



PB-PP  
BELGIE(N) - BELGIQUE

Noûri Cortil, 15, 5020 Champion

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

BCE : 477.029.073

N° 2 / 2023 - 2<sup>e</sup> semestre 2023

*Nature, si ton accessibilité m'était contée...*



Editeur responsable :  
Bernard Legrand  
Noûri Cortil, 15, 5020 Champion  
P304116

Bureau postal de dépôt :  
5002 Saint-Servais

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 joëtte 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 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.

### Cotisation

Elle comprend la cotisation fédérale, l'assurance individuelle, l'envoi du bulletin semestriel et la participation aux activités du calendrier annuel (hormis les frais de gîte).

- PMR et sa famille : 40 € (obligatoire).
- Accompagnateur actif ou accompagnateur sympathisant : 15 € (facultative).

### Compte bancaire

IBAN : BE28 1420 6680 3420 - BIC : GEBABEBB  
ASBL Handi-Rando, 5020 Champion

### 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 :



## et les donateurs privés

Ce bulletin semestriel est édité par l'imprimerie  
Offset-Service Ecole & Loisirs Asbl  
Malispré, 10, 5580 Han-sur-Lesse  
084/37 75 88 - pierre.lannoy@edpnet.be  
Mise en page et gestionnaire du site internet :  
Michel Naniot.

## Le conseil d'administration

### Présidente & secrétaire :

**Michelle Lair**

Impasse de la Chapelle, 8,  
7021 Havré (Mons)  
GSM : 0477 27 08 20  
presidente@handi-rando.com  
ou secretaire@handi-rando.com



### Vice-président & trésorier :

**Jean Joly**

Rue Crotteux, 10, 4257 Berloz  
Tél. : 019-32 56 12  
jean@handi-rando.com



- Gestionnaire des fonds & subventions
- Gestionnaire de la comptabilité

### Directeur exécutif :

**Bernard Legrand**

Noûri Cortil, 15, 5020 Champion  
Tél. 081-21 11 45  
bernard@handi-rando.com



- Moniteur niveau 3 Adeps • Relations Adeps & Féma • Cartographies, GPS • Initiation des pilotes • Gestionnaire des activités

### Délégué aux PMR :

**Mathieu Goudeseune**

Impasse de la Chapelle, 8,  
7021 Havré (Mons)  
mathieu@handi-rando.com



### Communication externe :

**Colette Grymonprez**

Avenue de Nivelles, 45 A,  
1300 Limal  
colette@handi-rando.com  
Tél. : 010 41 73 49 - GSM : 0495 93 21 72



### Responsable du semestriel :

**José Leveau**

Avenue de Nivelles, 45 A,  
1300 Limal  
jose@handi-rando.com  
Tél. : 010 41 73 49 - GSM : 0499 32 14 42



### Secrétaire-adjointe :

**Martine Van Vliet**

Av. Homborchveld, 9,  
1180 Bruxelles  
secretaire@handi-rando.com



# Editorial



Chers  
Amis handi-randonneurs,

En ce début 2024, je vous souhaite une année enthousiaste, aussi bien dans vos activités avec Handi-Rando que dans votre participation active au sein du Conseil d'Administration et dans le bonheur du partage entre nous.

Cette nouvelle année sera encore bien remplie de joyeuses sorties en tous genres (sportives, culturelles, de mémoire...) et de futures et palpitantes aventures lors de deux séjours.

Chers G.O. (Gentils Organisateur), n'oubliez pas de publier la fiche d'activité de votre sortie au moins un mois avant la date et pensez à vous investir dans le C.A. Il est important de prendre la relève de nos aînés, qui ont déjà beaucoup œuvré.

Je souhaite rendre un hommage ému à Bernadette, épouse et soutien de Bernard. Cette grande dame nous a quittés ce 19 septembre. Elle a à jamais gagné le cœur des membres de Handi-Rando.

Suite à des soucis d'organisation familiale, je ne renouvellerai pas ma candidature en tant qu'administratrice. Il y aura donc deux postes à pourvoir (présidente et secrétaire) lors du C.A. qui suivra notre assemblée générale du 30 mars. Handi-Rando compte sur vous pour poursuivre tout ce qui s'est mis en place et déployé depuis plus de 20 ans au sein de notre belle association. Si vous désirez rejoindre le C.A., je vous invite à contacter un de nos administrateurs dans les meilleurs délais.

Avec un respect et une admiration énormes, je tiens à remercier toute l'équipe dévouée de ce sympathique C.A. qui, j'en suis sûre, va bientôt s'agrandir.

Il me reste à souhaiter à chacun et chacune une année remplie de paix, de solidarité, de bienveillance et d'amitié, et surtout une bonne santé.

Au plaisir de vous retrouver lors de notre première randonnée en mémoire de Michel.

Michelle



## Sommaire

Editorial .....	3
Le 16 juillet à Furfooz .....	4-5
Viktoria, rédactionnel, Charles	
Le 30 juillet à Tilff .....	5-6
Jean-Marie, Lara	
Du 14 au 19 août à Echternach .....	6-7
Margit, Tamas, rédactionnel	
Le 3 septembre à Ternell .....	8-9
Marie-Odile, André	
Le 24 septembre à Fayt-le-Franc .....	9-10
12 réactions	
Du 25 au 29 septembre à Maasmechelen .	10-13
Andrée, Marie-Odile	
Le 7 octobre à Watermael-Boitsfort .....	14
Tanguy, Thomas	
Le 22 octobre à Visé .....	14-15
Pol	
Le 5 novembre à Vyle-et-Tharoul .....	15-16
Anne-Françoise, Frédéric, Laurence et Manu, Jean	
Divers .....	16-19
Mode d'emploi des 2 certificats médicaux cotisation 2024, Merci Bernadette, rencontre hivernale, assemblée générale : date à retenir, la suite de "Le Grand-Duché de Luxembourg"	
Le programme des activités .....	20

## Le 16 juillet à Furfooz

Ma toute première...

### Un excellent exemple d'inclusion sociale



J'ai vécu une merveilleuse expérience de randonnée avec Handi-Rando. Un de mes amis est membre de l'association et il m'a parlé de la randonnée. J'aime beaucoup la randonnée et celle-ci m'a semblé spéciale et j'étais contente d'y participer.

Nous sommes allés dans la région autour de Dinant et le paysage était magnifique. Les chemins étaient

#### Le château de Walzin

Perché sur un piton rocheux de plus de 50 m de haut et surplombant à pic un méandre de la Lesse, ce nid d'aigle a verrouillé au cours des siècles la vallée inférieure de la rivière ainsi qu'une des routes reliant Dinant à la France.

Le château, un des plus grands de Belgique, a été construit au 11e siècle. Il subit de nombreux sièges destructeurs car les châtelains de Walzin étaient vassaux des princes-évêques de Liège et furent impliqués dans les incessants conflits qui opposèrent ceux-ci au duc de Bourgogne Philippe le Bon et à l'empereur Maximilien d'Autriche au 15e siècle. Il subit d'importants dommages en 1793 par les armées révolutionnaires françaises.

