



CIRCUIT DE RANDONNEE PEDESTRE SANTE de NOGENT L'ARTAUD du 02 juin 2018



INFORMATIONS

L'Association ALZHEIMER SUD AISNE, en collaboration avec l'EHPAD CHATEAU DE LA SOURCE à NOGENT L'ARTAUD, met en place une manifestation appelée : **RANDONNEE PEDESTRE SANTE**. Celle-ci se déroulera le **samedi 02 juin 2018** et les communes traversées seront celles de **Nogent l'Artaud, de Saulchery, de Romeny, de Bonneil, d'Azy sur marne et de Chézy sur marne** sur quatorze kilomètres balisés (panneaux indicatifs : **FLECHE BLEUE** et marquage rouge : **RANDO SANTE**) de la rubalise avec deux ravitaillements (● cercle bleu sur la carte) : un 1^{er} ravitaillement aux 5 Kms à Romeny et un 2^{ème} ravitaillement aux 10 kms à Chézy sur Marne avec à cet emplacement un signaleur pour la traversée du CD.86.

Elle est ouverte à tous les randonneurs pédestres, licenciés ou non, individuels ou en groupe, qui souhaitent participer à une manifestation basée sur la convivialité. **Néanmoins, pour des raisons de sécurité, les enfants de moins de 14 ans ne seront pas acceptés.**

Le but principal de cette randonnée, est de faire « remettre le pied » à l'activité sportive seul ou en groupe, les personnes isolées depuis trop longtemps des autres mais également de l'effort physique. Il en est notamment des personnes appelées AIDANTS dont un proche est touché par la maladie d'Alzheimer ou l'une des maladies apparentées, qui, en raison de leur implication auprès de leur malade, se sont isolés ou ont dû renoncer aux loisirs personnels, notamment le sport. Il s'agit également de faire prendre conscience aux participants et à ceux qui les accompagnent, ce qu'est la maladie d'Alzheimer et tous les problèmes liés à cette maladie.

Cette manifestation n'est pas chronométrée, il n'y a ni dossard ni classement. Chacun marche à son rythme. Le rassemblement est prévu à 08h30 au Château de la Source 7 Rue Porteneuve à Nogent l'Artaud, pour prendre connaissance des dernières recommandations, avant un départ à 09H00. Vers 10 H00, un véhicule suivra l'itinéraire pour récupérer les matériels installés (fléchage) mais aussi les éventuelles personnes qui ne souhaiteraient pas poursuivre sur le circuit. Au retour, au Château de la Source à Nogent l'Artaud, une collation sera servie à tous les participants. Celles et ceux qui le souhaitent pourront prendre également le déjeuner sur place.

Pour la randonnée seule, une inscription de 5 Euros par personne est demandée, et pour rester prendre le déjeuner, 5 euros supplémentaires sont demandés soit au total 10 Euros. Il est nécessaire de réserver lors de l'inscription, car il n'y en aura pas le jour même pour des raisons de gestion. Cette somme sera intégralement reversée à ALZHEIMER SUD AISNE dans le cadre des actions que l'association mène en direction des malades et des aidants touchés par la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées.

Un fond de carte avec l'itinéraire sera remis avant le départ, ainsi que quelques recommandations à prendre en cas d'urgence.

Quelques rappels : La pratique de la randonnée pédestre ou d'une activité connexe par un individu ou un groupe engage la responsabilité (morale, civile, pénale) de ces derniers. L'Association dispose quant à elle d'une responsabilité civile qui couvre l'ensemble de la manifestation et tous les participants, néanmoins chacun doit disposer d'une responsabilité civile (dans l'assurance maison ou autre).

Les randonneurs seront amenés à emprunter partiellement des routes, ils sont donc tenus de respecter le code de la route (voir articles R412-34 à R412-43). S'il existe un accotement ou un trottoir, il doit être utilisé quel que soit le côté de la route où il se situe (R412-34 du code de la route).

Le port d'une chasuble réflectorisée est indispensable de même que celui de chaussures de marche. (les tongs ou autres espadrilles sont interdites).

TOUS UNIS AUTOUR DE LA MALADIE