



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

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

# Nature,

*Si ton accessibilité m'était cont e...*

Numéro 4/2010  
4<sup>ième</sup> trimestre 2010

Editeur responsable :  
Bernard Legrand  
No ri Cortil, 15  
5020 – CHAMPION  
**P304116**

Bureau postal de dépôt :

5570 - BEAURAING

## SOMMAIRE

### Sommaire et Coin du secrétariat

Editorial : Le Mot du Président

Christian. Meunier P. 1

Convocation à l'A.G. 2011

P. 2

Boucle en Fagnes

Michel Ducobu P. 3

24 heures Joëlettes

PP. 4 - 5

Echternach : le Müllerthal, et hop on grimpe et hop on descend !

Martine Van Vliet P. 6

Opération Accessibilité : La Route du Fruit

PP. 7- 8

Carte accessibilité PMR : Fléron, La Route du Fruit

P. 9

Joyeuses Handi-Randonnées en 2011

PP. 10 - 11

Séjour à Faverges : les photos en couleurs

P. 12

Espace Qu'Handi-Randonneurs :

*Quatrième distribution de vêtements au Maroc - Rappel des règles d'inscription* PP. 13-14

Formulaire FéMA; Certificat médical d'Aptitude Physique 2011

PP. 15 - 16

Membres du C.A.

Programme Handi-Rando 2010

Annexe : formulaire de virement

---

### 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.**



**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**

Nous attirons votre attention sur **l'esprit de notre association**. Son objectif premier est de permettre aux PMR **l'accès à la nature** en organisant des promenades en joëlette avec des accompagnateurs expérimentés. L'organisation du **transport** des PMR pour se présenter au point de départ de l'activité et **l'assistance médicale** si des soins infirmiers sont nécessaires, incombent aux PMR elles-mêmes. L'intégration se réalise par un échange entre PMR et personnes valides et tout accompagnateur actif et/ou passif est toujours le **bienvenu**.

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 - Nouïri Cortil, 15 – 5020 – CHAMPION**

[bernard@handi-rando.com](mailto:bernard@handi-rando.com)





### *Le Mot du Président*

*Chers Amis,*

*Le calendrier nouveau est arrivé. C'est donc une lapalissade de dire que l'année 2010 se termine... Et quelle année ! Vous serez d'accord, j'imagine, pour reconnaître qu'elle fut une nouvelle fois exaltante, empreinte de beaucoup de cordialité et riche en émotions fortes.*

*Ce fut encore le cas à « ECHTERNACH », le séjour qui ponctua notre programme de l'année. HANDI-RANDO avait déjà découvert la région en juillet 2007 mais quelle que soit la saison..., que la Petite Suisse est belle !*

*Cette activité avait pourtant été programmée tard dans l'année et l'on aurait pu craindre une météo à décourager le plus obstiné des randonneurs et... ce fut le cas, mais seulement pour ceux qui avaient choisi de rester au pays !... Tout le monde se souviendra en effet de ce deuxième week-end de novembre mais pour des raisons bien différentes : alors que les intempéries se déchaînaient sur la Belgique et que certains vivaient des heures dramatiques, le ciel grand-ducal quant à lui était étonnamment clément. Cela nous valut deux jours de randonnée exceptionnelle, dans des conditions plus qu'acceptables, le soleil nous accompagnant même quelques heures le dimanche.*

*Le but de ce billet n'est pas de faire ici le compte-rendu de l'activité ; cependant je voudrais encore dire que, de toutes les randonnées qu'il a été donné de vivre, celle-ci fut de loin la plus sportive et la plus grisante. Cela grâce, évidemment, à une sympathique équipe renforcée et particulièrement dynamique.*

*Ce séjour fut aussi l'occasion de réceptionner une nouvelle joëlette offerte par la fondation BNP Parisbas Fortis : c'est là une des bonnes nouvelles de cette fin d'année qui se termine sur un bilan extrêmement positif. Il faut y voir, à mon sens, un juste retour de l'investissement "immodéré" de ceux qui président à la destinée de notre club et je les en remercie au nom de tous.*



*Je terminerai en vous souhaitant, au nom du Conseil d'Administration, une bonne et heureuse année 2011 et vous dis...*

*Au plaisir de vous retrouver en rando.*

*Christian Meunier*



## Convocation à l'Assemblée Générale 2011 de notre asbl Handi-Rando

Chers Amies et Amis,

Le Conseil d'Administration de l'A.S.B.L. Handi-Rando a l'honneur d'inviter tous ses membres à son Assemblée Générale qui aura lieu le **samedi 26 mars 2011** au "**Bois des Rêves**" à Ottignies"(\*).

