



Groupe Sportif des Handicapés de la Vue

Case postale 725 – 1001 Lausanne
CCP 10 - 23949-0

RAPPORT D'ACTIVITES 2012

L'année 2012 a été pour notre groupe une année remplie de nouvelles expériences. En parcourant ces lignes, vous pourrez en juger par vous-même.

Nous comptons actuellement 129 membres. Dans le cadre de nos activités nous avons en moyenne 12 membres handicapés de la vue et une bonne vingtaine de guides qui nous accompagnent et nous aident tout au long de nos activités.

Carnet gris

Pierre Loup membre depuis la fondation du GSHV en 1985, nous a quittés le 12 juillet à l'âge de 93 ans pour rejoindre sa dernière demeure.

AVIRON

Le Lausanne Sports Aviron partage sa passion avec le Groupe Sportif des Handicapés de la Vue pour notre plus grand plaisir.

Si cette expérience a pu avoir lieu, c'est grâce à Béatrice Jaquier et Arnaud Bertsch, initiateurs du projet au sein du comité et voulant nous faire partager le plaisir du lac, du sport et de la vie du club.

Entre mai et octobre nous nous sommes rendus le mercredi soir de 17h30 à 19h30 au local à Vidy.

C'est dans une excellente ambiance, encadrés par des monitrices et moniteurs sympathiques que nous avons découvert les lieux et le maniement des ergots et surtout comment ramer, en principe en cadence, et là, cela n'a pas été une mince affaire.

Mais avec un peu de patience de part et d'autre, et à force de persévérance petit à petit nous avons fait des progrès.

Si le lac ne nous permet pas de sortir, il y a toujours les ergots pour parfaire la souplesse et la technique.

Un grand merci au LS Aviron à ses encadrants qui nous ont permis de découvrir ce sport merveilleux.

Si cela vous tente, venez faire un tour sur l'eau avec nous.

COURS DE CONDUITE

Samedi 27 octobre

Un cours de conduite, un pari un peu fou mis sur pied par Messieurs Gérard Muller et Stéphane Laub, Directeurs associés au Centre de Formation Routière à Savigny et toujours prêts à relever un nouveau défi.

Après les présentations de part et d'autre, nous nous sommes répartis par deux dans les voitures. Le moniteur nous donne quelques explications sur comment changer les vitesses et à quoi servent les pédales, puis nous nous élançons sur le circuit en ovale avec un petit et grand virage. Cela ne va pas trop vite au début. Il faut coordonner les mouvements, mais chemin faisant nous prenons de l'assurance et nous avons même réussi à passer la troisième ; un vrai bonheur.

A la fin du cours, la joie se lisait sur les visages des participants. Un immense merci à nos moniteurs qui, avec leur patience et surtout leur réflexe, nous ont permis de rouler sans encombre sur cette piste détremée.

Un grand bravo aux responsables du centre.

RANDONNEES RAQUETTES

Janvier

La Givrine - Cabane des Carroz. La neige et le soleil sont au rendez-vous, pour notre première rando.

Février

Week-end raquettes dans la région des Mosses. Samedi ciel bleu, pique-nique à la ferme de la famille Ginier, assis sur des bottes de paille. Dimanche changement de décor. Montée au chalet du Mt-Chevreuil sous le brouillard et descente raide dans la poudreuse plus de 50 cm, un vrai régal pour certain et calvaire pour d'autres!

RANDONNEES PEDESTRE

Mars

Le coup d'envoi de la saison de marche est donné. La Sarraz, les Gorges du Nozon, Croy où nous prenons notre repas au restaurant une tradition ce qui nous a permis de fêter les 80 printemps de Ellen dit "Mémé" avec un gigantesque mille-feuilles.

Avril

En Gruyère, de Bulle au Pâquier en passant par la Chapelle des Marches entre les petites fleurs qui pointent le bout du nez, c'est vraiment le printemps.

Mai

La course prévue initialement a été abandonnée, "sentier raviné, chute d'arbres", pour des raisons de sécurité, remplacée par St.-Cergue La Fruitière en boucle.

Juin

Re-bellotte, la tempête de foehn qui a sévi en Valais nous a rendu les sentiers impraticables. Mais nos responsables de course ont plus d'un tour dans leur sac! L'Isle Mollendruz à travers forêts et pâturages sans oublier les petites gentianes.

Juillet

Le Mont de l'Arpille du Feyllet Col de La Forclaz endroit superbe par beau temps, nous avons pu, au sommet, entre les va et vient du brouillard, admirer entre les montagnes et la plaine du Rhône.

