



« LES NOUVELLES de RandoVLB » Juillet 2020 N°9 Programme de reprise de nos activités

Le Mot de la Présidente : « RETROUVAILLES »

À l'heure où j'écris, il est difficile de prévoir l'évolution de cette situation inédite et si préoccupante. Aussi, je me focaliserai sur l'optimisme et le plaisir que constitueront ces **retrouvailles** après des semaines de confinement, des annulations et reports de séjours et de week-end, des marches dans un périmètre restreint, et paradoxalement des contacts distanciés. Chacune et chacun a vécu de façon très différente cette longue parenthèse impactant sa vie courante. J'espère vous retrouver toutes et tous dotés d'une énergie nouvelle.

Christian dans ces « Nouvelles ... » évoque bien le rôle assumé par notre site pour rompre l'isolement, la morosité, et tout cela grâce au concours des adhérents porteurs d'une variété de ressources diverses telles l'humour par le dessin, les histoires, la musique, ... des moments de partage bien agréables et réconfortants, quoique distants.

Dès que les sentiers de notre forêt ont été accessibles, et malgré les contraintes de nombre limité de personnes, de gestes barrières, une autre forme de **retrouvailles** ponctuelles s'est mise en place grâce au site et se poursuivra pendant la période estivale ... Le plaisir est là, attendu, celui de la rencontre, des échanges ou simplement d'être ensemble. Certains l'ont vécu récemment, à l'initiative de notre binôme B&B, lors d'une conviviale journée de **retrouvailles** qui s'est tenue fin juin autour de Dampierre et dans le parc du château ... Le matin, retrouvailles par groupe sur des parcours de distances différents, puis autour de tables de pique-nique confortables et respectueuses des directives actuelles. L'après-midi une découverte du parc à l'envi et en petits groupes informels ... une rando culturelle bienvenue ... Mais la prudence est toujours de mise : continuons de prendre soin de nous et des autres !

Aussi vos animateurs vous proposent un programme de randonnées en septembre nécessairement imprécis. Mais vous trouverez, en temps utile sur le site, les informations pratiques telles que l'heure et le lieu de rendez-vous. Le covoiturage restant une grande inconnue à ce jour.

Le forum des associations sera aussi l'occasion de prochaines **retrouvailles**. Puis nous continuerons en toute convivialité avec la « rando découverte » ouverte à tous ...

En attendant, gardons-nous, toutes et tous, en bonne santé et pour cela n'oublions pas que la marche régulière est notre meilleure alliée ...

Je souhaite à chacune, à chacun, ainsi qu'à tous ceux qui seront avec vous un bel été tel que vous l'espérez.

Élisabeth

Dates à noter

Le samedi 12 septembre	Forum des associations À partir de 13h30 au Parc Régnier
Le dimanche 20 septembre	Journée européenne du patrimoine Une journée du côté de Montfort l'Amaury
Le mercredi 23 septembre	Rando découverte ouverte à tous, adhérents et non adhérents deux parcours de 6 ou 12km + marche nordique échanges autour d'un verre
Vendredi 13 nov.	Modification de dernière minute après les tirages
Le jeudi 19 novembre	Assemblée Générale à 18h à l'Espace Bernard Mantiennne Suivie d'un repas

I - Formalités - Inscription

=> Généralité sur la cotisation

La cotisation comprend l'adhésion au club et la licence de la FFRandonnée

Notre association est affiliée à la FFRandonnée. Pour une question d'assurance chaque adhérent de notre association doit être en possession d'une licence FFRandonnée. On peut adhérer à l'association tout en étant licencié à la FFRandonnée dans un autre club.

- L'**adhésion** à l'association et la **licence** de la FFRando seront valables jusqu'au 31 août 2021.

- La **licence** comprend obligatoirement une **assurance** (avec deux options IRA et IMPN) couvrant le licencié en responsabilité civile, défense et recours, accidents corporels, frais de recherche et sauvetage. Seule l'assurance reste valable jusqu'au 31 décembre 2021.

L'option **IRA** concerne toutes les activités de base, randonnées, camping, raquettes, ski nordique

L'option **IMPN** concerne en plus les activités comme l'alpinisme (peu difficile), ski alpin, cyclotourisme et sports d'eau. À prendre éventuellement si vous envisagez de participer au séjour montagne (se renseigner auprès de l'association)

Remarque : lors de l'AG de novembre 2019, il a été voté une augmentation de l'adhésion de 1€. De son côté, la Fédération augmente, pour la quatrième et dernière année consécutive, de 1€ le coût de la licence.