*Nous espérons vous y rencontrer nombreux ou au moins recevoir une procuration.*

### A l'Ordre du jour :

1. Mot du Président ;
2. Rapport du Secrétaire ;
3. Rapport des activités 2010 ;
4. Comptes 2010 et rapport des contrôleurs ;
5. Approbation des comptes 2010 ;
6. Programme des activités 2011 et approbation ;
7. Projet de budget 2011 et approbation ;
8. Proposition de modification au Règlement d'ordre intérieur (Titre 9 ;Art. 9.3);  
Changement des tarifs de location de joëlette (€10/jour, € 50/semaine, 1 semaine gratuite pour les membres) ;
9. Election de 3 nouveaux administrateurs ; (candidatures à envoyer au secrétariat)
10. Clôture de l'Assemblée Générale.

**Horaire :** Accueil à 10 heures 30 à la cafétéria ;  
Apéro & lunch à 12 heures 30 (repas du jour 12,50 €) ;  
Balade en voiturettes à 14 heures.

(\*) Domaine Provincial du Bois des Rêves, Allée du Bois des Rêves, 1, 1340 - Ottignies.  
Fléché à partir du Centre d'Ottignies ou de Louvain-la-Neuve. Parking gratuit.

✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----  
**Talon à renvoyer au secrétariat par les membres en règle de cotisation avant le 1<sup>er</sup> mars 2011**

**NOM :** ----- **PRENOM :** -----

**participera à :** (cocher les mentions utiles) :

- L'Assemblée Générale
- Je désire faire une proposition lors de l'assemblée; sujet : -----
- Je désire participer au lunch de midi ( € 12,50)
- Je désire participer à la balade en voiturette comme PMR
- Je désire participer à la balade comme accompagnateur actif
- Je donne procuration pour les votes à ....., membre d'Handi-Rando.

**Signature :**



19 septembre 2010, domaine de Bérinzenne, sur les hauteurs de Spa. Un dimanche frais et venteux pour entreprendre une « bouclette » dans la Fagne de Malchamps, sous la houlette du herdier Thierry, très en verve et incollable en géologie, en botanique, en élevage et en cueillette de champignons hallucinogènes...

Une trentaine de randonneurs et huit joëlettes forment une solide troupe pour s'élancer vaillamment sur les caillebotis glissants de la Réserve Natura 2000, située en zone particulièrement humide. Nous sommes au bord de la Fagne de Malchamps, le mauvais champ, une zone de pâturage, abandonnée aujourd'hui et qui a retrouvé son aspect « sauvage », grâce aux travaux de déforestation qui y sont régulièrement exécutés et qui empêchent les arbres de coloniser le site.

Sous nos pieds, les lattes des caillebotis, et, sous les planches, très profondément, les roches les plus anciennes du pays, formées il y a 500 millions d'années. L'eau est partout, cachée sous les herbes. C'est d'ailleurs de Malchamps que l'on tire le Spa-Reine, une eau « jeune » étonnamment, vu qu'elle ne passe que quelques années dans le sol avant de ressurgir et d'être captée.

Notre guide nous montre, pieds dans l'eau, que la sphaigne qui peuple les lieux est une véritable éponge. Il en fait jaillir une abondante douche qui vous

procure des frissons bienfaisants. Cette sphaigne s'accumule dans des cavités (les lithalses) et acidifie l'eau, empêchant ainsi les bactéries de dissoudre le végétal. Il en résulte un dépôt solide, la tourbe, dont on se servait jadis comme combustible. Puisqu'on vous parle de trou, il en est un qui ne contient pas de tourbe. Forcément, il est récent et n'a servi qu'à ensevelir sept malheureux aviateurs de la R.A.F dont l'appareil s'est écrasé au milieu de la Fagne, en avril 1944. Si elle est amère, la « mare aux Anglais » n'est point acide et offre ainsi l'hospitalité aux grenouilles et aux libellules. Une bien faible consolation pour les sujets de Sa Majesté...



Pour fleurir leur mémoire, il nous est proposé de découvrir la callune rose qui illumine le paysage au mois d'août. Nous arrivons un peu tard pour l'admirer dans toute sa parure. A défaut de la belle mellifère qui fait aussi le bonheur des abeilles, nous nous tournons vers les myrtilles. Attention ! Il en est de deux sortes, la commune qui se mange et celle du loup qui s'évite. De toutes manières, il est conseillé de ne les consommer qu'après les avoir rincées au préalable, le renard peut s'y être oublié dessus en passant...

La boucle sera bouclée en arrivant au Musée du domaine, aménagé dans un ancien fortin, transformé en ferme, puis en musée de la biodiversité. L'habitation appartenait jadis à une riche famille spadoise, les Bérinssenne, qui ont donné leur nom à la Réserve, aujourd'hui très fréquentée par les touristes.

