



Par Chemins



SOMMAIRE

ARTICLES

- Quoi de neuf au comité ?
- Formation
- « Postes à pourvoir ! »
- La marche nordique au lycée
- Le Plan Solidaire de Développement
- Des nouvelles de l'A.M.O

Juillet 2021
N° 41

Quoi de neuf au comité depuis l'AG ?

Marie succède à François !

François, après plusieurs années passées au sein du CDRP, a décidé de nous quitter pour raisons personnelles. Il a intégré le CDRP de la Somme à Amiens, ville plus proche de sa famille.

Son remplacement étant indispensable au bon fonctionnement de notre comité, une procédure de recrutement a été lancée et nous avons eu la chance de proposer le poste à une jeune femme, Marie, dont le profil et la formation correspondent à tous les critères que nous avons définis.



Marie Roi

Dynamique et motivée, quelques semaines seulement après son entrée en fonction, Marie a très bien intégré le fonctionnement du CDRP et a déjà pris ses marques ! Elle a notamment travaillé depuis son embauche à la mise à jour des informations du site internet du comité.

Titulaire d'un bac plus cinq (Licence en géographie et aménagement et Master en géographie et aménagement de la montagne), Marie est passionnée par les sports nature et pratique de façon régulière la randonnée, l'escalade, le canyoning, le canoë et même le vol libre !

Bien que ce soit son premier emploi en CDI, Marie a déjà une belle expérience puisqu'elle a effectué plusieurs missions qui lui ont permis de découvrir l'aménagement du territoire.

Ainsi, elle a notamment réalisé un stage à la fédération des réserves naturelles catalanes, et a participé à un projet d'aménagement pour la commune nouvelle des Deux-Alpes.

Avant son entrée en fonctions au sein du CDRP, elle effectuait un service civique au PNR Loire Anjou Touraine avec pour missions la capitalisation et la valorisation des actions conduites par le parc.

Elle a bien compris que son poste d'agent de développement de la randonnée pédestre au sein du CDRP 41 était un poste autonome mais polyvalent avec pour principaux objectifs la communication, la mise en valeur de notre territoire et la promotion des itinéraires pédestres du Loir-et-Cher.

En conclusion, nous sommes persuadés que Marie contribuera activement à la valorisation des sentiers du 41 !



Marie est venue passer une journée au comité avant le départ de François ce qui a permis une transmission d'informations

Ce jour là le comité remerciait François par des cadeaux

Petit mot de François, en direct d'Amiens

« Encore merci à toute l'équipe du CDRP Loir-et-cher !
L'expérience que j'ai pu avoir avec vous fut très enrichissante humainement et professionnellement. De nombreuses missions me furent confiées dans des domaines très diversifiés, me permettant d'améliorer mes compétences notamment en cartographie, en montage de dossiers, ou encore en PAO.

J'ai également eu l'occasion de travailler avec des personnes formidables, investies dans le domaine associatif et pour le développement de la randonnée et des pratiques dans le département.

J'en retiens que la structure tient son rôle efficacement et les marcheurs et clubs du Loir-et-Cher peuvent être fiers de leurs sentiers!"



Quoi de neuf au comité depuis l'AG ? (suite)

Réunions

Selon les restrictions sanitaires successives les comités directeurs et les réunions des commissions se sont déroulées entièrement à distance ou en « panaché » (c'est-à-dire avec des participants présents au comité tandis que les autres étaient en visio conférence). Malgré ces perturbations le comité a pu continuer à fonctionner ...

Randonnées

Pour les clubs, après une période d'arrêt, les randonnées ont pu reprendre avec des jauges qui ont évolué. Une grande partie des randonnées inscrites au calendrier départemental ont été annulées.

Comme en 2020 les 3 réunions calendriers traditionnelles n'ont pas pu se tenir et c'est de nouveau par courriel ou courrier que les organisateurs se sont inscrits. Merci à tous ceux qui ne se sont pas laissés abattre! Moins nombreuses que l'année dernière, espérons que toutes les randonnées pourront être organisées.

Binômes

Pour alléger la tâche des responsables les fonctions de présidents du comité directeur et des commissions (exceptée la commission médicale) se font en binômes. (Voir page 2 de Par Chemins n°40)



André Raynal et Edith Arnould

La Formation

La formation est un levier important de développement de tous les projets au sein de nos clubs. Elle permet d'accéder à un niveau de compétences optimum, d'être dans les meilleures conditions pour réaliser nos objectifs.

L'engagement de chacun et chacune participe à cette volonté de s'engager pour créer des clubs, des randonnées et des marches sécurisées, source de convivialité, de santé et d'épanouissement quel que soit notre âge, notre condition physique ou nos facilités/difficultés de vie. Chacune de nos séances ou sorties permet d'accueillir le plus grand nombre et découvrir cette nature qui nous est offerte.

