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

a.s.b.l.

http://www.handi-rando.com

# Nature,

## *Si ton accessibilité mœétait contéeé*

Numéro 2/2012
2ième trimestre 2012

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

Bureau postal de dépôt :

5570 - BEAURAING

# SOMMAIRE


| | | |
|---|---|---|
| **Sommaire** | | |
| **Editorial : Le Mot du Président** | *Christian M.* | **P. 1** |
| **PV de l'AG du 31 mars 2012** | | **PP. 2-3** |
| **18 mars 2012 : Promenade découverte de Bousval** | *Virginie C* | **P. 4** |
| **Journée à Bure, édition 6 : que du bonheur** ! | *Marie-Odile K.* | |
| **A Solwaster** | *Guy T.* | **PP. 5-6** |
| **Légume vert** | *Michel Ducobu* | **P. 7** |
| **H-R : 10 ans en images** | | **PP. 8-9** |
| **H-R : la Genèse** | | **P. 10** |
| **Poème : Handi-Rando est né** | *Marc M.* | |
| **Anecdotes handi-randonnesques** | *Bernard L.* | **P.11** |
| **Espace qu'handi-randonneurs** | | **PP. 12-13** |
| **Osons le sport ensemble- incursion à la citadelle ï A Bruxelles : coup de gé !** | | |
| **Trooz** | *Guy T.* | **PP. 14-15** |
| **Wolfach : séjour d'été 2012** | | **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 lôEnvironnement.**
**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)

**P**ersonne à **M**obilité **R**éduite et sa famille : **25 ú**
**A**ccompagnateur **A**ctif ou **A**ccompagnateur **S**ympathisant : **10 ú**

**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 lôactivité et **l'assistance médicale** si des soins infirmiers sont nécessaires, incombent aux PMR elles-mêmes. Lôintégration 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 ï 5020 ï CHAMPION**
**bernard@handi-rando.com**

## LE MOT DU PRÉSIDENT

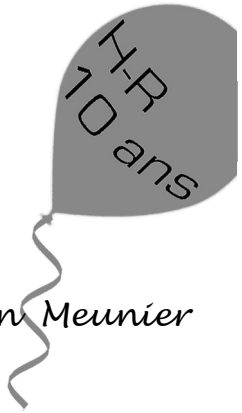
*Chers Amis,*

*Le sort en est jeté…*

*Lorsque vous lirez ce bulletin, il ne restera que quelques jours avant l'événement majeur de l'année: notre fête anniversaire. Voici des mois que nous y pensons ; les idées ont foisonné, toutes plus originales les unes que les autres. Et puis, elles se sont concrétisées pour finalement donner l'ébauche du programme que nous vous proposerons le 30 juin.*

*Et pourtant à l'heure où j'écris ces lignes, j'angoisse encore et toujours : les inscriptions seront-elles à la hauteur de nos attentes, le repas sera-t-il au goût des convives (en douter serait faire affront à notre traiteur !), les animations vous séduiront-elles ? Bref, seront nous prêts pour relever le défi ?*

*J'oublie sans doute en m'inquiétant de la sorte, qu'autour de moi, il y a une équipe exceptionnelle qui réalise un travail formidable pour nous offrir une journée dont on devrait se souvenir longtemps… au moins pendant les dix prochaines années.*




*J'espère donc que vous serez des nôtres. Et pour les autres…*

*Au plaisir de vous retrouver en rando.*

*Christian Meunier*

# COMPTE-RENDU DE L'ASSEMBLEE GENERALE DE L'A.S.B.L. HANDI-RANDO TENUE AU BOIS DES RÊVES (OTTIGNIES) LE 31 MARS 2012

**Présents :** Le Conseil d'Administration au complet: M. De Clerck, M. Van Vliet, J.Joly, J. Laeremans, P. Laeremans, B. Legrand, M. Maillien, M. Naniot, C. Meunier, T. Thysebaert.
25 membres PMR ou AA
Candidat à l'élection: G. Tocquin

**Mot du Président : (Christian Meunier)**
Le Président se dit heureux du succès croissant d'Handi-Rando et de la proximité encourageante du Xème anniversaire. Il remercie les membres présents, le C.A pour le programme des activités, le travail accompli et Martine Van Vliet, sortante, pour sa collaboration au C.A.

**Rapport du Secrétaire (a.i.) : (Bernard Legrand)**
Le secrétaire remercie de l'aide reçue pour la publication du trimestriel, le travail informatique et la publication des guides SPW (Martine De Clerck et Michel Naniot)

Membres cotisants:
Le nombre des PMR, AA, AP cotisants, après mise à jour du fichier, est assez stable.
84 cotisants sur 150 inscrits.

Locations joëlettes:
112 locations en 2011. (80 en 2007)
Les abus constatés sont épinglés et seront dorénavant tenus à l'î il.

La participation aux activités est en augmentation.
PMR: 46 pour 135 sorties/jour.
AA: 539 prestations pour 135 PMR, soit une moyenne de 3.9 AA/joëlette;
La participation du CPE de Marneffe permet à l'asbl de proposer 4 joëlettes supplémentaires par sortie !

