



Belgique – Belgïe
P.P. – P.B.
5570 – BEAURAING
P304116

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

Nature,

Si ton accessibilité m'était contée...

Numéro 1/2012
1^{ier} trimestre 2012

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

Bureau postal de dépôt :

5570 - BEAURAING

SOMMAIRE

Sommaire

Editorial : Le Mot du Président	Christian M.	P. 1
Handi-Rando : Xième Anniversaire !		PP. 2-3
Destination plein sud : Torgny en Gaume, sous le soleil	Micheline et Christiane	PP. 4-5
A Court-Saint-Etienne : 1 ^{ière} sortie de; la saison 2012	Bernard & Thibaut	P. 6
Brevet Capacitaire pour Randonnées en Joëlettes		PP. 7-8
Espace Qu'Handi-Randonneurs !		P. 9
Parution du guide SPW - Décathlon Wavre : Merci		PP. 10-11
HR en couleurs		PP. 12-13
Espace Qu'Handi-Randonneurs ! (suite)		
FFBMP - Bol d'Air - Coûts des séjours		
Intouchables, ces intouchables >?	Michel Ducobu	P. 14
Bienvenue à Lukla	Martine VV	P. 15
Opération vêtements 2011	André Vandenbosch	P. 16
Membres du C.A.		
Programme Handi-Rando 2012		

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 :

IBAN : BE28 1420 6680 3420 & BIC : GEBABEBB 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 - Noûri Cortil, 15 – 5020 – CHAMPION

bernard@handi-rando.com





LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers Amis,

Pleins feux sur le dixième anniversaire d'Handi-Rando. Comme annoncé dans le numéro précédent, les festivités se dérouleront le samedi 30 juin. Nous espérons que vous pourrez nous rejoindre ce jour-là car l'événement vaudra le détour. Les pages de ce numéro lui font la part belle et vous y trouverez tous les renseignements concernant son organisation.

Nous appelons donc à la mobilisation générale car toutes les forces vives seront nécessaires. En effet, les festivités ne se limiteront pas à la journée du samedi ; des randos seront organisées les jours précédents qui, nous l'espérons, rassembleront un maximum d'adeptes.

L'événement sera l'occasion de réunir tous nos membres et de remercier tous ceux qui, de près ou de loin, soutiennent notre action et sans qui le club ne serait pas ce qu'il est aujourd'hui. L'occasion aussi de faire le bilan des dix années d'activité du club mais également de lui donner un second souffle pour aborder la prochaine décade dans la continuité de ce qui fait son succès avec une motivation renouvelée. L'occasion enfin de mieux faire connaître l'association afin que ceux qui le souhaiteraient fassent le pas et s'engagent à nos côtés pour nous apporter du sang neuf et assurer la pérennité du club.

Mais si le dixième anniversaire reste l'organisation phare de cette année, il ne faudrait pas oublier qu'un fabuleux programme est proposé de mars à octobre ; plus de 20 sorties sont inscrites au calendrier et, à l'heure où j'écris ces lignes, deux ont déjà eu lieu qui furent chacune deux belles journées très réussies.

D'ici au 30 juin, n'hésitez donc pas à vous inscrire d'autant que ces journées printanières nous incitent à la balade.

Au plaisir de vous retrouver en rando.

Christian Meunier

Handi - Rando :

Comme annoncé dans notre précédent trimestriel, votre association fêtera ses 10 ans cette année. Les manifestations auront lieu du 27 au 30 juin, des dates à marquer en rouge dans votre calendrier.

Marquez aussi la date du 20 mai car, comme vous le verrez plus loin, ce sera la date limite des inscriptions.

Du 27 au 29 juin

Les 27 et 28 juin, des sorties seront organisées dans la région de Namur. Le 29, nous participerons à une journée de la MESA (Marche Européenne du Souvenir et de l'Amitié), épreuve à laquelle nous avons déjà pris part de nombreuses fois.

Nous désirons qu'un maximum de membres puissent participer à ces journées. Aussi, nous vous demandons de préciser dans votre inscription le nombre de jours auxquels vous désirez participer ainsi que les journées où vous serez libres.

Exemples : 1 journée, soit le 27 ou le 28
2 jours, les 28 et 29

Les personnes qui effectueront plusieurs journées pourront loger à l'Auberge de Jeunesse de Namur (20 places réservées). Coût pour les 3 jours : 35 €, à moduler en fonction du nombre de nuits. Ce montant comprend le logement et les repas.

N'oubliez donc pas de préciser si vous voulez profiter de cette possibilité.

Nous vous demandons de vous inscrire le plus rapidement possible et certainement **avant le 20 mai** afin de nous permettre d'étudier vos demandes et d'en satisfaire un maximum. Début juin, vous saurez pour quelles dates vous avez été retenus et vous pourrez alors discuter les détails de votre participation.