Et pour ne pas boucler ici mon article, sachez encore que trois d'entre vous, dont notre rédac'chef et votre serveur, sont restés « bouclés » plus d'une demi-heure dans l'ascenseur du musée, trahis par une surcharge de poids, et exposés comme dans une vitrine aux regards curieux, à peine inquiets, des nombreux visiteurs massés devant la porte. Pensez donc : une attraction vivante et bien conservée au milieu d'espèces empaillées en voie de disparition...

Michel Ducobu





# 24 heures joëlette : un challenge

Rendez-vous était pris au Hall des Sports de TABORA rive droite de la Sambre, le **vendredi 8 octobre à 15 heures pour le départ des 24 heures joëlette.**

**Participaient les Handi-Randonneurs :** Baudhuin Fabienne - Capelle Pierre - De Clerck Martine - Duvivier Christian - Goudeseune Mathieu - Greimans Sophie - Mertens Thibault - Meunier Christian - Misson Alain - Van Vliet Martine, *PMR* ;

Bakalova Iva - Deom Pierre - de Wasseige Ferdinand - Doumont Pierre - Goerlich Christian & Goerlich François - Goudeseune Michel - Goudeseune Michèle - Latour Ariane - Latour Clément - Joly Claude & Joly Jean - Laeremans Philippe - Legrand Bernard - Leysen Léo - Maier Erika & Grimbérieux Alain - Maillien Marc - Masson Sébastien - Minet Robert - Naniot Michel - Stranart Dominique, *AA*.

**Le parcours :** Départ du centre sportif de Tabora, chemin de halage, traversée de la Sambre à l'écluse de Salzines pour emprunter le chemin de halage rive gauche de la Sambre vers la Meuse, rejoindre et longer la place saint Aubain, traverser le vieux Namur, place d'armes et rejoindre le quai de la Sambre pour le retour vers Tabora.

## Les chiffres :

**Distance parcourue :** 273,94 kilomètres en 24 heures par les joëlettes de 2 Associations: « Les Chemins de Traversée » et « Handi-Rando » ; 6 PMR ou AA ont accompli 5 rotations soit 28 km avec même 1 AA avec 6 rotations !

**Nombre de rotations :** 49 ( 12 de 4,670 km et 37 de 5,890

km ) contrôlée par GPS GARMIN 60 csx;

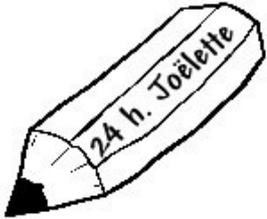
**Participants :** 19 PMR (10 de H-R, 6 de CDT et 3 engagées sur place) ; 49 accompagnateurs ( 25 H-R, 13 ville de Namur et 12 CDT).

LE PROJET ORGANISÉ PAR LA FÉMA À NAMUR, A ÉTÉ UNE VÉRITABLE RÉUSSITE (1):

*[...] Durant deux journées d'efforts et de dépassements de soi, des sportifs venus d'horizons bien différents ont tenté de battre des records. Mais au-delà des chronos et des résultats, ces deux jours offraient la possibilité à tous les participants, non valides comme valides, de prendre du plaisir et de s'amuser dans une ambiance conviviale. [...] Bastien Gilain (Journal «L'Avenir» du 13 octobre 2010)*

(1) voir l'article complet sur notre site.





Bonjour à tous,  
Je transfère volontiers les remerciements de notre Président à tous ceux qui ont collaboré à ce splendide défi et en particulier à Catherine Margot, l'instigatrice au niveau

FÉMA et Sébastien Masson, notre relais dynamique pendant ces 24 heures.[...]

Ce fut vraiment de l'«INTEGRATION DANS LA JOIE» comme nous la pratiquons dans toutes nos activités. «Un défi ensemble même si on est différents».

N'oubliez pas de jeter un coup d'oeil sur notre site Internet; notre ami Michel y a publié ses meilleures photos.

Encore bravo et bien cordialement.

Bernard

~~~~~

Ce petit mot pour vous remercier tous autant que vous êtes, qui avez participé d'une manière ou d'une autre à ce magnifique défi que nous avons relevé ce w.e. à Tabora, avec une mention toute spéciale à ceux qui l'ont organisé. Ce fut fait de main de maître ; on ne s'en étonne même plus, et pourtant... que d'investissement ! Il faut également louer le ciel pour sa clémence ; on n'aurait même pas osé espérer pareille météo, mais, voilà !... Encore merci à tous et gageons que cet événement ne restera pas sans lendemain.

Christian, un président comblé

~~~~~

Merci, j'ai passé un très beau et bon séjour avec vous. Moi aussi, j'espère que ça ne restera pas sans lendemain.

CHD

~~~~~

Je me suis également très bien amusé, Nous avons donc un record à battre, j'espère que vous n'allez pas



attendre le vingtième anniversaire de la FEMA!!!  
Félicitation pour l'organisation.

Amitié à tous.

Robert

~~~~~

Hello,

Merci à tous d'avoir participé aux 24h Joëlette, je me suis très bien amusé, je trouve qu'on a relevé un beau défi !! à refaire, je suis partant!!