Août

Week-end en Valais, de la Breyat à la cabane Trient en passant devant la cabane d'Orny à 2826 m. La montée fut longue, sentier difficile "pierriers, marches, couloir à escalader" sans oublier la fatigue qui se faisait sentir. Le lendemain la descente, pas moins facile mais après toutes ces difficultés passées sans encombre, une bonne bière et les excellents souvenirs...!

Septembre

La Brévine Môtier par la Vy aux moines entre boue et flaques d'eau. Après le pique-nique, une surprise nous attendait. En passant devant la ferme de la sœur de Jean-Pierre un café nous fut servi, ce qui a réchauffé les plus frileux d'entre nous.

Octobre

Moreillon - Chenaux par la Tour de Gourze pour notre traditionnelle broche familiale.

C'est la première fois que nous faisons une première sortie hivernale, la neige nous accompagne jusqu'à la Tour de Gourze, le vent souffle et nous cingle le visage. Même le lac de Bret est méconnaissable tellement il est chahuté.

Un grand merci à la famille Fischer, vigneron, qui nous a mis son caveau à disposition tout en nous faisant déguster le vin de la propriété.

Novembre

Week-end de clôture dans le Jura au chalet Les Emibois organisé par nos amis jurassiens.

Départ de Lausanne avec plus de 20 minutes de retard, ce qui ne nous a pas dérangés au vu des conditions météo. Après 2h30 de marche sous une pluie battante nous arrivons au chalet où une soupe chaude nous permet de nous requinquer. L'après-midi nous refaisons une petite balade en direction de l'arrête des Somètres où nous avons pu admirer la vallée et le Doubs.

Réchauffés et séchés nous passons à la partie détente, lecture des résumés de course qui nous permet de nous remémorer les bons moments passés ensemble, et de préparer le programme de l'année suivante.

Après le repas, René nous a passé un diaporama de notre trek au Maroc.

Dimanche la pluie légère nous accompagne pendant deux bonnes heures en passant par l'étang de Gruère ; même sous la pluie il est splendide. Une participante me disait "qu'est-ce qu'on nous fait pas faire au GSHV et en plus on marche...".

Décembre - Janvier

Pour fêter la St-Sylvestre, nous nous sommes rendus à la Forclaz VD au chalet appelé le « Vieux Collège ». C'est dans une chaleureuse ambiance que nous avons franchi le cap de la nouvelle année, en dansant et jouant au loto. Après une très courte nuit, nous sommes partis faire nos premiers pas de l'an nouveau.

TANDEM

Si cette activité vous tente de faire du vélo tandem, n'hésitez plus et prenez contact sans tarder avec nous. Dans la mesure du possible nous essayons d'adapter les distances aux personnes présentes.

Cette saison nous avons fait 4 sorties tandem le samedi après-midi, de 32 kms environ, avec cinq participants. Armande est venue de Sion pour participer avec nous à deux sorties, bravo! Faites comme elle, venez avec nous...

Week-end "La Victoriennne" du 11 au 13 mai au bord du lac de Chalain.

Pour cette deuxième édition, nous avons décidé de raccourcir le trajet en faisant la première partie en bus jusqu'à Mouthe et de poursuivre en tandem jusqu'à Doussier, soit environ 70 kms.

Samedi départ 8h30 pour une balade autour du lac de Chalain en 90 kms et 950 m. de dénivelé.

Après la douche, le réconfort : apéritif sur la terrasse en admirant le lac et le couché de soleil.

Dimanche, nous changeons pour un petit moment de lac en faisant le tour du Lac de Vouglan en 50 kms et 470 m. de dénivelé. Le parcours est agréable et surtout il y a très peu de voitures pour le plus grand bonheur des tandémistes.

Un grand merci à l'Association Valentin Häüy du Jura pour cette superbe organisation.

Week-end Franco-Suisse du 7 au 9 septembre dans le Jura Neuchâtelois.

Pour la 29e édition nous nous sommes rendus aux Verrières ou nous étions logés à la Fondation Sully Lambelet.

Samedi matin la température est de 9° au départ mais pas pour longtemps la première côte est déjà là et le soleil nous a vite réchauffés. Le parcours est plaisant au milieu des sapins un paysage typiquement jurassien et en 50 kms nous voici arrivés au Locle où nous faisons une halte pour le pique-nique. Bien requinqués, comme Le Locle est dans un trou, les gros bras n'ont pas remarqué que cela montait pour rejoindre la vallée de La Brévine. Après 90 kms nous voici à notre point de départ.

