

REVE DE MOBILITE 3

En ANNIVIERS - EXPÉRIENCE INÉDITE

En compagnie de PILOU*, TARCIS ANÇAY*, des AÎNÉS et des JEUNES de nos villages ou d'ailleurs, valides ou non

* Premier brevet de parapente en fauteuil roulant
* Champion suisse de marathon



UNE BALADE EN ÉTAPES

Le matin à GRIMENTZ

UNE DÉMONSTRATION DE RAFROBALL

L'après-midi à VISSOIE

GRIMENTZ, local des pompiers
10h30 Balade en étapes sur la route des morasses (1)

VISSOIE, centre scolaire réfectoire et salle de gym

12h30 Espace à disposition pour pique-nique «canadien»

13h30 démonstration de «Rafroball»

15h15 Film Mont Fuji en parapente

15h45 Table ronde et clôture

(1) par groupe de 2 ou plus, à pied et à roue sans moteur: vélo, fauteuil roulant, trottinette, poussette, joëlette ...
Consignes et bulletin d'inscription au dos du flyer ou www.itineraire-sante.com
En cas de météo incertaine, tel 079 342 36 74

SUR LE THEME SANTÉ AUTONOMIE SOLIDARITÉ



Consignes pour la balade:

- Santé, Autonomie, Solidarité sont les 3 mots-clé de la journée.
- A concrétiser au travers d'une balade pour tous, quel que soit l'âge et la mobilité
- La balade est une boucle avec des étapes au choix
- Le départ et l'arrivée se situent, pour tous, au local des pompiers, Grimentz, Annivièrs
- Le parcours total de 2X 3kms 500 s'effectue sur la route des Morasses, (fermée à la circulation automobile) jusqu'à l'intersection Ayer-Grimentz-Zinal et retour
- Les équipes, de 2 personnes ou plus, sont invitées à mettre librement en pratique de façon ludique, les 3 mots-clé afin que chacun en retire du plaisir tout en respectant la sécurité
- Chaque groupe, mené par un « leader » qui effectuera le parcours total, choisit de laisser ses équipiers (un ou plusieurs), sur les points étapes (espace de repos aménagé), en fonction de leurs capacités et des aides dont elle dispose et de les reprendre au retour, avec le but d'arriver ensemble au point d'arrivée.

Les points étapes sont situés

1. A à 1km 250 du départ
2. B à 2kms 500 du départ
3. C à 3kms 500 du départ, point de retour

Un « label santé autonomie solidarité » est attribué, à l'issue de la table ronde, aux groupes qui prennent en compte la diversité d'âge et d'autonomie dans la composition de leur équipe : du nourrisson à la personne âgée immobilisée pour cause de santé, en passant par toute personne valide ou en situation de handicap

Bulletin d'inscription à envoyer pour le 10 juin au plus tard à Itinéraire Santé 3961 St-Jean ou mali@itineraire-sante.com :



Nom du groupe et total de l'âge des participants :

Nom, prénom, N° de téléphone, adresse e-mail du responsable de l'équipe :

Nom, prénom des participants, moyen de locomotion (à pied, en vélo, en fauteuil roulant, etc...)

P S : - Veuillez indiquer le nombre de fauteuils roulants dont votre groupe aurait besoin

- Les personnes seules sont invitées à se joindre à un groupe et à signaler si elles ont besoin ou non d'un moyen de locomotion jusqu'à Grimentz, en appelant Mali Wiget au 079 342 36 74