

# HANDI-RANDO

LA NATURE À LA PORTÉE DES PMR



---

UNE INITIATIVE DE



EN PARTENARIAT AVEC

---

AgenceAlter



---

# SOMMAIRE

—

<u>4</u>	<b>INTRODUCTION</b>
<u>5</u>	<b>« NATURE, SI TON ACCESSIBILITÉ M'ÉTAIT CONTÉE... »</b>
<u>6</u>	<b>DE LA BOUSSOLE À LA JOËLETTE</b>
<u>7</u>	<b>DES TOPOGUIDES ADAPTÉS</b>
<u>8</u>	<b>(TRÈS) CHÈRE JOËLETTE...</b>
<u>9</u>	<b>UN ACCÉLÉRATEUR DE VIE SOCIALE</b>
<u>10</u>	<b>DES VACANCES PARTOUT POUR TOUS</b>
<u>12</u>	<b>FRAIS ET SPONSORING</b>
<u>13</u>	<b>UNE INTÉGRATION PLURIELLE</b>
<u>14</u>	<b>UN VÉRITABLE SPORT</b>
<u>15</u>	<b>OUVERT À TOUS</b>
<u>15</u>	<b>LA SÉCURITÉ AVANT TOUT</b>
<u>16</u>	<b>POUR EN SAVOIR PLUS</b>
<u>17</u>	<b>LA LECTURE DE CE CAHIER VOUS DONNE ENVIE DE RÉAGIR?</b>

## INTRODUCTION

---

Grande agitation ce matin sur le parking du centre sportif de Rixensart. De drôles de bécans sortent une à une d'une remorque. Autant de fauteuils roulants qui pivotent entre les voitures, tandis qu'une quarantaine de randonneurs en bottines vaquent aux derniers préparatifs : sangles, coussins, boulons, sous les jappements d'une poignée de chiens impatients qui tirent sur leur laisse.

Comme chaque dimanche ou presque, de mars à octobre, l'asbl Handi-Rando organise une sortie pour les personnes à mobilité réduite (PMR). Cette association a pour but de rendre la nature accessible à ses membres, de les emmener dans des endroits que leur voiturette ne peut atteindre. Et cela, c'est possible grâce aux joëlettes, un curieux croisement entre la chaise à porteur et le monocycle. Grâce également à la participation des nombreux accompagnateurs bénévoles qui les pilotent.

↓ Les préparatifs, avant le départ.



## « NATURE, SI TON ACCESSIBILITÉ M'ÉTAIT CONTÉE... »

« *Je pense que nous devons être la seule association en Belgique à combiner l'intégration des personnes handicapées et l'accès à la nature* », dit Bernard Legrand, le directeur bénévole de l'asbl. Handi-Rando compte une quarantaine de membres PMR, environ quatre-vingt accompagnateurs actifs (AA) et des accompagnateurs passifs (AP). Car tout le monde peut s'inscrire, pour aider ou non, valide ou non, jeune ou moins jeune. « *Comme valide, on se met des idées en tête, remarque le directeur. C'est important de sensibiliser les enfants, notamment, au handicap.* » La plupart des participants PMR sont handicapés moteurs, visuels, myopathes, traumatisés, infirmes moteur cérébral (IMC). Ils viennent parfois avec leur famille, mais, en général, c'est l'association qui trouve les accompagnateurs. Il faut en compter deux par joëlette évidemment, voire trois pour assurer un roulement ou pour franchir les passages difficiles. Et idéalement quatre (costauds) en montagne. Dans ces conditions, il n'est donc pas rare que le groupe rassemble régulièrement une septantaine de personnes.

Guy Jacob participe à ces sorties depuis trois ans. Il en a entendu parler lorsqu'il était en rééducation au CHU de Mont-Godinne, suite à un AVC (accident vasculaire cérébral). « *C'est génial !, résume ce médecin urgentiste. J'attends chaque randonnée avec impatience. J'étais aussi guide nature. Grâce à Handi-Rando, j'ai retrouvé l'odeur de la forêt et de l'humus...* » Guy Jacob est

toujours capable de marcher, mais il a des soucis d'équilibre et d'insensibilité dans les jambes, il risque de buter sur des racines. « *Avec la joëlette, dit-il, je ne suis plus obligé de regarder sans cesse mes pieds, je profite du paysage.* »

Aujourd'hui, c'est Rory Leahy qui dirige la promenade. Il passe son épreuve pratique en vue de l'obtention du certificat capacitaire pour randonnée avec joëlette. Il a déjà réussi les étapes précédentes avec brio : pilotage, montage et démontage de l'engin. Ce qui n'est pas une mince affaire quand, comme lui, on est... déficient visuel ! C'est dans sa région, à Rixensart, qu'il emmène les 52 participants du jour – 10 PMR, 28 AA et 14 AP – dans le parc du Château de Mérode. Un parcours de 9 640 km classé « assez facile » nonobstant un dénivelé total de 187 mètres. Il prévient la troupe avant le départ : dans certaines montées, il faudra s'y mettre à trois.