=> Soutien du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Essonne (CDRP91)

Pour compenser l'arrêt des activités de randonnée dû à la crise sanitaire, le CDRP91 a décidé d'accorder une aide financière de 5€ au maximum aux clubs qui décideraient de pratiquer une réduction au niveau du coût de l'adhésion. C'est pourquoi le Conseil d'Administration de Randonnée de Verrières le Buisson a décidé de faire bénéficier de cette réduction, les adhérents qui prendraient leur renouvellement d'adhésion **avant** le 15/10/2020.

Deux situations s'ensuivent :

1^{ère} situation : C'est une première adhésion à RandoVLB ou un **renouvellement après le 15/10/2020**

Tableau récapitulatif de la cotisation (adhésion + licence) :

Adhésion 15€ + licence avec assurance IRA	: 28€	= 43€
Adhésion 15€ + licence avec assurance IMPN	: 38€	= 53€
Adhésion avec licence prise dans un autre club (*)		= 18€
Adhésion jeune 4€ + licence avec assurance IRA	: 28€	= 32€
(*) : avec l'adhésion, nous fournir le n° et la copie de la licence FFRandonnée		

2nde situation : vous souhaitez bénéficier de la réduction avec un renouvellement fait **avant le 15/10/2020**

Adhésion 10€ + licence avec assurance IRA	: 28€	= 38€
Adhésion 10€ + licence avec assurance IMPN	: 38€	= 48€
Adhésion avec licence prise dans un autre club (*)		= 18€
Adhésion jeune 4€ + licence avec assurance IRA	: 28€	= 32€
(*) : avec l'adhésion, nous fournir le n° et la copie de la licence FFRandonnée		

=> Certificat médical ou attestation

- **Pour une nouvelle adhésion** à l'association RandoVLB

Une randonnée à l'essai est possible avant de prendre votre adhésion. Se présenter à l'animateur.

Joindre à votre adhésion le document ci-joint, un certificat médical agréé par la FFRandonnée, rempli par votre médecin traitant, et une photo récente.

- Pour un renouvellement d'adhésion :

Nous vous demandons de prendre votre adhésion avant votre première participation à une activité. Joindre une photo récente (si possible) et pour le certificat médical nous vous rappelons les récentes directives. À savoir : depuis 2017, les certificats médicaux ont une validité de 3 ans sous certaines conditions données dans un questionnaire de santé à remplir.

De ce texte, s'ensuivent deux cas :

- Vous avez remis un certificat médical en 2017/2018 : ce dernier aura alors plus de 3 ans, il est donc obligatoirement à renouveler ;
- Votre certificat médical a moins de 3 ans : vous devez **remplir** le **questionnaire** de santé vous permettant de déterminer si vous devez ou non obtenir et fournir un **nouveau certificat médical**. **Ce questionnaire de santé personnel et confidentiel n'est pas à retourner à l'association.**

Si vous répondez **NON** à chacune des questions, pas besoin d'un nouveau certificat médical vous devez simplement joindre à votre inscription, l'**attestation signée** (au dos du certificat médical).

Par contre, en présence d'un « **OUI** » un nouveau certificat médical est à nous remettre. Merci d'utiliser le document ci-joint agréé par la FFRandonnée.

- *Nous vous rappelons, sauf erreur de notre part, la date de votre dernier certificat médical en notre possession sur votre bulletin d'adhésion ci joint.*

Nous attirons votre attention sur l'importance de définir **avec** votre médecin, vos aptitudes et vos limites. Nous vous rappelons que la FFRandonnée nous fait obligation d'exiger ce certificat : en absence de celui-ci nous ne sommes pas autorisés à vous inscrire à l'association et par conséquent à vous accepter dans les randonnées, WE et séjours.

==> Fiche «Demande d'adhésion», quelques points importants :

- **Votre aide** pour une demande version papier : merci de cocher vos choix et de remplir **lisiblement** avec un stylo bille de couleur différente du noir et **EN MAJUSCULES** le document pour éviter les erreurs et faciliter la tâche d'Hanh et de Régine.

À titre expérimental, ceux qui le souhaitent pourront remplir directement le formulaire numérisé accessible sur le site, l'imprimer et nous le remettre en même temps que les autres documents et votre chèque.

