

Année 2021/2022



Retrouver des sensations oubliées de liberté de mouvement et de pratiques sportives





SOMMAIRE

1. MOT DU PRESIDENT

2. STAGE A SAFAGA EN EGYPTE

(DU 13 AU 20 NOVEMBRE 2021)

3. ASSEMBLEE GENERALE

(LE 17 DECEMBRE 2021)

4. STAGE DE SKI ALPIN, BALADE EN RAQUETTES

(DU 26 MARS AU 2 AVRIL A VALMOREL DOUCY 2022)

5. JOURNEE VIELLE VOITURES

(LE 12 JUIN 2022)



MOT DU PRESIDENT

Enfin nous revoilà prêts à partir pour de nouvelles aventures.

Après une année totalement blanche (2020) nous avons pu organiser un stage de plongée et notre AG traditionnelle à force de ténacité et d'implication de tous nos bénévoles en 2021.

Malgré ces conditions extrêmement difficiles quel bonheur de voir de nouveaux adhérents rejoindre notre association. C'est là notre plus grande récompense. Permettre à des personnes nouvellement amputées ou qui galèrent depuis des années, de retrouver des sensations oubliées de liberté de mouvement, de pratiques sportives aux côtés de compagnons qui, comme eux, ont vécu des moments dramatiques liés à des accidents ou des maladies qui ont bouleversé leur vie.

Aux côtés aussi d'organiseurs et d'encadrants qui se dépensent sans compter afin de faciliter cette reprise de confiance en soi, cette envie de se dépasser ou, tout simplement, de reprendre le cours d'une vie le plus proche possible de la normale et d'envisager de repartir en famille ou entre amis pour pratiquer qui le ski, qui la plongée, qui la randonnée ou bien d'autres activités encore.

Après ces deux années pauvres en activités nous organisons un stage multi-activités en Guadeloupe qui nous verra aborder une grande diversité de pratiques sportives allant de la plongée aux sports nautiques en passant par la randonnée ainsi que des visites touristiques à la découverte de l'île. Nous espérons voir de nombreux participants à ce stage qui devrait être riche en émotions.

Mais la vie d'une association c'est aussi l'implication de ses adhérents à son fonctionnement. Comme j'aime à le répéter l'ashcrav n'est pas une agence de voyage. Aussi j'espère qu'un certain nombre d'entre vous viendront rejoindre nos rangs au sein du comité directeur ou simplement nous donner un coup de main dans l'organisation d'un stage. Vous pouvez aussi vous impliquer en rédigeant un petit mot destiné à alimenter le contenu du « petit canard boiteux », et, surtout, en participant chaque année à l'Assemblée Générale de notre association.

En espérant vous voir très nombreux lors de nos prochains stages et à l'AG 2023 n'hésitez pas à faire connaître l'ashcrav autour de vous.

J. POUPEAU



STAGE A SAFAGA EN EGYPTTE (DU 13 AU 20 NOVEMBRE 2021)

« (Très inspirée à mon réveil, je vous adresse mes ressentis et impressions de ce séjour plongée Safaga 2021).

La vie est si imprévisible ; toute chose, toute expérience, toute épreuve, bonnes ou mauvaises qui doivent arriver dans notre existence, nous devons les accepter, les vivre pour qu'au fil des jours, des années qui passent, elles puissent nous donner cette si grande force mentale d'adaptation, d'acceptation, qui permet de nous hisser au plus haut des sommets.

La vie n'a pas toujours été très tendre. Après un terrible accident survenu en 2008, il m'a fallu treize ans passés à me reconstruire : remise en question, travail sur moi, reprise de confiance et d'estime de moi-même. J'ai appris à m'aimer et à me fixer des objectifs et des défis à atteindre. Mon objectif le plus déterminant s'est présenté à moi sans prévenir, en ouvrant les portes de l'ASHCRAV : un dépliant montrant une personne amputée des membres inférieurs faisant du ski. Intriguée, émerveillée, les yeux pétillants d'admiration, je me suis dit que j'avais enfin trouvé ma voie : le sport...et surprise, mon rêve de toujours, la plongée sous-marine !