Merci à tous, à bientôt, j'espère

Thibault

~~~~~

Qui a dit que les wallons et les flamands ne peuvent pas...

Quel est le nouveau record à battre ?

Salutations,

Leo



# Opération Accessibilité Nature:

## LA ROUTE DU FRUIT



### Rapport de visite :

|                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Rapporteurs :</b>                                                   | Théophile Lippold, Bernard Legrand                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Date de la visite :</b>                                             | 25 septembre 2010                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Nom officiel du site :</b>                                          | « La Route du Fruit »                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Adresse :</b>                                                       | Rue Lapierre, 19<br>4620 FLERON, Province de Liège<br>Tél.: 04/355.91.96 [ADL de Fléron (1)]                                                                                                                                           |
| <b>Responsable n°1 :</b>                                               | Michel Buron, éco-conseiller responsable des promenades de la commune de Fléron, PCND promenade (2)                                                                                                                                    |
| <b>Responsable n°2 :</b>                                               | M. Linotte (échevin)                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Signalisation routière :</b>                                        | Autoroute E 40, Liège – Eupen, sortie 37 FLERON ; suivre la N3 vers Fléron ; après le centre de Fléron, prendre la rue de Romsée (rond-point) et à gauche, après le commissariat de police, l'avenue de l'Espace Sport et son parking. |
| <b>Parking existant :</b>                                              | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Places pour PMR :</b>                                               | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Parking payant :</b>                                                | NON                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Lignes de transport en commun :</b>                                 | Bus n° 10-28-38b-68-69<br>Attention : bus non adaptés                                                                                                                                                                                  |
| <b>Cheminement depuis les haltes jusqu'au départ de la promenade :</b> | Parking de l'Espace sport : se diriger vers <i>l'Espace Sport</i> , 50 mètres<br>Arrêt <i>Chantraine</i> : accès direction le RAVeL, 100 mètres.<br>Arrêt <i>Fléron gare</i> : accès par le RAVeL, 100 mètres                          |
| <b>Heures, Jours, Saisons de présence humaine:</b>                     | De 8 h. 30 à 17 h.; Tous les jours ; Toute l'année.                                                                                                                                                                                    |
| <b>Equipements intérieurs ou dépendant du site.</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Sanitaires existant :</b>                                           | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Localisation des sanitaires :</b>                                   | À <i>l'Espace Sport</i>                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Sanitaires adaptés :</b>                                            | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Accès sanitaires :</b>                                              | FRONTAL                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Point d'eau potable :</b>                                           | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Abri(s) existant(s) :</b>                                           | OUI (abri bus)                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Nombre d'abris :</b>                                                | 2                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Localisation abri(s):</b>                                           | Rue Colonel Piron                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Documentation existante:</b>                                        | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Format documentation:</b>                                           | Folder                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Adresse documentation:</b>                                          | Rue Lapierre, 19 - 4620 FLERON - Tél. : 04/355.91.96                                                                                                                                                                                   |