## DE LA BOUSSOLE À LA JOËLETTE

La création d'Handi-Rando, c'est avant tout une histoire de sportifs de haut niveau. Le premier, Bernard Legrand, un ancien colonel para-commando, accompagnateur de haute montagne et moniteur d'orientation. Le second, Jacques Eloy, un guide nature atteint de sclérose en plaques. Le troisième, Christian Meunier, un mental d'acier, tétraplégique suite à un accident de trampoline à l'âge de vingt-quatre ans.

« *J'ai toujours aimé les sports d'aventure, raconte Bernard Legrand. À l'heure de la pension, je me suis posé la question : continuer à me mettre au profit d'une association comme l'association belge des sports d'orientation dont j'étais le président ou me lancer dans autre chose.* » C'est en Suède qu'il a découvert le sport adapté et, plus particulièrement, l'orientation pour les personnes à mobilité réduite, une discipline inconnue dans nos régions. « *Quand j'ai proposé à la fédération de se lancer dans cette voie, on m'a répondu non, qu'on allait perdre des subsides. J'ai trouvé cela tellement égoïste que j'ai tout envoyé promener !* » Cet homme entier est alors parti seul à l'action. Il a repris contact avec Christian Meunier dont il était le moniteur d'escalade dans le temps. « *Je lui ai proposé de se lancer dans ce que les Scandinaves appellent le 'trail orientering', avec une autre de mes connaissances, Jacques Eloy.* » Il leur a proposé de les entraîner à l'orientation de précision et, pendant dix ans, ils ont pratiquement parcouru le monde : Royaume-Uni, Suisse, Ukraine... Le trio fonctionne plutôt bien, en pilotant leurs voitu-

rettes électriques, Eloy a été deux fois champion d'Europe et Meunier est monté sur le podium pour sa victoire à l'une des étapes des Cinq jours de Suède, l'équivalent du Tour de France dans son domaine. « *Mais c'est passé inaperçu ici...* », déplore Bernard Legrand.

Au détour d'un séjour familial dans le Vercors, Jacques Eloy découvre la joëlette – qui porte le nom de son inventeur Joël Claudel, un accompagnateur de montagne qui voulait emmener son neveu myopathe en randonnée. Le guide nature y voit aussitôt une réponse à ses envies de nature. « *C'est un moyen fantastique d'intégration, un moyen de donner accès à la nature sauvage aux personnes lourdement handicapées. Et puis tout le monde ne peut pas non plus participer aux 20 kilomètres de Bruxelles en voiturette, dit-il. Ce sont souvent des hommes qui aiment bien, et qui ont besoin, de se défouler. Mais ceux qui n'ont pas les bras ? Il fallait autre chose.* » Et il invite Bernard à l'accompagner.



La joëlette, c'est tout simple : un siège, une roue, un bras fixe à l'arrière et un bras un peu plus long à l'avant. Son invention ne date pas d'hier. On a retrouvé des photos de chaises sur une roue aux Indes, au Congo belge, dans les tranchées de l'Yser...

Avec l'aide du centre de convalescence mutuelliste de Nivezé et de l'un de ses kinésithérapeutes, les comparses font l'acquisition d'une joëlette qu'ils vont tester. « *Avec trois autres sportifs, on a fait le tour des Fagnes pendant quatre jours avec Jacques Eloy sur le siège* », raconte Bernard Legrand. L'expérience est concluante, c'est un moyen fantastique d'intégration, un moyen de donner accès à la nature sauvage aux personnes lourdement handicapées. Legrand ne lâche pas pour autant son dada, l'orientation, ni son envie de soutenir les déplacements et l'autonomie des personnes à mobilité réduite. Parallèlement à l'usage de la joëlette, l'idée de créer une cartographie spécialisée fait son chemin. Les deux voies convergent vers la création d'un projet de plus en plus structuré dont les objectifs sont :

- la découverte et la sensibilisation à la nature;
- la randonnée en joëlette;
- une cartographie adaptée et des topoguides;
- l'initiation à l'orientation et au GPS;
- l'édition de rapports d'accessibilité de sites naturels.

Nous sommes en 2001, l'asbl est née : Handi-Rando, pour Randonnée, Accessibilité, Nature, Découverte et Orientation.