Je viens de passer une semaine en Égypte, bonheur extrême, victoire énorme : j'ai obtenu mon niveau 1, j'ai réalisé « l'exploit » de ma vie. M'ête lancée, dépassée, passée du saut dans la piscine au saut en mer, moi qui ne savais pas nager il y a encore 3 mois.

Avant la plongée j'éprouvais un mélange plaisant d'appréhension et aussi de volonté de relever les challenges les plus fous. Encadrée par une équipe de « choc » au top ! (Des plongeurs confirmés et expérimentés : p'tit clin d'œil à Mohamed et Lionnel...), je plonge ! Prise en main totalement par l'instructeur « Momo », je m'immerge et enfinnnnnnnnnnn : La grande découverte : monde parallèle, immensité infinie, légèreté de déplacement, calme, et apesanteur me laissant sans voix. Enorme diversité et nombre impressionnant de poissons de toutes tailles, de toutes couleurs, qui mènent leur petite vie dans les fonds au milieu de coraux aussi divers que colorés, poissons-perroquets, poissons-Picasso, poissons-couteau, poissons-crocodile, ou encore poissons-rouge, poulpes et raies... Je suis aujourd'hui encore très émue par tant de sensations fortes en si peu de jours.

Je salue et remercie vivement tous les membres du groupe, qui m'ont permis de réaliser ce défi, par leurs conseils, leur vécu, leur expérience, chacun donnant des recommandations et des mots rassurants. Une magnifique cohésion dans une ambiance bonne enfant. Une extraordinaire aventure humaine, pleine de leçons de vie qui rejoint cette petite phrase pleine de bon sens: « Relativiser pour mieux positiver ».

J'ai adoré ! Et je n'ai qu'une hâte, recommencer ! A quand la prochaine les amis ??! :)))

PS : Merciiiiii à vous tous autant que vous êtes :Emmanuel, Caroline, Denis « mon Fidel coéquipier ;) », Lionnel, Max, Fleur, Greg, Guillaume, Jean Pierre, Julien, Nataniel, David, Et nos chers Genevois : Murad (mon coup de cœur), Jean Yves et Pashaaaaaaaaaaaaaaaa ! Et à toi Manon, sans qui ce stage n'aurait pu se réaliser. »