| <b>Restaurant existant :</b>                                           | NON                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Aire(s) pique-nique :</b>                                           | NON                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Petite restauration :</b>                                           | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Accessibilité PMR :</b>                                             | OUI                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Descriptif et localisation:</b>                                     | Cafétéria en face de <i>l'Espace Sport</i>                                                                                                                                                                                             |

oooooooo

### Rapport sur l'accessibilité du site aux PMR :

oooooooo

Circuit de 4 km - + 15 mètres de dénivelé - Environ 1 heure 30 - Facile : l'aménagement particulièrement soigné vous permettra un parcours sans obstacles (voir plan en pages centrales).

*Cette promenade vous propose de flâner au travers d'un village campagnard paisible et coquet.*

Le départ proposé est idéalement situé face à l'entrée de *l'Espace sport*. En contournant le bâtiment par le N-E, une rampe d'accès nous conduit sur le RAVeL ; en le suivant vers la droite, après une légère pente sur 300 mètres, le chemin est coupé par la rue *Chantraine* que nous empruntons à gauche jusqu'à un carrefour. Traversons 2 passages piétons pour longer un vieux château d'eau (bon repère) et descendons la *rue de Fléron* sur 50 mètres. A droite, un chemin empierré (la *rue Bransons*) nous conduit vers les terrains de football de Fléron et Magnée. A mi-chemin, nous prenons à gauche sur un sentier herbeux en passant entre les terrains pour aboutir sur le parking d'une buvette « sportive ». Continuons sur la route en face. Arrivés sur la *rue de Fléron* nous changeons de trottoir à gauche de la route. Le trottoir aménagé nous conduit sur une place (la *Place de l'Etang*). En passant entre les pots de fleurs nous continuons à gauche vers la *rue de la Carrière*.

A droite, une chapelle de la Vierge nous invite à continuer vers l'église saint Antoine. Après l'église, suivons la *rue des Pommiers* sur le trottoir de gauche, nous longeons d'anciennes maisons garnies de petites *Potales* (3).

*Rue Colonel Piron*, à l'abri bus, nous traversons la route pour continuer sur le trottoir de droite en descendant. Après avoir dépassé le carrefour, nous continuons tout droit sur une cinquantaine de mètres. Ensuite, toujours à droite, une rue courbe, la *rue A. Renard* nous permet d'admirer des jardins particuliers.

A droite, prenons une voie sans issue (la *rue Cdt Duchene*) jusqu'au fond pour y emprunter une première venelle sur la gauche. Traversons la *rue Spirlet* et en face une deuxième venelle nous remet sur le RAVeL. Tournons à droite pour retrouver le chemin jusqu'à notre point de départ, *l'Espace sport*.

(1) ADL : Agence de Développement Local

(2) PCDN : Plan Communal du Développement de la Nature.



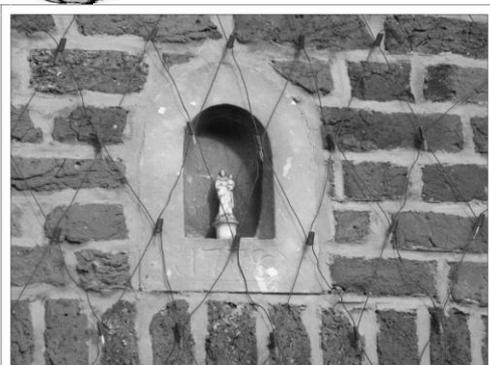
## Caractéristiques Naturelles du Site

L'entité de Fléron comprend les villages de Magnée, Retinne et Romsée. Importante richesse touristique, sa ruralité se découvre grâce à un riche réseau de sentiers de randonnées dont une ancienne ligne de chemin de fer transformée en sentier RAVeL. Magnée est un village campagnard et coquet, habité de petites maisons soignées, fleuries et flanquées de vergers (de là le nom du site).

Sur le parcours : un très beau séquoia et un admirable point de vue sur le Sart Tilman.

A Magnée, que traverse cette balade PMR, est organisé chaque année, le premier week-end d'octobre, la *Fête du Fruit*. Grâce à la confrérie dont le nom en wallon est "*Les Coyeux di Magnée*" tous peuvent découvrir et déguster les produits du terroir à base de fruits. La même confrérie cède volontiers son local (avec toilettes accessibles) pour accueillir les PMR en cette occasion.