- **Vos données** : n'oubliez pas, pour vos données personnelles, de signaler **clairement** (avec un message) toutes **modifications** intervenues en cours d'année 2019-2020 (adresse, tel, mail ...);

- **Votre mot de passe personnel FFRando** : au niveau de la Fédération, chaque adhérent a son espace personnel contenant des informations et utile en cas de déclaration de sinistre. Le mot de passe pour accéder à cet espace ne figurera plus sur la licence. La Fédération vous l'enverra par mail. Aussi nous devons vous informer que nous leur communiquerons une de vos données personnelles à savoir votre adresse e-mail.

- **Votre signature** : vous vous engagez à suivre les consignes de **sécurité** données par vos animateurs lors des randonnées ;

- **Votre choix** : pour les **envois** de notre journal « les Nouvelles de RandoVLB »

Pour des raisons de simplification administrative et de rapidité de l'information transmise aux adhérents nous privilégions de plus en plus la communication par email. Toutefois tenant compte de la diversité des situations nous vous demandons de bien vouloir préciser votre souhait en matière d'envois des courriers en cochant votre souhait. Ce journal est également consultable sur le site.

- **Vos habitudes ou préférences** : vos animateurs souhaitent vous connaître rapidement (grâce aux photos **récentes** !) et éventuellement cibler leurs envois de messages, en connaissant vos **préférences** parmi les randonnées proposées (vos disponibilités peuvent changer d'une année sur l'autre).

==> « Passion Rando » : nous vous recommandons, à l'occasion de l'adhésion, l'abonnement pour **8€** à « Passion Rando », le magazine des passionnés de la Rando. Édité par la fédération, il paraît 4 fois par an et, avec plus de 80 pages engageantes et colorées, il présente de nombreux articles et reportages, d'idées et de tracés de randonnées, d'actualités et de conseils, notamment pour les matériels et équipements de randonnée. (des n° seront consultables sur notre stand au forum des associations)

II Communication

=> Le site, son rôle :

- www.randovlb.org est le principal outil de **communication** très régulièrement mis à jour par Christian.

- Tout ce qui concerne les randonnées est accessible à tout le monde.

- Seules les informations concernant les WE, séjours et certaines sorties avec inscriptions (page adhérent) sont protégées par un mot de passe, ainsi que les photos du bandeau prises lors des randonnées. Le mot de passe vous est remis lors de votre adhésion au club. Notez-le bien pour éviter de le redemander, vous allez en avoir souvent besoin !

- Le site avec sa page « **Dernières infos** » vous permet de connaître les éventuelles dernières modifications la veille d'une randonnée ou d'une activité ou simplement d'accéder à la page sur « **les détails** » de nos sorties ou randonnées.

- le site est l'outil pour faciliter les **inscriptions** ou enregistrer **votre intérêt** pour une activité en cours d'étude. Ce moyen a largement fait ses preuves depuis sa mise en place. Pour le semestre à venir, plusieurs activités sont concernées par cet outil.

En cas de difficulté rencontrée, l'organisateur de l'activité reste votre interlocuteur privilégié ...

- le site est un outil de **partage**, de **rencontre** et d'ouverture avec la page « **Flash Infos des adhérents** »

N'oublions pas que le site reflète la dynamique que nous apportons à notre association.

=> Un message de Christian, notre « Grand maître du site » :

Pendant cette période de confinement n'autorisant plus de nous retrouver aussi souvent qu'auparavant, le site RandoVLB s'est temporairement transformé en lieu d'échanges humoristiques où chacune et chacun a pu apporter sa participation dans divers domaines.

Ces pages resteront en ligne et nous vous invitons à continuer de les consulter tout au long de l'été.

Modalités transitoires : nous nous trouvons désormais dans une période de reprise progressive de nos activités, et le site reste un lieu de convergence pour les échanges d'informations, c'est par là qu'il convient de les consulter.

Pour des raisons sanitaires légales qui nous sont imposées par la FFRandomnée, la participation à nos activités est actuellement subordonnée à une inscription préalable, dans l'unique but de disposer d'une liste des personnes ayant été en contact pendant ces sorties, au cas où un phénomène de contagion apparaisse dans la semaine qui suit.

La limite des 10 randonneurs est maintenant levée, les sorties "à la carte" continueront d'être proposées au fil de l'eau pendant les mois de juillet et août en fonction des disponibilités des animateurs, et nous préparons déjà le programme de septembre qui sera mis en ligne en fonction de la situation sanitaire du moment et des autorisations qui nous seront données.

Prenez bien soin de vous et de vos proches, et à bientôt, ensemble, sur les chemins.