La formation évolue

Ce n'est pas seulement se réunir dans une salle ; c'est aussi être accompagné par des pairs et des personnes plus expertes qui vont nous accompagner au plus proche de l'exercice de la compétence de terrain. Pour apprendre à baliser, il faut baliser et il est nécessaire également de connaître comment protéger cet arbre et cet environnement naturel. Un formateur et un tuteur m'aideront dans ces missions. Aujourd'hui, nous souhaitons aussi faire bénéficier de toutes les possibilités que nous offre le numérique pour construire des formations « autonomes » et à distance où chacun pourra progresser à son rythme.

- Pour proposer des animations de qualités et en toute sécurité au sein des clubs de la fédération
 - Pour participer à l'entretien, au balisage et à l'aménagement des chemins de randonnée
- Venez-vous former à la FFRandonnée !**

Les formations en Loir-et-Cher (2ème semestre)

A- Sur une journée lieu : BLOIS – salle du CDRP

- ➔ Découverte de la Carte IGN : samedi 11 septembre 2021 reste 2 places
- ➔ Découverte de l'Orientation samedi 16 octobre 2021 reste 7 places
- ➔ La Cartographie Numérique complet

B- Certificat d'Animateur de Randonnée de Proximité

Dates : Tronc commun : samedi 2 octobre 2021
: Stage final : samedi 27 novembre 2021
Date limite d'inscription : 02 septembre 2021
Contact pour cette formation C.A.R.P. : 06 33 72 57 22
(Dominique Coignet, responsable du stage)

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE RANDONNÉE PÉDESTRE LOIR-ET-CHER : 2, rue du Limousin - 41000 BLOIS
02 54 56 19 59 / 06 85 20 49 41 loir-et-cher@ffrandonnee.fr

« Postes à pourvoir ! »

Savez-vous quel est le point commun entre la ville du Caire et notre comité départemental du Loir-et-Cher ?

C'est tout simplement là où nous pourrions aller si nous mettions bout à bout tous les chemins de randonnées balisés du Loir-et-Cher. Cela correspond à plus de 3000 km.

Savez-vous que ce sont les 150 baliseurs officiels du département qui balisent et entretiennent ces chemins de randonnées (GR, GRP et PR). 3000 km pour 150 baliseurs, faites le calcul ?

Vous aussi vous pouvez apporter votre aide à ce travail nécessaire et indispensable pour permettre à tous les randonneurs d'emprunter nos chemins et de profiter de nos superbes paysages variés du Loir-et-Cher.

Comment faire pour devenir baliseur officiel fédéral ? C'est très simple, il suffit d'aller sur le site internet du Comité dans la rubrique formation et vous y trouverez tous les renseignements que vous souhaitez.

Toutes ces formations sont **gratuites**.

Plusieurs façons de vous inscrire :

- ➔ en ligne <https://loir-et-cher.ffrandonnee.fr/html/4918/les-formationen-departementales-pour-2021>.
- ➔ par téléphone au 02 54 56 19 59 / 06 85 20 49 41
- ➔ par mail loir-et-cher.formation@ffrandonnee.fr
- ➔ par courrier postal CDRP 2 rue du Limousin – 41000 BLOIS



**WE
NEED
YOU**



Nous avons besoin de vous !



Quand le (ou la) Covid a du bon !



Automne 2020, au lycée Ampère de Vendôme, l'horizon s'obscurcit en EPS...

Impossible d'occuper les gymnases et les perspectives de pratiques sportives en extérieur sont limitées au stade d'athlétisme....

Après avoir temporisé avec un peu de randonnée pédestre, il germe une idée... Les élèves apprécient le grand air, il fait beau, et la marche leur plaît, l'idée fait son chemin...

« **Allo, Jocelyne ? tu fais quoi mardi après-midi ?** »

Et c'est ainsi que la Marche Nordique s'est progressivement installée dans le cursus d'une classe de terminale d'abord.

Initiation technique, travail foncier, passage de côte et d'obstacles, séance de « renfo » en gymnase... durant 4 semaines, élèves et prof se forment et se font plaisir !

On trouve tellement de points positifs :

- ➔ Utilisation complète du corps (« *Madaaame, j'ai eu des courbatures dans le dos et les bras...c'est bien non ?* »), une activité riche ou s'intercalent des situations pour les jambes, les bras, les postures...
- ➔ Le cardio n'est pas en reste, relais, marche contre la montre, « course de côte »...
- ➔ Séances en pleine nature, gestion des déplacements urbains et sur les chemins communaux.
- ➔ Les élèves sont tous égaux devant la nouveauté et entrevoient une forme ludique de marche.

Fort de cette expérience, l'activité s'ouvre à une autre classe de terminale et deux classes de première. Les contenus sont mêmes élaborés pour le programme du bac, hé oui ! il faut évaluer.

Le projet va même devenir une vidéo promotionnelle à l'intention des enseignants d'EPS de l'académie à des fins de développement dans les autres établissements.

Que de chemins parcourus au sens propre comme figuré !

MERCI COVID !

Sans lui, cette belle rencontre n'aurait pas eu lieu...un peu de positif dans cette pandémie ne fait pas de mal !

