

Journée de la randonnée... 20 ans déjà !

Dimanche 13 septembre 2009

Saint-Nicolas-de-la-Haie

C'est l'anniversaire de la Journée de la Randonnée ! Elle se déroulera le **dimanche 13 septembre**, au départ de la **commune de Saint-Nicolas-de-la-Haie**, au cœur de paysages vallonnés et arborés, entre Vallée de Seine et Pays de Caux. Cela fait 20 ans que cet évènement se déroule tous les ans, le deuxième dimanche de septembre, dans une des 74 communes du Parc. Un succès grandissant au cours de ces 20 années qui est le fruit d'un travail commun entre le Parc naturel régional, les nombreuses associations de la région, les Fédérations de randonnées toutes disciplines confondues, pour proposer des randonnées originales, de tous types, et accessibles pour tous, y compris les personnes handicapées. **Environ 2000 personnes participent chaque année.**

Cette journée est une invitation à la découverte des paysages, de la nature et du patrimoine culturel. Les organisateurs ont prévu pour vous des randonnées encadrées et un fléchage pour celles qui ne le sont pas. Deux rendez-vous sont proposés : le matin et en début d'après-midi. Toutes les formes de randonnées possibles et imaginables, sur terre et sur l'eau sont à votre disposition : à pied, à cheval, en attelage, à vélo, à VTT, en canoë-kayak, en rollers, à voile, en balades-contées, nature et patrimoine, et **nouveauté cette année : avec des ânes.**

Plusieurs formules sont proposées : promenades pédestres dans le Pays de Caux – Vallée de Seine, balades nature avec un animateur nature et /ou un technicien de l'ONF, balade contée de 5 kilomètres au rythme des enfants, randonnées patrimoine historique. Pour les deux roues, plusieurs circuits sont adaptés au rythme des sportifs ou bien des familles. Sur l'eau, la descente de la Risle et la descente de l'Austreberthe peuvent être envisagées en réservant les embarcations, et la découverte de la voile est possible sur le plan d'eau d'Anzeville-sur-Seine grâce au Club de Voile. Au rythme des sabots, plusieurs circuits équestres ou d'attelages de 11 à 24 km sont à la disposition des cavaliers et attelages. Les rollers habitués à la randonnée sur route sillonneront la campagne sur 20 ou 50 km. Enfin, et c'est une nouveauté cette année : des balades accompagnées d'ânes bâtés et tenus à la longe.

L'ensemble de ces itinéraires est adapté à tous les publics, en variant les distances, les parcours et les lieux de promenades, sur une journée ou une demi-journée (possibilité de pique-nique tiré du sac, restauration sur place). Cette manifestation évolue au fil du temps, et cette année les organisateurs ont souhaité ouvrir plus largement les randonnées **aux personnes handicapées**. Tout a été prévu pour que les familles ayant une personne handicapée dans leur entourage puissent être accueillies dans des conditions optimales. Des pictogrammes, dans le dépliant et un accueil sur place, vous guideront sur l'accessibilité des randonnées en fonction des handicaps. Et de multiples outils seront mis à disposition pour les accompagner lors des balades : langage des signes pour la randonnée conte, un récepteur-émetteur pour les malentendants appareillés pour les baptêmes de voile, des prêts d'hippocampes (fauteuils adaptés au tout-terrain) pour les randonnées avec les ânes.

Randonnez responsable ! Vous êtes dans un Parc naturel régional, son patrimoine est précieux. Avec la journée de la Randonnée, soyez attentif au paysage, à la nature et aux édifices ruraux que vous rencontrerez au détour des chemins. De plus, afin de privilégier les transports doux, le Parc a mis en place un système de navettes pour venir à Saint-Nicolas-de-la-Haie. Grâce au concours des cars Hangard, qui transporteront gratuitement les randonneurs au départ de la gare d'Yvetot et le soutien de l'ADEME. Renseignements pour les horaires sur Internet, dans le dépliant ou à la Maison du Parc.

Ca baigne ? Vingtème anniversaire oblige, le Parc et l'Agence de l'Eau Seine Normandie proposeront, en plus du programme déjà complet, un spectacle de la compagnie *Sara Martinet* : « *le bain* ». Une danseuse contemporaine, un musicien d'électro, et une étonnante prestation autour d'une baignoire... la danseuse rêve, se métamorphose, éclot de sa baignoire, si enferme comme dans un cocon ou si cache simplement. Une danse animale et végétale, une invitation insolite au voyage sur le lieu de départ des randonnées, à l'heure de déjeuner.

Afin de bien démarrer la journée, un petit déjeuner sera servi gracieusement aux participants grâce au partenariat avec le Grand Port Maritime de Rouen. Le midi, un pot sera proposé par la Communauté de Communes Caux-Vallée de Seine et la commune de Saint-Nicolas-de-la-Haie. Le soir, le Parc naturel régional des Boucles de la Seine offre un goûter de réconfort au retour des randonnées. Les randonneurs pourront trouver de quoi se restaurer. Sur place vous pourrez trouver des informations sur l'eau avec l'Agence de l'Eau, sur le Grand Port Maritime de Rouen, l'association Tourisme et Handicap, les Fédérations et associations de randonnée.

Le conseiller de l'Espace Info Energie Caux Boucles de la Seine pourra vous renseigner sur les petits trucs pour économiser l'énergie dans la maison.

Cette journée est coordonnée par le Parc naturel régional des Boucles de la Seine Normandie en collaboration avec la commune de Saint-Nicolas-de-la-Haie, la Communauté de Communes Caux – Vallée de Seine, les Fédérations régionales de Randonnée et les associations locales de randonnée, avec le soutien du Grand port Maritime de Rouen et de l'Agence de l'Eau Seine Normandie.

Pour plus d'infos, demandez ou téléchargez le dépliant :

Maison du Parc naturel régional des Boucles de la Seine Normandie

76940 Notre-Dame-de-Bliquetuit

Tél. : 02 35 37 23 16 – Fax : 02 35 37 39 70

www.pnr-seine-normande.com

Courriel : presse@pnr-seine-normande.com