III– Randonnées : calendrier, quelques rendez-vous, nouveautés, randos spécifiques

=> Le calendrier de septembre

Exceptionnellement, vous ne trouverez pas le programme complet du semestre 2. Nous avons travaillé uniquement sur celui du mois de septembre, mais chacun est conscient qu'une consultation fréquente du site sera nécessaire pour connaître les dernières consignes. Inscription toujours obligatoire ? Lieu du RV ? Co-voiturage possible ? Beaucoup de points d'interrogations certes, mais qui ne devraient pas nous empêcher de randonner ...

Notre proposition de randonnées reste très variée et nous vous conseillons de lire attentivement les informations données afin que votre choix de type de marche corresponde bien à votre forme du moment, ne vous surestimez pas. Pour notre santé, la marche est un sport à pratiquer avec plaisir. Si vous avez un doute sur votre place dans un groupe, n'hésitez pas à joindre un animateur... Il est un devoir pour les animateurs de vous aider dans votre pratique de la randonnée.

Le programme d'octobre sera accessible sur le site vers la mi-septembre car nous serons peut-être amenés à tenir compte de l'évolution de la situation sanitaire et éventuellement à diminuer nos ambitions d'évasion de Verrières et de son Bois ...

=> Quelques rendez-vous ponctuels par ordre chronologique

- **Le Forum des associations**, le samedi **12 septembre** de 13h30 à 18h

L'association aura son stand « Randonnée de Verrières-le-Buisson ». Une bonne partie de l'équipe sera là pour vous accueillir, vous renseigner sur nos différents projets et répondre à vos questions. C'est aussi l'occasion de déposer votre adhésion ...

- **Journée Européenne du patrimoine 2020 le dimanche 20 septembre, du côté de Montfort l'Amaury**. B. Ayrault & Rouget

Comme chaque année, nous irons à la découverte d'une ville d'art et d'histoire et de ses environs. Cette année, ce sera autour de **Montfort l'Amaury**, qui a été choisi en Ile de France pour le concours annuel du plus beau village de France... Aux confins de la forêt de Rambouillet, là où Ravel composa son célèbre Boléro, nous prévoyons un programme multiple pour le matin et l'après-midi.

- « **Rando découverte pour tous** » le **mercredi 23 septembre après-midi**

Rendez-vous à 13h30 sur le parking devant l'Espace Bernard Mantiennne

Cette « rando découverte » est ouverte aux adhérents et aux **non adhérents**. Deux randonnées sont proposées, l'une d'environ 6km à vitesse adaptée aux participants et l'autre de 12km à une allure donnée par un animateur. C'est l'occasion de se retrouver après les vacances, de venir en famille (enfant à partir de 6-7 ans) ou de convier à l'une des deux randonnées vos amis, connaissances ...

Cette année, nous vous proposerons une initiation à la marche nordique (sur inscription) et un parcours pour les initiés. Des précisions seront communiquées au moment du Forum des associations et sur le site.

À l'issue de ces marches, tous les participants sont invités à se retrouver pour un verre dans la grande salle de l'Espace Bernard Mantiennne. *Venez nombreux.*

- **Assemblée Générale** : le **Vendredi 13 novembre** à 18h à l'Espace Bernard Mantiennne

Dès réception de ces « Nouvelles de RandoVLB », réservez votre soirée du ~~jeudi 19~~ **vendredi 13** novembre pour notre AG. Nous vous retrouverons avec plaisir dans la salle Club 21 de l'Espace Bernard Mantiennne. Après les rapports moral et financier de l'année 2019-2020 et l'exposé des projets pour 2021, il est sympathique et convivial de prolonger la soirée par notre traditionnel repas.

=> Nouveautés dans l'organisation des randonnées

- **le lundi matin** : une marche de 2h, à allure normale, sur une distance d'environ 8km avec quelques dénivelés dans le Bois de Verrières, le lieu de RV sera précisé sur le site. Ponctuel

- **Marche ponctuelle « Bien-être » à l'essai** : deux heures le **jeudi matin sans co-voiturage ou moyen de transport**. Entre 6 et 6km

- **Randonnée de journée ponctuelle** : Jocelyne vous propose une rando journée, un vendredi de temps en temps, accessible à tous ceux qui pensent que les "randos journée" sont réservées aux marcheurs excellents !

« Cette rando vous prouvera que vous avez les capacités de marcher une journée entière(entre 15 et 20km) et nous prendrons notre temps pour observer la nature, profiter du paysage, et marcher à votre rythme.