(3) Le terme *Potale*, du wallon *potè* (*petit trou*) désigne une niche contenant une statuette. Les *Potales* sont généralement intégrées aux constructions. En façade, placées au-dessus de la porte d'entrée, elles apportent leur protection aux habitants de la maison. Les *Potales* ont parfois été érigées en commémoration d'un événement ou en remerciement pour une guérison. En raison de leur valeur esthétique ou historique, de nombreuses *Potales* sont considérées comme faisant partie du petit patrimoine et sont protégées par des arrêtés de classement. (ref. : wikipedia)



# FLERON

Avenue des Martyrs

ESPACE SPORT

**P** Toilette adaptée



**D**

RAVEL

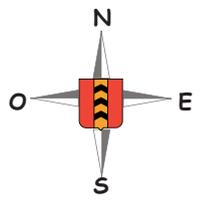
PARC COMMUNAL

LIGNE 38

 Sens de la marche

- 1** Chapelle de la Vierge
- 2** Eglise St Antoine de Padoue
- 3** Maisons à potales du XVII<sup>e</sup> siècle

# MAGNEE





JOYEUSES  
HANDI-RANDONNEES  
2011

- ...
- 19 & 27/03/2011
  - 3, 10 & 17/04/2011
  - 1 & 29/05/2011
  - 12 & 19/06/2011
  - 3-9, 21 & 21/07/2011
  - 14/08/2011
  - 11 & 25/09/2011
  - 1 & ?/10/2011
- ...





**Séjour à Faverges**



# ECHTERNACH ; le Müllerthal, et hop on grimpe et hop on descend !

Vu par une Handi-Randonneuse PMR



**N**OUS voilà partis, Réginald et moi, pour le week-end Handi-Rando en Petite Suisse Luxembourgeoise. Après un petit couac de navigation routière, comme nous en avons l'habitude ;-), nous retrouvons tout le monde à l'auberge de jeunesse pour le souper. Disons plutôt.... le souper-spectacle : depuis la cafétéria nous pouvions suivre les prouesses de Dominique, Valentin, Quentin, Anya etc. qui escaladaient un mur d'entraînement.

Samedi, nous sommes prêts à partir... mais avant le départ, chaque joëlette sera pesée avec son passager (pour des relevés techniques) ; impossible de tricher sur son poids !

Temps mitigé pour une promenade très accidentée et la grimpe d'obstacles scandée en chœur d'encourageants «hop-hop» !

Rentrés à l'auberge, c'est un verre à la main que nous apprenons que pour la soirée, une surprise se prépare ...et... plus tard... tous réunis au premier étage, nous découvrons la superbe Joëlette orange que nous a permis d'obtenir l'Amicale des paras de Liège ! Nous

arroserons joyeusement cette nouvelle acquisition en regardant les photos de nos randonnées passées. Souvenirs, souvenirs...

C'est Patricia qui inaugurera la nouvelle joëlette lors de notre seconde journée. La promenade est aussi très escarpée et – soi-disant – moins compliquée... selon Marc (vous voyez ce que je veux dire !)

Le Müllerthal vaut vraiment le déplacement, un lieu particulier, à visiter absolument quand l'occasion se présente ! Merci à nos AA, dont l'Amicale des Paras de Liège, qui ont été d'une très grande efficacité !

Toute cette balade dominicale se fera sous le soleil tandis que, d'après des échos, sévissaient de grosses inondations en Belgique ! Hé oui, avec Handi-Rando, nous avons toujours de la chance !

La pluie ne montrera son nez que lors de notre retour vers Bruxelles.

Que l'hiver sera long sans randonnée, vivement l'année prochaine !

Martine VV

# ESPACE QU'HANDI-RANDONNEURS !

## QUATRIÈME ANNÉE DE DISTRIBUTION DE VÊTEMENTS AU MAROC : SEPTEMBRE 2010

Après avoir tout récolté, trié, emballé et chargé, nous apprenons qu'une nouvelle loi marocaine interdit toute entrée de vêtements usagés, même et surtout pour les donations, ce qui revient à dire « chez nous la misère n'existe pas ». Une année de travail pour rien avec récolte de fonds, un souper et tout le reste ! Marc décide donc de partir avec sa voiture et le matériel scolaire récolté ; une école de l'entité d'Havelange, représentée par Vinciane et son mari Elie Melot, parraine une école de Boumalne et de Tifrit. Ils partaient avec leur véhicule à leurs frais pour faire une distribution de matériel scolaire et un échange d'idées et de techniques. Leur départ était prévu le lundi 20 septembre.... Le samedi à 22:30, un appel téléphonique me confirme notre départ (avec les colis de vêtements) la nuit de dimanche à lundi ; deux connaissances de Marc, sénateurs de leur état, nous attendront à la douane. La camionnette et la remorque sont bien chargées. Emile qui a proposé de nous aider pour la distribution nous accompagne : sa voiture est équipée elle aussi d'une remorque.



Quelques problèmes techniques (résolus) plus tard, pour la traversée du détroit de Gibraltar, nous avons pris le bateau à Tarifa où nous attendaient Vinciane et Elie, et comme convenu, nous étions attendus au Maroc par notre association (nommée ASSIDE) composée de trois berbères et par nos deux parlementaires. Après 7 heures de négociations, nous avons dû laisser cinq sacs à la douane (que l'on pouvait reprendre au retour mais nous les avons donnés à une association de femmes marocaines).

