



Edito



Fin de l'été

Cet été arrive à son terme. Son climat propice à la pratique de la randonnée nous a offert une belle saison.

Comme chaque année, nous constatons des changements très divers dans la teneur des activités. Participants, encadrants, destinations, matériel, sont autant de paramètres qui influent sur la perception que l'on se fait à l'issue d'une sortie.

Ainsi, Julien GURRERA a pris en main la section rando avec beaucoup d'entrain. Le matériel a été renouvelé dans une grande proportion, notamment en ce qui concerne l'équipement de camping. Les destinations s'élargissent chaque année vers des horizons jamais encore dévoilés aux randonneurs d'UMEN.

Parmi les participants, certains visages restent familiers mais de nouveaux prennent progressivement leurs marques. Beaucoup choisissent de revenir, parfois accompagnés, ainsi qu'en témoigne Jean-Jacques dans cette même newsletter. Cette diversité constitue la force du projet UMEN. Le renouveau est constant, mais les valeurs restent les mêmes, véhiculées par les anciens, comme une transmission spontanée.

J'en profite pour souhaiter une grande réussite aux sportifs français concourant aux Jeux Paralympiques qui se déroulent actuellement à Londres, et vous souhaiter à tous une très belle rentrée !

Nadine DJEMA
présidente d'UMEN

Les dernières activités

Handisport : Entre vallées d'Ossau, d'Aure et du Néouvielle.



Juillet 2012 : Randonnées avec Joëlettes
Notre 1ère semaine de randonneur juilletiste nous mène vers la vallée d'Ossau. Un séjour conclu en beauté par une montée et une nuitée au refuge d'Ayous où son coucher de soleil magnifique a ravi l'ensemble des participants. La deuxième semaine en comité plus réduit, s'est déroulée dans les vallées d'Aure et du Néouvielle, toujours dans une ambiance excellente.

Sport Adapté : de la Vallée d'Aspe au Bassin d'Arcachon



Des séjours d'été sous un beau soleil estival pour notre section Sport Adapté. Une première partie dans les montagnes de la vallée d'Aspe, à la rencontre du folklore local et des jolis sentiers de randonnée. Et une seconde semaine sur les côtes océaniques du Bassin d'Arcachon pour profiter et se détendre avant le retour sur Toulouse. Diverses découvertes ont agrémenté ces séjours : fabrication de pain, visite de parcs animaliers...

Rencontre avec un adhérent

Jean-Jacques habite en région toulousaine, il a découvert UMEN cette année



J'ai connu UMEN par l'intermédiaire du club d'escalade où je pratique : le TAG, à Tournefeuille (31).

Le TAG a proposé plusieurs sorties avec UMEN fin juin 2012 et j'ai choisi de participer au week-end transhumance dans la vallée de Bethmale. Au départ, malgré toutes les informations que l'on peut trouver sur le site d'UMEN c'est un peu l'inconnu, il faut en faire l'expérience pour avoir une représentation claire de ce qu'est cette aventure.

J'avais surtout peur de ne pas être à la hauteur physiquement. Pour cette première, j'ai pu vivre et découvrir les objectifs proposés par l'association. Ceux-ci m'ont plu. J'ai apprécié cet aspect humain associé au plaisir de la montagne et au goût de l'effort partagé. De fait, j'ai eu envie de revivre cette expérience avec mon épouse, et nous avons participé cet été au séjour dans la vallée d'Ossau.

Cette sortie était techniquement beaucoup plus difficile que la première mais nous avons été aussi emballés, les liens qui se tissent entre les gens sur une semaine sont humainement très enrichissants.

Je reviendrais assurément la saison prochaine avec beaucoup de plaisir. Et si je devais conseiller une personne qui hésite à tenter cette aventure, je lui dirais simplement de ne pas avoir peur. Au départ on s'imagine la prouesse physique beaucoup plus importante que ce qu'elle est réellement mais le collectif permet de compenser des fragilités physiques, et à l'issue d'un séjour, globalement, on a reçu beaucoup plus que ce que l'on a donné. L'expérience la plus importante, c'est le partage humain.

Jean-Jacques BORREGO



En remplacement d'un week-end 3000m repoussé à une saison ultérieure, nous sommes montés au sommet du Pic Fourcat.