N'hésitez pas à venir tenter l'expérience...Vous ne serez pas déçus ! »

=> Randos spécifiques, marche nocturne, marche nordique & randos culturelles

Concernant ces activités, les informations complémentaires sont mises, en temps voulu, sur le site ou transmises directement par les animateurs aux participants intéressés ; n'oubliez pas de **cocher** vos préférences sur la « Demande d'adhésion 2020-2021 ».

- **Randos « Bien-être »** du jeudi après-midi : ces marches sont adaptées à toute personne souhaitant marcher à un rythme modéré sur une distance limitée à 6-7km à l'extérieur de Verrières ou autour de Verrières. L'animateur adapte l'allure sur celle des participants

- **Marche Nocturne**

Nous vous proposons des marches nocturnes permettant en l'absence de feuilles, de contempler les lumières de la ville depuis la forêt. Il est recommandé d'avoir une lampe ou une frontale.

Pour ces marches, d'environ 8km, le prochain RV sera fixé un **vendredi de novembre à 20h** sur le parking devant EBM.

- **Marche nordique**

La marche nordique au sein de la Randonnée de Verrières-le-Buisson se pratique régulièrement chaque **samedi matin** à partir du point de RV fixé à **8h30** en haut du Chemin de la Vallée à la Dame

Cette année, cette activité est incluse plus précisément dans le calendrier des randonnées. Des séances de perfectionnement de la technique du mouvement sont prévues et seront précisées sur le site en temps voulu.

Pour une séance de découverte, nous prêtons des bâtons.

Pour plus d'informations, contactez Maurice Tong Cuong et rejoignez-nous au forum des associations

- **Randonnées culturelles de l'automne, un samedi après-midi par mois,**

Le RV est normalement à 13h30 devant l'Espace **Bernard Mantienn**e. Des précisions sont régulièrement ajoutées sur notre site, dans la rubrique « Détails de nos sorties », en particulier concernant la nécessité de s'inscrire, la limitation du nombre de participants ou l'éventuelle participation aux frais pour les visites guidées. Les parcours pédestres sont de l'ordre de 6km (environ deux heures de marche)

message de Bernard & Bertrand :

Comme toutes les autres, les randos culturelles du club ont été rendues impossibles par la pandémie et le confinement.... Mais dès avant l'irruption de la Covid-19 nous avons dû annuler en décembre dernier la découverte du Quartier des Missions (pour cause de grève des transports), puis en février la visite de l'Observatoire Flammarion à Juvisy-sur-Orge, avec observation nocturne à la lunette (en raison d'un fort risque de tempête, le Préfet avait interdit l'accès aux Parcs !)

Mais nous n'avons pas perdu l'envie de ces balades où culture et rando se conjuguent et nous avons pu, le vendredi 26 juin, faire une reprise symbolique au parc du Château de Dampierre, sans que chaque groupe soit limité à 10 : nous étions au total 30 par un soleil particulièrement généreux. Nous avons profité des charmes de la haute vallée de Chevreuse et bénéficié pour le pique-nique d'une splendide aire ducale, sympathiquement ombragée.

Avec optimisme nous avons prévu pour l'automne prochain un programme classique et ambitieux ; nous éviterons dans un premier temps les espaces clos tels que musées ou églises, pour lesquels subsisteront peut-être encore diverses contraintes. Les randos annulées ne seront pas oubliées, mais il faudra attendre 2021 pour aller voir les étoiles à Juvisy ou mériter son Paradis aux confins des VIème et VIIème arrondissements...

Quatre activités sont prévues, à commencer par la Journée européenne du Patrimoine que nous marquons très régulièrement par la découverte d'une ville d'art, avec un programme de journée très varié.

Samedi 26 septembre 2020 : voyage guidé au jardin d'agronomie tropicale René-Dumont, à la limite de Vincennes et de Nogent ; balade du côté du lac des Minimes, puis entre végétation luxuriante et vestiges de l'exposition coloniale de 1907.

Samedi 17 octobre 2020 : parcours dans **la verdure de l'ouest de Paris**, avec visite des serres d'Auteuil, suivie de la découverte de la coulée verte, installée sur le tracé de l'ancienne voie de chemin de fer de la petite ceinture et menant jusqu'au quartier des Batignolles. Prévoir un ticket T+ pour le retour aux voitures. Pas de participation aux frais, ni a priori d'inscription préalable ou de limitation du nombre de participants.