Activités administratives du C.A et autres réalisations hors programme :
- Réalisation du Guide des 25 plus beaux sites Naturels accessibles de Belgique (avec SPW) ;
- Suivis de dossiers avec la Ville de Namur, la FéMA (ADEPS), Solid'R
- Brevet capacitaire.
- Démonstrations et initiations à la joëlette : 4 (réalisées par Marc)
- 5 réunions du C.A, 2 réunions du Bureau Exécutif et 1 A.G.

**Rapport du comptable : (Jean Joly)**
Exercice 2011 : ce qui avait été prévu, a été réalisé (1).
Présentation du Budget 2012 (2)
Prix des séjours: PMR: 135 % mais 100 % si la PMR est affiliée depuis plus de 2 ans.
AA: 60% (réduction pour AA de moins de 26 ans)
Acompte à payer dans les délais et non remboursable si désistement.

Les Fonds disponibles seront affectés à l'organisation du Xème anniversaire de Handi-Rando, aux consommations offertes après une handi-randonnée, à la fidélisation des AA aux séjours (diminution du prix des séjours) et à la diminution du prix des séjours pour les PMR affiliés à l'asbl depuis plus de 2 ans.

Les comptes 2011 et le budget 2012 sont approuvés par l'Assemblée et le Vérificateur aux Comptes, Michel Fache.
Michel Fache accepte la mission de contrôle des comptes pour l'exercice 2012.

**Décharge aux administrateurs.**
L'Assemblée présente donne décharge aux administrateurs.

**Rapport des activités 2011 (illustré par diaporama) et projets 2012 (Marc Maillien):**
24 activités ordinaires sont prévues (voir calendrier du programme).
3 activités supplémentaires hors cadre: Barvaux: 12/05 - Laroche: 02/06 - Verviers: 17/06
2 séjours : Wolfach: 29/07 au 03/08
Ovifat: 27/09 au 30/09
Xème anniversaire: 27/06 au 30/06

Programme et activités sont approuvés à l'unanimité.

**Modifications au R.O.I.**
Art. 9.3: de la location des joëlettes de l'asbl.
Un contrat (ú10/jour - ú50/sem) est établi à chaque location et une caution de ú100 est exigée.
Proposition de modification:
*" La location est réservée aux membres H-R qui peuvent justifier au minimum de trois sorties sur l'année en cours ou aux loueurs qui auront soit participé à une activité H-R avec leur équipe et prouvé leur capacité à utiliser une joëlette, soit avec la présence d'un moniteur rémunéré à ú13/heure et défrayé à ú0.32/km."*

Titre 6. Article 7: critère d'accès à la joëlette.
Proposition de modification.
*"Pour être admise comme passager de joëlette, la personne à mobilité réduite doit avoir une déficit locomoteur, c'est à dire, être dans l'incapacité de réaliser, à allure adaptée, une randonnée pédestre de 5 km, au bras, ou avec le soutien d'une tierce personne."*

Les deux propositions sont approuvées par l'Assemblée.

**Elections.**
1 administrateur sortant ne se représente pas à l'élection: Martine Van Vliet.
6 administrateurs sortants sont rééligibles: M. Maillien, M. Naniot, T. Thysebaert, M. De Clerck, J. Joly, B. Legrand.
3 administrateurs poursuivent leurs mandats : C. Meunier, J. Laeremans, P. Laeremans.
1 candidat à l'élection: G.Tocquin.
45 bulletins sont distribués: 36 votants présents et 9 procurations.

Les 6 candidats sortants et le candidat externe sont élus à la majorité des voix. (50%)

Fin de l'Assemblée Générale à 12h30.

(1) et (2) : le rapport officiel et détaillé peut être consulté sur demande au secrétariat.

# 18 MARS 2012 – Promenade-découverte de Bousval

## Les Fauteuils Volants – Les Chemins de Traver se – Handi-Rando

Alors c'était un gros événement quand même, 14 joëlettes ça fait une sacrée procession, dans un paysage magnifique, varié et agrémenté d'un premier soleil de printemps... Que demander de plus? Trois asbl réunies, un chouette moment de partage, de rencontres ou de retrouvailles avec Handi Rando, les Fauteils Volants et les Chemins de Traver se (l'espace n'est pas fortuit! C'est une association qui a un principe très intéressant : un quart de PMR, un quart de personnes en réinsertion sociale suite à une peine de prison et un quart de femmes pour des défis sportifs fédérateurs autour de la joëlette vraiment tout terrain!). Thibaut, organisateur fan du confort (ou de l'inconfort) des joëlettes, fait partie des deux dernières assoc'. Au départ, c'est une activité de loisirs organisée pour les Fauteuils Volants, qui regroupe des jeunes ayant un handicap physique et bénévoles pour des activités et vacances.

C'était aussi l'occasion pour certains (des chemins de traver se) de passer leur brevet joëlette sous l'œil expert de Bernard : (dé)montage de joëlettes pour certains et guide de la rando pour François qui a co-organisé avec Thib ! Et c'est réussi pour tout le monde bien sûr! Je ne sais pas qui est le monsieur qui a proposé à François cette belle promenade, amoureux de son coin de nature, on peut le remercier c'était très beau et il est venu partager ça avec nous!