Xième Anniversaire !

La journée du 30 juin

Le 30 juin, nous nous réunirons à la salle 'Le Bienvenu', Chemin des Archiducs 32 à 5100 Wépion. Ce sera pour nos membres l'occasion de se retrouver dans une ambiance festive et cette journée nous permettra aussi de remercier les nombreuses personnes qui ont soutenu notre association.

Programme de la journée :

- 11.00 : départ de toutes nos joëlettes pour une courte promenade
- 12.30 : retour en musique
- 13.00 : partie protocolaire et apéritif
- 14.30 : repas et animations diverses

Inscriptions :

Le nombre de places est limité et priorité sera donnée aux personnes qui étaient membres avant le 1^{er} mars 2012 et sont en règle de cotisation. Chaque membre peut s'inscrire avec son conjoint(e) et ses enfants mineurs. Nous vous demandons de le faire, en utilisant de préférence le formulaire de notre site, **avant le 20 mai** et de payer le montant de votre participation avant cette date. Les non-internautes peuvent s'inscrire au 081/22 10 02 (Fax & téléphone).

Nous pourrions alors voir s'il reste des places disponibles pour d'autres catégories de personnes (parents, amis, ...). Ces personnes peuvent bien sûr s'inscrire dès à présent par mail à jean@handi-rando.com. Elles seront averties début juin de la décision les concernant et, le cas échéant, invitées à régler leur écot.

Coût :

Pour nos membres actuels en règle de cotisation et leur conjoint(e) : 15 € / personne (8 € pour les enfants en-dessous de 12 ans, 11 € de 12 à 18 ans). Montant à verser sur le compte Handi-Rando 142-0668034-20 avant le 20 mai en mentionnant '10 ans'.

Pour les autres participants : 35 € (enfants : 20 ou 27 selon l'âge) à payer lorsque leur participation aura été confirmée.

Ce montant comprend l'apéritif, un buffet chaud-froid, eau plate ou gazeuse et café à volonté ainsi qu'une certaine quantité de vin à table. Vin supplémentaire, bières et boissons disponibles au bar à des prix démocratiques.

D'éventuels cas litigieux seront soumis au comité organisateur.

Le village de Torgny, un des plus beaux villages de Wallonie, le plus méridional de Belgique, est situé au sud de la Province de Luxembourg, en Gaume, dans la commune de Rouvroy. A l'extrême sud de la Lorraine, la Gaume est aussi communément appelée la Provence belge suite au climat particulier qui y règne.



(1) Torgny "L'assassin qui parlait aux oiseaux" de Jean-Claude Servais

21-23 octobre 2011

Destination plein Sud - Torgny en Gaume, sous le soleil

*Que du bonheur, de l'humour
comme s'il en pleuvait..., des éclats
de rire. Le ton est donné !*

Arrivée en covoiturage de tous les azimuts : Liège, Philippeville, Berloz, Vignée, Naninne, Bruxelles, Virton...!

Le vendredi 21

Tout le monde est au rendez-vous pour le super vin-fromage apporté par chacun. Oh surprise!, parce qu'il faisait bien frais dans le gîte, Bernadette a mitonné une bonne soupe aux pois, agrémentée de lardons et de croûtons tièdes. Mmm !

Le samedi 22

Après une bonne nuit, un copieux petit déjeuner nous attend à l'auberge «La Romanette» qui nous accueille chaleureusement pour tous les repas.

Dans le matin frais, nous nous mettons en route pour une visite guidée de l'Abbaye d'Orval : ses ruines des XII^e et XVIII^e siècles bien restaurées, ses caves en enfilade, majestueuses et précieuses, la fontaine Mathilde à l'origine du logo de la trapiste (la truite présentant l'anneau nuptial de son défunt mari), le musée récent de la fabrication de la bière des moines... Celle-ci est appréciée ou non, selon les goûts de chacun. Certains préfèrent la blonde Leffe à l'ambree d'Orval. Soit. On dit : UN Orval !



Pour le repas de midi, « l'Ange gardien » nous accueille, restaurant construit par l'abbaye et inauguré en 2010, sobre et élégant. Au menu, tartiflette au fromage d'Orval et lardons. Chaud, chaud. Après un bon café - joëlettes montées - nous voilà partis vers la réserve naturelle d'Orval. Celle-ci

abrite, grâce à son biotope protégé, de nombreuses espèces de chauves-souris. Enfin le soleil apparaît pour accompagner notre bonne humeur.

Retour au bercail, par un petit crochet français à Avioth et sa magnifique basilique gothique au milieu des champs.