Samedi : Le groupe est au complet, Jonathan et Benjamin sont installés à bord des Joëlettes et 9 pilotes se relaient au pilotage pour une journée de mise en jambes. La météo, clémente, nous a laissé monter tranquillement au travers du pla-du-boum jusqu'au point d'orgue de la journée: le magnifique point de vue sur MONTSEGUR et les gorges de la FRAU.

Un petit apéro et un repas copieux mais surtout très épicés, (merci Manu!) s'en sont suivis; remarquablement conclus par la découverte pour tous des fameuses bananes au four fourrées au chocolat !!!!

Dimanche : Départ dans un froid de canard pour l'ascension du pic Fourcat. Notre arrivée au sommet est quelque peu décevante, puisque la vue nous apparaît bouchée.

Nous pique-niquons au col de Scaramus, moment choisi par le soleil pour faire son apparition. Nous reprenons ensuite les sentiers, bien décidés à monter jusqu'au sommet de Scaramus, et nous ne le regretterons pas. C'est une vue à 360° sur toute la chaîne ariégeoise et le pic St-Barthélemy qui se présente à nous. La descente s'effectuera sous un soleil définitivement retrouvé. Ce sera l'occasion pour Jean et Pascal de la FFME de tester les sensations d'un passager Joëlette car Benjamin en pleine forme retourne au camion à pied ! Les au revoir se feront autour d'une bière partagée au Casino d'Ax-les-thermes....



INFOS RANDO : Pic Fourcat

Durée : 1 journée

Distance de marche totale : 8km

Dénivelé + : +600m

Dénivelé - : -300m

Nuitée : en gîte la veille à Comus

Les prochaines sorties



HANDISPORT

Les derniers roulements de Joëlettes

La saison 2011-2012 touche bientôt à sa fin. C'est dans un climat particulièrement favorable que cette saison s'est déroulée, épargnée par les pluies et les orages habituels de la montagne.

Quelques journées de randonnées restent au programme pour terminer la saison aussi bien qu'elle a commencée !

JOURNÉES DÉCOUVERTE

7 et 21 octobre 2012

Nous encadrons deux journées Joëlette dans le Parc de la Narbonnaise (11). Ces balades dureront environ 3 heures chacune, en matinée. Nous recherchons 3 pilotes bénévoles pour nous aider sur ces deux journées.

Voici un point sur les places restantes jusqu'à l'automne :

- Ariège : 8 septembre

* COMPLET

- Corse : 19 au 30 septembre

* 1 place de pilote

- Saint-Jacques : 29 oct. au 3 nov.

* 1 place de pilote

SPORT-ADAPTÉ

Le retour des week-ends !

Après les séjours de cet été, nous retrouvons nos traditionnels week-ends mensuels. Il reste quelques places pour compléter les groupes déjà constitués :

- 15 et 16 septembre : randonnées avec un âne à Saint-Cirq Lapopie : 2 places

- 13 et 14 octobre : Brâme du cerf : 2 places



Divers et vie de l'asso

LES SALONS



L'été rime aussi avec la saison des salons. Une belle occasion pour faire connaître UMEN et ses activités, pour rencontrer les adhérents et les responsables de l'association.

N'hésitez pas à venir à notre rencontre sur les divers salons ci-après désignés. Nous recherchons aussi des bénévoles pour nous aider à tenir les stands. Ainsi, si vous disposez de quelques heures à passer avec nous sur l'une ou l'autre de ces dates n'hésitez pas à nous le signaler.

VITALSPORT : Les 8 et 9 septembre 2012 au Décathlon d'Escalquens.

De nombreuses associations locales seront présentes pour présenter leur activité et proposer des initiations. C'est une bonne occasion pour découvrir les clubs et associations toulousain(es). Nous y tiendrons un stand et effectuerons des petites démonstrations d'utilisation de la Joëlette.

JOURNÉE HANDI-LOISIRS : 19 octobre 2012 de 14h à 18h à Compans Cafarelli.

Il s'agit d'une journée visant à fédérer tous les intervenants autour du "Handicap en Midi-Pyrénées" (intervenants médicaux, paramédicaux, monde associatif sportif et culturel, collectivités locales, grand public...). La journée sera conclue par un buffet apéritif de clôture avec animation musicale et fanfare. Nous y tiendrons un stand et présenterons une exposition de photographies ainsi que du matériel adapté.