## DES TOPOGUIDES ADAPTÉS

Handi-Rando part à la reconnaissance de sites intéressants et en présente les plus remarquables dans des brochures éditées grâce au soutien de la Région wallonne. Chaque descriptif des lieux est accompagné d'une carte spécifique de leur accessibilité. Chaque couleur a une signification : le jaune pour les endroits où le soleil donne, le blanc pour la forêt ouverte où l'on peut très bien voir et observer, le vert foncé, pour les zones plus touffues, plantées souvent d'épicéas. Les bancs et les abris y sont indiqués, les passages à gué, les escaliers... « *Tous les obstacles sont répertoriés de même que les endroits où une aide peut être nécessaire, toujours dans l'idée de pouvoir effectuer ces parcours de manière autonome.* » Pour ceux qu'un itinéraire balisé rassure, des numéros jalonnent les circuits possibles. « *Ces brochures sont rassemblées par province, un résumé de ce que l'on peut y trouver est présenté sur le site portail de la Wallonie, explique Bernard Legrand. Elles sont distribuées gratuitement aux personnes handicapées, à la demande.* » (Voir le site : [http://environnement.wallonie.be/dnf/dcnev/acces\\_nature/index.htm](http://environnement.wallonie.be/dnf/dcnev/acces_nature/index.htm))

Le directeur d'Handi-Rando fabrique aussi des cartes similaires pour les non-voyants, en relief. « *Ce sont des impressions thermogauffrées très faciles à réaliser* », explique leur concepteur. Malheureusement, à l'ère du GPS vocal, elles ne rencontrent pas le succès escompté... « *Mais le GPS ne remplacera jamais la carte ! assure ce puriste. C'est un complément.* » Aujourd'hui, ce qui intéresse davantage les gens dans ce produit, c'est un plan de leurs lieux de travail par exemple, un outil qui les aide à s'orienter dans un hangar ou dans une usine.

## (TRÈS) CHÈRE JOËLETTE...

La joëlette est un moyen de transport idéal, mais son prix reste très élevé : la première a coûté 2 000 euros... Heureusement que la Mutualité chrétienne était dans le coup ! Pour l'achat des suivantes, Handi-Rando a contacté des sponsors et des familles. Aujourd'hui, l'association dispose d'un parc de vingt-six machines. « *Les plus anciennes sont un peu dépassées, il faut bien le reconnaître* », précise Bernard Legrand. Une a été offerte au Rwanda, d'autres sont mises à la disposition d'institutions qui accueillent de jeunes enfants parce qu'elles ne sont pas assez résistantes pour transporter des adultes. « *Nos passagers sont souvent très lourds, autour 80-90 kilos.* » La technique évolue aussi. Toutes les pièces de la joëlette sont réglables : l'inclinaison du dossier, du repose-pied, de l'appuie-tête, les amortisseurs, la hauteur et l'inclinaison des bras. Des sangles additionnelles y sont aussi



Repliée, la joëlette occupe peu d'espace.

fixées pour la tracter dans les montées ainsi que des harnais pour maintenir le passager en place (sans oublier le poncho imperméable pour l'équiper en fonction de la météo).

Il n'y a qu'un seul fabricant de joëlettes : Ferriol-Matrat, à Saint-Etienne. Un seul fabricant mais toute une gamme... Forts de leur expérience, les responsables d'Handi-Rando ont pu poser leurs exigences. « *En dix ans de pratique, on a eu des incidents, des ruptures de bras... Une joëlette aujourd'hui, c'est un budget de 3 300 euros : un an de garantie, c'est insuffisant !* » Et quand il y a une pièce à souder, c'est aussi plus facile de le faire ici pour une centaine d'euros que de renvoyer la bécane en France à grands frais. Au début, le projet d'Handi-Rando était pourtant de fabriquer ses propres joëlettes. « *On avait notre prototype. Mais acheter était plus rapide, il y avait de la demande et des sponsors qui mettaient l'argent sur la table...* » Devant un marché qu'il aurait pu conquérir en Scandinavie ou au Royaume-Uni où la joëlette est méconnue, Bernard Legrand regrette aujourd'hui de ne pas avoir poursuivi la voie de la production locale.

## UN ACCÉLÉRATEUR DE VIE SOCIALE

---

Lors de ces randonnées, l'ambiance est à la découverte, mais ce que l'ensemble des participants apprécie le plus, c'est cette forme d'intégration obligée. *« J'accompagne également des valides, il n'y a rien en retour, très peu, constate Bernard Legrand. La plupart du temps, les gens payent pour leur randonnée et puis s'en vont. Ici, nos membres versent 25 euros pour l'année et ils peuvent participer à tout tant qu'il y a de la place. Le miracle de ces sorties, c'est la facilité avec laquelle les gens se parlent, sont disponibles, sont attentifs. C'est magnifique ! »*

Certains membres PMR vivent de façon très isolée, la randonnée est parfois leur unique distraction de mars à octobre. *« L'un d'eux a participé à dix-sept sorties sur les vingt-cinq organisées l'an dernier, remarque Bernard Legrand. Cela répond à un intérêt pour la nature, mais aussi à une demande de vie sociale, à un besoin de contact. »* On croise également de jeunes adultes qui, comme Thibaut, n'ont pas toujours envie de partager toutes leurs activités avec leurs parents. Gary, bientôt vingt-et-un ans, participe pour la première fois ce dimanche. Il vient de Mons *« où il n'y a pas grand-chose pour les handicapés »*. Il a découvert la joëlette en surfant sur internet. *« Ça m'a fasciné, dit-il. C'est très bien que ça existe. Ça nous permet de sortir et de rencontrer des gens. Quand les gens voient une PMR, ils ont peur de l'aborder. On devrait sensibiliser un peu plus la société. On est séparés dès l'école... »*