Notre bercail en grosses pierres du pays d'un bel ocre était un peu frisquet. Aussi, avant le repas du soir, nous nous sommes réfugiés dans le petit salon près du feu de bois allumé et alimenté généreusement par Philippe; pour se désaltérer, il y avait le choix entre le délicieux cacao de Noëlla et/ou le vin restant de la veille. Le cumul a bien fonctionné !

Souper copieux à « La Romanette » puis, tous au dodo.



La Touffaye

Dans une marmite en fonte, faire bien brunir, mais sans brûler, des lardons, des morceaux de viande de porc (collier et basses côtes), ensuite des échalotes et des oignons découpés. Ajouter des pommes de terre «plates de Florenville» (appelées aussi «becs»). du thym, du laurier, un peu de sel, du poivre et de l'eau. On ajoute parfois des petites saucisses fumées.

Au cours de la cuisson lente et prolongée, les pommes de terre vont prendre la coloration brune des éléments de départ. Cette préparation sera servie en plat unique, accompagnée d'une salade vinaigrette à base de pissenlits ou d'endive frisée.

<http://www.gaumetourisme.be/fr/tourisme/gourmande.html>

Le dimanche 23

Au petit lever, toute la nature était givrée, mais le soleil caressait la terre de ses rayons dorés. Nous avons pris la direction de Cons-la-Grandville en passant par la Lorraine (sans nos sabots...).

Nous visitons le site historique du parc et jardins du Prieuré pour un parcours botanique où des arbres fabuleux s'épanouissent pour notre plus grand étonnement. Nos guides improvisés, audacieux et optimistes s'appellent Guy et Philippe. Un duo d'enfer ! Plus drôles et plus cocasses l'un que l'autre. Les arbres s'élèvent vers le ciel, mais nous, nous croulons de rire. Comme cela fait du bien !

Nous reprenons les automobiles parce qu'une visite de Torgny est prévue avec le frère Théo qui gère notre gîte St Luc, en bon père de famille.

Tous ensemble, nous avons dégusté le plat régional gaumais «La Touffaye», succulent, non étiqueté basses calories, et accompagné - enfin - d'une bonne Leffe.

Visite écologique, authentique, truffées d'anecdotes du frère Théo qui y vit depuis une dizaine d'années.

Avis à tous : il est collectionneur de tout objet ancien, utile et didactique permettant aux tout petits de comprendre comment « le père de mon grand-père » fabriquait le pain, le café, le beurre

et... appréciait le sourire de la crémière !

Merci à Handi-rando. Nous rentrons à la maison, ravis de ce beau et bon week-end.

Micheline et Christiane.



A Court-Saint-Etienne :

La Première sortie d'Handi-Rando de la saison 2012

Sortie assez sportive de 14 km (+/- 200 m de dénivelé) dans un beau coin peu connu du Brabant. Découverte Nature des environs en synergie des associations Fauteuils volants, Chemins de Traverse et Handi-Rando.

Organisateurs : Thibaut Mertens et François Verstraeten (pilote)

Les photos parlent déjà (voir pages centrales): Rory est revenu et pas en spectateur ! Il devra toutefois subir une nouvelle opération. Quant à la rando, avec 3 associations ce fut un succès pour ces 12 jeunes et 2 moins jeunes PMR. Un groupe de 63 personnes : 14 PMR, 46 AA et 3 AP !

Un très beau parcours de 14 km pour 200 mètres de dénivelé et une météo printanière.

Nous avons 21 AA d'Handi-Rando dont 6 brevetés qui ont parfaitement contribué au bon déroulement de la rando. Avec une telle équipe quel bonheur pour la sécurité, le montage, démontage et rangement dans la remorque. Nous avons également fait passer un brevet capacitaire et deux brevets AAE pour les "Chemins de Traver se".

La dixième année d'handi-randonnées a très bien commencé.

Bernard



L'asbl «Les Fauteuils Volants» a été créée en 2002 pour répondre à un besoin criant : sortir de leur isolement les jeunes ayant un handicap physique. En effet, les valides de leur âge se rencontrent lors de sorties au cinéma, de camps de mouvement de jeunesse, au bistrot ou autre. Les jeunes IMC n'ont que trop rarement accès à ces divertissements. Les week-ends et jours de congés scolaires sont dès lors un interminable jeu d'imagination et d'organisation pour occuper ces jeunes. C'est en échangeant sur ce thème-là que des familles ont eu l'idée de réunir leurs enfants pendant ces périodes d'oisiveté pour qu'ensemble, ils aient la possibilité de faire des sorties ou de vivre d'autres rencontres.

<http://www.fauteuilsvolants.com/>

Chers Amis,

Je vous remercie d'être venus en nombre pour tirer et pousser les joëlettes sans relâche. Grâce à vous tous, j'ai pu transmettre ma passion des randos en joëlette aux Fauteuils Volants.