Les restaurations des 19e et 20e siècles ont rendu à sa façade, de plus de 100 m de long et surplombant la rivière, l'aspect imposant et romantique qu'on lui connaît aujourd'hui. Le château est privé et ne se visite pas.



beaux, nous avons marché dans des espaces verts et nous avons vu un grand château qui apparemment est habité. Une partie du chemin suivait la Lesse, nous avons donc vu à quel point la rivière se remplit avec les kayakistes en été.

Manipuler les joëlettes s'est avéré moins difficile que je l'imaginais, c'est plus une activité d'équilibre. À la fin de la randonnée, nous avons pris un verre ensemble dans un bar et nous avons pu discuter et profiter encore du soleil de l'après-midi. Heureusement, il faisait beau.

Par un temps très clément, tempéré par un petit vent très rafraîchissant et épargné par la pluie, la sortie à Furfooz a été très réussie.

Ce que j'ai le plus apprécié, c'est d'avoir rencontré des gens si sympathiques et amicaux, y compris les personnes à mobilité réduite, les bénévoles et les personnes des camps de réfugiés. C'était un excellent exemple d'inclusion sociale et je suis vraiment heureuse d'y avoir participé.

Viktoria



... Ma toute première...

## Une vraie découverte



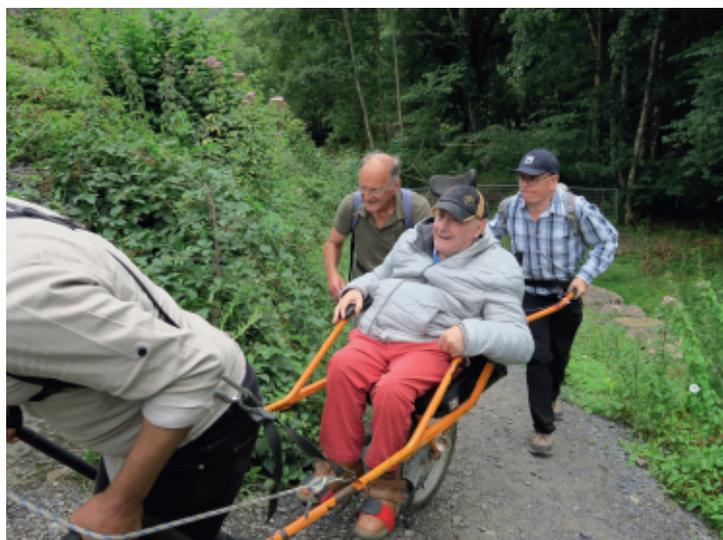
L'accueil très sympathique de tous les participants m'a de suite mis à l'aise. La pratique de la joëlette côté arrière, au début très hésitante puis de plus en plus confiante sur les conseils avisés de Michel, a été une vraie découverte et m'a bien plu.

Le parcours proposé a bien mérité son adjectif de sportif lors des passages des ponts au-dessus de la Lesse et a bien accéléré mon pouls et, si je n'ai pas trop paniqué dans la descente, je me dois d'avouer que c'est grâce aux autres accompagnateurs et à leur aide.

Les paysages magnifiques de la Lesse et du château de Walzin ainsi que la proximité des jeunes migrants ont été très agréables, sans oublier le verre de l'amitié et l'occasion de faire encore mieux connaissance.

Merci à toutes et tous pour cette expérience et à une prochaine fois !

Charles



## Le 30 juillet à Tilff

Ma toute première...

## Merci beaucoup !



Bonjour. J'ai été très surpris de rencontrer tant de personnes dévouées à la cause du handicap. Je ne comprends pas les humains qui ont une vie normale ??? quand je vois l'accueil que vous m'avez témoigné et à mes deux petits-enfants. Je vous en remercie de tout coeur.

Tout était superbe : l'organisation, l'accueil, le parcours, la nourriture...

J'ai eu l'occasion de retrouver Marc, Chantal et son mari et tant d'autres dont je n'ai plus les noms en tête. J'ai aussi retrouvé Bernard, homme dévoué à 100 % à cette noble cause, après plus de 40 ans lorsqu'il était au 2e bataillon commando.

Je pense que j'aurai l'occasion de revoir tout ce monde à différentes promenades. Je n'ai malheureusement pas souvent mes petits-enfants près de moi mais cette sortie restera gravée dans leur tête. Encore merci à vous tous !

À bientôt de tout coeur avec vous. Si vous avez besoin de bras, un petit mot et je ferai mon possible pour vous satisfaire. Je vous donne mon GSM : 0479246898.

Jean-Marie



Ma toute première...

## À refaire !



Merci pour cette balade. J'ai appris plein de choses. Par exemple, c'est quoi une joëlette?

Domage qu'on ne pouvait pas monter dans la joëlette ou la piloter.

Merci beaucoup à tout le monde pour cette aventure. À refaire !

Gros bisous

Lara



## Du 14 au 19 août à Echternach

*Ma toute première...*

### **J'ai vécu une expérience inoubliable**



Le 11 août 2023, j'ai quitté la Hongrie pour participer à un voyage de quatre jours au Luxembourg avec mon fils Tamás. Il faut savoir que j'ai 72 ans et que je ne parle que le hongrois.

Nous avons séjourné à Echternach, dans un environnement très agréable. Il y a un grand lac à côté de l'auberge touristique, dans lequel un endroit propice à la baignade a été aménagé. Il est entouré d'une belle et grande prairie, où les familles du quartier viennent pique-niquer.

Chaque jour à 10 h, nous partons en voiture vers le lieu de départ de notre randonnée. À notre arrivée, le montage des joëlettes est la première étape à franchir pour permettre aux personnes à mobilité réduite de randonner.

Le premier jour, nous avons randonné avec quatre joëlettes et leurs assistants. Notre chemin passait entre d'énormes rochers et des gorges impressionnantes. Ce fut une randonnée encore plus excitante en raison du temps pluvieux. Nous avons également dû traverser des gorges si étroites que nous ne savions pas si les joëlettes passeraient, mais nous avons réussi dans tous les cas sauf dans un cas pour lequel nous avons également trouvé une solution. Nous avons terminé notre randonnée à la cascade du Müllerthal, un très bel endroit.

La deuxième journée a été consacrée à une visite de la ville de Luxembourg. Nous avons pu admirer notamment l'hôtel de ville, l'église et la forteresse et nous avons appris beaucoup de choses intéressantes sur la culture et l'histoire du Grand-Duché.

La randonnée du troisième jour s'est déroulée à un rythme plus paisible que la première. Nous nous sommes arrêtés pour déjeuner dans un bel endroit appelé l'amphithéâtre. Notre petit groupe de randonneurs s'est mis à chanter joyeusement dans la grotte. Puis les personnes à mobilité réduite ont été

reconduites au logement en voiture. Sept assistants, dont moi-même, ont décidé de se rendre au logement à pied. C'était un itinéraire difficile, avec de très nombreuses marches entre de hautes gorges rocheuses, mais cela valait la peine de le parcourir jusqu'au bout.

Le quatrième jour, nous avons randonné dans les gorges de grès de Perekop, avec d'énormes rochers et le long d'un ruisseau enchanté.

J'ai vécu une expérience inoubliable. Je remercie les organisateurs pour l'amour et l'attention dont ils m'ont entourée. Je penserai toujours à eux avec gratitude.

