« Sur le Chemin en duo »
avec l’association Valentin Haüy
du 26 septembre au 1er Octobre 2016
Poitiers - Saintes

Après avoir organisé en 2014 une première semaine de randonnée « Sur le Chemin en duo », l’association Valentin Haüy est fière de relever ce nouveau défi !

Nous proposons aux personnes déficientes visuelles, en partenariat avec Malakoff-Médéric, de participer à une seconde semaine de marche en duo sur le Chemin de Compostelle.

Nous n’avons pas l’ambition d’effectuer en une seule fois l’ensemble du Chemin, mais de procéder, comme le font la plupart des « pèlerins », par étapes.

Pour cette deuxième étape sur le Chemin de Compostelle, nous partirons de Poitiers, où nous étions arrivés en 2014, pour rejoindre Saintes ; soit environ 120 km à réaliser en 6 jours de marche, par tranche de 20 km par jour maximum.

Nous prévoyons de marcher environ 4 heures le matin et 2 heures l’après-midi avec des pauses régulières. Et pour cheminer l’esprit tranquille :

- un service de cars assurera le transport des participants au point de départ du jour et les ramènera le soir à l’hôtel,

- le déjeuner, apporté par un traiteur, sera servi sous forme de plateaux repas.

Des guides, membres des associations jacquaires locales, nous accompagneront tout au long du Chemin. Ils nous feront découvrir leur région.

Cette manifestation est ouverte aux personnes déficientes visuelles, aveugles ou malvoyantes, accompagnées ou non d’un guide voyant et/ou d’un chien pour aveugle, dans la limite de 50 binômes.

Une participation de 500 euros est demandée par personne. Ce prix inclut les frais d’hôtel, la pension complète et les transferts en car pendant la semaine. Il ne comprend pas le prix du voyage aller jusqu’à Niort, ni celui du voyage retour de Saintes qui restent à la charge des participants.

Les personnes intéressées sont invitées à compléter et retourner le bulletin d’inscription ci-joint

**avant le 30 avril 2016**

par courrier postal à l’adresse suivante : **association Valentin Haüy, ‘Sur le Chemin en duo’, 5 rue Duroc 75343 PARIS CEDEX 07**.

 ou par message électronique à l’adresse suivante : **surlecheminenduo2016@avh.asso.fr**

Pour en savoir plus, vous pouvez contacter, du mardi au jeudi au 01 44 49 27 18 :

Bulletin d’inscription

à renvoyer avant le 30 avril 2016

dûment complété et signé à :

association Valentin Haüy ‘Sur le Chemin en duo’

5 rue Duroc 75343 Paris Cedex 07

accompagné des pièces jointes requises.

# Inscription principale

| Monsieur  | [ ]  |
| --- | --- |
| Madame | [ ]  |
| Nom |       |
| Prénom |       |
| Date de naissance |       |
| Adresse |       |
| Code postal et Ville |       |
| Numéro de téléphone (mobile de préférence) |       |
| Adresse e-mail |       |

|  |  |
| --- | --- |
| Êtes-vous : NON-VOYANT | [ ]  |
| MALVOYANT | [ ]  |
| VOYANT | [ ]  |

|  |  |
| --- | --- |
| Venez-vous : SEUL (E) | [ ]  |
| en COUPLE | [ ]  |
| en BINÔME | [ ]  |

Renseignements complémentaires :

| Venez-vous avec votre chien-guide ?Si oui, assurez-vous que votre chien ait la capacité physique de partir en randonnée pendant 6 jours d’affilée. | OUI [ ]  | NON [ ]  |
| --- | --- | --- |
| Désirez-vous une chambre individuelle ?Un supplément de 140€ sera demandé à toute personne souhaitant une chambre individuelle | OUI [ ]  | NON [ ]  |

# Le cas échéant, informations concernant la personne qui vous accompagne

| Monsieur  | [ ]  |
| --- | --- |
| Madame | [ ]  |
| Nom |       |
| Prénom |       |
| Date de naissance |       |
| Adresse |       |
| Code postal et Ville |       |
| Numéro de téléphone (mobile de préférence) |       |
| Adresse e-mail |       |

| La personne vous accompagnant dormira-t-elle dans la même chambre que vous ? | OUI [ ]  | NON [ ]  |
| --- | --- | --- |

|  |  |
| --- | --- |
| Si oui, vous faut-il : UN LIT DOUBLE | [ ]  |
| DEUX LITS INDIVIDUELS | [ ]  |
| INDIFFERENT | [ ]  |

Un supplément de 140€ sera demandé à toute personne souhaitant une chambre individuelle.