En tout, nous avons distribué plus de 1 200 colis et vêtements, matériel scolaire et matériel pour handicapés, nous avons transporté environ 4 500kg et avons distribué de mains à mains. Tout cela n'aurait pas été possible sans votre aide, votre soutien et votre contribution quelle qu'elle soit : un grand merci pour eux. André Vandenbosch

L'avenir est incertain pour ce qui est des vêtements usagés, mais nous ne baissons pas les bras. Marc a entrepris des démarches pour obtenir une dérogation d'importation de vêtements usagés. Si nos amis ne vont pas au Maroc en 2011, soyez certains qu'ils trouveront une autre destination. La collecte de vêtements continue et l'aide aux écoles marocaines continue, elle.

Si vous voulez participer à cette entreprise, vous pouvez vous adresser au secrétariat ou à tout membre du conseil d'administration d'handi-rando ou encore directement à Marc Goffin. Vous pouvez également les soutenir financièrement au numéro de compte : **132-5211151-61** aux noms de "Goffin - Vandenbosch".



**HANDI-RANDO ASBL  
REMERCE TRA'MONTAGNE  
SON GÉNÉREUX  
FOURNISSEUR ATTITRÉ.**

<http://www.tramontagne.be>



En 2010, notre association a inauguré un nouveau système de désignation des PMR participantes à nos activités. Cette formule a donné satisfaction : l'expérience sera donc poursuivie en 2011.

## Rappel : les règles d'inscription aux activités de Handi-Rando

**Le Principe cible** de Handi-Rando est d'offrir la possibilité à tous ses membres PMR et à chance égale, de participer à un maximum d'activités d'un jour ou d'activités en séjour.

### Conditions d'inscription en général :

Avoir payé sa cotisation;

Avoir rentré son certificat médical d'aptitude physique;

S'être inscrit par courriel ou par lettre, un mois avant la date de l'activité ;

Respecter et accepter que priorité soit donnée aux jeunes dans une activité «pour jeunes».

### Conditions d'inscriptions supplémentaires spécifiques aux séjours,

Envoyer son inscription 3 mois avant la date du séjour ;

Payer un acompte dès que le secrétariat a confirmé la validité de l'inscription ;

Accepter les décisions du Conseil d'administration qui seront prises au cas par cas (en fonction du nombre maximum de joëlettes, du nombre d'accompagnateurs disponibles, de la capacité d'accueil du gîte, de l'aptitude de la PMR à loger en gîte plus ou moins bien adapté et du nombre de participations effectives antérieures,...).

**Remarque : Tout désistement tardif sans raison valable sera considéré comme une sortie effective.**

Le C.A. de l'ASBL Handi-Rando

Le Conseil d'administration présente ses plus sincères condoléances à Jacques Colson, à sa famille et à sa belle-famille pour le décès de leur belle mère, mère et grand-mère.



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

**GSM : 0475 724 721 - Tél : 082 647 321**



**CERTIFICAT MEDICAL**  
**A GARDER PAR LE CERCLE**

**VOLET A**

**Année : 2011**

Je soussigné(e) ..... (personne majeure ou tuteur légal) autorise le responsable de cercle ou son délégué à utiliser ces informations d'ordre médical dans le cadre des activités de la Fédération Multisports Adaptés en veillant à garder la confidentialité de ce document.

Signature :

Membre du club : .....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse ou vignette mutuelle.....

Date de naissance : .....

tél. ....

Ne présente pas de handicap - Présente le handicap suivant (biffer la mention inutile) :  
1= handicap principal – 2 = handicap secondaire

**1 2**

- Déficience mentale légère 111
- Déficience mentale modérée 112
- Déficience mentale sévère 113
- Déficience mentale profonde 114
- Troubles caractériels (névrotique ou pré psychotique) 140
- Troubles caractériels légers 142
- Troubles caractériels graves 141
- Autisme 160
- Déficience profonde et troubles envahissants 115

**1 2**

- Troubles moteurs 010
- Paralysie cérébrale 020
- Dismélie 050
- Poliomyélite 060
- Malformation squelette/membres 120
- Spinabifida ou myopathie 090
- Sclérose en plaques 080
- Lésion cérébrale congénitale ou acquise 170
- Polyhandicap 130

**1 2**

- Epilepsie 100
- Troubles respiratoires 030
- Malformations cardiaques 040
- Troubles graves de la parole, vue, ouïe 070
- Aveugles, amblyopes, troubles graves de la vue 071
- Sourds/demi-sourds 072
- Affectation chronique non contagieuse 150

✂-----

**CERTIFICAT D'APTITUDE PHYSIQUE**

**VOLET B**

**Année 2011**

**A RENVoyer OBLIGATOIREMENT A : (cachet de l'entité)**

**(à remplir par le médecin examinateur)**



Partie de document à découper (voir Verso) et envoyer à  
FéMA/FWSA, Bvd des Fortifications, 12 – 5600





#### Président

Christian Meunier  
rue des Broux, 24  
5020 Vedrin  
☎ 081-21 61 80  
e-mail : christian@handi-rando.com

- Candidature d'appel à projets