Samedi 14 novembre 2020 : visite guidée du **cimetière du Père Lachaise**, révélant les nombreux mystères de cette nécropole extraordinaire, avec l'espoir que les fleurs de la Toussaint ne seront pas toutes fanées... L'inscription préalable sera nécessaire, ne serait-ce que pour décider du nombre de guides à prévoir (1ou2)

IV – Week-end Automne 2020

=> Week-end de 2 jours de randonnées à PROVINS les 3 et 4 octobre 2020

Ce WE vous permettra de vous imprégner de l'ambiance médiévale de la ville de Provins patrimoine Mondial de l'UNESCO qui est l'une des cités les mieux conservées de FRANCE.

Nous vous proposerons chaque jour deux randonnées de 13 et de 22km autour de Provins avec des dénivelés de l'ordre de 200 m minimum par jour.

Les documents viennent d'être envoyés à celles et ceux qui ont répondu au sondage et ainsi manifesté leur intérêt pour ce week-end de marche.

Toutes les informations sont accessibles également sur notre site dans l'espace adhérent. Si vous êtes intéressés n'hésitez pas à vous inscrire y compris sur la liste d'attente si le week-end est marqué complet. Les organisateurs se tiennent à votre disposition pour tout renseignement.

=> Week-end urbain à RENNES les 28-29-30 novembre 2020

Le sondage effectué au début du déconfinement a pleinement rassuré les organisateurs : avec plus de 60 intentions de participation, nous sommes assurés du même succès que les années précédentes ! Et les places seront peut-être chères car il n'y aura que 54 places dans le car comme à l'hôtel.

Le programme est prêt, même si certains points d'organisation dépendent encore des contraintes aux conditions de visites, de transport ou de restauration qui seraient encore imposées à la fin de l'automne. Vers la seconde semaine de septembre, «La Notice d'information» et le bulletin d'inscription seront prêts à être envoyés à toutes celles et tous ceux qui ont manifesté, par leur intention, l'intérêt pour ce week-end. Ces documents seront également mis en ligne sur le site dans l'espace adhérent.

Dès réception des informations, votre **pré-inscription en ligne** sera nécessaire pour **confirmer** votre **intention** initiale et sera prise en compte par ordre arrivée. Votre inscription deviendra effective à réception de tous les documents signés (bulletin d'inscription, chèque et assurance)

D'ores et déjà les dates sont fixées, l'hébergement réservé, ainsi que plusieurs visites et repas. Heures de départ (à 6h le samedi 28 novembre), de retour (à minuit le lundi 30 novembre) et tarif (environ 300 € tout compris, sauf contraintes actuellement imprévisibles) peuvent également être considérés comme fixés.

Bernard et Bertrand s'engagent à respecter toutes les contraintes du label B & B comme celles de l'immatriculation tourisme de la FFRandonnée!



V Projets 2021

=> Week-end & séjours de 2020 reportés en 2021

Le confinement aura gravement perturbé notre programme de ce printemps et de l'été qui s'approche puisque nous avons été amenés à supprimer, ou plutôt à reporter à des jours meilleurs deux WE et deux séjours traditionnels de notre club ; nous avons mis au point les programmes et nombreux étaient les volontaires, pour le WE de printemps dans le Perche et pour le WE de Pentecôte autour du Touquet, ensuite pour les séjours d'été, à Calviac en Dordogne à la fin juin et dans la vallée du Drac un mois plus tard.

Les centres de vacances et hébergements que nous avons réservés pour le printemps auraient d'ailleurs été hors d'état de nous accueillir puisque à notre confinement en Ile de France correspondait une fermeture totale de leurs installations. Les possibilités d'accueil étaient également très compromises pour l'été, et à l'heure où ces lignes sont écrites le cours normal n'a pas encore repris...

En considération des dures conditions affrontées par nos hôtes, nous avons tous décidé de reporter dans des conditions voisines ce que nous avons prévu : les WE et séjours de 2021 se trouvent donc déjà largement préparés ; nous sommes en mesure de vous en annoncer les dates, avec quelques précisions complémentaires.

• **WE de printemps 2021** : dans le Perche aura lieu les vendredi 9, samedi 10 et dimanche 11 avril 2021. La reconnaissance faite sur les lieux nous a amené à changer l'organisation des trois jours. En effet de nombreux sites intéressants sont fermés le lundi.

• **WE de Pentecôte 2021** : il aura lieu au Touquet avec le même programme de randonnées et de découvertes tant patrimoniales que gastronomiques ; nous espérons que le soleil sera de la partie... avec la même ardeur que cette année.

Attention : le centre était déjà réservé à la Pentecôte 2021 de sorte que notre WE sera décalé d'une semaine ; il aura lieu **les samedi 29, dimanche 30 et lundi 31 Mai 2021**.