Derrière lui, Michel Goudeseune maintient la joëlette en équilibre dans le creux du chemin. Sa rencontre avec la joëlette remonte à huit années, lors d'une marche avec l'association pour aveugles Dyadis. *« Cela tombait à point nommé, dit-il. Notre fils Mathieu avait 12-13 ans, on ne savait plus le porter, c'était la solution idéale pour le sortir. On s'est affilié tout de suite et on vient en famille, avec le petit dernier qui marche avec nous depuis qu'il a trois ans. »* Quand ils partent en vacances, ils louent même une joëlette à l'association. *« Là où on ne passe pas avec la voiturette, on la sort et, hop, c'est parti ! »* Il est en effet possible de louer des joëlettes, en complémentarité des carnets de parcours édités par l'association. *« L'idée est que les gens parcourent des circuits en toute autonomie, en connaissance de cause ou sur nos conseils. »*

## DES VACANCES PARTOUT POUR TOUS

Les activités d'Handi-Rando ne se limitent pas aux dimanches de la belle saison. Une à deux fois par an, l'association propose des séjours résidentiels à ses membres durant lesquels quatre grandes randonnées sont prévues. Jura, Forêt Noire... Cet été, c'est la Normandie qui est au programme. Un programme pas si simple à organiser. Une infirmière accompagne les quelque quarante inscrits pour lesquels il faut trouver un hébergement adapté. Martine Van Vliet se souvient de son tout premier voyage, dans les Vosges, le groupe se déplaçait de refuge en refuge. « *Et un refuge, c'est rarement accessible aux PMR, raconte-t-elle. Les toilettes étaient au rez-de-chaussée et les chambres à l'étage, mais c'était super !* » Martine illustre particulièrement bien la devise de l'association : « Intégration dans la joie » !

Les PMR ne tirent en effet pas la tête devant les difficultés. Bien au contraire. Plus sportif est annoncé le parcours, plus d'inscrits il y a. Le but n'est pas de rouler sur de la dolomie ou sur des caillebotis parfaits, le but c'est de passer dans la gadoue, dans la nature telle qu'elle est. « *Les gens s'amuse mieux quand on fait des circuits difficiles. Les sorties en ville recueillent moins de suffrages* », dit Guy Jacob.

À Hastières, le groupe a arpenté le sentier des Cascatelles. On a pu aussi le croiser dans les Fagnes ou le long du Ninglinspo, à Aywaille. Dans la vallée de la Molignée, près de Maredsous, le circuit était de 12 kilomètres avec un dénivelé positif de 300 mètres. Assez pentu pour nécessi-

ter trois accompagnateurs par joëlette. Comme il y avait onze inscrits, il a donc fallu trouver au moins trente-trois accompagnateurs actifs. « *Mais les accompagnateurs aiment bien aussi quand c'est sportif, remarque Bernard Legrand. Ils ont l'impression de répondre à un challenge, d'offrir réellement quelque chose. Et ils voient les réactions des PMR. Leur satisfaction, c'est de voir leur bonheur. Heureusement, il y a encore de la solidarité en Wallonie !* » Car trouver des accompagnateurs actifs reste malgré tout le point le plus délicat de l'association. « *Être aidé d'un bénévole ou de quelqu'un qui est payé, pour la PMR, ce n'est pas la même chose* », nuance Christian Meunier. Guy Jacob partage son avis. « *On a un jour croisé des Hollandais qui n'en revenaient pas que c'était des bénévoles qui nous accompagnaient. Je crois, dit-il, que si ces gens étaient payés, on ne savourerait pas la randonnée de la même manière.* »

Avec seize joëlettes disponibles pour les randonnées, l'inquiétude est à la fois de ne pas trouver suffisamment d'accompagnateurs, mais aussi de devoir se résoudre à refuser la participation d'un membre PMR faute de place. « *L'an dernier, j'ai dû refuser deux personnes* », regrette le directeur. La réservation se fait en ligne, sur le site de l'association et la priorité va à la PMR qui n'a pas encore profité d'une sortie durant la saison. En fonction du nombre d'inscrits, Bernard Legrand active son réseau étendu à toute la Wallonie car si la plupart des accompagnateurs sont assidus, il faut en motiver d'autres.