#### Vice-président

Thierry Thysebaert  
Rue des Petits Sapins, 39  
4900 Spa  
☎ 087-77 34 56  
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

#### Trésorier

Jean Joly  
Rue Crotteux, 10  
4257 Berloz  
☎ & fax : 019-32 56 12  
e-mail : jean@handi-rando.com

- Gestionnaire des fonds & subventions
- Gestionnaire de la comptabilité

#### Président d'honneur

Jacques Eloy  
avenue des Nerviens, 23  
1780 Wemmel  
☎ & fax : 02-460 68 26  
GSM : 0475-38 56 53

Handi-Rando a.s.b.l. remercie vivement ses généreux donateurs. Leur soutien est très précieux.

Merci tout particulier à la famille Nanetti, à l'Union francophone des handicapés, section de Marche, à Jean-René Dandois, à la famille Vanhulst (jogging mémorial de leur fils), à la famille Regout, à BNP Paribas Fortis et le Rotary de Gedinne.

Le conseil d'administration

#### Secrétaire

Bernard Legrand  
Noûri Cortil, 15  
5020 Champion  
☎ 081-21 11 45  
e-mail : bernard@handi-rando.com

- Moniteur niveau 3 ADEPS
- Relations avec l'ADEPS et la Féma
- Réalisation de cartographies spécifiques et techn. GPS
- Dépôt de 23 joëlettes

#### Directeur exécutif

Marc Maillien  
Rue des Carrières, 60  
5570 Winenne  
☎ 082-71 27 20  
GSM : 0473-58 34 21  
e-mail : marc@handi-rando.com

- Moniteur niveau 1 ADEPS et APA
- Gestionnaire des activités (reconnaisances, tarifs)
- Initiation des pilotes (brevets AA, AAE et capacitaire)

#### Directeur logistique

Philippe Laeremans  
Rue de Vignée, 8  
5580 Villers-sur-Lesse  
☎ 084-38 78 89  
GSM : 0497-26 47 72  
e-mail : philippe@handi-rando.com

- Moniteur APA
- Responsable et gestionnaire du matériel (entretien, réparation joëlettes...)

#### Responsable activités jeunes

Julien Laeremans  
Rue de Vignée, 8  
5580 Villers-sur-Lesse  
☎ 084-38 78 89  
e-mail : julien@handi-rando.com

- Gestionnaire des activités jeunes

#### Rédactrice en chef

Martine De Clerck  
Rue F. Léger, 42A  
1140 Evere  
☎ 02-726 05 98  
e-mail : martine@handi-rando.com

- Gestionnaire des publications, trimestriels

#### Rédactrice adjointe

Martine Van Vliet  
Avenue d'Homborchveld, 9  
1180 Bruxelles  
☎ 02-375 18 99  
e-mail : martinev@handi-rando.com

- Reportages, photographies...
- Reconnaissances DGRNE

#### Gestionnaire du site internet

Michel Naniot  
Rue des Perdrix 13  
5000 Beez (Namur)  
☎ & fax : 081-22 10 02  
e-mail : michel.naniot@gmail.com

- Conseiller informatique

Notre bulletin trimestriel est édité par l'imprimerie :  
Offset-Service Ecole & Loisirs asbl, Malispré, 10, 5580 Han-sur-Lesse  
☎ 084-37 75 88 - E-mail : pierre.lannoy@scarlet.be

# Programme non définitif des activités 2011

## Mars

Dimanche 13 mars, invitation à

### Graide

par Yves Andries

---

Samedi 19 mars

### Louvain-la-Neuve

Bois de Lauzelle avec les Fauteuils Volants - Journée jeunes - Facile - Thibault & Bernard

---

Samedi 26 mars

### Ottignies

Assemblée générale au Bois des Rêves

---

Dimanche 27 mars

### Bure

Nature et souper - Moyen - Jean

---

## Avril

Dimanche 3 avril

### Ninglinspo

Canyon près de Nonceveux - Nature - Très sportif - Bernard

---

Dimanche 10 avril

### Fléron

Par Théo Lippold - Sportif - Jean & Christian G.

---

Dimanche 17 avril

### Saint-Trond

Vergers en fleurs - Facile - Jean

---

Dimanche 17 avril également

### Solwaster

Journée Dyadis - Nature - Sportif - Thierry

## Mai

Dimanche 1er mai

### Villers-la-Ville

Histoire & nature - Moyen - Marc

---

Samedi 14 mai, invitation à

### Ciney

pour les 50 ans d'Altéo

---

Dimanche 29 mai

### Trooz

Par l'Amicale des Paras - Nature & jeux - Sportif - Bernard

---

## Juin

Dimanche 12 juin

### Abbaye d'Aulne

Histoire & nature - Moyen - Bernard

---

Dimanche 19 juin

### Cerfontaine

Philippe

---

## Juillet

Du 3 au 9 juillet

### Vercors

Flore et montagne - Sportif - Marc & Bernard

---

Jeudi 21 juillet

### Marneffe

Par le CPE - Nature - Moyen - Michel

---

Dimanche 31 juillet

### Huy

Nature & culture - Moyen - Jean

## Août

Dimanche 14 août

### Couvin

Marc

---

Dimanche 28 août, invitation à

### Gedinne

par le Rotary - Nature - Facile - Barbecue payant

---

## Septembre

Dimanche 11 septembre

### Braine-le-Comte

Bois de la Houssière - Nature - Moyen - Jean-René & Michel

---

Dimanche 25 septembre

### Tilff

Par Christian G. - Nature & culture - Moyen - Christian G. & Michel

---

## Octobre

Samedi 1er octobre

### Jambes

Avec la Douceur Mosane - Cap48 - Nature - Moyen - Bernard

---

Courant octobre, week-end à

### Torgny

Nature - Moyen - Marc

Les activités sont décrites avec le thème, la difficulté et le(les) pilote(s) - AA : accompagnateurs actifs disponibles - Journées jeunes : priorité aux jeunes