Je remercie les différents groupes de personnes arrivés d'horizons différents qui ont pu se mélanger et mettre leurs efforts en commun pour permettre à 14 joëlettes de parcourir +/- 13,700 km.

A bientôt j'espère pour de nouvelles rencontres et aventures communes.

Thibault

Cette association propose à des personnes libérées après un séjour en détention et à des handicapés physiques et sensoriels un défi humain et relationnel de randonnées au moyen de « joëlettes », chaise d'une seule roue à gros calibre permettant à quelqu'un qui ne peut pas marcher d'être transporté par d'autres et d'accéder ainsi à des endroits improbables et inaccessibles pour lui tels que sentiers, chemins de montagne, passages à gué.

<http://lescheminsdetraver-se.skynetblogs.be>



LE BREVET CAPACITAIRE POUR RANDONNÉES AVEC JOËLLETES

ASBL HANDI-RANDO

Généralités :

La randonnée avec joëlettes est une activité qui demande de la part de ses responsables beaucoup de qualités :

-  Sens des responsabilités ;
-  Expérience de la randonnée ;
-  Connaissance des problèmes des PMR ;
-  Conduite de groupe ;
-  Bonne condition physique.

Champ de compétence :

Le détenteur d'un brevet capacitaire est compétent pour mener un groupe de joëlettes sur les sentiers de randonnée en Belgique, sans utilisation de cordes ou moyens d'assurage.

Conditions d'accès :

-  Etre âgé de 18 ans ;
-  Avoir le brevet d'accompagnateur expert (AAE) ;
-  Réussir le test probatoire.

Monographie des connaissances :

Préparation d'une randonnée avec joëlettes :

-  Choix de l'itinéraire sur carte (base de la réussite) : distance et dénivelé ;
-  Choix du thème ;
-  Reconnaissance (obstacles éventuels ; évaluation de la difficulté) ;
-  Prise de contacts (guide nature, auberges, centres d'intérêt, ...);
-  Décision finale en fonction du nombre de joëlettes et de la qualité et du nombre d'AA ;
-  Etablir la fiche d'activité (voir modèle dans le règlement d'ordre intérieur).

La préparation proprement dite :

-  La carte, la boussole, le GPS ;
-  Penser aux abris éventuels, les itinéraires alternatifs, l'horaire ;
-  Penser au ravitaillement, points d'eau , ...
-  Vérifier les joëlettes ;
-  Penser aux équipements spéciaux : harnais pour tétraplégiques, ponchos, pompe, minutes, rustines, ...
-  La trousse de premiers soins ;
-  Rappel aux participants : vêtements et chaussures de rando, crème et lunettes solaires.

La conduite de la randonnée:



Montage et contrôle de la joëlette :

- Joëlette couchée, roue vers le haut ;
- Redresser la roue et la verrouiller (axe + goupille) ;
- Fixer les béquilles et retourner la joëlette ;
- Mettre un bras (3 positions possibles selon la PMR) et fixer les coussins ;
- Transfert de la PMR, mettre le deuxième bras et effectuer les réglages pieds, appui tête dans la nuque et ceinture de sécurité ;
- Placer le harnais du tireur, le sac imperméable avec la clé ALEN et la sangle de transport de la joëlette, la corde de traction bien dégagée de tout sac.



Conduite de la randonnée :

- Imposer la cadence et les haltes (ne pas courir !);
- Contrôler les passages délicats en imposant la méthode ;
- Penser à permuter les AA au sein des équipages ;
- Contrôler l'assiette des joëlettes et la fixation des béquilles lors des haltes ;
- Conseiller les bonnes prises de la joëlette dans les montées (par les 2 accoudoirs et pas par le dossier) et les descentes (par les 2 bras arrières) y compris dans les escaliers ;
- Imposer la corde pour les montées et pour l'assurage des descentes risquées.



Démontage et rangement des joëlettes :

- La joëlette doit être sur ses béquilles ;
- Noter les problèmes techniques éventuels ;
- Mettre dans le sac le harnais avec 2 mousquetons et la corde de traction ;
- Démontez les bras : attention maintenir le dossier ! puis le replier sur le siège en veillant à bien dégager le câble de frein de la tringle de réglage du bras arrière ;
- fixer la clé ALEN à un mousqueton d'un bras ;
- retourner la joëlette, ôter les béquilles ;
- coucher la roue en la tournant après avoir remis son axe et sa goupille de fixation ; la fourche placée dans le cadre du siège ;
- passer les béquilles à travers le châssis et les fixer dans les logements intérieurs ;
- fermer la ceinture de sécurité ;
- sangler la joëlette pour le transport.