Margit



## Müllerthal, la lumière est au bout du tunnel

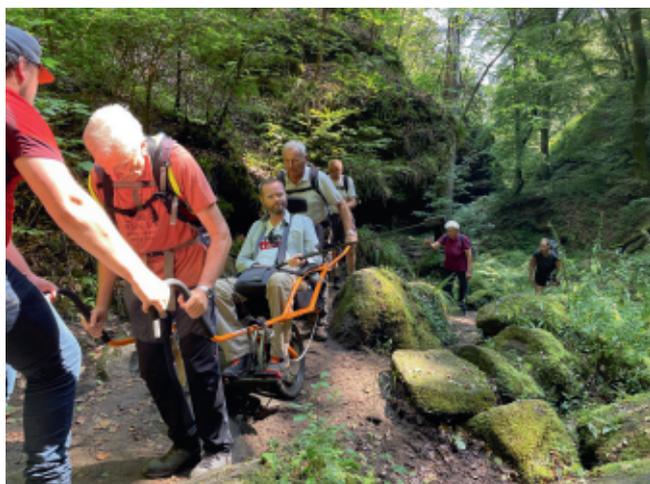
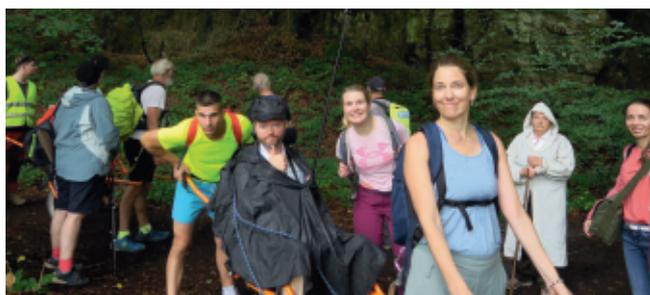


Dans la vie de chacun, il y a des jours ordinaires qui seront vite oubliés et il y a des moments forts, des célébrations que nous planifions et attendons avec impatience depuis longtemps et dont nous nous souviendrons pour toujours. Müllerthal a été pour moi un tel jour, un jour qui m'a fait changer mes projets de vacances d'été et qui m'a amené quatre amis et aussi ma mère, qui m'a accompagné de Hongrie juste pour ce séjour, un jour qui a un impact sur le reste de ma vie, la façon dont je regarde le monde qui m'entoure.

La joëlette a été créée avec une mission simple mais puissante : amener les gens à la nature sans routes construites, à la nature telle que Dieu l'a créée, aux sentiers de randonnée impossibles à atteindre en voiture ou en fauteuil roulant. Le sentier du Müllerthal est l'essence même de la joëlette, l'accomplissement de sa destinée.

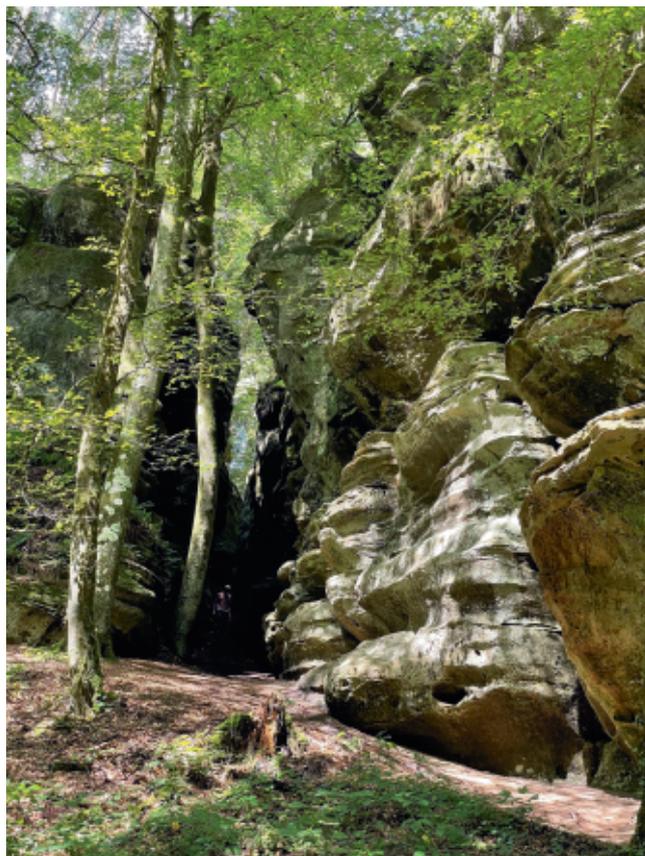
Être PMR, "personne à mobilité réduite", l'expression suggère que nous sommes limités dans nos actions, ce qui est vrai, mais des journées comme celle du Müllerthal montrent que nous pouvons repousser nos limites. Elles montrent que, même dans les moments sombres comme dans une gorge sous la pluie, la lumière est au bout du tunnel, il y a de l'espoir, il y a du soleil, il y a de la joie et des réalisations incroyables dont chaque participant peut être fier.

Ce furent des journées inoubliables ! Un tout grand



merci de m'avoir permis de réaliser des choses dont je ne rêvais même pas en tant que PMR.

Tamas



### Le Grand-Duché de Luxembourg

Pourquoi le Luxembourg est-il un grand-duché ? Saviez-vous que des Luxembourgeois ont siégé dans notre Parlement ? Pourquoi trouve-t-on une statue d'un roi de Hollande sur une des grandes places de la capitale ? Tout le monde connaît un travailleur frontalier mais combien sont-ils ?

Si vous désirez connaître les réponses à ces questions et bien d'autres choses sur l'histoire du Grand-Duché, la suite se trouve en pages 18 et 19.



## Le 3 septembre à Ternell

### Cette forêt-là

#### est vraiment à siroter



Un grand MERCI Bernard pour cette belle balade. À la réception de la confirmation de mon inscription et au vu des photos jointes, je m'étais désinscrite la mort dans l'âme. Quand Bernard a reçu ma désinscription, j'ai eu droit à un petit mot tellement paternel et sécurisant que je n'ai pu que confirmer ma présence qu'aujourd'hui je ne regrette mais...

Comme pour d'autres balades, j'avais rendez-vous à 8h30 chez Tamas. À 10h, nous étions à Ternell par une météo superbe. Quel plaisir d'en retrouver certains, dont Claudine qui était particulièrement en forme et affichait un sourire rayonnant. Alain et Mathieu étaient également de la partie.

#### Circuit "Rambo"

Après le montage des joëlettes, André et Pierre nous ont fait part des différents circuits possibles et combinables. Nous avons démarré sur le circuit « Rambo », dont je vous joins une photo... À cet endroit, Pol, qui sécurisait ma joëlette, a fait un roulé-boulé, sans gravité heureusement.

Quant à moi, la spasticité s'est bien installée, stoppant le charme de la rando, tandis que de son côté, Bernard était visiblement aux anges, non pas à cause de la chute de Pol bien sûr, mais pour lui, c'est ça la « vraie handi-rando ». Pour moi, Handi-Rando permet l'accessibilité à la nature pour s'en nourrir, l'admirer et s'y ressourcer, et non pour stresser à mort.

Pierre et André allaient d'une joëlette à l'autre pour faciliter la tâche des porteurs et assurer notre stabilité. Ils ont accompli un travail physique remarquable, doublé d'une dose de sagesse.

