



AMBERANDO INFOS

La lettre d'information d'Amberando – N°3 – 18 juillet 2022

SOMMAIRE :

- *Agenda*
- *Nature en Fête - Samedi 8 octobre 2022*
- *Sorties avec Asalée*
- *Asalée – Partenariat*
- *Séjour à Madère*
- *Label Rando-Santé*
- *Cyclo Les Copains*
- *Subventions des collectivités*
- *Assemblée Générale*
- *Qu'est que le FDVA ?*
- *Séjour dans les Calanques de Marseille à Cassis*
- *Plan sportif Fédéral*
- *Prochain séjour : Saint Gilles-Croix-de-Vie*

AGENDA

Dimanche 24 juillet : **Randonnée Gourmande** de Fayet-Ronaye

Dimanche 21 août- vendredi 26 août : **Séjour à Saint-Gilles-Croix-de-Vie** (Vendée)

Dimanche 4 septembre- dimanche 11 septembre : **Séjour en Aragon** (Pyrénées espagnoles)

Samedi 10 septembre : **Focus des associations** (jardin public – Ambert)

Dimanche 25 septembre : **Virade du Pays d'Arlanc**

Samedi 8 octobre : « **La Nature en Fête** » animation organisée par Amberando dans le parc des Mélèzes à Job

Puis suivra « **Octobre Rose** »

Vendredi 18 novembre : **Assemblée Générale d'Amberando** à la salle polyvalente de Marsac

Nature en Fête
Samedi 8 octobre

Amberando organise le samedi 8 octobre une journée d'animation ouverte à tous les publics et gratuite à Job dans le Parc des Mélèzes où se trouve désormais la nouvelle salle des fêtes de la commune.



Cette journée est à l'initiative de la commission culture-nature-environnement d'Amberando.

Deux randonnées, ouvertes à tous et gratuites, seront proposées le matin : une rando allure modérée et une rando santé, à partir du Parc des Mélèzes.

La matinée s'achèvera par un verre de l'amitié offert par Amberando, avec une animation musicale.

A midi chacun pourra se restaurer soit avec « la Popote en Vadrouille* » et les glaces « Pis'Lait* », soit par un pique-nique « tiré du sac » pris dans le parc, sur des tables mises à disposition pour les participants.

Quelques producteurs locaux seront présents, les contacts sont en cours.

Dans la salle des fêtes, vous découvrirez « les talents cachés » de nombreux adhérents d'Amberando : exposition de photos de nature et diaporama, exposition d'aquarelles, bâtons sculptés, réalisation de nichoirs, tourneurs sur bois, dentellières.

Peut-être avez-vous des « talents » que nous ne connaissons pas ?

N'hésitez pas à le faire savoir aux organisateurs de la journée.

Bien sûr la pratique de la randonnée ne sera pas oubliée grâce à des ateliers concernant l'utilisation d'une boussole, la lecture d'une carte et l'utilisation d'un GPS.

Le site d'Amberando sera présenté avec les différents types de randonnées organisées chaque semaine.

Ceux qui le souhaitent pourront s'initier à la marche nordique (les bâtons de marche nordique seront prêtés).



L'association « Semer en Territoires » animera des ateliers début septembre avec des adhérents Amberando. Ces activités seront restituées par Etienne Russias, le président de cette association.

Nous aurons également la participation de la communauté de commune Ambert-Livradois-Forez :

. Christel Gay interviendra sur le patrimoine de notre territoire

. Le service déchets sera présent

La LPO (ligue de protection des oiseaux) a également été sollicitée.

Cette animation sera annoncée par des affiches déposées chez les commerçants, par des flyers distribués dans les rues d'Ambert et par voie de presse.

Parlez-en à toutes vos connaissances

Chacun des participants trouvera un centre d'intérêt lors de cette journée

*« La Popote en Vadrouille » est une cuisine itinérante où Karine Brugneaux concocte ses recettes. Elle est présente chaque jeudi à Ambert près de la mairie.

* Les « Glaces Pis'Lait », glaces artisanales, sont fabriquées par le GAEC des Beucerons à Conches sur la commune de Bertignat.



Sorties avec ASALEE



En mai et juin deux sorties ont été organisées dans le cadre du partenariat avec Asalée

Au mois de mai

Visite commentée, très intéressante, du musée de la Dentelle puis explications et démonstrations par 3 dentellières (dont 2 patientes Asalée). L'après-midi s'est terminée à Loumas près du plan d'eau où, après une promenade jusqu'au pont de Capartel, un goûter fait maison a réuni les 21 participants et clôturé ce bel après-midi ensoleillé.