Bon ça a commencé avec un petit couac car il manquait des joëlettes au départ mais on a été en rechercher et à la pause de midi l'équipée était au complet. On a fini sur un goûter bien gourmand, que du bonheur !

Il y avait pas mal de néophytes mais aussi quelques bons habitués donc tout s'est bien passé !
En bref, personnellement j'ai adoré ce melting pot (quelques retrouvailles pour moi aussi je dois dire, des connaissances dans les 3 assoc'), toutes générations et tous horizons. Je me suis tellement amusée que j'en ai perdu la voix, mais ce sont des choses qui arrivent ;o)

Virginie Corne (Les chemins de Traver se)

⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙●⊙

*La journée à Bure édition 6: que du bonheur!*

*Un agréable rando de 8 km 600, pas très pentue (+150 mètres) avec 7 joëlettes, 29 AA, 7AP. A souligner la présence de 7 administrateurs et l'excellente intégration des gars de Marneffe qui participent de mieux en mieux au montage et démontage des joëlettes. Ils ont bien mérité l'excellent spaghetti de Christine et André !*
*Pour la petite histoire, on a essayé d'asseoir le curé de Bure, un congolais, dans la joëlette mais il a décliné l'offre. Pourquoi, à votre avis? ...* *Marie-Odile Kaisin (nouveau membre)*

# A Solwaster

DYADIS

Dimanche 22 avril 2012. Newton s'est levé tôt ce matin, appelé à une longue journée de travail. En effet, sa profession lui impose un service permanent, sept jours sur sept, 24h sur 24.
Et il ne s'en plaint pas, bien au contraire : Newton est particulièrement heureux au travail ! Aujourd'hui, c'est à Solwaster qu'il officiera, un charmant village en région spadoise, à la porte des Hautes Fagnes.

Newton a dix ans, l'oeil vif, pétillant d'intelligence, un regard profond et doux à la fois. Il virevolte, se faufile, va et vient sans cesse vers sa maîtresse, lui soulève la main d'un petit coup de truffe, qui se veut amical mais surtout rassurant : « Ne t'inquiète pas ma Grande, j'ai la situation bien en patte ! »

Attention, Newton n'est pas n'importe qui ! C'est un Golden Retriever, bardé de diplômes : il sait accomplir plus de trente gestes précis. Et comme ses collègues Labradors – ne dites surtout pas congénères, ça le vexerait – il est issu de la plus grande Ecole qui soit : Dyadis ! (Association belge pour l'attribution de chiens d'aide aux Handicapés.) C'est là qu'il a été formé, pendant deux longues années. Après quoi, il a été confié à Sandra pour lui venir en aide au quotidien.

Ces diplômés de Dyadis peuvent à peu près tout faire : piloter un non-voyant en ville, ramasser un objet tombé au sol et le rendre à leur maître, saisir un paquet hors d'atteinte au supermarché, donner la bourse à la caissière et... reprendre la monnaie ! Ils savent aussi accepter un biscuit en récompense, lorsqu'ils ont bien travaillé, mais là, c'est uniquement, ...si, si, pour... faire plaisir à leur maître !

Aujourd'hui, dimanche 22 avril, est un jour de rendez-vous, de grand rendez-vous annuel : Dyadis organise sa traditionnelle marche champêtre dans la région de Solwaster : promenade ouverte à toutes personnes, à mobilité réduite ou non. Et bien évidemment, Handi-Rando, fidèle à ses principes et à la tradition, est de la partie ! De même que Sandra et Newton, son fidèle ami, qui aura aujourd'hui la responsabilité de sa joëlette, pas moins !

Le convoi se mettra en route vers 10 h, sous la conduite de Thierry, régional de l'étape, qui connaît le village et la forêt environnante mieux que sa poche. Le ton est vite donné : une longue côte pour sortir du village et prendre un peu d'altitude. Le vent bien présent et le paysage à perte de vue ne laissent aucun doute quant à notre position : nous sommes bien sur le plateau des Fagnes. L'air est vivifiant et la vue grandiose : de quoi se réjouir d'avoir fait le déplacement.

Un virage à nonante degrés à droite et puis vient la descente dans la forêt, remarquable par sa population de gigantesques résineux, et son sol schisteux, trahi par l'affleurement de blocs d'ardoises, piégeux pour les roues de joëlettes, et où fougères et myrtilles se disputent les coins d'ombre. Quelques chants d'oiseaux, pipits ou traquets, peinent à distraire de la quiétude des lieux...

Mais voilà que le sentier se fait plus pentu, la descente plus marquée, au point de devoir freiner... l'ardeur des joëlettes. Un clapotis, un bruissement d'eau montent à nos oreilles : pas de doute : nous approchons de la vallée et de la rivière qui l'a creusée. Quelques foulées plus bas, Thierry fera les présentations d'usage : c'est bien de Madame Hoëgne dont il s'agit, tout droit descendue du plateau des Hautes Fagnes et dont le lit, particulièrement défait, témoigne d'une fin d'hiver agitée. C'est que ce n'est pas une mince affaire d'évacuer cette énorme masse d'eau à la fonte des neiges, et cela ne va pas toujours sans quelque... débordement.