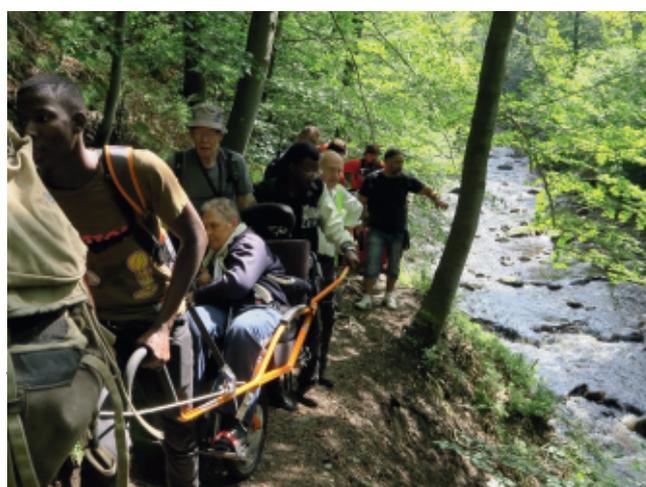
#### Forêt "mémé"

Après la pause de midi, nos deux sages ont opté pour la forêt « mémé », qui permet d'observer paisiblement l'enchevêtrement des racines et d'admirer les dessins formés par leur savant réseau. Pour peu, il ne resterait plus qu'à savoir décoder leur langage pour surprendre leurs conversations.

La forêt « mémé » me procure un vrai ressourcement et m'invite plus à remercier mes porteurs pour un certain calme retrouvé. Cette forêt-là est vraiment à siroter.

MERCI Handi-Rando pour cette accessibilité.

Marie-Odile



## Une entraide toujours présente



Il y a quelque temps lors d'une randonnée dans cette belle région, Bernard nous avait demandé, à Pierre et à moi, d'aller repérer quelques parcours pour

Handi-Rando.

Ternell se situe dans le Hertogenwald à quelques km d'Eupen, non loin de la réserve naturelle des Hautes Fagnes. C'est un point de rassemblement avec parking et départ pour nombre de randonnées.

Le premier repérage consistait à remonter sur +/- 6 km la Helle, petite rivière qui prend sa ou ses sources dans les environs de la baraque Michel. Par une pluie diluvienne, nous avons fait du canyoning à l'envers : nous remontions les cascades au lieu de les descendre, mais en moins amusant. Résultat à l'arrivée : décision sans appel, on l'oublie et on reviendra pour un autre parcours.

Nous avons fait plusieurs repérages avec toujours un empêchement majeur comme un pont emporté par les crues ou un passage à gué avec de l'eau jusqu'au-dessus des genoux (j'ai pu tester l'imperméabilité de mes chaussures, pas une goutte n'est sortie le reste du trajet) ou alors trop peu de place pour passer entre des dalles rocheuses, et cela sur presque 100 m de dénivelé positif.



Le 3 septembre, nous avons finalement fait un condensé des deux derniers repérages, avec un plan B comme échappatoire vu le parcours sportif et parfois difficile et physique, aussi bien pour les accompagnateurs que pour les accompagnés, mais la difficulté de la rando a été largement compensée par un paysage et une nature superbes.

Ce fut une belle journée ensoleillée avec une entraide toujours présente, sans quoi rien ne serait possible.

André

## Le 24 septembre à Fayt-le-Franc

### Réactions de 12 participants recueillies à chaud

Une grande première pour moi: solidarité, rencontres, expérience. Superbe journée avec Handi-Rando. Notre joëlette Claudine en a entendu de toutes les couleurs avec notre super équipe. 🤝  
Merci, merci tout simplement. Caro

Première randonnée pour moi. J'ai pris beaucoup de plaisir. Journée exceptionnelle. À refaire l'année prochaine avec plaisir. Nancy

Deuxième randonnée joëlettes pour moi et toujours autant de plaisir (surtout avec Mathieu 🤝). Vivement la prochaine ! Merci aux organisateurs et aux participants pour ce merveilleux dimanche. Nora

Encore une belle randonnée avec Handi-Rando, la quatrième pour moi. Très heureux d'avoir pu faire plaisir à nos PMR. Que du bonheur avec vous. On se retrouve l'année prochaine. À bientôt. Steve, le fils de Jean-Luc

C'est avec grand plaisir que j'ai eu l'occasion de vous proposer une petite dégustation-goûter sauvage. Quelle joie de partager dans notre belle nature ! Quel bonheur d'échanger avec tous ! Vive Handi-Rando ! À bientôt ! Claudia l'herboriste

Une journée très enrichissante avec de formidables échanges. Quel plaisir de donner du bonheur. À l'année prochaine ! Isabelle

Autant de soleil dans le coeur que dans le ciel ! De belles rencontres, de très belles rencontres !! À l'année prochaine. Mélanie + Gil

Aujourd'hui, belle rando avec Alain dans les Honnelles. Moment passé dans la joie et la bonne humeur. Très belle organisation ! À l'année prochaine. Un tout grand merci. Éric

Journée agréable avec des personnes agréables. Que du bonheur avec Handi-Rando. Alassane

Très bon moment passé avec vous. Sophie

Merci pour cette belle journée. Votre accueil chaleureux et notre mise en uniforme avec un splendide

polar. X

Une très belle journée avec des personnes très cha-

leureuses. Merci pour la bonne dégustation et la séquence "culture". Y



## Du 25 au 29 septembre à Maasmechelen

### **Beaucoup de chaleur au coeur !**



Ce matin, petit rappel de José sur l'urgence de lui envoyer un article. L'occasion de repenser à ce séjour, il y a déjà trois mois. Peut-être la saison hivernale influence-t-elle sur le mot qui me vient spontanément, celui de « chaleur », mais je crois que cela va plus loin et plus profondément.

Oui, nous avons eu la chance d'avoir une belle météo en cette fin de septembre. L'occasion de découvrir une région que je ne connaissais pas et que je ne pensais pas si belle et même parfois vallonnée. Les randonnées étaient variées : parc national des Hautes Campines, charbonnage et terrils, traversées de la Meuse en bac et incursion aux Pays-Bas.

### **Une multitude de petits bonheurs !**

Mais nous avons surtout eu beaucoup de chaleur au coeur ! Dès le premier soir, nous nous sommes retrouvés autour d'un feu de bois, balancés dans les hamacs, avec la présentation du séjour et quelques chants. Et ce fut ensuite, outre les randos, des moments partagés autour de jeux, de séances de relaxation, de rires et de détente à la piscine, de parcours de vélos adaptés... sans oublier évidemment les apéros et les repas.

Voilà ce qui fait la spécificité et la richesse des séjours : pouvoir vivre ensemble une multitude de petits bonheurs, dans le partage et le respect des besoins et envies de chacun. C'est dans ces moments-là que le coeur se réchauffe !

Merci aux organisateurs, aux petites mains, et à tous les participants !

Andrée





## Superbe cure de vitamines



À notre arrivée le lundi soir, Jean nous a réunis autour d'un brasero, quelques-uns installés dans des hamacs-balancoires, attentifs aux journées possibles avec ou sans joëlette.