Au mois de juin



Une journée entière à Saint Amant-Roche-Savine où la promenade avait lieu le matin. Après un pique-nique convivial chez Huguette et Robert, les participants à cette journée se sont dirigés vers la Ressourcerie où ils ont été accueillis par le responsable du site. Cette sortie a permis à quelques participants de faire de achats intéressants

ASALEE - Partenariat

Amberando a signé une convention de partenariat avec Asalée au niveau national. C'est une première entre un club de randonnée et l'organisme qui emploie les professionnels libéraux de santé sous l'égide de l'ARS (Agences régionales de santé). Cette convention annuelle renouvelable automatiquement, nous permet de percevoir une aide financière de 1.500 € destinée à l'action de soutien bénévole que nous avons entrepris dans le domaine du sport / santé. C'est une reconnaissance de notre travail par l'assurance maladie.

Nous souhaitons que cette action novatrice puisse se démultiplier au niveau national entre les adhérents de la Fédération de randonnée et Asalée.

Cette aide vient compléter les aides déjà reçues de la part du **Lions Club**, de la Fondation **Omerin** et de l'association **Coup de Main**. Ces sommes sont gérées dans un budget à part au sein de notre comptabilité.

Séjour à Madère du 1^o au 15 juin

Les 21 participants du séjour à Madère sont revenus ravis de leur voyage

La gestion de l'hébergement et des déplacements sur place a été confiée à la Balaguère, et tout s'est déroulé comme prévu.

Pas de problèmes non plus pour le voyage en avion : JP Celeyron s'était chargé des réservations. Et pour régler les petits détails quotidiens, nous avons très souvent sollicité les compétences linguistiques de Dina Protière.

Les paysages étaient magnifiques, et les randos très belles, alternant mer, montagne et *levada**. Le niveau était parfois assez difficile : longueur, dénivelés importants, nombreux escaliers quelquefois glissants, passages parfois impressionnants.

La météo était avec nous avec des températures douces, autour de 20°.

Bien sûr il y a eu quelques petites chutes, mais rien de grave. Un ou deux jours de repos ont permis aux blessés de reprendre la marche.

L'ambiance du groupe a été excellente, les ressources gastronomiques de Madère aidant.

Jean-Paul Collard (extraits)

*levada : canal d'irrigation (chaque levada est longé par un chemin pour permettre son entretien)



Nota : Voir également les photos d'Éric Tamet sur le site Amberando



LABEL RANDO SANTE



LABEL SANTÉ FFRANDONNÉE

Ce label est attribué à

AMBERANDO

Option Randonnée



BRIGITTE SOLARY
PRÉSIDENTE DE LA FFRANDONNÉE

CATHERINE KABANI
PRÉSIDENTE
DE LA COMMISSION MÉDICALE

SAISON SPORTIVE 2021-2022

Le 3 mai dernier le CA d'Amberando publiait le communiqué suivant :

“ Notre club Amberando, vient de recevoir le nouveau label santé de la Fédération Française de Randonnée. A travers son plan fédéral, la FFRP affirme un positionnement fort dans le domaine du bien-être et de la santé. Aujourd’hui, toutes les études scientifiques s’accordent sur le fait qu’une activité physique régulière et d’intensité modérée, telle que la marche, apporte de nombreux bénéfices pour la santé.

Cette labélisation valorise le bénévolat des animatrices et animateurs formés santé qui encadrent les rando santé du lundi, l’action avec Asalée du mardi et les promenades santé du jeudi.

Nous sommes heureux de partager cette information avec tous nos amis randonneurs.”

Le Conseil d’Administration d’Amberando

Cette labélisation repose sur un cahier des charges précis, en particulier sur la formation des animateurs de rando santé. Vous pouvez consulter ce cahier des charges en collant ce lien dans votre navigateur de recherche :

<https://www.ffrandonnee.fr/Media/Default/Documents/disciplines/sant%C3%A9/Cahier-des-charges-Rando-Sante.pdf>

Communication Interne

Nous utilisons la messagerie groupée Asso Connect pour vous envoyer des messages sur vos boîtes mail. Les messages sont envoyés au nom d'Amberando, ils sont sécurisés et ne doivent pas aller en spam.

Vous pouvez ouvrir ces messages en toute confiance et télécharger les pièces jointes qui vous sont proposées.

Cyclo Les Copains 2 et 3 juillet

40 adhérents d'Amberando ont participé à « la Cyclosportive Les Copains »

Deux parcours de randonnées, entièrement gérés par Amberando ont été proposés aux accompagnateurs des cyclistes.

Ces deux randonnées sont annoncées sur le site de la cyclo (onglet accompagnateur) et un lien permet d'accéder au site d'Amberando (défini comme association amie).