La suite sera printanière, le long de cette rivière aux eaux rougies d'oxyde de fer, typiques de la région, et de toute évidence indécises quant à leur parcours, obligeant le promeneur à se déporter continuellement d'une rive à l'autre. Transbordements qui ne seront au final qu'une simple formalité, moyennant cependant quelques « aménagements logistiques » de dernière minute. Ce n'est quand même pas une simple passerelle, fût-elle étroite, pas vraiment neuve, glissante, et deux mètres au-dessus de l'eau, qui arrêtera Handi-Rando quand même ? En tout état de cause, une belle symbiose entre passagers et accompagnateurs : la confiance est totale, motivante et rassurante pour chacun, selon les rôles.

Quelques ascensions et descentes très techniques, haletantes, dopeuses de mollets et autres biceps, nous amèneront, enfin, au restaurant du jour : un bel abri de bois, tout neuf, spacieux à souhait, et où il n'est même pas utile de réserver. L'endroit idéal pour dévorer ses tartines et... reprendre son souffle, tout en échangeant, bien agréablement, impressions et anecdotes.

Ceux qui ne se croyaient pas au bout de leurs peines furent quelque peu rassurés : le village n'était plus bien loin : la longue boucle le long de la rivière nous en avait rapprochés, à notre insu. L'occasion de croiser d'autres promeneurs en chaise, pour qui un chemin sec et carrossable était plus indiqué.

Au final, comme à l'accoutumée, une boisson réconfortante et un petit en-cas pris dans la salle du village, parmi les autres promeneurs, heureux de leur effort, parmi les compagnons à quatre pattes (un peu... boueuses), fiers du travail accompli !

Au fait, Newton remet un grand bonjour à son vieil ami de promotion, Icare...

G.T. (A.A.)

http://www.dyadis.org

# Légume vert

Atteint du « locked-in syndrom » (ou syndrome de l'enfermement) depuis vingt ans, Philippe Vigand est paralysé des pieds à la tête. Privé en outre de l'usage de la parole, il ne peut s'exprimer que par battements de paupières. En dépit de ce handicap très lourd, il écrit -« **Légume vert** » est sorti en 2011, après trois autres livres - grâce à un logiciel américain « Eye Gaze » qui capte et enregistre sur clavier ses clignements oculaires. *J'écris, donc je suis,* se répète-t-il sans forcer son talent. Et celui-ci est immense ! Un humour, une philosophie, une psychologie surtout qui vont très loin dans l'analyse d'une situation extrêmement éprouvante dont il tire des enseignements essentiels. Pour lui, pour les siens, sa femme et ses enfants, ses deux auxiliaires de vie, ses amis et ses lecteurs qui sortent bouleversés et conquis tout autant par cette somme de lucidité, de sagesse et de simplicité réunies.

Une centaine de pages de vie quotidienne où tout est embûche (une guêpe à la bouche, une baignoire trop remplie, un déséquilibre du fauteuil roulant…) ou source de plaisir quasi incomparable… Car notre homme se dit volontiers *jouisseur*. Et il en donne des exemples excitants et savoureux : les albums de *Pink Floyd* , les odeurs de cuisine, les caresses, les voyages, les face à face avec les grands animaux de la savane (pas de panique puisqu'il ne peut fuir devant eux…) et combien d'autres situations inconfortables qui, grâce à son handicap, le font sourire ou même rire aux éclats (brûler la politesse dans les files de cinéma, ne pas pouvoir se retourner…et se lamenter par conséquent sur son passé, pouvoir se taire et passer pour une plante verte dans les garden-parties, aller se faire mettre au lit quand on veut…). Ce qu'il appelle, avec une forme de détachement zen, ses *bénéfices secondaires …* Tout un art aussi de savoir « passer le temps », en mettant en pratique le joli vers de Prévert : *Il faut passer le temps / c'est un travail de titan…*

Ce petit livre, stupéfiant de finesse et de tendre causticité (au second degré forcément car Philippe vit constamment à part, à côté de, désarmé et armé en même temps de ses « intouchables » différences…) ne nous est jamais tombé des mains durant la lecture. On s'y accrocherait, au contraire, comme à un mur ensoleillé quand on se sentirait trop attiré par les ombres et les vides de l'existence.

*Il y a vingt ans, la vie m'a obligé à un bilan sans concession ni faux-semblant…* confie-t-il à la fin de son récit. Sans conteste, il y est parvenu et ce « légume vert » qu'il veut être à tout prix nous a procuré une dose de vitamines à nulle autre pareille.

*Publié chez Anne Carrière, Paris, 2011, ISBN 978-2-8433-7593-4*
*et dans Le Livre de Poche, n°32533.*
*À voir : http://www.anne-carriere.fr/auteurs/philippevigand/index.php*

Michel Ducobu

# 10 ans d'Handi-Rando en images

2002
Ovifat

2003
Gedinne

2004
Ninglinspo

2005
Baie de
Somme

2008
Bure

2006
Grand
rallye

2007
MESA

2011
Louvain-
la-Neuve

2010
Namur,
24h
joëlettes

2009
Havré

2012
Hotton

# H-R : LA GENESE

1991 - Le défi est lancé par Liévin Bomhals (guide Nature) et Jacques Eloy (PMR) d'organiser des activités de découverte et de sensibilisation aux milieux naturels pour les personnes à mobilité réduite (reconnaissance de sites et vérification de leur accessibilité aux chaises roulantes).