Nantis de nos propres bâtons, l'aventure se poursuivra l'an prochain et sera sans nul doute élargie.

*Un immense merci à Jocelyne pour sa disponibilité, sa confiance et la qualité de ses interventions.
Merci également au Comité Départemental de la Randonnée qui a permis à l'établissement de se lancer dans l'aventure grâce au prêt de matériel.*

Quelques résumés de paroles d'élèves :

Maïlys :

Les sensations de mon vécu dans cette activité ont été agréables. Ce sport m'a permis de voir autre chose, de découvrir un autre sport. Le travail de tout le corps, des bras et des jambes et être en plein air pour la pratique.

Cloé :

Je ne connaissais pas ce sport, et ce n'est pas ce que l'on pense ! Ce n'est pas si facile, cela fait mal aux bras et aux jambes mais c'est agréable d'aller dans les bois.

Anaëlle :

Comme beaucoup de mes camarades, j'avais une vision très différente de la réalité. Pour moi, la marche nordique servait plus aux personnes âgées pour les aider à marcher. Alors que non !! C'est un sport qui fait travailler 90% de notre corps.

Nawal :

J'ai ressenti que le corps travaille beaucoup dans ce sport que je ne connaissais pas. Les courbatures ont rapidement fait leur apparition. J'ai adoré pratiquer à l'extérieur. Quand on m'a dit qu'on allait marcher avec des bâtons, j'avais l'image de personnes âgées qui s'aident avec. J'ai rapidement compris que les bâtons avaient un but et que la marche nordique est agréable, que l'on s'amuse tout en apprenant.

PS : Le Comité Régional ayant doté chaque département de la région Centre d'une vingtaine de paire de bâtons de Marche Nordique, une convention de prêt avec le lycée Ampère de Vendôme a pu être signée.

Ces lycéens seront peut-être nos futurs licenciés ???



PSD (Plan Solidaire de Développement), c'est quoi ce « truc ? ».

Suite au constat du vieillissement de nos licenciés de club, le Comité Directeur des Marcheurs Laurentais a recherché les possibilités d'attirer de nouveaux licenciés par la découverte de nouvelles pratiques de club.

Les Marcheurs Laurentais est un club qui vit en autonomie financière, sans autre recette que les licences et adhésions.

Le dossier PSD est une opportunité pour notre club, de pouvoir espérer se développer par son volet « Diversification ».

Le PSD comporte deux autres volets qui sont :

- ➔ Création
- ➔ et Innovation et Développement

L'objectif de ce PSD est de financer des projets de club dont l'aboutissement permet d'augmenter le nombre d'adhérents.

Projet :

Les Marcheurs Laurentais, notre pérennité et notre développement vers la Marche Nordique

Le dossier porte sur :

- ➔ une présentation de la création,
- ➔ la pertinence de la diversification,
- ➔ la durée du projet,
- ➔ la justification des moyens à mettre en œuvre
- ➔ et les actions à décliner.

La seule difficulté rencontrée, a été dans l'élaboration du budget prévisionnel. Pour cela, le club a été aidé par les compétences des membres du Comité Directeur du CDRP 41.

Le processus décisionnel est effectué en plusieurs étapes. Présentation du dossier par le département pour une validation par la région puis présentation région vers la FFRP pour décision finale.

Notre projet est élaboré sur une durée de 2 ans.

- ➔ 1^{ère} année pour la formation, la découverte des acteurs du club et la découverte Marche Nordique pour tous,
- ➔ avant une mise en œuvre de la diversification sur la 2^{ème} année.

P. Renard Président des Marcheurs Laurentais.

Des nouvelles de l'A.M.O.



L'A.M.O. RANDO Val de Mer 41, a été créée en octobre 2016.

Association affiliée à la FFRandonnée en novembre 2017, labellisée Rando Santé © en octobre 2017.

Aujourd'hui bien implantée dans le bassin mérois et dans la communauté de communes Beauce-Val-de-Loire, l'association compte 110 adhérents.

L'offre des activités est diversifiée :

- ➔ **2 sorties à la semaine** : Rando douce le mardi (6km à allure raisonnable) et rando classique le jeudi (12km, allure moyenne 5km/h)
- ➔ **1 rando dénivelé par mois** (14 à 16km, allure adaptée aux difficultés)
- ➔ **3 randos thématiques** à la journée (1 par trimestre)
- ➔ **2 séjours mixtes par an** (1 accessible à tous et 1 dénivelé)
- ➔ **2 randos dominicales** (Talcy en avril et Mer en novembre)
- ➔ **Activité annexe** : Un chemin, une école®.

Hormis le report des sorties thématiques, des séjours mixtes et l'annulation des randos dominicales, le club a pu continuer ses sorties hebdomadaires et mensuelles (hors périodes de confinement), grâce à l'engagement des animateurs responsables qui ont su s'adapter aux mesures restrictives liées à la crise sanitaire (groupes de 6, etc.) et aux adhérents qui ont accepté de prendre en charge 5 personnes.