Comme Gary qui est confortablement assis sur une joëlette, c'est une première ce dimanche pour José Leveau, qui manœuvre à l'arrière. Après quelques kilomètres, il a la joëlette bien en main, sûr qu'il reviendra. « *L'ambiance est très conviviale, dit-il, et ce n'est pas difficile du tout, contrairement à ce que je craignais. À refaire évi-*



Par tous les temps, au Cap Blanc Nez ou dans les Ardennes, les joëlettes passent partout !

demment ! » Son épouse en revanche est un peu effrayée par la responsabilité que cela représente. Martine Joly, une autre accompagnatrice passive reconnaît que, pour elle, le tracé est quelquefois fatigant...

Tous ces accompagnateurs ne sont pas nécessairement directement concernés par le handicap. Certes, ils viennent parfois parce qu'un de leur proche est membre, mais c'est aussi le bouche-à-oreille qui les décide, un reportage dans la presse écrite ou à la télé qui les interpelle et ils ont envie d'essayer. « Ils viennent et ils sont mordus ! » Bernard Legrand reconnaît aussi qu'Handi-Rando prend soin de les fidéliser. « On les soigne après chaque randonnée. On prend un verre ensemble et, en plus, ils découvrent de très beaux sites car nous sommes très attentifs à leurs choix, comme le sentier des Cascatelle, un véritable petit canyon très peu connu. » Il a beaucoup plu ce printemps, mais les verts, du coup, étaient magnifiques. « Ce jour-là, raconte Legrand, c'était la pleine floraison. Il y avait de l'ail des ours partout, des tapis de fleurs blanches. Quand on est dans le bain, on ne pense plus que le soleil n'est pas là. » Handi-Rando a aussi la chance d'avoir un conseil d'administration très disponible. « La plupart des administrateurs valides passent le brevet capacitaire et on bénéficie à chaque sortie de la moitié d'entre eux. » Selon les statuts de l'asbl, le président doit être une PMR. « Cette mixité est importante pour ne pas se retrouver dans un microcosme fermé, explique Christian Meunier, qui occupe ce poste depuis trois ans. Le vice-président est kiné et guide nature. La rédactrice du bulletin de liaison est tétraplégique, elle tape les articles avec un crochet sur son clavier. Parmi les nouveaux administrateurs, l'un est un malvoyant, l'autre est le parent d'une jeune adulte qui participe aux randonnées. »

## FRAIS ET SPONSORING

Grâce à son affiliation à la Fédération multisports adaptés (Féma), Handi-Rando reçoit des subsides de l'ADEPS sous forme d'une intervention dans les frais de moniteurs. « Un brevet capacitaire peut être reconnu à 10 euros de l'heure et moi, comme moniteur montagne, c'est 20 euros », explique Bernard Legrand. Cela génère une lourde administration : le dossier est rentré à la Fédération, qui le transmet à l'ADEPS, qui donne une enveloppe à la Fédé, qui répartit l'argent entre ses adhérents. « Mais notre association doit préalablement payer ses moniteurs et le prouver. Un an plus tard, on en retouche un peu moins de 60%... » C'est donc à 40% de frais auxquels doit faire face l'association. « On a un accord avec nos moniteurs, qui remettent leurs émoluments dans un pot commun. Puis on calcule les frais de déplacements qui vont de 4 à 7 000 kilomètres par an pour véhiculer les PMR, transporter les joëlettes, etc. Avec cette somme, on indemnise les bénévoles car ils vont souvent chercher les membres à leur domicile ou à la gare la plus proche du lieu de randonnée. » Pour cette expédition au Château de Mérode, Bernard Legrand a démarré de Champion. Il a embarqué un participant à Bouge, un autre à Saint-Servais et un troisième à la station de Rixensart. Pour réduire le coût des séjours et renouveler les joëlettes, Handi-Rando bénéficie de dons et de l'aide de sponsors. « La Ville de Namur nous soutient également et nous répondons aussi à des appels à projets, complète le directeur. Louer les joëlette nous permet juste de les entretenir... »

## UNE INTÉGRATION PLURIELLE

Bernard Legrand est particulièrement fier du rassemblement mondial de joëlettes réalisé à la Citadelle de Namur en 2006, auquel neuf associations ont participé. Trente-deux joëlettes étaient alignées. « *On aurait pu entrer dans le 'Guinness Book des Records' !* », dit-il. Au-delà de cette réunion exceptionnelle, c'est à cette occasion, un peu fortuite, qu'un contact s'est établi avec le centre pénitentiaire école (CPE) de Marneffe, une prison « ouverte » pour les condamnés qui peuvent s'adapter à la vie en communauté et où ils peuvent suivre une formation et travailler pour préparer leur future libération. Depuis lors, à chaque randonnée, une dizaine de détenus en fin de peine, trois gardiens et le chauffeur du car viennent prêter main forte aux pilotes des joëlettes. « *Il y a eu beaucoup d'objections au départ, reconnaît le directeur, mais les gens ont aussi réalisé que, sans cet accord, il y aurait quatre joëlettes en moins par sortie.* »

Car les détenus qui viennent sont aussi des costauds. Leur présence fait partie du projet de préparation de leur sortie de prison. Ils sont sélectionnés. « *Ceux qui veulent venir s'inscrivent et les assistants pénitentiaires choisissent en fonction du nombre et du mérite. Ils doivent aussi avoir déjà passé un certain temps dans l'établissement* », explique Patrick Quinten, l'assistant de surveillance pénitentiaire chef d'équipe qui les encadre aujourd'hui.