1993 - Arrivée et implication dôune troisième personne, spécialiste en cartographie : Bernard Legrand (il introduisit en Belgique la ñPiste dôorientationò). De cette synergie naît une cartographie spécifique complétée dôun recueil de découverte nature offrant à la PMR de prendre un itinéraire sur un thème choisi de découverte nature. Cet acquis nous a permis dôêtre reconnus comme partenaire dans les initiatives visant lôaccès à la nature pour tous.

1998 - Nous participons au recensement des sites naturels accessibles en Région Wallonne (en collaboration avec la DGRNE à ce jour SPW)
1998 - Marque aussi la découverte de la "Joëletteò sur les Hauts Plateaux du Vercors.

2002 - Notre projet « *Nature, si ton accessibilité mô était contée* » est primé par le Fonds ELIA (géré par la Fondation Roi Baudouin). Ce Fonds nous a permis dôacquérir des Joëlettes et dôéditer nos premiers topo-guides les « Sentiers de Randonnée Joëlette » ou S.R.J. qui reprennent la cartographie dôitinéraires en Joëlette mais aussi en chaise roulante.

2003 - Premier séjour Handi-Rando ; 85 km des Crêtes Vosgiennes en 7 jours.

La fabuleuse histoire de lôasbl Handi-Rando débutait avec panache.

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

HANDI-RANDO le voilà né
Tes parents, toutes les bonnes volontés,
De la dernière pluie ne sont pas nés
Autour dôune tasse de thé
Malgré quelques cerveaux enrhumés,
De beaux projets sont nés.

Les randos en joëlette
Ne seront plus rangées aux oubliettes
Pour tôemmener dans cette voiturette,
Dans lôéquipe point de mauviettes ;
Mais nôoublie pas que dans cette navette ;
La vigie doit tailler une petite bavette

En espérant faire ton bonheur,
Partout nous lôemmènerons dans la bonne humeur
Car tu fais partie de notre cî ur.

Par ta confiance en lôéquipe présente,
Par ta jovialité omniprésente,
Par tes paroles encourageantes,
Toujours tu trouveras une équipe polyvalente.

De différence, il nôen nôest plus question
Car une équipe, à plus forte raison,
Lorsque réunie par la même passion.
Elle peut tout entreprendre sans déraison.

Dôautres amis nous rejoindrons
Et, tous ensemble à lôunisson
Nous agrandirons notre maison

Pour que le monde soit plus humain
Ne reste plus seul dans ton coin ;
Pour ensemble lutter contre le destin.

*Marc Maillien*

# ANECDOTES HANDI-RANDONNESQUES

A la Ferme Jacob (Croix Scaille) Marc organise un week-end sur le thème du *Brame du Cerf.*
Le samedi soir, la nuit tombée, la petite troupe se dirige vers la gare de Gedinne dôoù débute un chemin qui sôenfonce dans la forêt. Il est prévu en passant de récupérer Réginald, AA et homme aux multiples aventures. Il n'est pas au rendez-vous ! Marc l'appelle sur son GSM.

Marc: - Bonsoir Réginald, où es-tu?
Réginald : - Je vous attends, je suis bien arrivé à la gare de Godinne.
Marc: - Très bien Réginald ! Tu es sur la bonne voie mais pas à la bonne gare ...!

# ANECDOTES HANDI-RANDONNESQUES

Cela sôest passé, il y a 4 ans, dans le Jura suisse.

La rando du jour se terminait dans un petit village. Il fallait aller rechercher les voitures parquées au point de départ de la rando pour regagner nos pénates. Albert, notre ami AA, bon suisse vivant dans le Jura français, chargea les 5 chauffeurs dans sa petite voiture pour aller récupérer le minibus et les 4 voitures. L'attente (certes, sous abri et près dôune fontaine) a duré 3 heures !
Les explications au retour de nos chauffeurs laissent encore aujourdôhui planer un doute :
A la sortie du village, Albert a été arrêté par une gendarmette sachant compter jusque 6 passagers dont certains assez corpulents (Jacques, Jean Joly, Marc ...) pour une voiture destinée à accueillir quatre personnes. Il a du souffler dans le ballon et montrer ses papiers... aïeé oubliés à la maison ! Bref, après vérification sur l'ordinateur, nos lascars ont pu repartir.
A la reprise du minibus, trompés par une jauge de carburant défaillante, il leur fallut partir à la recherche de gasoil. Pourtant le secrétaire avait placé un mot en rouge sur le tableau de bord pour prévenir Jean et indication essentielle ; un petit réservoir de 5 litres reposait sous le siège arrière, maisé Réginald, convoyeur, avait (aurait ?) classé mon avis dans le vide poche.
Oré Albert a une excellente cave de vins du Jura et il adore organiser des dégustations!
Soupçon : nos amis nôauraient-ils pas fait un arrêt « cave à vin » pour se consoler ?
Bref, 4 ans plus tard nos chauffeurs nient toujours avoir passé du bon temps dans la cave d'Albert!

