



BALAD'ÂGE: « Ensemble on va plus loin »

CHARTRE DE FONCTIONNEMENT

Préambule

Ce projet issu des rencontres de démocratie participative et du groupe de travail sur les activités adaptées aux seniors est placé sous l'égide du CCAS.

Après 6 saisons de fonctionnement, la demande des participant.e.s a évolué. Nous proposons en alternance chaque mardi de septembre à juin :

Balad'âge

- ✓ Une marche de 2 à 3 heures, facile d'environ 8km, d'un maximum de 400m de dénivelé et d'un indice d'effort inférieur à 50 / 100.

Balad'âge Doux

- ✓ Une marche de 1h30 à 2 heures, facile d'environ 5km, d'un maximum de 150m de dénivelé et d'un indice d'effort inférieur à 50 / 100.

Fonctionnement

- ✓ Le programme est établi au trimestre.
- ✓ Les caractéristiques des sorties sont envoyées aux participants en début de trimestre.
- ✓ La centralisation de l'activité est assurée par Michelle LAMBERT, bénévole CCAS.
- ✓ 2 personnes veulent bien prendre la responsabilité de l'animation :
M. Lambert / E. Tonoli
- ✓ Le rassemblement est toujours place du maréchal-ferrant:
Balad'âge: 13h15 pour un départ à 13h30.
Balad'âge Doux: 13h45 pour un départ à 14h.
- ✓ Les trajets vers le départ de la marche se font en covoiturage. Le conducteur est défrayé.
- ✓ La sortie peut être annulée en cas de mauvais temps.

- ✓ L'action étant rattachée au CCAS, participants et animateurs sont couverts en termes de responsabilité civile.

Engagements des participants

Les participants s'engagent à:

- ✓ Fournir leurs coordonnées au CCAS.
- ✓ Avoir une condition physique permettant de réaliser la totalité du circuit proposé et choisi.
- ✓ Disposer d'un équipement adapté : petit sac à dos, chaussures avec des semelles antidérapantes, des bâtons de marche, de quoi s'hydrater, des vêtements pour se protéger du froid ou du soleil.
- ✓ Porter sur eux papiers d'identité, carte de sécurité sociale et un double de l'ordonnance du traitement en cours.
- ✓ Consacrer à la sortie le temps nécessaire et prévu par le programme.
- ✓ Participer financièrement aux frais de covoiturage à raison de 0,20 centime du km et éventuellement aux frais engagés par la reconnaissance des circuits.
- ✓ A respecter les lieux naturels:
 - o Suivre la trace des sentiers
 - o Emporter ses déchets
 - o Ne pas déranger les animaux ni leur donner à manger.
 - o Refermer les clôtures.

Pour varier les lieux de promenade, toute personne qui le souhaite peut proposer une balade. Elle sera tracée et reconnue avec un animateur avant d'être proposée.