



CAP'Rando Atous 54

L'Edito du Président



Janvier, février, mars, avril, quatre mois d'existence, et déjà une très bonne reconnaissance de notre association.

CAP Rando Atous 54 est invité aux réunions de la Ville de Nancy et du Grand Nancy, sur Radio France Bleue, pour participer à des Salons, des articles nous présentent dans la presse, le comité régional et départemental de la Fédération nous ouvre largement ses portes et nous participons à des sorties où la joëlette est vraiment une nouveauté (Rando Challenge) Nous parlons formation, activité, comme les autres. Juste une nouvelle association de randonneurs, avec juste l'envie de mettre un peu plus d'efforts et de partage.

Sur la même longueur d'onde



Notre campagne de communication s'avère très efficace. Déjà 33 licenciés ont adhéré à Cap'Rando Atous 54. Et ceci seulement après quatre mois d'existence.

Yves et moi-même avons eu l'opportunité de participer à l'émission **L'Esprit Sportif de France bleu Sud Lorraine.**

Laurent PILLONI a eu la gentillesse de nous accueillir en direct dans ses studios afin que nous puissions faire connaître notre association au grand public. Les vingt minutes passées auprès de ce journaliste nous ont été d'une grande utilité. Visiblement, des personnes ayant écoutés cette rubrique ont directement contacté Yves dans le but d'obtenir de plus amples informations. Je crois que M. PILLONI a très bien compris le concept de notre club sportif. Rendre accessible une discipline sportive à des personnes présentant des difficultés physiques. Ceci étant possible par une solidarité entre personnes valides et handicapées; et non pas une association d'handisport cherchant des volontaires pour nous permettre d'utiliser nos matériels appropriés.

Des contacts s'établissent, des collaborations se créent, des projets avec, pour tout le monde, l'envie d'aller plus loin. (Séjour d'été, nouveaux parcours, etc.)

Non pas ressentis comme un frein, nous sommes, au contraire un moteur qui permet de faire germer de nouveaux projets.

C'est l'occasion de dire MERCI à tous ceux qui permettent cette aventure et prouvent que chacun est important quelle que soit sa forme de participation. Mais nous n'en sommes qu'au début et nous avons devant nous des kilomètres d'idées et de sorties à parcourir !!!

Yves

ATTENTION!!!

Ne pas oublier de venir à la fête inaugurale de Cap'Rando Atous 54, et la remise officielle de deux joëlettes par le CME et l'UD54 le 9 mai, à 17 h à la Mairie de Nancy.

C'est bien pour cela qu'il a terminé par la phrase suivante son interview : *"Je crois qu'on ne peut pas trouver mieux comme Esprit sportif !"* Peut-être même que lui aussi il participera un jour à une de nos sorties dominicale. À très bientôt, pour de nouvelles aventures. Je vous rappelle que nous sommes invités à tenir un atelier à la faculté des sports le 12 mai prochain. Encore un moyen de nous faire un peu de publicité !

Laurent AUGELMANN
Vice-président



Laura, Guillaume et Isabelle à la fête des brandons à Govillers

Laura confortablement installée sur sa Joëlette se concentre sur la photo, tandis que Guillaume admire le paysage et Isabelle reprend son souffle.

Les Joëlettes sèment les sportifs !

Invité à participer à une course d'orientation par Cap'Rando Atous, je me préparais à une marche tranquille dans les bois et les chemins entourant le village de Pierre la Treiche sur les bords de la Moselle.

J'avais bien tort mais je n'en ai été que plus ravi.

Le but de ma présence était de filmer, récolter des images sur les moyens qu'utilise "Cap Rando" pour permettre à toute personne ayant des difficultés de pouvoir effectuer une randonnée. Un des outils est la "joëlette", un fauteuil à une roue, transportant une personne plus des bagages. Cet engin, m'a rappelé les chaises à porteurs qui étaient utilisés au XVIIe. Mais je ne m'attendais pas du tout à ce qu'il puisse passer dans toutes sortes de chemins. Dès le début de la ballade, j'ai vite compris que la joëlette ne serait pas notre ralentisseur. Deux personnes tirent et poussent l'appareil et avancent vraiment vite.