Pour ma part, le mardi fut une journée de sortie autour du lac sablonneux avec, comme disait Françoise en tête, des côtes puis des côtelettes selon le cas mais, la roue de la joëlette étant dans une ornière, en tant que PMR je ne mesurais pas la difficulté des AA. Au contraire, j'avais un profond sentiment de sécurité, tout en pouvant admirer la nature.

Le mercredi, Bernard et Serge ont prêté main forte aux AA de base. Le parcours fut plus facile mais très long pour les AA. Nous avons pris deux bacs, le premier pour arriver en Hollande et admirer une réserve naturelle ornithologique entre deux bras de la Meuse et au retour l'autre bac n'était pas tout près.

## Une crevaïson

Le jeudi fut pour moi une journée d'expériences sur place jusqu'à ce qu'Isabelle me fasse profiter d'un dernier tour du lac dans le siège installé pour elle à l'avant d'un vélo. Pour tout le monde, cela s'est passé sans problème. J'ai trouvé aussi cette dernière ex-

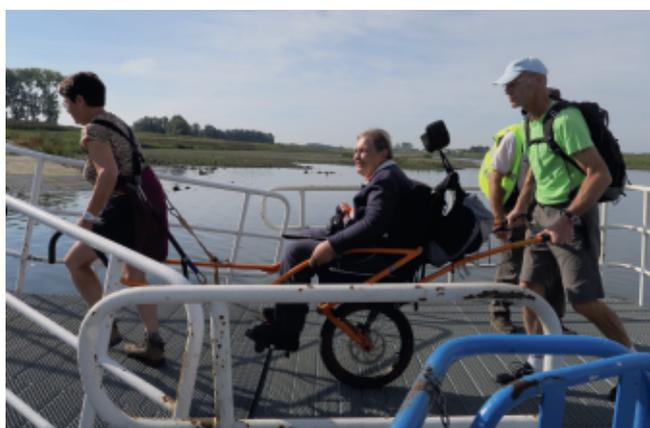
périence très agréable jusqu'à une crevaison. Heureusement, Hugo et moi n'étions pas seuls. Stéphane et Michaël sont partis chercher de l'aide et les responsables sont venus à notre rencontre avec une dépanneuse ressemblant plus à une ambulance. Nous sommes montés à bord. À notre arrivée au centre, Jean, toujours prévenant, nous attendait avec une chaise roulante.

Le vendredi, valises bouclées et avant de rentrer dans nos pénates, nous avons visité Bokrijk, où Tamas nous a rejoints, me permettant de revenir à Bruxelles avec lui.

MERCI à la générosité de nos AA actifs sur les chemins mais il ne faut pas oublier les A de l'ombre : Anne-Marie, Nadine et Micheline.

MERCI à chacun pour ces moments fraternels partagés, superbe cure de vitamines avant l'hiver.

Marie-Odile





## Le 7 octobre à Watermael-Boitsfort

*Ma toute première...*

### **Une magnifique première expérience**



C'était une première pour moi. Ce 7 octobre, j'ai participé avec plaisir et émotion à une sortie d'Handi-Rando.

J'avais découvert les activités de l'association il y a presque quinze ans déjà au cours de la formation de guide-nature ; et nous avons endossé, chacun à notre tour, les rôles de PMR, de « cheval » et de « conducteur ». Je m'étais alors dit que le jour où mes loisirs me le permettraient, je rejoindrais bien volontiers les activités de l'association. Et me voici fraîchement et heureux retraité.

Ce fut une magnifique première expérience d'apprentissage, d'écoute et de partage.

Finalement, il ne faut qu'être disponible à prêter ou partager, le temps de quelques heures, ses jambes et ses yeux.

Quel plaisir que d'entendre tout le bien que cela peut faire.

Tanguy

*Ma toute première...*

### **Foncez !**

J'ai participé pour la première fois à une marche avec Handi-rando. J'ai particulièrement apprécié cet esprit d'entraide et de convivialité. Si vous hésitez encore, foncez, vous ne le regretterez pas.

Thomas



## Le 22 octobre à Visé

### **La vallée de la Julienne et ses étangs**



La Julienne, ruisseau du Pays de Herve, a creusé sa vallée depuis Retinne et se jette dans la Meuse à Argenteau à travers un terrain carbonifère (charbonnages).

Suivre son cours depuis sa source est voué à l'échec vu l'urbanisation. Nous avons choisi la fin de son parcours idyllique tout en conservant un circuit qui nous permet de découvrir cette rivière qui est à flanc des coteaux de la rive droite de la Meuse.

Nous débutons notre boucle aux étangs de ladite vallée, au confluent de celle-ci avec la Meuse, pour monter au niveau de la terrasse de la Meuse pour rejoindre le château des lieux.

### **Le château d'Argenteau**

Argenteau possédait un château médiéval du 10<sup>e</sup> siècle perché sur le rocher calcaire surplombant la Meuse pour préserver la vallée des envahisseurs nordiques. Ensuite il joua un rôle économique avec les droits de passage du fleuve, d'où peut-être son nom (argent ou bien rester dans l'eau = Argenteau)

Ce château fut détruit par les troupes françaises après le siège de Maastricht. Ce site a vu la renaissance d'un nouveau château en 1683 par la famille Mercy d'Argenteau avec sa ferme carrée.

Ce château fut la propriété, dès 1903, du sénateur Guillaume Van Zuylen. L'évêque liégeois Guillaume-Marie y naquit en 1910. La famille Van Zuylen vend le château en 2001 à la famille hollandaise Robzic et depuis 2019 le château et la ferme sont à nouveau à vendre.

### **La forêt domaniale**

Nous poursuivons notre périple en traversant la forêt domaniale qui possède de nombreux arbres remarquables (séquoia) et de nombreuses essences dont le

célèbre « cèdre du Liban » (au sein des jardins du château) pour rejoindre la chapelle de Wixhou dédiée à une petite Vierge à l'enfant en bois retrouvée enfouie dans un arbre, d'où le nom Wixhou = bois bénit.

Nous faisons une pause dans la forêt au lieu-dit « le champignon » érigé en 1850 par le Comte de Mercy-Argenteau et restauré en 2018 (œuvre d'art architecturale).

Notre ami Pierre Lacasse nous accueille avec un bouillon de poules extraordinaire pour compenser la douche froide du départ. Merci l'ami.

Notre route se poursuit par monts et par vaux sur la crête de la vallée conjointement au relief du beau pays de Herve (Rachelle, Dalhem, Saint-Remy, Housse, Barchon, Blegny).

Après avoir vaincu quelques ravines, nous sommes récompensés par les vues sur la vallée de la Meuse, le canal Albert I (liaison Liège-Anvers), le triloliport

ainsi que sur le versant opposé les falaises calcaires et ses cimenteries et in fine vue sur le plateau hesbignon.

Nous achevons notre promenade en longeant la Julienne empreinte de son charme idyllique.

Pol



## Le 5 novembre à Vyle-et-Tharoul

*Ma toute première...*

### Un moment de partage



Très contente d'avoir pu participer à cette handi-rando sur le Chemin de Mémoire, un moment de partage à la rencontre de personnes moins ou non-valides accompagnées de leurs proches (amis ou fa-

mille).