# ANECDOTES HANDI-RANDONNESQUES

Décor : Vercors

Activité : une première randonnée très en pente et glissante. Il faut monter les joëlettes une par une et avec 7 AA par joëlette.

Scène : Après 3 montées de joëlettes, les AA reprennent leur souffle.

Dialogue entre AA confirmé et un nouveau membre (grand costaud) :

- Magnifique endroit, tu apprécies le Vercors ?
- Oui, c'est pas mal mais un peu dur pour un convalescent...
- é Convalescent ?
- Oui, je viens de subir un quintuple pontage coronarien...
- Quoi! t'es pas fou? t'aurais pu nous prévenir?
- Non, je voulais juste voir si ça allait tenir! ...

# ESPACE QU'HANDI-RANDONNEURS !

A la journée "Osons le Sport ensemble" du samedi 12 mai à Barvaux, Handi-Rando était présente (initiations à la joëlette).

Depuis 1991, à l'initiative de la Ville de Durbuy, de l'Association Chrétienne pour l'Intégration des Handicapés (devenue ALTEO) et de l'ASBL ACIS Clairval, une journée sportive intitulée « OSONS LE SPORT ENSEMBLE » est organisée une fois par an à BARVAUX s/o.

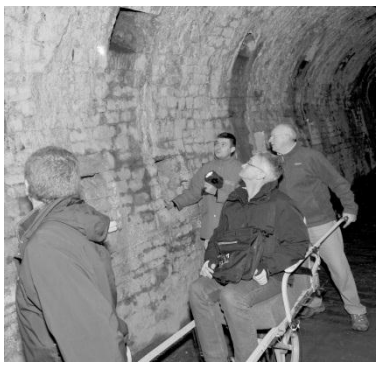
http://www.osonslesport.be/

Indépendamment de toute recherche de profit financier, l'objectif de cette manifestation est de favoriser les rencontres entre personnes valides et non-valides, personnes en situation de handicap et les autres, afin de diminuer la distance qui les sépare.

A travers toute une série d'activités sportives, ludiques et autres, le « tout-public » se côtoie et apprend à mieux se connaître, au-delà de toute appréhension, de tout préjugé. Le principe est que les activités sont accessibles librement selon les goûts et les envies de chacun.

**Rendez-vous pour une nouvelle journée « Osons le sport ensemble », le 25 mai 2013**

## Incursion dans les souterrains de la citadelle de Namur



Pour répondre à un projet de Terra Nova (citadelle de Namur) qui avait contacté la Fondation Luc Legrain pour en tester la faisabilité, j'ai été convié à visiter les souterrains en joëlette. Vous me connaissez j'ai répondu présent. Le lieu de rendez-vous : à l'ancienne caserne qui est maintenant devenue Terra Nova et où ont été aménagés une cafétéria et un musée. Accessibles tous deux.
Résultat probant : visite faisable moyennant la présence de personne bien au fait de la manipulation de la joëlette.
Accompagné d'un guide, quelle joie de pouvoir admirer comme monsieur tout le monde ces souterrains qui possèdent une richesse historique remarquable. J'y ai passé un enrichissant et agréable après-midi.

Christian Duvivier

D'autres PMR pourront bientôt participer également à cette activité.
L'inscription pourra se faire via le site http://www.citadelle.namur.be/
(Possibilité également d'effectuer une visite sans joëlette)

# A BRUXELLES - Coup de g... !

Le CAWaB réuni en assemblée générale, le vendredi 11 mai 2012, a pris connaissance du projet de la Ministre B. GROUWELS de réformer le service des Minibus de la STIB et de le remplacer par des taxis PMR.

**Le CAWaB n'est pas d'accord !**

A lûunanimité, les membres du CAWaB recommandent le maintien dûune offre variée de transport public à un prix abordable qui réponde aux besoins et aux demandes des PMR.

En conséquence, les associations représentatives des Personnes Handicapées rappellent au Gouvernement de la Région de Bruxelles-Capitale le principe de base de toutes leurs actions : *la Personne Handicapée est au centre de lô**ffre de transport à proposer ou à améliorer (prix, disponibilité, temps de réservation**é** )*

Pour conclure, le CAWaB rappelle sa volonté de construire, avec les collaborateurs de la Ministre, lâavenir des transports publics bruxellois, sans discrimination, mais exige que toute réforme concernant les personnes handicapées soit validée par le secteur des personnes handicapées, en respectant le principe :

**RIEN SUR NOUS, SANS NOUS !**

Pour infos : http://www.cawab.be/actualite.html

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**

# TROOZ

Trooz, quelques kilomètres au sud de Liège, est encore assoupie ce dimanche matin, 6 mai. Cette charmante localité s'étire longuement le long de la Vesdre, sous la pluie...

La pluie qui, en fait, n'aura cessé de tomber toute la nuit, et sans compter... ses gouttes. Nous le découvrirons, un peu plus tard, ... à nos dépens...