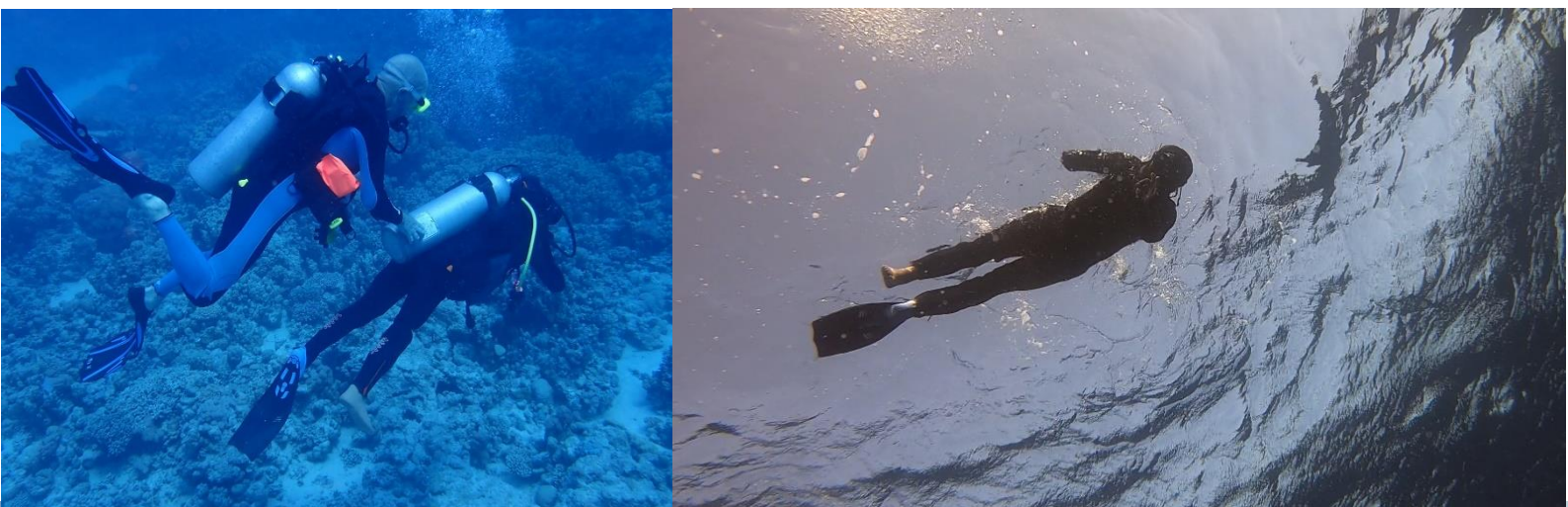
NAIMA



« Une semaine bien étonnante, loin du froid et de la grisaille Parisienne, dans le soleil et la chaleur de l'automne Egyptien. Nous nous sommes retrouvés à Roissy pour rejoindre Safaga en un long vol de nuit. Arrivés à l'hôtel juste avant le lever du jour, nous y avons rencontré les trois membres du groupe qui venaient de Genève. Dépaysement total : bel hôtel, immense, tout neuf, avec des piscines dans tous les coins, la plage et la mer à deux pas, lumière magnifique, soleil délicieux et chaleur tellement bienvenue ... Compte tenu de notre arrivée tardive le dimanche, il a été décidé de ne pas plonger le premier jour. Donc dimanche préparation du matériel, formalités administratives, farniente et découvertes des bars "all inclusive" de l'hôtel. Lundi, embarquement à bord du "Sea Tiger" qui nous emmène sur les magnifiques spots situés à proximité. L'équipage est aux petits soins, l'ambiance est parfaite, chaque plongée est un émerveillement. Ce fut le cas toute la semaine malgré une petite déception liée à une météo moyenne - trop de houle - le jour où nous devions aller plonger sur l'épave du "Salem Express" ... nous avons dû changer de spot. Ces cinq jours ont passé en un éclair. A peine le temps de se connaître et de s'apprécier, et déjà il fallait se séparer. Je voudrais remercier très vivement l'ASHCRAV et les organisateurs de ce stage pour leur travail, leur implication et leur dévouement. Merci aussi à chaque participant d'avoir contribué à la réussite de ce stage...

Inutile de dire que je suis prêt à repartir !! »

JEAN PASCAL



« Bonjour,

Un Lundi du mois d'Avril 2016, un accident sur la voie publique va changer ma vie.

Amputé de la jambe droite je me retrouve avec des problèmes physiques et psychologiques.

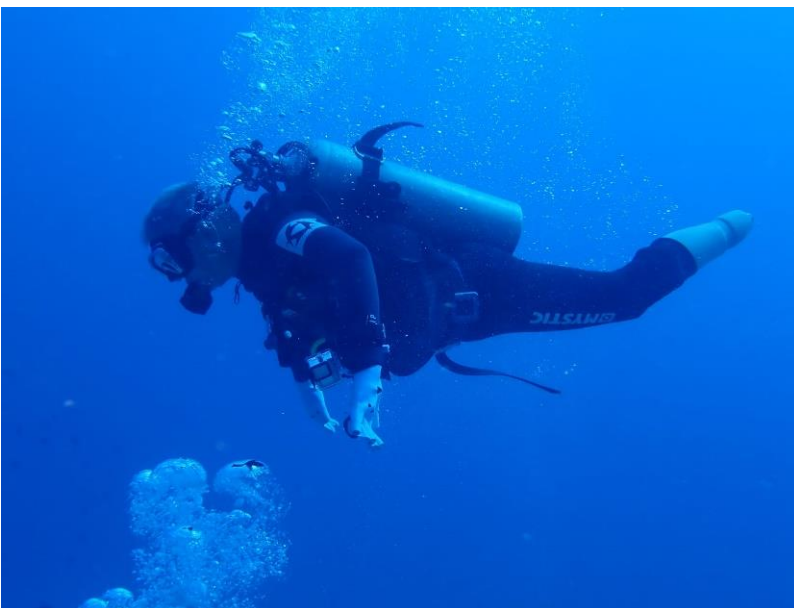
Trois ans à essayer de retrouver des sensations, à refaire du sport.