# Transport

Mode de transport retenu pour rejoindre le point de rendez-vous :⁫ Train [ ]  Autre [ ]

Si vous ne prenez pas le train, précisez le mode de transport utilisé :

# Autres informations utiles

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Lisez-vous le braille ? | OUI [ ]  | NON [ ]  |
| Lisez-vous les gros caractères ? | OUI [ ]  | NON [ ]  |

Personne à prévenir en cas de besoin :

| Nom |       |
| --- | --- |
| Prénom |       |
| Adresse |       |
| Code postal et Ville |       |
| Numéro de téléphone, mobile de préférence |       |

# Pièces à joindre à votre demande d’inscription

- Un chèque d’acompte d’un montant de 100 € libellé à l’ordre de l’association Valentin Haüy, le solde sera à verser le 25 août 2016. Le chèque d’acompte sera encaissé lors de la confirmation de l’inscription.

- Un certificat médical d’aptitude à la randonnée.

Seuls les dossiers complets seront pris en compte.

Compte tenu du nombre limité de places, les inscriptions seront traitées par ordre d’arrivée. Une liste d’attente sera alors constituée.

Une confirmation de votre inscription vous sera adressée courant juin.

En m’inscrivant, j’autorise l’association Valentin Haüy, la Fondation Valentin Haüy et Malakoff Médéric à publier, pour leurs besoins de communication interne ou externe, toute photo du séjour où j’apparaîtrais :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Je l'autorise | [ ]  | Je ne l’autorise pas | [ ]  |

|  |  |
| --- | --- |
| Je reconnais avoir pris connaissance des conditions contractuelles précisées en annexe. | [ ]  |

|  |  |
| --- | --- |
| Fait à : |       |
| Date : |       |

**Signature**

 **Annexe**

##### Informations utiles

* Un livret présentant des recommandations aux marcheurs et détaillant le programme sera remis aux participants.
* **Aucun accompagnement médicalisé n’étant prévu, nous ne pouvons accepter que des participants parfaitement autonomes et ne nécessitant ni assistance, ni soins spécifiques. Ilsrequièrent une bonne forme physique, une aptitude à la vie en collectivité et une bonne autonomie.**
* Pensez à vérifier auprès de votre assureur que vous êtes bien couverts pour tous les risques inhérents à une activité sportive comme une randonnée de 6 jours d’affilée.
* **Aucune prise en charge n’étant prévue pour les chiens-guides, en cas de défaillance les maîtres seront seuls responsables.**
* Les participants à la semaine de marche en duo sont invités à retrouver les bénévoles de l’équipe d’organisation en gare de Niort, le dimanche 25 septembre 2016, entre 16h et 18h, ou directement à l’hôtel situé à 200 m.
* La semaine de marche en duo prendra fin le dimanche 2 octobre 2016 après le petit déjeuner ; les participants qui le désirent seront conduits en gare de Saintes.
* Une participation de 500 euros est demandée par personne ; ce prix inclut les frais d’hôtel, la pension complète et les transferts en car pendant le séjour. Il ne comprend pas le prix du voyage aller jusqu’à Niort ni celui du voyage retour de Saintes qui restent à la charge des participants. **Toute personne souhaitant dormir seule devra s’acquitter d’un supplément de 140 euros.**
L’acompte versé à l’inscription constitue une avance à valoir sur le prix total du séjour. Le solde du prix de la semaine devra être réglé au plus tard le 25 août 2016, soit un mois avant le début du séjour.
* Si vous vous désistez avant la date du début du séjour, les conditions suivantes s’appliqueront :
	+ . Si ce désistement est dû à un décès, à une maladie grave non connue lors de votre inscription, vous serez remboursé par l’association Valentin Haüy de l’intégralité des sommes versées, à l’exception de 50 € qui seront conservés pour frais de dossier.
	+ . Si ce désistement n’est pas dû à l’une de ces causes (par exemple si vous vous désistez pour simple convenance personnelle), vous serez remboursé des sommes versées, à l’exception de :
		- 50 € si ce désistement intervient plus d’un mois avant le début du séjour,
		- 200 € s’il intervient moins d’un mois avant le début du séjour.

Si toutefois, un remplaçant est trouvé par vous-même ou par l’association Valentin Haüy, après accord de cette dernière, seuls 50 € seront conservés pour frais de dossier.

##### Conseils équipement

Il ne s’agit que de suggestions que chaque participant adaptera en fonction de sa condition physique.

* Bonnes chaussures de marche (tige haute avec maintien de la cheville) – à « roder » avant notre départ pour éviter les ampoules !
* Bâtons télescopiques de randonnée (pour ceux qui le souhaitent).