Rudy fait partie de ceux-ci. Qu'est-ce qui lui a donné l'envie de venir ? « *La liberté !* répond-il sans ambages. *Je ne savais pas du tout ce que c'était, on m'avait juste dit qu'on était toute la journée dehors avec des gens pour les aider et manger avec eux.* » Il est venu... Et il est revenu. « *Je m'inscris toujours et la plupart des fois, je suis là. On se crée un lien, souligne-t-il. Moi, ça m'apporte aussi de voir ces gens s'épanouir. La première fois, je ne pensais pas à ça. Je ne pensais qu'à sortir, ça faisait quatre ans que j'étais en prison.* » Ses comparses et lui trouvent aussi l'occasion de se dépenser quelque peu, d'entretenir leur condition physique. « *Ça nous fait aussi un peu moins de pression, ajoute Rudy. Ce n'est pas encore la liberté, mais c'est un grand pas en avant. On décomprime, on parle d'autres choses, ce sont d'autres dialogues, c'est bien. En prison, c'est une rengaine. Et je découvre aussi des villages que je ne connaissais pas.* »

Parmi les membres d'Handi-Rando, personne ne sait qui est qui du détenu ou du gardien, chacun s'appelle par son prénom. « *Au début, je me demandais comment ils allaient me regarder, reconnaît Rudy. Qu'est-ce qu'ils savent de nous ? Au fur et à mesure s'installe de la confiance. De l'humanité. La confiance qu'on met dans le détenu, ça m'a donné plus confiance en moi. Ça me fait un espoir en plus, je peux réussir en sortant de prison.* » Bernard Legrand est confiant dans sa méthode. « *Je ne parle jamais avec eux de ce qu'ils ont fait, dit-il. J'ai fait trente ans chez les para-commandos, ça marche parce que le chef donne l'exemple et il est suivi. Avec eux c'est pareil, on intègre tout le monde et nous n'avons jamais eu de problème. Que du contraire.* »

## UN VÉRITABLE SPORT

Christian Meunier savoure l'ambiance des randonnées, fort différente de ce qu'il a connu lors des compétitions d'orientation. « Pas de stress, dit-il. Ici, l'approche est différente, mais cela reste un sport. » Car oui, on peut considérer que c'est du sport de passer cinq heures assis, secoué, dans une joëlette – c'est sportif surtout pour les accompagnateurs... S'il avoue ne pas avoir connu la peur, il confesse de temps en temps une poussée d'adrénaline. « *C'est un peu comme si on était sur un cheval, ça bouge parfois de tous les côtés* », précise-t-il non sans malice. En effet, avec les nouveaux porteurs, ça tanguer toujours un peu. « *C'est désagréable*, avoue Guy Jacob. *Ils ne pensent pas, par exemple, que la roue va prendre une pierre, contrairement aux expérimentés qui vont faire un écart. Et les pierres, on les sent passer ! Mais une fois qu'ils ont*

*pris l'habitude, que la joëlette est bien à l'horizontale, c'est très confortable.* » Il apprécie particulièrement les balades avec Rory. Malvoyant, celui-ci prend d'office position à l'arrière. « *Je lui donne des indications : terre acide parce qu'il y a des bruyères ou des myrtilles...* explique Guy. *Je suis ses yeux et, lui, c'est mes jambes à moi. Quand ma compagne pilote à l'avant, elle aussi commente le terrain. Attention, une racine, attention, un caillou... Rory sait alors qu'il va rencontrer un obstacle.* »

Les circuits proposés tournent autour de 10 à 15 kilomètres en une journée. Cela ne semble pas très long, mais il faut compter avec le temps que prend la mise en route, les différents réglages, le briefing des nouveaux accompagnateurs, les arrêts pour profiter du paysage ou des visites, le pique-nique et les inévitables ralentissements dans les tronçons plus ardues. « *La vitesse moyenne est en effet peu élevée, de 2 à 3 km/h*, confirme Bernard Legrand. *Mais, avec l'effet d'entraînement de la roue quand le chemin est bon, les promeneurs ont parfois du mal à suivre.* »



Le groupe se ménage des pauses pour reposer les accompagnateurs et pour admirer les particularités du parcours.