En 2019 j'adhère à l'ASHCRAV. Au mois d'Avril je m'inscris au stage de plongée prévu du 13 au 20 Novembre....Une semaine de rêve, des rencontres humaines et sociales... des parcours différents !

Une organisation maîtrisée par Emmanuel, Caroline et des moniteurs de plongée qui m'ont accompagné pour découvrir la nature sous-marine.

Je ne pensais pas pouvoir faire de plongée ! Alors merci à l'ASHCRAV et à tous les acteurs de ce stage. »

DENIS GUILLOT



ASSEMBLEE GENERALE (LE 17 DECEMBRE 2021)



L'assemblée générale de cette année était encore particulière car année pauvre en activités. Cependant nous avons réattaqué la saison avec brio avec le mythique stage de plongée dont nous avons pu voir les images. Et cela nous a fait du bien de pouvoir échanger avec les nombreux licenciés venus ce soir-là et surtout pouvoir fêter les 80 ans de notre cher Jacques. Nous avons aussi pu nous projeter pour cette saison avec les nombreux événements à venir !

MELANIE



STAGE DE SKI ALPIN, BALADE EN RAQUETTES (DU 26 MARS AU 2 AVRIL A VALMOREL DOUCY)



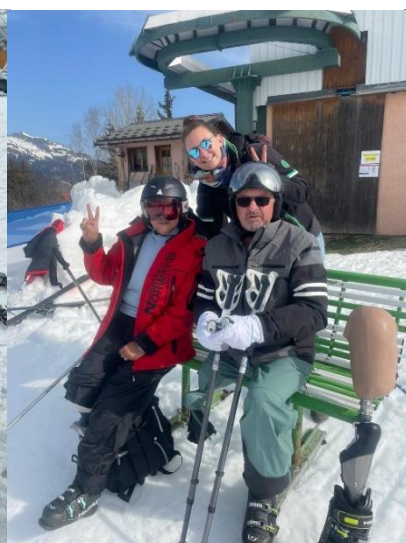
Mars 2022-Premier séjour avec l’Ashcrav. Direction Doucy-Valmorel pour une semaine de ski avec l’idée en tête que je ne pourrais skier qu’en Dual ski. Mais après avoir été (gentiment) poussée à essayer le ski debout avec prothèse c’est un monde qui s’est ouvert à moi. Des sensations de liberté, des étoiles plein les yeux et un sourire à n’en plus finir.

Arianne, Mélanie, Stéphane, Manon; Des encadrants au top, Bruno et Philippe; des profs de ski hyper rassurants et tout un village aux petits soins avec nous

Une semaine de partage, de complicité et d’émotion

Hâte d’y retourner l’an prochain.

HELENE





Merci à l'ashcrav pour ce voyage au ski, ce fut mon préféré des deux que j'ai réalisé au sein de l'association.

L'équipe d'encadrants bénévole s'est démené pour nous faire plaisir, en organisant au mieux un programme adapté à chacun. Les pistes et les moniteurs étaient adéquates, piste verte pour débutant, ce qui a permis de vite progresser, et les moniteurs étaient communicatifs entre notre association et leurs équipes à eux.

Au niveau de l'hôtel, c'était assez charmant du fait que c'est un bâtiment de 1968, mais situé en bas des pistes, très confortables, au niveau de la vue. Je repartirai en espérant pouvoir bénéficier du même plaisir à voyager, et me sentir libre.

ANTOINE



JOURNEE VIEILLES VOITURES (LE 12 JUIN 2022)

Cette année 2022 nous a apporté son lot d'émotions, d'histoires et de témoignages. Ces moments de partage s'illustrent par ces photos. Merci à toutes et tous pour ces instants. NICOLE