Débriefing :

- Remercier les AA ;
- Leçons et remarques éventuelles ;
- ...



ESPACE QU'HANDI-RANDONNEURS !

Guide des 25 plus beaux sites accessibles de Wallonie



L'asbl Handi-Rando, en partenariat avec le SPW (anciennement DGRNE), a visité les nombreux sites naturels de Wallonie. En 2011, année de la forêt, le groupe de travail SPW - Handi-Rando a décidé d'octroyer des fonds pour la création d'un guide pratique des 25 plus beaux sites de Wallonie accessibles aux PMR chaisards.

Dans une pochette plastifiée, 25 fiches volantes vous accompagneront et vous guideront à la découverte des plus beaux sites accessibles de Belgique.

Très pratique, chaque fiche résume et mentionne les particularités naturelles du site, l'itinéraire recommandé, les possibilités de restauration, de parking, l'accessibilité aux sanitaires et autres informations tels les coordonnées GPS.

Il sera distribué gratuitement à tous nos membres lors des festivités qui marqueront le dixième anniversaire de Handi-Rando asbl, le 30 JUIN 2012.



Notre association Handi-Rando asbl remercie vivement l'entreprise Décathlon Wavre et son directeur Mr. Leclercq qui nous ont offert 30 vestes fluorescentes. Un plus pour la sécurité de nos sorties. En effet, nous sommes souvent obligés de traverser des routes ou de les longer sur quelques centaines de mètres sur nos itinéraires handi-randonnesques. Ces vestes permettront aux responsables désignés pour la sécurité d'être identifiés dans le groupe et d'être mieux repérés par les automobilistes.

Reçues ce vendredi 16 mars, elles ont commencé leur service le dimanche 18 mars lors de notre désormais traditionnelle handi-randonnée à Bure. Un tout grand merci.



Photo gagnante avec 10 votes sur 54 (séjour à Autrans)



2e place, 9 votes (séjour à Autrans)



3e place, 6 votes (le Ninglinspo)

P
h
o
t
o

d
e

l'
a
n
n
é
e

2
0
1
1



4e, ex-aequo (dans les grottes de Han-sur-Lesse)...



avec 5 votes (dans les environs de St-Trond)



Court-Saint-Etienne, 11 mars 2012 (avec le retour du malchanceux Rory)



Bure 2012

INFORMATIONS DE LA TRESORERIE:

Coûts des séjours de cette année 2012 :

WOLFACH - FORET NOIRE : du dimanche 29 juillet au vendredi 3 août :

PMR : 385 € (285 € pour les membres de l'asbl inscrits avant le 31 décembre 2010)
AA : 170 € (125 € pour les AA de moins de 26 ans);
AP : 285 €
Enfants (- de 17 ans) : 225 €

Les inscriptions doivent nous parvenir avant le 1^{er} juin. La confirmation de la participation des inscrits au séjour leur parviendra le 15 juin.

Païement de l'acompte (30 %) avant le 30 juin.

OVIFAT : du jeudi 27 septembre au dimanche 30 septembre

PMR: 135 € (100 € pour les membres inscrits avant le 31 décembre 2010)
AA : 60 € (45 € pour les AA de moins de 26 ans)
AP : 100 €
Enfants (- de 12 ans) : 90 €

Les inscriptions doivent parvenir avant le 15 juillet. La confirmation de la participation des inscrits leur parviendra le 15 août.

Païement de l'acompte (30 %) avant le 1^{er} septembre.

Ces prix comprennent le logement et les repas sur place. Transport et boissons en sus.





**centre
auditif
GROSSMANN**

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

GSM : 0475 724 721 - Tél : 082 647 321



<http://www.ffbmp.be>

La Fédération Francophone Belge de Marches Populaires est une fédération sportive non compétitive qui rassemble des amateurs de marche, pour découvrir de belles contrées, pour rencontrer des amis, pour bouger parce que "cela fait un bien fou", ... La FFBMP, fédération à part entière, regroupe actuellement 188 clubs répartis dans les 5 provinces francophones du pays et à Bruxelles-capitale. Au 31 décembre dernier, la FFBMP comptait 21.642 membres inscrits dans les clubs. La FFBMP est agréée par le Ministère de la Communauté Française comme fédération de "Sports de Loisirs". Les clubs de la FFBMP organisent annuellement environ 500 marches.

Le Conseil d'Administration de même que tous les membres affiliés à l'asbl Handi-Rando remercient chaleureusement la FFBMP d'avoir lancé un appel aux accompagnateurs actifs dans leur Bulletin fédéral dernièrement paru.

Bienvenue à leurs marcheurs, à bientôt et MERCI.