• **Séjour 2021 en Dordogne à Calviac du samedi 26 juin au samedi 3 juillet 2021**

Ce séjour se déroulera sur le même programme. D'une part ce sera une semaine de découverte d'une partie la Vallée de la Dordogne et d'autre part vous aurez chaque jour deux randonnées de **15 et 20km** avec **dénivelés**, encadrées par deux animateurs de notre club.

Certains des inscrits ont abandonné ou se sachant non disponibles à ces nouvelles dates ont été remboursés de leur acompte. Les autres acceptent de reporter leur avoir sur le séjour 2021.

Chaque inscrit sera informé personnellement de l'évolution de l'organisation de ce séjour.

• **Séjour montagne 2021 dans le Champsaur** : les dates ne sont pas encore décidées et elles peuvent dépendre de circonstances non encore fixées (par exemple itinéraire et dates du tour de France, qui reprendra sans doute lui aussi ses habitudes l'an prochain !) Dès que possible nous réserverons au Gîte Auberge, durant la seconde quinzaine de juillet 2021 et nous l'annoncerons à l'ensemble du club pour que les amoureux de la montagne puissent commencer d'organiser leur été 2021 !

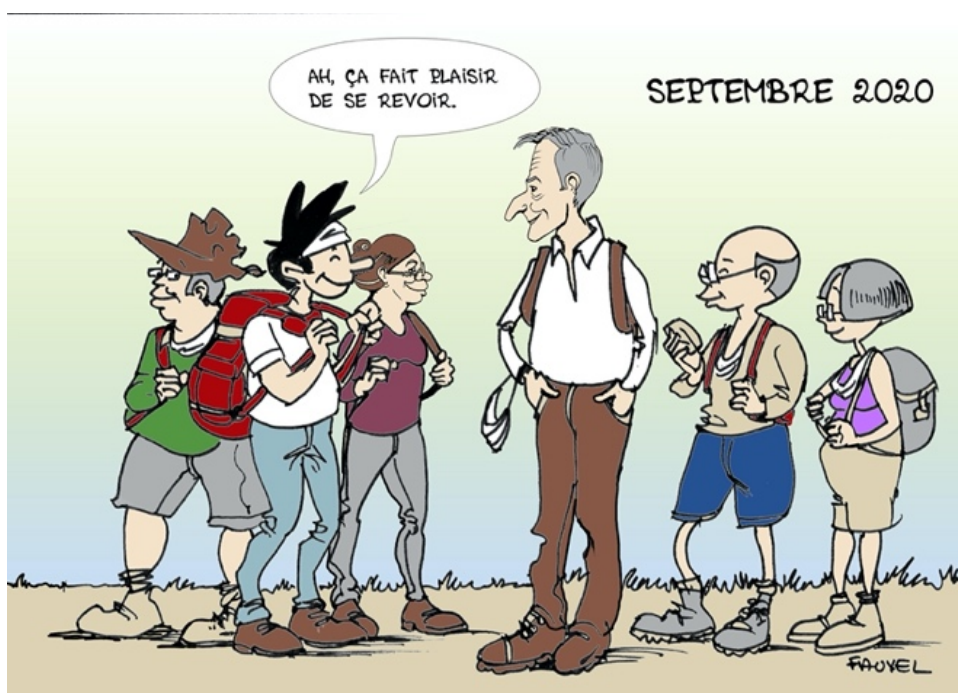
=> Séjours 2021 en projet

• Deux séjours **raquettes** sont à l'étude

- une semaine fin janvier dans le **Jura** ; niveau 1 et 2 ; quelques dénivelés ; 15 à 20 participants

- une semaine en mars (après les vacances scolaires) ; niveau 2 et 3 (le niveau 3 étant celui des plus hardis) ; avec dénivelés ; 16 à 18 participants

Pour ces deux projets, consulter le site de temps en temps pour plus de renseignements au plus tard début septembre pour les intentions



Denis nous souhaite une bonne rentrée !