La randonnée de 10 km a rassemblé 81 participants, celle de 16 km, 36 participants.

La participation des bénévoles ne s'est pas limitée à l'organisation des randos. Ils ont été présents pour l'aide au montage des stands, les inscriptions, le service des repas, la distribution des cadeaux, le parc à vélos, le filtrage des véhicules pour l'accès au site.



Subventions des collectivités

Comme chaque année, nous avons déposé des demandes de subventions auprès des collectivités locales de proximité.

Nous avons obtenu 290 € de la Communauté de communes, somme identique à 2021, mais la collectivité nous a annoncé que nous ne serons plus éligibles en 2023, l'activité sport/santé n'entre plus dans les critères d'attribution.

La commune d'Ambert nous a attribué une aide de 500 € contre 650 € en 2021 ; nous n'avons pas eu d'explication pour cette diminution de 23 %.

Assemblée générale d'Amberando
Vendredi 18 novembre 2022

Notre assemblée générale se tiendra le vendredi 18 novembre à 18h à la salle des fêtes de Marsac en Livradois.

Cette réunion reste un temps fort de notre association. Chaque année nous surprenons nos invités par la grande fréquentation à l'AG.

Cette année, encore pensons à nous mobiliser pour partager, échanger et développer la vitalité de notre club de randonnée qui à ce jour rassemble **230 adhérents**.

[Retenez déjà cette date sur votre agenda](#)

L'assemblée générale sera suivie d'un apéritif-dinatoire offert par Amberando.

Une animation musicale est recherchée pour clore la soirée.

Le FDVA !

C'est quoi ?

C'est « le Fonds de développement de la vie associative »

Les associations sont un lieu privilégié d'engagement citoyen et contribuent à la cohésion de la société.

Faire vivre un projet associatif dans la durée, porter une nouvelle activité, consolider la structuration du secteur associatif dans le territoire, former les bénévoles permet de construire avec les associations une dynamique de développement qui promeut la vie associative locale et nationale.

Conscient de cet enjeu, les pouvoirs publics mettent en œuvre une politique destinée à soutenir le fonctionnement des associations de tous les secteurs et à accompagner leurs projets innovants à impact notable pour le territoire et qui contribuent à la consolidation du secteur associatif.

Le **Fonds pour le développement de la vie associative (FDVA)** a été créé par décret le 30 décembre 2011. Il remplaçait les dispositifs de soutien aux associations existants.

Depuis 2018, le FDVA est renforcé dans son rôle de soutien au développement de la vie associative. En plus du volet "Formation des bénévoles", ce fonds de l'état finance également le fonctionnement ou les **projets innovants des associations**



Notre projet et notre demande :

Intitulé : Comment une association de randonnée dans son projet associatif peut introduire et mettre en œuvre une démarche citoyenne d'ouverture mêlant : curiosité et respect autour de l'environnement.

Objectif : Ouvrir notre association aux notions d'environnement, d'écologie et de culture. Coconstruire des partenariats associatifs et communautaires sur ces thèmes.

Tout notre dossier a été bâti et développé autour de ces notions. Nous avons été retenus en 2020 et 2021. Cette année le FDVA nous a attribué une somme de 5000 € qui nous permettra de développer **la formation** et de mettre en place différentes actions en ayant toujours à l'esprit **l'intérêt de nos adhérents**.

Séjour dans les calanques de Marseille à Cassis du 2 au 9 avril



6 avril – Calanque de Sormiou

Des températures agréables pour la randonnée.

Une ambiance des plus sympathique, un groupe homogène et soudé.

Des repas équilibrés et une bouillabaisse des plus selects dans un cadre authentique.

Des randonnées techniques avec des dénivelés entre 500 et 750m.

Des paysages magiques et des vues à couper le souffle.

Par Jean Marie Michel (extraits)

Plan Sportif Fédéral

C'est un dispositif de financement proposé par l'agence nationale du sport, destiné aux associations affiliées à la Fédération Française de Randonnée.

Les actions éligibles se déclinent de la façon suivante :

- Créer et diversifier l'offre de marche et de randonnée.
- Promouvoir et développer le sport/santé
- Développement de l'Éthique et de la citoyenneté.

Ces trois axes sont en accord total avec les valeurs et les objectifs de notre club. L'équipe administrative autour de Marie Noelle a constitué et déposé un dossier. Affaire à suivre.

Prochain séjour : Saint-Gilles-Croix-de-Vie



Le prochain séjour Amberando aura lieu du dimanche 21 août au vendredi 26 août à Saint-Gilles-Croix-de-Vie.

C'est un séjour mixte Randos-Santé® et randos allure modérée.