Les organisateurs, avaient tout prévu : apéritif devant la maison, repas gastro et musique, un bon moment de détente.

Dimanche 50 kms sont au programme : la première partie est faite pour les descendeurs pour rejoindre Boveresse dans le Val-de-Travers où une surprise nous attend, dégustation d'absinthe avec les explications du maître des lieux. Puis un petit parcours le long de l'Areuse avant de refaire la montée pour rejoindre Les Verrières.

Un grand bravo aux organisateurs qui ont conduit cette Franco-Suisse comme des pros... Nous attendons la suivante avec impatience!!!

TANDEM DE PISTE

Un tandem de piste est à votre disposition au Centre Mondial du Cyclisme à Aigle. Si vous avez envie de rouler sur cette magnifique piste, pour qu'un de nos membres ne se sente plus seul, n'hésitez pas, prenez contact avec nous.

TORBALL

Le torball est une discipline qui se pratique en salle de gym et par équipe.

Un grand merci à Stéphanie Conti qui entraîne l'équipe le jeudi soir de 17h30 à 19h30 au Centre Pédagogique pour Handicapés de la Vue à Lausanne (CPHV).

L'équipe de Lausanne a participé à plusieurs tournois :

- Championnat Suisse, 1er tour du 24 mars 2012 à Bad Ragaz. 4^{ème} place.

- Championnat Suisse, tour final du 5 mai 2012 à Amriswil. 4^{ème} place.
- Tournoi international, du 2 juin 2012 à Karlsruhe en Allemagne. 5^{ème} place.

Félicitations à toute l'équipe pour ses excellents résultats.

Pour que cette discipline perdure, nous avons besoin de nouvelle force, motivée ayant envie de s'investir au sein d'une équipe et de venir régulièrement aux entraînements.

VOYAGE AU MAROC

29 mai au 9 juin

14 personnes ont pris part au trek dans le haut atlas. Le programme de marche que l'on nous avait proposé était bien corsé, 5 à 6 heures d'efforts avec de jolis dénivelés.

Le paysage est plein de contrastes - beaucoup de cailloux, beaucoup de poussière, des genêts pour colorer le tableau, de très vieux thuyas aussi des forêts de noyers, quelques taches de neige sur les hauteurs, des sommets à perte de vue, des chemins étroits où, souvent, les caravanes se croisent.

Le jour du Toubkal, le sommet, on a marché environ 9 heures effectives. Depuis le refuge situé à 3'200 m. d'altitude, nous devons traverser une rivière à gai à peine partis !! La première difficulté sérieuse. Ensuite beaucoup de caillasse puis le chemin semble invisible sur quelques centaines de mètres. Pas évident pour tous!

Enfin, le soleil se lève bien après nous. Les sommets s'embrasent, il fait grand beau. Après plus de trois heures de marche on aperçoit le sommet. Nous avons encore plus d'une heure de marche, on progresse lentement, Abdullah donne le rythme, un rythme lent qui nous permet de respirer aisément. A plus de 4'000 m. de petites fleurs blanches nous accueillent. Magnifique, nous sommes comblés. Nous arrivons tous groupés au sommet à 4'167 m.

Roland pleure de joie et on le comprend. Nous sommes tous émus.

Puis, il faut penser à redescendre. Tout ça va être long et fatigant, beaucoup de dalles avec des cailloux dessus... on n'aime pas du tout. Heureusement, nous avons mis les gants pour protéger nos mains, ce n'était pas de trop!! L'arrivée au Refuge du Toubkal est aussi une nouvelle victoire!

Merci Roland, Abdullah, nos amis muletiers et à tous nos guides pour ce magnifique trek.

CONCLUSION

En parcourant ces lignes vous avez constaté que nos activités se portent à merveille et c'est en grande partie grâce à vous qui participez à nos activités.

Un grand merci à nos guides qui nous font vivre nos balades, qu'elles soient à pied en tandem ou sur l'eau.

Un merci tout particulier à nos chefs de course qui préparent nos sorties pour que nous puissions les parcourir dans de bonnes conditions, ainsi que toutes les personnes qui nous aident tout au long de l'année pour que toutes nos activités soient une vraie réussite.

Avant de terminer ce rapport, j'aimerais remercier tous les membres du comité pour leur précieuse collaboration, sans oublier toutes les personnes qui ont représenté notre groupe dans diverses organisations.

MERCI A TOUS.

Pierre Kehrer
Président

Lausanne 4 janvier 2013