**Le petit sac à dos** (environ 30 litres) que vous porterez dans la journée contiendra :

* Vêtement de pluie (cape/poncho), éventuellement un parapluie pliable
* Papiers d’identité divers, argent, carte de crédit, téléphone mobile (si possible)
* Gourde ou bouteille d’eau
* En-cas pour les pauses apportés par vos soins (fruits secs, barres énergétiques…)
* Contre le soleil : chapeau, crème solaire, lunettes…
* Pansements (coupures, ampoules…)
* Mouchoirs
* Carnet de notes, de chants, stylo, appareil photo, crédencial (si vous avez participé à la marche 2014).
* Livret « Sur le Chemin en duo » qui vous aura été remis à l’arrivée (itinéraires des étapes, numéros de téléphone utiles…)

**Le bagage qui restera à l’hôtel** pourra contenir, en plus de vos effets personnels, les vêtements suivants pour la marche :

* Parka ou coupe-vent
* Pantalon de marche et/ou bermuda et/ou short
* Veste polaire ou gros pull
* T-shirts (si possible en fibres synthétiques, ils sèchent plus rapidement et sont plus légers)
* Chaussettes
* Sandales ou chaussures confortables pour les soirées
* Maillot de bain.

##### Préparation physique

Au minimum un mois avant le départ, « on s’entraîne » : 10-15 km/semaine ou une heure de marche chaque jour avec ses chaussures de randonnée !

**Pensez aussi à faire marcher votre chien** si celui-ci vous accompagne sur le Chemin en duo ! **N’hésitez pas à vérifier auprès de son vétérinaire son état physique général**.

Les éducateurs de l’école où il a été formé pourront également vous prodiguer des conseils utiles.

Pour protéger ses coussinets, vous pouvez appliquer 1 à 3 fois par semaine une crème ou une lotion tannante. Celles-ci permettent d’améliorer la résistance à l’usure des coussinets et de les durcir.

##### Recommandations de lecture

**Titres disponibles à la Médiathèque Valentin Haüy**

Nous vous proposons une sélection de titres sur le thème de la marche et de la randonnée, des romans de terroirs dont l'histoire se déroule dans le Poitou-Charentes et des ouvrages sur les personnes célèbres qui sont originaires de cette région ou qui ont marqué son histoire par leur passage.

La marche : Documentaires et romans

* **Bryson, Bill : Promenons-nous dans les bois**

*(Payot & Rivages, 2013 ; langue originale Anglais ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD 9h02 mn*

* **Coquet, Evelyne : Le grand trek : 4000 kilomètres en Afrique du Sud sur les traces des Boers**

*(Laffont, 1984 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD 13 h 29 mn*

* **David-Néel, Alexandra : Voyage d'une Parisienne à Lhassa : à pied et en mendiant de la Chine à l'Inde à travers le Tibet**

*(Pocket, 2008 ; Adaptation association Valentin Haüy) - Daisy audio : 10 h 45 mn*

* **Etienne, Jean-Louis : Le marcheur du Pôle**

*(R. Laffont, 1986 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD 8 h 25 mn*

* **King, Stephen : Marche ou crève**

*(Le Livre de poche, 2009 ; langue originale Anglais ; Adaptation association Valentin Haüy) - Daisy audio : 09 h 06 mn*

* **Lanzmann, Jacques : Marches et rêves : le livre de la randonnée, de la découverte et du voyage**

*(J.-C. Lattès, 1988 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD 7h 02 mn.)*

* **Lanzmann, Jacques : Fou de la marche**

*(Paris : R. Laffont, 1985 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD (5h50 mn.)*

* **Lanzmann, Jacques : Marches et rêves : le livre de la randonnée, de la découverte et du voyage**

*(J.-C. Lattès, 1988 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD (7h 02 mn.)*

* **Oster, Christian : Dans la cathédrale**

*( Éd. de Minuit, 2010 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD (3h 11 mn.)*

* **Thoreau, Henry David : Marcher**

*(L'Herne, 2014 ; langue originale Anglais ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD (1h35 mn.)*

Personnes célèbres

**Aliénor d'Aquitaine**

* **Calmel, Mireille : Le lit d'Aliénor 01**

*(Pocket, 2010) - Daisy audio : 1 CD 10 h 45 mn*

* **Calmel, Mireille : Le lit d'Aliénor 02**

*(Pocket, 2011) - Daisy audio : 1 CD 10 h 53 mn*

* **Flori, Jean : Aliénor d'Aquitaine : la reine insoumise**

*(Payot, 2004 ; Adaptation association Valentin Haüy) - Daisy audio : 17 h 46 mn*

* **Minella, Alain-Gilles : Aliénor d'Aquitaine : [l'amour, le pouvoir et la haine]**

*(Perrin, 2004 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD 11 h 19 mn*

**Descartes**

* **Carisey, Christian : Le testament de Descartes**

*(Cherche midi, 2014 ; Adaptation association Valentin Haüy) - Daisy audio : 05 h 44 mn*

* **Descartes, René : Les passions de l'âme**

*(Gallimard, 1952 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD 4h53mn*

* **Rodis-Lewis, Geneviève : La morale de Descartes**

*(Presses universitaires de France, 1998 ; Adaptation Bibliothèque Sonore Romande) - Daisy audio : 1 CD 6 h*

* **Rodis-Lewis, Geneviève : Descartes**

*(Calmann-Levy, 1995 ; Adaptation association Valentin Haüy) - Daisy audio : 11 h 45 mn*