## OUVERT À TOUS

---

Handi-Rando ne veut refuser personne. Les handicaps sont très différents d'une personne à l'autre, les caractères également. « *On accepte parfois des personnes sans les connaître, il n'y pas d'entretien préalable, notamment pour le séjour. Il faut apprendre à vivre avec tout le monde, avoir autant de considération pour chacun. Nos bénévoles y sont attentifs* », explique Christian Meunier, qui aime bien ce côté non sélectif. Les gens sont isolés par leur handicap. Pour certains, leur sortie de la semaine est une priorité. « *Pour moi, le séjour compte aussi beaucoup car ce sont souvent mes seules vacances*, poursuit Christian. *Quand on part en famille, il faut savoir que ce ne sont pas de vraies vacances pour les autres, la prise en charge est lourde. Handi-Rando me donne l'occasion de faire un beau séjour par an, dégagé de ces contingences pratiques qui sont assurées pour l'ensemble des participants.* » Durant ces séjours, Handi-Rando entretient une tradition qui contribue à l'intégration sociale : changer de table à chaque repas. De la sorte, tout le monde se rencontre, les gens se parlent autour d'un verre après l'activité. Les accompagnateurs changent aussi d'équipiers. « *C'est très apprécié, remarque Bernard Legrand, on est toujours attentifs à ce que personne ne reste en rade.* »

## LA SÉCURITÉ AVANT TOUT

---

Pour Christian Meunier, le succès de l'association tient à son sérieux. Les randonnées sont préparées minutieusement. Il n'y a pas que l'accompagnement des PMR sur les chemins, il faut aussi transporter le matériel, l'entretenir et le contrôler, initier chaque nouvel aidant. « *Les participants le ressentent même s'ils n'imaginent pas tout le travail qu'il y a derrière*, dit-il. *C'est bénévole, mais c'est professionnel.* »

La sécurité est un point sur lequel Handi-Rando ne transige pas, ce qui peut rendre la structure parfois excessive au goût de certains. Les droits et les devoirs du bénévole sont publiés chaque année dans le bulletin trimestriel.

Toutes ces mesures ne protègent hélas pas à 100% des accidents. Ceux-ci sont fort heureusement très rares, mais ils peuvent vite dégénérer en de multiples complications. C'est ce qui est arrivé un jour à Christian Meunier. Dans une pente assez forte, une béquille a accroché le repose-pied de sa joëlette et en a arraché les rivets. La jambe de Christian a glissé sans que personne ne s'en aperçoive, et son pied s'est fiché dans une racine, lui fracturant le tibia.

« *Par mesure de sécurité*, précise Bernard Legrand, *la fédération nous impose d'avoir un accompagnateur breveté pour trois joëlettes.* » Le responsable du groupe doit aussi être breveté. Par chance, Bernard remplit ces conditions et, en qualité d'accompagnateur européen de randonnée en montagne, il est en mesure de former son équipe au brevet capacitaire fédéral. « *Ce brevet*

*est très important pour la mise en confiance de nos PMR, dit-il. D'ailleurs, la première chose que l'on fait avec les nouveaux accompagnateurs, c'est de les installer eux-mêmes dans la joëlette. En se mettant dans la peau du passager, ils saisissent bien cette confiance dont celui-ci doit témoigner. On ne joue pas avec une joëlette... »* À l'étranger, comme en France par exemple, ces mesures d'encadrement sont encore plus strictes.

Le groupe n'est pas systématiquement accompagné d'un infirmier, mais plusieurs membres de l'équipe d'encadrement sont détenteurs du brevet de secourisme et capables de gérer les entorses, les ampoules ou les piqûres d'insectes par exemple. « *Nous emportons toujours une trousse de secours avec nous.* » Le responsable de la sortie du jour doit être en possession du certificat médical de chaque PMR. « *S'il y a un problème, nous devons être en mesure de le remettre aux ambulanciers,* explique le directeur. *Si la personne n'est pas en mesure de parler, il faut qu'on sache quels médicaments elle prend.* »

Un autre sac contient les rustines et l'incontournable pompe à vélo. « *On n'avait jamais eu de crevaison jusqu'à notre première sortie cette année. C'est là qu'on s'est rendu compte qu'on trimbalait tout ce matériel depuis dix ans pour rien ! On n'est pas parvenu à réparer la roue et ça a pris moins de temps de retourner en chercher une autre dans la remorque !* » Ce que Bernard Legrand n'oublie jamais non plus d'emporter, c'est une pince et une scie, utiles sur les parcours où Handi-Rando est invité et qui réservent parfois quelques surprises. « *La pire de toutes, c'est les tourniquets. Là, toutes les joëlettes reposent sur leurs béquilles, on regroupe les accompagnateurs et on les fait passer l'une après l'autre à bout de bras.* » Quand on disait qu'avec une joëlette les PMR passent partout !