Rendez-vous avait été donné au hall omnisports de la commune, derrière l'église. Comme d'habitude la remorque d'Handi-Rando est fidèle au poste, mais l'environnement diffère cependant quelque peu. Il y a en effet des uniformes un peu partout, dehors, autour d'installations et d'engins un peu bizarres, à l'intérieur, affairés à la préparation de boissons et de sandwiches. Et... dans ces uniformes, des militaires, jeunes et moins jeunes. La couleur et la position des bérets trahissent vite l'appartenance de ces hommes : ce sont bien des paras. Ceux en fait de l'Amicale de Liège, parmi lesquels Bernard, notre guide du jour et lui-même de l'Arme, compte de nombreux amis. Ils sont là aujourd'hui, à disposition du public, pour une promenade-aventure en forêt, jalonnée d'épreuves, plus ou moins techniques, c'est selon, et dont ils ont le secret. Chacun des accompagnants pourra s'y essayer : émotions, frayeurs, et... fous-rires garantis !

Une fois les présentations sympathiques faites, il est temps de procéder au montage des attelages. La pluie tombe toujours, généreuse. Le convoi démarre, les visages sont souriants. La Vesdre se faufile dans une vallée étroite. Pour la quitter, il nous faudra monter, et grimper encore. La colline est escarpée. La pluie tombe toujours, imposant l'odeur forte de l'ail des ours, plante bulbeuse qui a littéralement colonisé l'endroit. Le sentier est étroit : difficile pour les accompagnants d'aider au niveau des accoudoirs. Pas de doute, les cordes s'imposent. C'était sans compter sans l'effet de la pluie : même en 4x4, les joëlettes patinent, les pieds ripent, sans prévenir, vers l'arrière, précipitant les nez dans la gadoue, avant que les mains, agrippées aux cordes ou aux harnais, puissent intervenir. Et voilà les tenues bien de circonstance : le camouflage est parfait, dissimulant les vêtements civils et les visages sous la boue. Les épreuves militaires peuvent commencer ! Nos amis paras ont tout prévu : pont de singe, tremplin et descente sur mât, escalade, descente en rappel, saut de plateforme etc. La force ne suffit pas, il faut y joindre la réflexion et la technique. Les conseils sont prodigués avec pertinence et la sécurité reste un objectif permanent.

Une grange généreusement prêtée par un habitant d'un hameau traversé sera notre abri pour la pause tartines. Après une longue boucle sur le plateau, il nous faudra regagner la vallée. La pluie n'a pas cessé, et le chemin de retour est étonnamment aussi pentu qu'à l'aller... ! L'eau ruisselle de partout, transformant le chemin vers la forêt en ruisseau, lequel s'engouf-

fre dans le sous-bois, s'entêtant sur le même chemin que le nôtre. Un regroupement des véhicules et un arrêt s'imposent. La suite du trajet mérite réflexion, de même qu'une stratégie bien adaptée. Il n'est pas question de faire courir le moindre risque à nos passagers. Il faudra descendre une joëlette à la fois, avec encadrement renforcé et une assurance en rappel, grâce à une corde providentielle prêtée par nos paras, décidément toujours au bon endroit ! Les joëlettes ne dévieront pas d'un pouce, toujours bien en ligne. Il en ira par contre autrement des accompagnateurs-skieurs ! Les chutes seront nombreuses, spectaculaires, rigolotes et heureusement sans gravité, la boue, généreuse, jouant les amortisseurs...

La fin du trajet, de retour le long de la rivière, ne sera qu'une formalité. Une barrière métallique à franchir obligatoirement par dessous nous rappellera sa cousine, rencontrée le matin, et qu'il avait fallu franchir cette fois par le haut, les joëlettes portées ...à bout de bras, un mètre soixante au-dessus du sol.

Le hall sportif d'où nous sommes partis pointe le bout du toit, le bercail est proche. Tandis que les plus hardis, ou les moins fatigués, c'est selon, s'essayent à la dernière épreuve du parcours : une plateforme posée sur cordes à huit mètres de hauteur, entre deux arbres, dont il « suffit » de sauter, dûment harnaché. Nos amis paras , prévoyants et attentionnés, distribuent café et sandwiches, en mains propres s'il vous plaît ! Enfin, ...propres...

Les visages, rougis par le bol d'air et l'effort, sont restés souriants ; on lit dans les yeux la satisfaction, on y devine la complicité, la confiance entre passagers et accompagnants, corollaires de toutes nos randonnées. Des mains se serrent, des accolades s'échangent, des joëlettes se démontent, des chaises se déplient, des portières claquent, ... la vie continue.

C'est clair, on reviendra. Tiens, il ne pleut plus...

G. T. (A. A.)

*Cet été 2012 Handi-Rando a programmé un séjour à Wolfach.*

Le KURGARTEN HOTEL, parfaitement adapté (chambres spacieuses, lits avec élévateurs, piscine intérieure), hébergera les handi-randonneurs.