Bel été à chacune et à chacun de la part de toute l'équipe d'animateurs



Association « Randonnée de Verrières-le-Buisson » en 2020

Membres du Bureau

Présidente : Élisabeth LE BOURDON - Vice Président : Bernard AYRAULT

Trésorière : Marie-Laure MAURIN – Trésorière adjointe : Florence LETE

Secrétaire : The-Hanh PHAN - Secrétaire adjointe : Régine HURTEAU

Les membres du CA et les animateurs

Parviz Ahmadijad	01 60 11 69 58	06 70 94 80 40	parvizalef@gmail.com
Bernard Ayrault (CA)	01 69 20 58 37	06 30 26 28 32	sbayrault@gmail.com
Soazic Ayrault (CA)	01 69 20 58 37	06 84 20 67 60	soazic.ayrault@gmail.com
Christian Badeuil (CA)		06 43 52 62 94	christian.badeuil@gmail.com
Alain Boussac	01 69 20 53 45	06 89 93 74 32	alain.boussac@wanadoo.fr
Jean Bruel (CA)	09 53 65 96 82	06 86 81 15 08	j.bruel@free.fr
Guy Damette		06 34 01 31 47	guy.damette@gmail.com
Régine Hurteau (CA)	01 46 55 34 78	06 84 53 53 17	regine.hurteau@sfr.fr
René Kergoat (CA)	01 46 68 14 28	06 30 17 49 86	rene.kergoat@gmail.com
Iléana Kivu	01 69 20 44 61	06 79 58 07 83	ileanakivu@gmail.com
Elisabeth Le Bourdon (CA)		06 85 08 42 61	elisabeth.le-bourdon@orange.fr
Florence Lété (CA)		06 47 59 08 66	lete.florence@gmail.com
André Marais (CA)	01 69 30 92 29	06 89 37 40 15	marais.andr@orange.fr
Marie-Laure Maurin (CA)	01 69 20 46 18	06 21 27 76 49	ml.maurin@yahoo.fr
Christian Moreau		06 79 28 90 47	christian.moreau50@free.fr
Michel Mormès (CA)	01 69 30 86 21	06 89 31 40 29	michel.mormes@wanadoo.fr
The Hanh Phan (CA)	01 69 20 50 04	06 76 62 50 24	thehan.phan@gmail.com
Claude Robin (CA)	01 60 13 15 49	06 24 02 33 07	robin_claude@club-internet.fr
Françoise Rodenburger (CA)		06 11 61 74 02	jfrodemberger@yahoo.fr
Joël Rodenburger		06 14 40 69 24	joel_rodenburger@yahoo.fr
Bertrand Rouget (CA)	09 52 44 19 39	06 24 24 56 62	rvlb.bertrandrouget@free.fr
Patrick Sallé (CA)	09 64 03 21 35	06 03 78 18 70	anne-marie.salle@wanadoo.fr
Marie-Nathalie Schmitt		06 07 38 80 19	marienathalie.schmitt@gmail.com
Jocelyne Séchet (CA)		06 81 09 68 71	jsechet@gmail.com
Maurice TongCuong(CA)	01 64 46 53 72	06 72 50 66 37	tong-cuong.maurice@neuf.fr
Bernard Villadier (CA)	01 69 30 13 06	06 62 61 82 29	bernard.villadier@gmail.com
Jean-Claude Wallerand(CA)	0169 30 15 03	06 12 82 80 98	jean-claudewallerand@orange.fr

<http://randovlb.org>



CONSIGNES GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ 2020-2021

Attention : il est probable que des consignes sanitaires spécifiques seront à ajouter

Pour votre sécurité personnelle

- Pour une **nouvelle adhésion** présenter le certificat médical (pièce jointe à remplir) de **non contre indication** à la pratique de la randonnée et signaler tout problème de santé particulier.
- Pour un **renouvellement** d'adhésion, fournir une attestation ou un certificat médical, après avoir rempli le questionnaire de santé.
- Être vêtu en fonction des prévisions météo de la journée - prévoir plusieurs épaisseurs de vêtements plutôt qu'un gros vêtement ; avoir toujours un vêtement imperméable et prévoir un chapeau en période de forte chaleur.
- Être bien chaussé (chaussures de randonnée avec semelle crantée).
- Prévoir de quoi s'alimenter et boire régulièrement.
- Si l'on doit s'isoler (« arrêt technique »), prévenir et poser son sac à dos sur le chemin pour le signaler. **Rappel « ne pas laisser de papier sur place ».**

Pour la sécurité du groupe

- Respecter les consignes données par l'animateur et l'allure fixée par lui.
- Marcher sur les trottoirs ou les bas-côtés quand ils existent.
- Sur une route, cheminer en file sur le côté gauche de la chaussée, sauf si cela présente un danger mentionné par l'animateur.
- **Traverser en groupe sur signal de l'animateur**, même sur les passages protégés quand ils existent

**L'inscription au club vaut acceptation de ces consignes
générales de sécurité et de civisme**