

L'organisation de la 14^{ème} édition de Rando Pour Tous[®] Paladru est lancée !

Le comité **FFRandonnée Isère**, les comités **Handisport** et **Sport Adapté** de l'Isère, le pays Voironnais et les villages du Lac de Paladru organisent la **14^{ème} édition** de Rando Pour Tous[®] à Paladru.

Le mercredi 13 avril 2022 au Lac de Paladru (38850)

Cette randonnée est adaptée à tous les publics : randonneurs, familles, enfants, adolescents, adultes, personnes âgées, personnes en situation de handicap, personnes en rééducation, pour créer des liens, de véritables échanges, observer le milieu naturel et partager des connaissances.

Cette journée basée sur l'échange et la convivialité permet de créer des synergies entre participants et de surmonter les différences.

Elle se déroule en 2 temps : **une matinée dédiée aux randonnées adaptées** et communes à tous - 3 parcours de différents niveaux sont au programme (de 10h à 12h - circuits de 4.6 km à 8km avec ou sans dénivelé).

L'après-midi, **des animations seront proposées** par les différents partenaires (Fédération des Chasseurs de l'Isère, guide nature de [l'Espace Naturel Sensible du marais de Paladru](#), stand « Sport Santé » du département, élèves d'établissements scolaires,...).

Pour cette **14^{ème} édition** de Rando Pour Tous[®] à Paladru, **France Bleu Isère devient partenaire de l'évènement** aux côtés de la commune de Paladru et de Montferrat, et communiquera de manière régulière sur cet évènement au travers de ses différents programmes.

Renseignements :
Tél : 04 38 70 06 69
Email : isere@ffrandonnee.fr
Participation : 2 €

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Isère

Mercredi 13 avril 2022
Rassemblement sur la plage de Paladru
à partir de 9h30

Rando pour tous[®]
Villages du lac de Paladru

AGENCE NATIONALE DU SPORT isère PAYS VOIRONNAIS Fédération Française de l'Isère Handi Sport France Bleu Isère viasanté

HORAIRES

- ✚ 9h30 - 10h00 : Rassemblement sur la plage de Paladru
- ✚ 10h00 - 11h30 : Départ de toutes les boucles de randonnées
- ✚ 12h00 - 13h30 : Retour des participants et repas (tirés du sac)
- ✚ 14h00 - 16h00 : Nombreuses animations sur place

PROGRAMME

3 circuits de randonnées sont proposés

- **PETIT PARCOURS** : 4,6 km en aller/retour vers le marais puis jusqu'à la plage (62m dénivelé). *Accessible à tous : marcheurs tous niveaux, fauteuil manuel, fauteuil électrique, familles, poussette... Départs à heures fixes : 10h30 / 11h / 11h30.*
- **PARCOURS MOYEN** : 4,8 km (130m dénivelé) *Réservé aux joëlettes et marcheurs. Départs à heures fixes 10h15 / 10h45 / 11h15) et passage par la **cabane de chasse** mise à disposition par l'ACCA de Paladru.*
- **GRAND PARCOURS** : 8 km (240m dénivelé). *Réservé aux joëlettes et bons marcheurs. Départ unique à 10h00. Passage et ravitaillement à la **cabane de chasse** mise à disposition par l'ACCA de Paladru.*

L'ensemble des parcours peut être emprunté en joëlette.

DE NOMBREUSES ANIMATIONS : tout au long de la journée !

Sur les circuits :

- animateurs-guides nature autour de l'espace naturel du marais
- Musiques
- Cabane de chasse : observation depuis le mirador, exposition d'animaux
- Rando avec les lamas (*à confirmer*)

Sur le site :

- Stand « Sport Santé » du Département de l'Isère.
- Jeux collectifs (Boccia-pétanque, Mölkky, ...) et artistiques animés par les lycéens.

ÉLÉMENTS DE LANGAGE :

Pour marcher, il suffit de « mettre un pied devant l'autre et de recommencer » dit la chanson. Dans la pratique, ce n'est **pas toujours aussi simple**. En raison de leurs **crain**tes, de leur **santé** ou de leurs **handicaps**, nombre d'hommes et de femmes restent sur le bord du chemin. Le comité FFRandonnée Isère, conscient de sa **mission sociale**, s'est engagé à promouvoir sa passion de la randonnée en soutenant de nombreuses actions pour rendre la randonnée **accessible à tous les publics** dans un souci d'intégration.

En 2006, sa fête de la randonnée traditionnelle a cédé la place à la « **Rando pour Tous®** ». Un nouveau concept placé sous le signe de **l'accessibilité de la randonnée** à ceux qui ne pratiquent pas pour des raisons **physiques, économiques ou sociales**. Partout en France, des initiatives fleurissent.

Les sentiers accueillent malvoyants, jeunes en difficulté, handicapés moteur, handicapés psychiques, pensionnaires de maisons de retraite, etc. **Valides et moins valides cheminent côte à côte**, partageant des moments forts.

Les publics en difficulté concernés :

- **Rando Santé®** : les **sédentaires**, les personnes **isolées**, les porteurs de **pathologies diverses** (troubles cardiaques, obésité, diabète, dépression).
- **Rando Handicap** : les personnes en situation de handicap physique (personnes à **mobilité réduite, non-voyants** ou **malvoyants, sourds** ou **malentendants**), les personnes en situation de **handicap mental et physique**.
- **Rando Solidaire** : les personnes en situation **d'exclusion, marginalisées** et **défavorisées** (jeunes en difficulté ou issus de quartiers sensibles, familles défavorisées, personnes à faibles revenus, personnes âgées isolées).

« Rando Pour Tous® Paladru » en quelques mots

Rando Pour Tous® Paladru, c'est un évènement convivial qui s'adresse à tous : personnes valides ou en situation de handicap. C'est une journée d'échanges et de partage autour de randonnées ponctuées d'animations sur le magnifique site du Lac de Paladru. Nous vous attendons nombreux, au bord du « lac bleu », pour nous accompagner dans ce moment exceptionnel de partage et de convivialité.

CONTACTS :

Pour les randonneurs et les individuels :

Comité FFRandonnée Isère / 04 38 70 06 69 - 07 61 76 62 36 / jsorbier@ffrandonnee.fr

Pour les établissements spécialisés :

Comité Départemental Sport Adapté / 04 76 26 63 82 - 06 33 54 79 55 / gaelle.cdsa38@gmail.com
 Comité Départemental Handisport / 04 38 02 00 41 - 06 32 50 92 87 / cd38@handisport.org