INFORMATION : BOL D'AIR 15 JUILLET 2012 à l'aérodrome de St Hubert

Le dimanche 15 juillet 2012 de 11h à 17h, **AIR LOISIRS ASBL** vous propose la 4^{ième} édition de la journée BOL D'AIR à l'aérodrome de St-Hubert (Ardenne belge). Cette journée est orientée vers les PMR; seniors, handicapés sensoriels et mentaux, ainsi que déficients visuels.

Cette journée se veut être un symbole d'ouverture et de respect des différences. Elle est ouverte à tout un chacun.

A cette occasion, grâce à des dispositifs adaptés, à du matériel spécifique tel que ; lève-personne, textes en braille et en relief, documentaires audio, maquettes, matériel de grossissement..., il sera donné à tous, sans différence ni exclusion, la possibilité d'approcher le monde de l'aviation ; explication sur la construction, le fonctionnement, les instruments, le pourquoi ça vole, l'observation d'aéronefs en vol... **tout cela gratuitement.**

Il sera possible de réaliser un baptême de l'air (payant) sur avion, planeur et ulm. Un problème de mobilité n'est pas un obstacle pour participer aux activités ; un avion à aile haute où l'entrée à bord se fait comme dans une voiture, l'entrée des planeurs au ras-du-sol et, à disposition, un engin de levage adapté pour le transfert dans l'avion ou le planeur. Il y aura un encadrement de proximité très appuyé pour venir en aide à toute personne.

Site entièrement accessible aux voiturettes et sanitaires adaptés.

Possibilités de se restaurer (à tous les prix) sur place.

Entrée et parking gratuits.

Tout l'activité sol se déroule sous couvert ce qui garantit l'événement quelle que soit la météo.

Des baptêmes de l'air à prix réduits seront proposés (durée +/- 20 minutes) :

Prix par personne (assurance et TTC): Avion de tourisme 35 €; Moto planeur 65 €; Ulm 65 €.

Coordonnées web & Contact :

<http://www.air-loisirs.be/bol-d-air-juillet-2011.php> - info@air-loisirs.be ou +32 (0)497 67 03 67

Air Loisirs/asp a.s.b.l Aérodrome de St-Hubert, 5 bte 10 - B 6870 ST-HUBERT



INTOUCHABLES, CES INTOUCHABLES ?



La critique est plus aisée que la louange, la chose est bien connue...Et les esprits pointus ou chagrins pourraient reprocher au film de Nakache et de Toledano tel penchant au simplisme, au moralisme, au manichéisme, voire au racisme (ce qu'on lit dans une certaine presse américaine qui ne veut voir que les défauts français...). Balayons allègrement ces réserves fâcheuses qui n'ont pas su ternir notre émotion et notre plaisir. Ce film est un bijou d'humanité et de solidarité, interprété avec un formidable talent par François Cluzet et son complice africain, Omar Sy.

Un jeu naturel et étudié à la fois chez l'un, débordant sans être déplacé chez l'autre, de quoi nous toucher en profondeur et nous offrir de très forts moments d'empathie. En outre, le scénario est varié, bien structuré, alternant les scènes intimes et les grands moments d'action. On ne s'ennuie pas une minute, on rit, on a la gorge nouée, on se détend, on est à peine choqué, on renoue aussitôt après avec ces deux héros de la vie quotidienne.

N'ayons pas peur des mots : être tétraplégique et subir tant d'épreuves, de toutes sortes, à tout instant de sa vie, exige un moral, une trempe extraordinaires, dignes d'un combattant de la dignité. Et n'oublions pas ceux qui les aident, les soignent, les encouragent et les accompagnent sur

des chemins parfois ardu, au prix d'une abnégation discrète et admirable. Assister à un « spectacle » sur un sujet aussi grave, une comédie qui réjouit si vivement le cœur et provoque même des applaudissements à l'issue de la projection et des files d'attente à l'extérieur est un signe fort, extrêmement positif, qui doit redonner confiance aux gens, trop marqués par les drames de l'actualité et peu enclins dès lors à voir le monde sous un jour favorable.

Si crise économique et sociale il y a, si effondrement des valeurs sévit de toutes parts, il n'en demeure pas moins qu'une seule étincelle peut réveiller la foi en l'homme. Merci aux auteurs, producteurs et acteurs de ce merveilleux film de nous l'avoir rappelé avec autant d'audace et de délicatesse.

Michel Ducobu.



*Sous les conseils de Marc Maillien, j'ai été assister à la soirée conférence "Bienvenue à Lukla", Népal.
Martine VV*

Le Népal niché parmi les plus hauts sommets de l'Himalaya, sans accès à la mer est le plus pauvre du continent asiatique. L'activité économique est essentiellement agricole et l'analphabétisme y est important. Le relief et le manque de voies de communication isolent les communautés de cette région éloignée. Il y a encore des gens qui vivent dans ces lieux retirés sans pouvoir bénéficier ni de soin médicaux, ni de médicaments et encore moins de conseils en matière de santé. Le taux de mortalité infantile et maternelle du Népal est le troisième plus élevé du monde.