Via la Croix-Rouge, 4 ou 5 personnes venant de Syrie, Pakistan..., nous ont accompagnés avec beaucoup de bienveillance. Ils furent d'une aide précieuse, très humbles et pas très bien équipés... pour la météo de cette dernière semaine.

Je n'hésiterai pas à être à nouveau présente lors d'un prochain rendez-vous.

Anne-Françoise



Ma toute première...

## Beaucoup d'émotion



J'ai passé un agréable moment avec beaucoup d'émotion. Ce sont des personnes merveilleuses. J'ai dit à Gladys que je referai cela. Merci à vous aussi pour cette journée.

Frédéric

Motre toute première...

## Rendez-vous est pris



Une merveilleuse première expérience pour Manu et moi-même, une journée de partage, d'émotions et de bonne humeur! Le mauvais temps n'aurait pas pu ternir ces moments.

Merci à tous et rendez-vous le 17 mars pour la prochaine rando. De belles fêtes de fin d'année.

Laurence et Manu

## Le Chemin de la Mémoire à Vyle-et-Tharoul

À l'occasion de notre sortie sur le Chemin de la Mémoire à Vyle-et-Tharoul, nous nous sommes remémorés ce que fut la Résistance en Belgique durant la seconde guerre mondiale. Ce sentier nous a fait découvrir un site de parachutage, "la Baleine". Lisez sur notre site [www.handi-rando.com](http://www.handi-rando.com) l'article qui décrit les opérations de parachutage et l'histoire du site de "la Baleine".

Jean



Toto rentre de l'école et dit à sa mère :

- Je sens que je vais avoir un zéro en maths.
- Tu en es sûr ?
- Aussi sûr que 2 et 2 font 5.

## Divers

### Mode d'emploi

#### des 2 certificats médicaux

Le certificat médical et le certificat de non contre-indication à la pratique sportive sont des documents de la Fédération Multisports Adaptés (FéMA). Ils sont obligatoires pour les PMR, les moniteurs brevetés FéMA et les administrateurs. Ils sont facultatifs pour les autres membres.

Ce sont des certificats médicaux dont nous garantissons la confidentialité. La secrétaire n'est pas habilitée à y ajouter ou corriger quoi que ce soit. Il vous appartient de compléter et faire compléter ces documents correctement.

Utilisez uniquement les documents de la FéMA. Vous pouvez imprimer les modèles qui se trouvent sur notre site (sous «Documents téléchargeables»). N'utilisez pas des documents établis au nom d'un autre club.

Collez une vignette de votre mutuelle sur chacun des deux certificats. Les vignettes font gagner un temps précieux en cas d'accident car elles contiennent le numéro d'inscription réclamé par l'assurance.

Faites ensuite compléter les deux certificats par votre médecin. Veillez à ce qu'il date, signe et appose son cachet sur les deux certificats.

Veillez envoyer les deux certificats complétés avant le 15 avril à l'adresse de notre secrétaire.

L'envoi de photocopies n'est pas valable.

Merci pour votre compréhension et votre collaboration.

### Cotisation 2024

Conformément à la décision prise en AG 2023, le montant de la cotisation est revu en 2024.

Personne à mobilité réduite et les membres de sa famille vivant sous le même toit : 40 € (cotisation obligatoire)

Accompagnateur actif ou accompagnateur sympathisant : 15 € (cotisation facultative)

À verser au compte BE28 1420 6680 3420 (BIC : GEBABEBB) de l'asbl Handi-Rando à 5020 Champion.

La cotisation comprend la cotisation fédérale, l'assurance individuelle, l'envoi du bulletin semestriel et la participation aux activités (hormis les frais de logement lors des séjours).

- Quelle est la différence entre les bières et les chasseurs ?

Les bières, on arrive à en faire des sans alcool.

## Merci Bernadette

Cette année, le mois de septembre a été particulièrement riche en sorties : Ternell, Fayt-Le-Franc et, pour terminer, notre séjour automnal à Maasmechelen avec un temps estival très agréable.

Mais à ce beau tableau de « chasse », il y a eu une ombre : le décès de Bernadette, épouse de Bernard et membre d'Handi-Rando dans l'ombre.

Certes, elle nous laisse le grand Timonier, mais sa présence lors de certaines vacances était bien agréable, douce, attentionnée, apaisante...

Puisse-t-elle maintenant, d'où elle est, inspirer le chemin à suivre par Handi-Rando afin qu'il s'installe dans le temps comme le scoutisme de Baden-Powell.

Via Serge, Handi-Rando a une antenne française mais la Belgique survivra-t-elle ? Je l'espère du fond du cœur car, pour moi handicapé et pour d'autres aussi, l'association est une vraie bouée d'oxygène et au long des ans, elle a permis de créer des amitiés qui aident à tenir et à continuer à jouer le jeu de la vie sur des chemins escarpés ou encaissés, cela dépend du choix de nos AA et de leur rapport à la nature.

À chaque fois, ce sont des ressourcements différents mais toujours enrichissants de rencontres autant que de beaux paysages.

MERCI Bernadette d'avoir épaulé ton Bernard et de nous l'avoir si souvent laissé au lieu de le garder pour toi.

Marie-Odile



## Rencontre hivernale 2024

Notre rencontre hivernale aura lieu le dimanche 21 janvier. Elle permet à nos membres et à leurs proches de couper la longue période hivernale qui nous tient éloignés.

Comme l'année dernière, Mathieu a réservé la salle Tilou où vous serez accueillis à partir de 14h30. Ambiance, dépaysement car Tamas nous parlera de son pays que nous connaissons peu, goûter et nous nous quitterons vers 19h.

Eau, thé et café seront offerts et d'autres boissons seront disponibles à des prix démocratiques.

Revoyez les chansons Handi-Rando : elles seront fort probablement entonnées.

Inscriptions sur le site. Participation aux frais : 8 €, que vous voudrez bien verser sur le compte Handi-Rando le plus rapidement possible.

Adresse : centre Tilou, rue Grande 216 à 7020 Maisières.

Itinéraire d'accès : E42 sortie 23. Prendre à droite si vous venez de Bruxelles ou de Namur et continuer tout droit jusqu'aux feux en face du Shape. Faire demi-tour car le centre se trouve de l'autre côté de la chaussée. L'entrée est un petit chemin situé entre une carrière et un centre commercial. Parking aisé au bout du chemin, en face des animaux.

Personne de contact pour cette activité : [jean@handi-rando.com](mailto:jean@handi-rando.com)

Au plaisir de vous y revoir.

## AG : date à retenir

La date de notre prochaine assemblée générale est fixée au samedi 30 mars 2024.

Elle se tiendra à l'abbaye Notre-Dame du Vivier à Marche-les-Dames. Ces très beaux anciens bâtiments ont été complètement restaurés. Des jardins et un parc nous accueilleront pour une promenade si le temps le permet.

Handi-Rando a besoin d'administrateurs. N'attendez pas fin-mars pour vous demander si vous allez postuler. Réfléchissez-y, parlez-en avec les administrateurs actuels.

Au plaisir de vous y retrouver nombreux.