## POUR EN SAVOIR PLUS

---

### Contacts

#### **HANDI-RANDO**

Bernard Legrand, directeur exécutif

15 Nourí Cortil à 5020 Champion

Tél. : 081 21 11 45

bernard@handi-rando.com

www.handi-rando.com

## LA LECTURE DE CE CAHIER VOUS DONNE ENVIE DE RÉAGIR?

Labiso.be est un espace interactif. Sur le site Internet [www.labiso.be](http://www.labiso.be), vous trouverez un forum qui vous permettra de déposer vos impressions de lecture. Réactions à chaud ? Avis divergeant sur une idée défendue par cette expérience ? Projets semblables à mettre également en évidence ? Liens à faire avec l'actualité ? Témoignage ?

N'hésitez pas. Le micro vous est ouvert...

### **Le laboratoire des innovations sociales et de santé c'est :**

#### → ÉCRIRE POUR DÉCRIRE SON PROJET DANS L'ACTION SOCIALE ET LA SANTÉ

Présenter son action au-delà d'un rapport d'activités, d'un dossier de subvention ou d'une prise de parole publique, c'est une manière de se positionner autrement par rapport à l'extérieur, de décrire ses pratiques professionnelles sous un autre jour. C'est aussi s'extirper du quotidien et prendre le temps de la réflexion : qui est-on, que fait-on, quel sens a l'action ?

L'équipe de journalistes de Labiso propose cette démarche d'écriture voire même de co-écriture. Concrètement, en fonction des attentes et de la disponibilité des équipes, plusieurs scénarios peuvent naître de la rencontre avec un journaliste spécialisé. Rédaction par nos soins sur base d'entretiens et de documents, accompagnement dans l'écriture d'un membre de l'équipe

tenté par le travail, écriture à quatre, huit ou douze mains, mise en valeur de productions internes... Tout est possible.

#### → ÉDITER DANS UNE COLLECTION DE LIVRES NUMÉRIQUES

Avec Labiso, la démarche d'écriture se prolonge et se matérialise en une publication d'un livre numérique, partie d'une collection de « cahiers ». Ces petits bouquins, téléchargeables gratuitement sur Internet, peuvent être imprimés, lus à l'écran, compulsés à l'envi. La Toile offre l'avantage d'occuper un espace d'expression et de visibilité aux possibilités infinies. Les cahiers numériques sont recyclables sur n'importe quel site web et d'une formule plus souple que les éditions papier. Même si l'accès aux nouvelles technologies et à Internet n'est pas encore égal pour tous, investir cet espace d'expression c'est aussi être au plus près des nouvelles réalités sociales, des nouveaux besoins, des nouvelles formes de pauvreté

#### → ÉCHANGER POUR S'INSPIRER, DÉCLOISONNER, INNOVER

L'ambition est là : favoriser l'échange sur les pratiques et le décroisement entre professionnels, stimuler les démarches innovantes. Une fois sur la Toile, les effets des « cahiers » sont entre les mains des équipes et des lecteurs. Si les équipes ont trouvé intérêt à faire le point, ont modifié leurs pratiques ou déterminé un nouveau projet..., les lecteurs eux, peuvent faire des liens entre différents types d'interventions, s'interroger sur les modèles et, nous le souhaitons, s'interpeller les uns les autres. C'est en tout cas loin des codes de « bonnes pratiques », des grandes » messes institutionnelles, que Labiso propose le premier terme de l'échange.

→ **LABISO CELA PEUT AUSSI ÊTRE :**

Certains services, certaines associations ont fait le pari de l'Internet comme outil de visibilité, de travail en réseau, d'échanges sur les pratiques. Ils sont conscients des énormes possibilités que leur offre la Toile : devenir émetteur/producteur et non plus seulement consommateur/récepteur.

Le recours aux nouvelles technologies de la communication est conçu ici comme un outil au service du travail social et de ses travailleurs.

Si la démarche de Labiso montre des effets très positifs, elle est aussi de celles qui nécessitent une adaptation continue, un questionnement permanent, notamment du fait du support qui la sous-tend. Un support, l'Internet, dans lequel il est intéressant que les professionnels de terrain des secteurs de l'aide aux personnes investissent pour l'alimenter de contenus pertinents et mobilisateurs.

---

**CONTACTS LABISO :**

[labiso@texto.be](mailto:labiso@texto.be)

Tél. : 02 541 85 36

La collection est une initiative de l'asbl Texto en collaboration avec l'agence Alter où les tâches rédactionnelles sont coordonnées par Marinette Mormont. Ce cahier a été rédigé par Pascale Meunier. Il a été achevé le 16 juin 2013.

Crédits illustrations :  
Pascale Meunier et Handi-Rando.

# HANDI-RANDO

## La nature à la portée des PMR



Grâce à la joëlette et à de nombreux accompagnateurs bénévoles, Handi-Rando emmène les personnes à mobilité réduite au cœur des plus beaux sites naturels, là où d'ordinaire les roues des voiturettes ne passent pas...

UNE INITIATIVE DE



EN PARTENARIAT AVEC

**Agence Alter**  
■■■■■

**Labiso**  
LABORATOIRE DES INNOVATIONS SOCIALES ■