À dire vrai, il est même difficile de s'adapter à la vitesse de l'engin tellement il file droit devant. Moi, actif rugbyman, qui me croyais physique, je me suis vite rendu compte que je devais puiser dans mes réserves pour suivre. J'avais espéré avec ma caméra rattraper la joëlette dans les montées. Que nenni!! C'est comme si cet engin ne pesait pas plus lourd en montée.

"Les servants" de l'appareil doivent être vraiment au top de leur forme. Il fallait même que je coure pour mettre la caméra en position et attendre le passage du "véhicule" pour ensuite les rattraper cent mètres plus loin.

D'ailleurs, à un moment, à la traîne avec Chris. L'autre cameraman, nous nous sommes perdus car le groupe avait vraiment pris une bonne avance.



Le parcours empruntait des collines, des chemins très étroits où même racines et gros cailloux ne freinaient pas l'avance du groupe. Je dois reconnaître que j'ai rarement vu un groupe aussi soudé et motivé.

Peut-être est-ce le fait qu'il faille montrer au reste des randonneurs sceptiques, que l'handicap de certains fait la force des autres?

Quoiqu'il en soit, j'ai été vraiment soufflé par la détermination des membres de l'association.

Il est vrai que la joëlette présente des avantages pour ceux qui souhaitent découvrir la randonnée mais qui malheureusement, du à une défaillance physique, ne peuvent pas y participer. Mais même pour ceux qui veulent se reposer, la joëlette est un très bon moyen de profiter de la ballade. Moi-même, ayant du mal à suivre le groupe, je me voyais bien dans ce fauteuil ! La fin du parcours fut plus facile car nous avons pris un rythme de croisière et nous ne nous arrêtons plus, sauf pour recueillir quelques informations spécifiques à la course d'orientation ou pour découvrir la faune, la flore et l'histoire de la région contée par nos fêrus de connaissances.

Je mentirais si je disais que l'arrivée ne fut pas pour moi un soulagement. Surtout au niveau des jambes. Mais je repartis de Pierre la Treiche avec mon stock d'image et pleins de bons souvenirs. Et il est sûr que je serai de retour, cette fois-ci sans caméra, avec pour objectif de me retrouver en tête du convoi aux commandes de la joëlette!! Alors à bientôt!



Dylan Thornton,

Etudiant à l'IUT Nancy-Charlemagne.

Laurence, étudiante en Information-Communication fait partie de notre équipe com.

Ainsi, elle termine actuellement un montage diaporama avec une copine qui devra nous être bien utile pour nos différentes présentations de l'association.

Elle assure également toute la partie composition de notre lettre mensuelle. Ainsi, si vous avez des articles ou des nouvelles à lui transmettre : lilybee@clubinternet.fr



Calendrier des activités d'avril et mai

Rando challenge Pierre Latreiche /15km		3 avril	Randonneurs du Saintois / SIUAP
Festival de la Rando / 7 ou 14km		10 avril	CAF de Nancy
Villers en Haye / FIORETTI		17 avril	Association Les Fioretti
Haroué-Ormes-Crantenoy / 14 km		24 avril	Randonneurs du Saintois
Maron-Chaligny / 10km		8 mai	
UFR STAPS NANCY		12 mai	atelier / démonstration joëlette
Ludres Camp d'affrique (10km)		15 mai	
Challenge Handicap-Metz (UFR MIN)		21 mai	Défilé de Mode avec le SISU
MARSAL- Pays du Sel /17km/		22 mai	Association Oxygène
Forteresse de Chatel (fête Médiévale)		29 mai	Possibilité de ballader en calèche
NANCY-EPINAL		5juin	FFRandonnée



randonnée très facile et accessible aux débutants voire avec fauteuil (**bien se renseigner avant la rando**)

randonnée facile pour personnes habituées

randonnée moyenne pour randonneurs habitués