa & Di 14-15/04 | Le Zwin : Gîte de la Croix Rouge NL PMR=85€ - AP=63 € - AA=52 € <i>(Les Castors)</i> | 4 joëlettes 3 participants | 15/9 |
| Sa 22/04 | Solwaster : Val Sauvage avec l'aide des scouts Départs : 10:00 & 14:00 <i>(Thierry)</i> | 2 joëlettes 3 participants | 11/9 |
| Di 29/04 | Bleharies : Maison de Léaucourt <i>(Jacques Colson)</i> | 4 joëlettes 2 participants | 6/6 |
| Di 03/06 | Huccorgne : Promenade dans le Parc Naturel des vallées de la Burdinale et de la Mehaigne <i>(Jean)</i> | 3 joëlettes 3 participants | 6/9 + CPEM |
| Di 06/05 | Aywaille : Circuit spécial adapté (très sportif) <i>(Amicale des Paras de Liège)</i> | 6 joëlettes 5 participants | 9/18 + CPEM |
| Di 13/05 | Durnal (Purnode) : Le Bocq, inaccessible ! Goûter offert par les Dames du Kiwanis Comté Namur <i>(Bernard)</i> | 6 joëlettes 4 participants | 7/18 |
| Ma à Sa 19-23/06 | Laroche : "Marche Européenne du Souvenir et de l'Amitié" avec l'appui de la Défense Nationale ; 4 x 15 kms, transport adapté. 75 € <i>(Marc)</i> | 6 joëlettes 7 participants | 20/20 |
| Di 08/07 | Mozet : Fête anniversaire de Handi-Rando, tous les membres se rencontrent ! Repas : adultes : 25 € - < 12 ans : 7,5 € - >12/8 ans <= € | 41 participants | |
| Di à Ve 22-27/07 | Echternach : A la découverte de la Petite Suisse Luxembourgeoise (Müllerthal). En Auberge de jeunesse (40 places). Pension Complète : PMR=280 €-AP=210 € – AA=170 € <i>(Bernard & Marc)</i> | 6 joëlettes 5 participants | 17/15 |
| Di 05/08 | Limbourg : Cité Médiévale <i>(Thierry)</i> | 6 joëlettes 7 participants | 14/30 + CPEM |
| Me 08/08 | Forêt de Havré : activité organisée par Mathieu Journée Jeunes <i>(Marc & Mathieu)</i> | 4 joëlettes 4 participants | 14/12 |
| Lu à Ve 03-07/09 | Calais : Cap Blanc Nez – Cap Gris Nez, en gîte (20 pers. max) PMR=340 € - AP=255 € - AA=205 € <i>(Marc)</i> | 4 joëlettes 2 participants | 10/6 |
| Sa & Di 22-23/09 | Gedinne : Grottes de Han avec "Les Fauteuils Volants" et "La Chaloupe" <i>(Marc)</i> | 8 joëlettes 7 inscriptions | 16/24 |
| Dim 7/10 | Watermael-Boisfort : Cités jardins (maillages vert et bleu) <i>(Jacques F.)</i> | 6 joëlettes 7 inscriptions | 6/18 |
| Di 14/10 | Nonceveux : Canyon du Ninglinspo (très sportif) <i>(Bernard)</i> | 4 joëlettes 7 inscriptions | 20/20 + CPEM |
| Ve à Di 26 - 28/10 | Reims : Lac du Der, la migration des grues www.lacduder.com <i>(Marc)</i> | 6 joëlettes 5 inscriptions | 12/12 |
| Ve à Di 09-11/11 | Leglise : La Forêt d'Anlier, cœur de l'Ardenne En gîte (15 pers.max.) <i>(Pierre)</i> | 4 joëlettes 5 inscriptions | 17/9 |

AA = Accompagnateurs Actifs disponibles – Journées Jeunes = priorité aux jeunes

Inscriptions au secrétariat sur le principe "Premier inscrit, premier servi !"