# Le Grand-Duché de Luxembourg

(Suite de la page 7)

## Préhistoire

On trouve des traces d'occupation durant le paléolithique essentiellement dans le Mullerthal car, vous l'avez vu durant nos promenades, on y trouve de nombreux abris et des grottes. Par contre, les traces d'occupation plus tardive (néolithique) se rencontrent près des cours d'eau car on assiste alors à un début de sédentarisation, de l'élevage et de l'agriculture.

## Antiquité

Le territoire du Grand-Duché actuel a connu 600 ans d'occupation romaine, même s'il y a eu des incursions des Germains dès le 3e siècle.

La plus grande ville, Trèves, actuellement en Allemagne, fut fondée en 16 av.J.-C. Elle connut un extrême développement car, en 293, elle était le siège du préfet de toutes les Gaules (Espagne jusque Angleterre). Elle possédait des thermes et des bâtiments publics splendides. En 306, l'empereur Constantin y vint et ordonna de nouvelles constructions car il estimait que ce qui existait n'était pas digne de son rang. Il partit à Byzance (future Constantinople) en 314 et les sites de travaux inachevés constituèrent de magnifiques carrières pour des bâtiments privés.

## Moyen Âge

Avant 1059, les abbayes d'Echternach et de Trèves exercent conjointement le pouvoir sur une grande partie de la région mais il reste quelques domaines gérés par des laïcs. Le comte Sigefroi (toujours honoré par les Luxembourgeois) veut reprendre les choses en main. En 963, il reçoit un castel au-dessus de l'Alzette : le fameux Bock. Ce rocher est entouré sur 3 côtés par des falaises et des rivières et n'est accessible que par l'ouest. Il sera la base des nombreuses fortifications et casemates qui feront de Luxembourg le 'Gibraltar du Nord'. Sigefroi s'emploiera, ainsi que ses successeurs, à limiter le pouvoir des abbés. Son arrière-petit-fils se sentira suffisamment fort pour se déclarer comte de Luxembourg (c'est le début officiel de ce nom) et décider que l'administration se fera dans la ville du même nom qui s'est développée auprès du fortin.

Le territoire des comtes de Luxembourg sera beaucoup plus grand que l'actuel. Ainsi, en 1147, le comté de Durbuy en fait partie suite au décès sans enfant de son seigneur. En fait, quasiment toute la zone entre la Meuse et la Moselle appartient au comte de Luxembourg. Deux langues, roman à l'ouest et luxembourgeois à l'est, coexistent. Ce fait aura son importance vers 1830.

Plusieurs comtes de Luxembourg seront déclarés roi ou empereur du Saint Empire Germanique. En 1354, l'un d'eux décidera que le comté devienne duché.

En 1443, Philippe le Bon, duc de Bourgogne, qui a pourtant acheté le duché, conquiert la ville. Le Luxembourg rejoint les provinces des Pays-Bas (+/- actuelle Flandre), propriétés des ducs de Bourgogne. Le français devient la langue de l'administration et le restera.

En 1519, les Pays-Bas deviennent espagnols suite au mariage du duc de Bourgogne avec une princesse espagnole. Charles-Quint, couronné empereur, visitera ses domaines et son passage à Bruxelles est toujours commémoré par la fête de l'Ommegang.

Du sud au nord, on trouve l'Espagne, la France et les Pays-Bas espagnols. La France a peur d'être prise en tenaille et veut agrandir son territoire. Elle fait de nombreuses incursions chez ses voisins du nord.

En 1659, le Traité des Pyrénées est signé à l'occasion du mariage de Louis 14 et de l'Infante. S'installe une paix provisoire mais la France garde une partie du sud du Luxembourg (Thionville, Montmédy) conquise auparavant.

1684 : Louis 14 prend pour prétexte le non-paiement de la dot pour attaquer le duché. Vauban, ingénieur militaire de génie, se rend compte des points faibles du dispositif des fortifications et conquiert la ville. Par la suite, il effectuera de grands travaux pour y remédier. Jusqu'en 1697, le duché sera le point de départ d'incursions françaises en Allemagne. Une coalition (ligue d'Augsbourg) y met fin et le Luxembourg retourne aux Habsbourg.

1715 : guerre de succession d'Espagne : les Pays-Bas (et donc le Luxembourg) passent à l'Autriche. Durant 80 ans, et spécialement sous le règne de Marie-Thérèse, le duché va connaître une période de paix et de stabilité : édit de tolérance, égalité fiscale...

1795 : les révolutionnaires français annexent le Luxembourg. Une gestion brouillonne, leur chasse aux religieux dans un pays très catholique, sont très mal ressenties et la révolte grondera jusqu'à ce que le régime de Napoléon mette de l'ordre dans l'administration.

## 1815 : création du Grand-Duché

Napoléon a conquis presque toute l'Europe. À sa chute, le Congrès de Vienne doit redéfinir les limites des états et reconnaître leurs responsables. Il s'agit aussi de créer un état tampon au nord de la France. Guillaume 1er, roi de Hollande, reçoit alors les Pays-Bas Autrichiens et la Principauté de Liège.

Le sort du Luxembourg est différent : il est déclaré indépendant et possession personnelle du roi en compensation de territoires à l'est de la Moselle que les Allemands ont revendiqués, ne supportant plus ces enclaves. Mais le Luxembourg, pauvre et peu peuplé, n'est pas un tampon fort efficace. Les grandes puissances lui imposent donc de faire partie de la Confédération Germanique (association défensive de 39 états, un peu précurseur de l'OTAN). Quelques milliers de soldats prussiens seront stationnés dans les forteresses de Luxembourg. Enfin, pour donner au roi de Hollande une certaine suprématie parmi les 39 comtes et ducs, on lui donne le titre de grand-duc et le Luxembourg devient Grand-Duché. Il y en a eu très peu d'autres et c'est actuellement le seul existant.

Mais Guillaume 1er ne traite pas le Luxembourg comme un état indépendant mais comme une 18e province : les lois hollandaises s'appliquent, des Luxembourgeois siègent au parlement hollandais, il veut imposer l'usage du néerlandais, les postes les plus importants sont occupés par des Hollandais et, puisque les taxes vont dans sa cas-

sette, il a tendance à exagérer un peu. Tout cela suscite un profond mécontentement.

1830 : Guillaume 1er n'est pas populaire chez nous non plus et la révolution gronde dans ce qui va devenir la Belgique. De nombreux Luxembourgeois viennent participer aux combats. Seule la ville de Luxembourg est encore sous contrôle grâce aux Prussiens. Des Luxembourgeois siègent au Parlement belge.

Les grandes puissances veulent trouver une solution : la Belgique devient indépendante et neutre, la partie occidentale (francophone) du Luxembourg, ainsi qu'Arlon, reviennent à la Belgique. Ils forment la province de Luxembourg.

Le Parlement belge est d'accord mais Guillaume refuse, même s'il reçoit le Limbourg en compensation.

Cette situation durera 8 ans. Guillaume accepte finalement en 1839.

Le Grand-Duché a maintenant ses frontières définitives mais Guillaume 1er en est toujours le chef. À sa mort, son fils Guillaume 2 traite le Luxembourg en pays indépendant : charte constitutionnelle, administration, essor économique grâce à la découverte de minerai de fer. C'est pourquoi les Luxembourgeois lui manifestent leur reconnaissance en lui élevant une statue sur une des places principales de leur capitale.