En première partie de soirée, Guy Kotovich conteur professionnel, pour le plus grand plaisir du public, l'a enchanté avec son récital de légendes népalaises honorant l'amour filial.

Ensuite vint la conférence tenue par Nicole Niquille (1) et le Docteur Pierre Soete (2).

Au nord-est du Népal, au pied de l'Himalaya, un village à 2850m d'altitude abrite un hôpital pour la population de la région du Solukhumbu, la vallée qui mène à l'Everest. L'hôpital possède un centre de vaccination pour les maladies infantiles et un centre de planning familial. Des camps orthopédiques, ophtalmologiques et dentaires y sont régulièrement organisés. De nouvelles activités médicales de proximité sont en développement (p.ex. les visites dans les villages) comme aussi il est prévu d'élargir la gamme des services proposés et d'en élever le niveau de performance.



Nos conférenciers sont très impliqués dans la survie et l'existence de l'hôpital pour enfants. Il a été construit en 2006 en partie avec les économies de Nicole et de nombreuses équipes de bénévoles et amis, tel le Dr. Pierre Soete. A ce jour, la responsabilité médicale et administrative est assurée par des mains népalaises sous la surveillance active de la fondation Nicole Niquille en Suisse. Les responsabilités financières et techniques incombent toujours à la fondation.

Malheureusement, cet hôpital, qui était devenu pour la région « La Petite Maison de la Vie », a été détruit lors d'un récent séisme (octobre 2011). C'est pourquoi Nicole Niquille s'est lancé un nouveau défi : trouver les fonds nécessaires à la reconstruction la plus rapide possible de l'hôpital.

Comme elle l'écrit elle-même dans son livre « Et soudain, une montagne dans le ciel... », l'accident lui a appris que le bonheur est dans ce que l'on est en train de faire et surtout dans ce que l'on fait de bien.

<http://hopital-lukla.ch/wp/>

(1) Nicole Niquille « Et soudain, une montagne dans le ciel... » voir trimestriel n°2 en 2011

(2) Dr. Pierre Soete, chirurgien orthopédiste réputé en Belgique. Des choix se sont imposés à lui : Partir, là où l'on avait besoin de lui. Pour subvenir aux besoins de sa propre famille, il donne ses consultations à l'ambassade de France, pour les occidentaux.

Marc et André, deux de nos fidèles AA de l'APCL, sont allés distribuer leur collecte annuelle de vêtements et autres matériels en Roumanie, pour la première fois.

OPERATION VETEMENTS 2011

Le Maroc est complètement fermé à l'importation de vêtements usagés. Aussi nous avons décidé de changer d'horizon. Nous avons choisi la région de Tobosani en Moldavie, province de Roumanie, (à ne pas confondre avec la Moldavie indépendante). Auparavant, en reconnaissance, Marc a découvert le nord-est de



la Moldavie, région défavorisée où la misère est interpellante. Par hasard et par chance il y a fait connaissance d'un jeune couple, Ciprian et Dorina très enthousiasmés par notre opération.

Même schéma qu'au Maroc c'est-à-dire distribution directe aux personnes intéressées Roumains ou Roms et aide à un hospice de vieillards de la localité de Stefanesti.

Départ le vendredi 14 octobre direction l'Allemagne, l'Autriche, la Hongrie, et enfin la Roumanie. D'après des connaisseurs, tout le monde ou presque y parle le français et la langue roumaine ressemble très fort au français. Eh bien je vous garantis que ces connaisseurs ne sont jamais allés là-bas ! Sur les inscriptions, nous parvenons à trouver quelque ressemblance mais quand les gens du cru le parle, c'est tout autre.

Par exemple ; le E se dit é, le A se dit eu, le S se dit ch, le T se dit ts, et j'en passe et des meilleures. Un mouton se dit miel et un pui c'est un poulet. Autre subtilité : chez nous et chez nos voisins "in" signifie dedans mais en roumain "INSCHI" signifie fermé et est signalé en bleu et "DESCHIS" veut dire ouvert et est signalé en rouge ! Là vous en connaissez autant que moi.

Le 15, le lendemain, rendez-vous avec notre contact. Marc parle couramment anglais et le contact Ciprian parle l'anglais en courant. Quant à moi j'essaie de suivre de loin.