Au menu de randonnées possibles :
Le circuit des panoramas (255 m à 6OO m) ;
rando au Glaswalsee ;
rando au Kasteelstein ;
rando à Triberg ;é

KURGARTEN HOTEL à WOLFACH - Funkenbadstrasse, 7 - 77709 WOLFACH - Tél. +49 7834 4053 - www.kurgarten-hotel.de

Wolfach est une ville allemande du Bade-Wurtemberg. Elle est située dans la Forêt-Noire (Schwarzwald) au confluent du Wolf et de la Kinzig. La Kinzig peut être considérée comme la frontière entre la Forêt-Noire du Nord et la moyenne Forêt-Noire. Sa vallée et les vallées affluentes sont considérées comme le plus grand système de vallées en Forêt Noire. Cœst un massif montagneux au sud-ouest de l'Allemagne. A l'est de la plaine rhénane, il est le pendant géologique des Vosges à l'ouest. Il dévoile sur ses hauteurs des paysages variés : au nord, les épicéas bordent des routes escarpées ; au centre, les vignes des coteaux cèdent la place aux pâturages et à des riches fermes-auberges ; au sud, les lacs alternent avec les hauts sommets.

## Quelques curiosités de la région :

Dernier atelier de verre actif**, Dorotheenhütte** abrite un musée du verre qui retrace 2000 ans dœhistoire du verre ; les étapes de développement, l'art du verre, de vieux outils verriersé Coaché par un artisan professionnel, vous pourrez éventuellement souffler votre pièce personnelle.

Le **Bollenhut** est un chapeau à pompons caractéristique du costume traditionnel de la Forêt-Noire dont il est devenu le symbole. A lœorigine, il était porté dans des villages protestants de la vallée de la Kinzig. Les pompons des jeunes filles étaient rouges, ceux des femmes mariées noirs.

La **Forêt Noire** est aussi une gourmandise. Une génoise au cacao, parfumée au kirsch, fourrée de cerises au sirop et de crème chantilly. Elle est recouverte de crème chantilly et décorée de copeaux de chocolat. Ces desserts à base de cerises et de crème sont très anciens en Forêt-Noire.

Très bon séjour à nos amis inscrits !

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

### 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

### Directeur exécutif

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
- Initiation des pilotes (brevets AA, AAE et capacitaire)
- Gestionnaire des activités (recon naissances, tarifs)
- Dépôt de 23 joëlettes

### Secrétaire

Guy Tocquin
Rue du Faux, 19
5620 Florennes
☎ 082-68 82 96
GSM : 0498-26 40 88
e-mail : guy@handi-rando.com

### 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

### Responsable activités extérieures

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 du site internet

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

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<br>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 | 6 | 15 / 18 |
| Dimanche 29 avril | Hotton | Le site archéologique | Assez sportif | Julien | 9 | 26 / 27 |
| Dimanche 6 mai | Trooz | Par l'Amicale des Paras | Sportif | Bernard | 4 | 13 / 12 |
| Samedi 12 mai | Barvaux | Support club FWSA (Sébastien M.) | Facile | Philippe | 2 | 7 / 6 |
| Dimanche 3 juin | Villers-sur-Lesse | Les lieux-dits | Facile | Guy | 3 | 17/ 9 |
| Dimanche 10 juin | Muno | --- ANNULE --- | Assez sportif | Thierry | 3 | 17 / 9 |
| Mercredi 27 juin<br>Jeudi 28 juin<br>Vendredi 29 juin | Marche-les-Dames<br>Namur<br>Marche-en-F. (MESA) | 3 randos avec logement facultatif à l'auberge de jeunesse de La Plante | Assez sportif | Bernard | 4<br>5<br>6 | 13 / 12<br>17 / 15<br>12/ 18 |
| Samedi 30 juin | Wépion | HR fête ses 10 ans.<br>Le musée des joëlettes. La réception et le repas | --- | --- | | / |
| Samedi 21 juillet | Marneffe | Par le CPE | Assez sportif | ? | 10 | 14/ 30 |
| Du 29 juillet au 3 août | Wolfach,<br>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 | 8 | 16 / 24 |
| Dimanche 12 août | Mariembourg | Le Chemin de Fer des 3 Vallées | Assez sportif | Guy | 9 | 15 / 27 |
| Dimanche 26 août | Chèvremont | La vie en Liège | Sportif | Christian G. | 4 | 13 / 12 |
| Dimanche **16** septembre | Stambruges | La Mer de Sable, le domaine de Beloeil. Changement de date ! | Assez facile, longue | Bernard | 6 | 16 / 18 |
| Du 27 au 30 septembre | Ovifat | Randos dans les Fagnes et vallées environnantes. Date-limite d'inscription : 15 juillet. Confirmation : 15 août.<br>Coût : PMR : 135€ ou 100€ (*) - AA : 60€ ou 45€ (**) - AP : 100 € | Sportif | Thierry, Marc | 2 | 12 / 6 |
| Samedi 6 octobre | Erpent | Avec les Coteaux Mosans (sports adaptés) | Assez sportif | Bernard | 3 | 1 / 9 |
| Dimanhe 14 octobre | Tervuren | L'arboretum | Assez sportif | Bernard | 6 | 13 / 18 |
| Dimanche 28 octobre | Région de Huy | ? | Assez sportif | Jean | 3 | 12 / 9 |