1866 : La guerre austro-prussienne éclate et entraîne la dissolution de la confédération germanique.

Le Luxembourg se retrouve seul. Que faire avec 170.000 habitants et 2586 km<sup>2</sup> ? Napoléon 3 propose de l'acheter. Guillaume 3 est prêt à accepter mais la Prusse refuse car il n'y aurait alors plus d'état-tampon !

Finalement : compromis : le Luxembourg sera neutre (tout comme la toute jeune Belgique), retraits des Prussiens et démantèlement d'une grande partie des fortifications.

1890 : mort de Guillaume 3. Les lois successorales sont différentes. Pas de problème pour avoir une reine aux Pays-Bas mais il faut un grand-duc mâle au Luxembourg. On trouve un héritier mâle dans la grande famille des Nassau, Nassau-Weilbourg, dont les descendants règnent toujours.

## Grand-Duché indépendant

Le Luxembourg est unilingue et le sentiment national se développe. La langue ne permet pas d'aller bien loin et il y a donc des cours de français et d'allemand. Ce n'est qu'en 1984 que le luxembourgeois sera reconnu comme langue nationale.

Métallurgie : découverte de minerai en 1840. En 1910, le Luxembourg est le 6e producteur d'acier mondial, un quart de la population active travaille dans le secteur, qui rapporte 2/3 du PIB mais fin de cet âge d'or vers 1975.

L'immigration a été encouragée dès le début, en différentes vagues. Les Portugais sont arrivés très nombreux dans les années 60.

## Guerres

La grande-duchesse Marie-Adélaïde n'a que 20 ans lors-

qu'en 1914, les Allemands envahissent son pays, bien qu'il ait été reconnu neutre. Durant toute la guerre, elle fera respecter un statut de stricte neutralité. Les Allemands y seront moins brutaux que dans d'autres pays conquis.

Problème en 1919 : une grande partie des habitants lui reprochent son attitude. Des pays alliés font de même et estiment que le Luxembourg ne peut plus exister sous cette forme. Auréolé de son prestige, désireux d'aider à trouver une solution, le roi Albert 1er propose d'incorporer le grand-duché à la Belgique ! Cette idée est repoussée au congrès de Versailles et la grande-duchesse abdique au profit de sa sœur Charlotte, qui sera la première à parler à son peuple en luxembourgeois.

Elle dirigera le pays jusqu'en 1964 et s'emploiera à faire connaître et reconnaître le Luxembourg dans le monde. C'est aussi une période prospère sur le plan économique.

En 1921, elle recherche un accord économique avec la France, qui refuse et ce sera avec la Belgique. Cet accord sera suivi de beaucoup d'autres avec, par exemple, pour conséquence, la parité du franc.

Durant la guerre 40-45, la duchesse et son gouvernement vivront en exil. Hitler, furieux de cette décision, décide que le Luxembourg fait partie de l'Allemagne (idem pour l'Alsace-Lorraine). Le service militaire dans l'armée allemande y est obligatoire. Une Résistance très bien organisée et la brutalité des Allemands entraîneront de nombreuses exactions : 5700 morts, soit 2 % de la population.

Les Luxembourgeois ont voulu honorer leur grande dame en lui érigeant une magnifique statue que nous avons pu voir lors de notre visite.

Il ne faut pas confondre la grande-duchesse Charlotte et la grande-duchesse Joséphine-Charlotte. Princesse belge, fille de Léopold 3, elle épousera en 1953 le futur grand-duc Jean et décédera en 2005.

## Après 1945

Le Luxembourg se tourne vers les relations internationales : ONU, OTAN, Benelux, OCDE. Il réussit à faire accepter l'idée qu'une nation a une voix, quelle que soit sa taille. Les grandes nations auraient préféré un système basé sur le PIB ou l'importance de la population.

En 1950, Robert Schuman sera à l'origine de la CECA (Communauté Européenne du Charbon et de l'Acier).

Actuellement, le Luxembourg est surtout connu pour le secteur tertiaire, les banques (1/4 du PIB) et les assurances. On y trouve les sièges de nombreuses institutions internationales.

Population : 439.000 habitants en 2001 et 600.000 en 2017. Les étrangers représentent 50 % de la population.

Le Luxembourg est connu pour offrir des conditions de travail nettement plus avantageuses que les états voisins. Pas étonnant que les travailleurs frontaliers occupent 43 % du marché de l'emploi.

Merci d'avoir lu ce long article jusqu'au bout. A-t-il répondu à vos questions ?

Bernard et Jean

# Programme des activités de 2024

Ce programme peut être modifié. Le programme valide se trouve sur le site [www.handi-rando.com](http://www.handi-rando.com)

Dates	Lieux	Pilotes	Niveaux	Remarques / thèmes
di. 21/01	Maisières (Mons)	C.A.	festif	rencontre hivernale au centre Tilou
sa. 02/03	Champion (Namur)	Bernard	mécanique joëlettes	journée de maintenance des joëlettes
sa. 16/03	citadelle de Namur	Bernard	techniques joëlettes	journée de recyclage des moniteurs
di. 17/03	Havré (Mons)	Michelle, Geoffrey	assez facile	En hommage à notre Président Michel
sa. 30/03	Marche-les-Dames (Namur)	C.A.	administratif + repas	A.G. à l'abbaye N.D. du Vivier
di. 31/03	Seneffe	Paula		
di. 14/04	Groenendael (Hoeilaart)	Jean-Paul, Françoise	assez facile	forêt de Soignes
di. 28/04	à venir			
me. 01/05	Bousval (Genappe)	Paul, José	assez facile	organisé avec Les Amis de Bousval
di. 12/05	Wéris (Durbuy)	Isabelle		le pays des mégalithes
di. 26/05	région de Berdorf (G.D. de Lux.)	Bernard	très sportif	W.E. à Echternach
di. 02/06	à venir (Brabant wallon)	José	assez facile	organisé avec des guides nature locaux
du je.13 au di.16/06	Marche-en-Fam., Hans-sur-Lesse	Bernard	assez sportif	séjour au château Cousin à Rochefort
di. 07/07	Habay-la-Neuve	Edgard, Michel	assez sportif	forêt d'Anlier
di. 28/07	Comblain-au-Pont	Isabelle, guide		sentier géologique, carrière de sable
di. 11/08	à venir (Brabant wallon)	Gaëtan, Marie		
di. 25/08	à venir			
di. 15/09	à venir (Fagnes)			
di. 29/09	Fayt-le-Franc (Honnelles)	Geoffrey, Jean-Luc		
du lu. 14 au ve. 18/10	Maasmechelen (Campine)	Jean	assez facile	séjour au centre de vacances Fabiola
di. 20/10	Céroux (Ottignies)	Thibault, José	assez sportif	de la pomme pressée à Tintin
di. 03/11	à venir			

**Inscriptions :** via le site internet, en cliquant sur l'activité dans la page programme ; 1 mois avant pour les PMR et 10 jours avant comme accompagnateur. Tous les participants (PMR et bénévoles) sont assurés contre les risques.

Ils sont aimablement priés de respecter les directives des moniteurs de l'ASBL (loi du 1er août 2006).  
Merci et joyeuses handi-randonnées en 2024.