Après avoir déchargé la remorque et la camionnette dans un hangar à nous réservé et partagé notre récolte en sachets individuels, nous sommes partis à Stefanesti près de la rivière "Prut" (prononcez "Prout") qui marque la frontière avec la république de Moldavie. Nous avons suffisamment de colis pour venir en aide à une maison de retraite : des fauteuils roulants, des gadots de marche, des protections pour personnes âgées, des thermomètres et bien d'autres articles. Dans ce home, ce qui m'a le plus surpris c'est l'habillement des infirmières et des médecins : des tabliers blancs en pilou. Les bâtiments sont froids et la porte d'un gros poêle en pierre réfractaire est scellée.



En tout nous avons distribué 1200 sacs individuels, trois fauteuils roulants, deux gadots, 150 kg de matériel, 250 paires de chaussures sanitaires et parcouru 4 887 km.

André

Une nouvelle opération aura lieu cette automne. Nous vous rappelons notre numéro de compte : Goffin/Vandenbosch - BE62 1325 2111 5161

Marc Goffin, rue des Hêtres 46, 4130 Tilff

-

André Vandenbosch, rue de l'Eglise 24, 4690 Boirs



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 : martinevv@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@handi-rando.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@edpnet.be

Programme des activités 2012

AA : accompagnateurs actifs (disponibles/nécessaires) - Journées jeunes : priorité aux jeunes
- Attention aux modifications de date pour plusieurs activités

Coût des séjours. - (*) Montant pour les PMR membres à l'asbl avant le 31/12/2010 -
(**) Montant pour les AA de moins de 26 ans - Les AA qui ont participé à 4 séjours ou week-ends en un maximum de 4 ans, bénéficieront d'une réduction de 10% des prix payés pour ces 4 séjours, somme à valoir sur prochain(s) séjour(s) ou week-end(s). Avec effet rétro-actif pour les séjours ou week-ends effectués en 2010.

Date	Lieu	Activité	Difficulté	Pilote	PMR	AA
Dimanche 11 mars	Court-St-Etienne	Avec les Chemins de Traver se 10 joëlettes pour les Fauteuils Volants	Sportif	Thibault	14	46 / 42
Dimanche 18 mars	Bure	Une rando familiale	Facile	André	7	29 / 21
Samedi 31 mars	Ottignies	Assemblée générale au Bois des Rêves	---	---	---	---
Dimanche 22 avril	Solwaster	Journée Dyadis	Sportif	Thierry	4	11 / 12
Dimanche 29 avril	Hotton	Le site archéologique	Assez sportif	Julien	8	15 / 24
Dimanche 6 mai	Trooz	Par l'Amicale des Paras	Sportif	Bernard	3	11 / 9
Samedi 12 mai	Barvaux	Support club FWSA (Sébastien M.)	Facile	Philippe	4	14 / 12
Dimanche 3 juin	Villers-sur-Lesse	Les lieux-dits	Facile	Guy & Marc	3	14 / 9
Dimanche 10 juin	Muno	La Roche à l'Appel (géologie)	Assez sportif	Thierry	1	11 / 3
Mercredi 27 juin	Marche-les-Dames	3 randos avec logement facultatif à l'auberge de jeunesse de La Plante	Assez sportif	?	3	13 / 9
Jeudi 28 juin	Namur					
Vendredi 29 juin	Marche-en-F. (MESA)					
Samedi 30 juin	Wépion	HR fête ses 10 ans. Le musée des joëlettes. La réception et le repas	---	---		/
Samedi 21 juillet	Marneffe	Par le CPE	Assez sportif	?	4	13 / 12
Du 29 juillet au 3 août	Wolfach, en Forêt Noire	Le séjour d'été en hôtel *** Date-limite d'inscription : 15 mai. Confirmation : 15 juin. Coût : PMR : 385€ ou 285€ (*) - AA : 170€ ou 125€ (**) - AP : 285 €	Moyenne montagne	Bernard	7	7 / 21
Dimanche 12 août	Mariembourg	Le Chemin de Fer des 3 Vallées	Assez sportif	Guy	4	12 / 12
Dimanche 26 août	Chèvremont	La vie en Liège	Sportif	Christian G.	2	12 / 6
Dimanche 9 septembre	Stambruges	La Mer de Sable, le domaine de Beloeil	Assez facile, longue	Bernard		/
Du 27 au 30 septembre	Ovifat	Randos dans les Fagnes et vallées environnantes. Date-limite d'inscription : 15 juillet. Confirmation : 15 août. Coût : PMR : 135€ ou 100€ (*) - AA : 60€ ou 45€ (**) - AP : 100 €	Sportif	Thierry, Marc, ?		/
Samedi 6 octobre	Erpent	Avec les Coteaux Mosans (sports adaptés)	Assez sportif	Bernard		/
Dimanche 14 octobre	Tervuren	L'arboretum	Assez sportif	Bernard		/
Dimanche 28 octobre	Région de Huy	?	Assez sportif	Jean		/