



# Les Valhandises

Les expériences de la vie et les rencontres qui nous ont construits ont amené notre petit groupe d'amis à créer cette association.

Soucieux de s'investir pour le bien-être des autres, nous avons voulu travailler autour du partage et de la convivialité, pour que tous, handicapés ou valides, soyons considérés en tant que personnes.

# Les Valhandises

VALides, HANDicapés, gourmandISES

Association à but non lucratif, régie par la loi de 1901

Organisation d'intérêt général

Implantée sur la commune d'Uzos, sur les berges du gave.

L'objet de notre association est d'organiser et de promouvoir des manifestations dans le but de créer un partage valides/handicapés/aidants, de faire tomber les barrières qui se dressent souvent entre valides et handicapés ; elle veut, autour du partage et du festif, faire changer le regard de l'autre pour faire prendre conscience que nous sommes tous des personnes à part entière.

Les moments récréatifs et festifs sont, pour nous, les plus porteurs pour valoriser le vivre ensemble et la solidarité et pour permettre à tous de mettre en avant forces, faiblesses, émotions.

Trois activités pour créer cette communion avec trois mots-clés :

**valides, handicapés et gourmandises,**

## ☒ Des spectacles

Où se produiront des artistes, des formations où la mixité handicapés/valides sera sur scène comme dans la salle. Emotion, entraide, compréhension.

## ☒ Des ateliers

Dans l'apprentissage, le partage et la bonne humeur, fabriquer ce qui peut être nécessaire à d'autres associations.

## ☒ Des balades

un évènement phare annuel le 3<sup>ème</sup> samedi de Juin. C'est une journée d'animations et festivités, autour d'une balade le long des berges du gave. Tous les acteurs du territoire y sont associés.

Vivre ensemble et solidarité sont le fil rouge lors d'activités sportives, éducatives, musicales et gustatives. Les communes de Gelos, Mazères-Lezons et Uzos sont représentées au travers de leur municipalité, de leurs écoles, de leurs maisons de retraite, de leur Institut médico éducatif (IME), de leur centre social et des associations.

Par la suite, nous prévoyons de décliner Les Valhandises dans différents sites de l'agglomération paloise et du département.

# Les spectacles

Le partage handi/valide défendu par les Valhandises prend avec ces spectacles tout son sens. Une formidable mise en valeur des capacités de chacun



10 octobre 2020

Notre parrain Cédric Bazir

« Aveugle aimant »

Par le biais de personnages décalés jouant avec les mots, il évoque comment il a fait des barrières du handicap des qualités.



8 avril 2022

Les Chamois Pyrénéens

« Retour vers les années 80 »

50 musiciens venant d'horizons très variés, amateurs en situation de handicap

Et 5 professionnels



10 décembre 2022

« A te regarder,,ils s'habitueront »

Seule en scène de Julie Vivona,

Un parcours de vie atypique, entre autodérision, ironie, réflexion et poésie.



4 novembre 2023

Il n'y a pas que les sons qui content, les mains aussi racontent de belles histoires de toutes parts. Pour le bonheur de vos oreilles, la surprise de votre regard. Voyagez avec nous dans le monde de BABEL !



# La balade du 17 juin 2023

Café d'accueil et chouquettes



Départ des vélos



Marcheurs



Animation



Fresques des enfants

Gelos Hameau



Mazères



IME Mazères



Uzos



Repas et animations sous les platanes



Musique



Baptême moto



## Les ateliers

Confection de bonnets de chimiothérapie, de coussins de cœur, de pochettes, de protège-ceinture de sécurité dans le cadre d'octobre rose et tout au long de l'année d'après les besoins de la Ligue contre le cancer.



Remise des bonnets à la Ligue contre le cancer





# Les Valhandises

Des berges du gave

Le 15 juin 2024

Le matin, promenade le long des berges du gave :

- à pied de Gelos à Uzos
- ou à vélo de Gelos à Assat

Découverte des lieux, de la flore et de la faune.

Participation des institutions locales et des associations.

Repas à midi puis après-midi récréatif.

# Promenade à pied

Balade + repas + animations  
12 €  
- 10 ans 6€

de Gelos à Uzos  
≈ 3.7 kms

Départ du fronton du stade Pascal Garrocq

Café d'accueil

## Le long du chemin

Découverte de la flore

le centre social

Cap de tout  
centre social

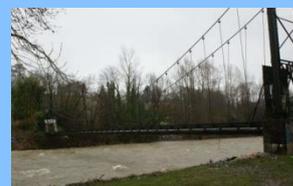
de Mazères-Lezons

Expositions

Histoire du haras de Gelos



Histoire de la passerelle  
et de la rocade de Mazères



Le pompage des eaux potables



## Fresques des écoles sur le vivre ensemble

à Gelos Hameau

Les enfants de Gelos

à Mazères-Lezons

l'école de Mazères.

IME Le château

à Uzos

L'école Christian et Marie-Josée Lanouguère

## Les abeilles du gave

le rucher du chat noir



Conservatoire des légumes anciens du Béarn  
atelier sensoriel

## Découverte de la faune

la société de chasse d'Uzos

Présentation, dégustation de gibier

## Chasse au trésor

Chercher des indices sur le chemin pour découvrir une énigme  
à l'arrivée

## Points relais

Boissons, sièges, fauteuils roulants à disposition



Arrivée au stade d'Uzos

Retour aux véhicules par navette

# Promenade à vélo ≈ 10 kms



Circuit Vélo

Mazères → Uzos → Rontignon → Narcastet → Assat → Uzos

Départ du fronton du stade Pascal Garrocq

Café d'accueil

Aidé par le comité départemental handisport



suivi de la promenade à pied et de ses expositions

Vélo personnel

Vélo électrique

Tricycle

Vélo porteur

Tandem

Rosalie

## Arrivée au stade d'Uzos

Retour aux véhicules par navette

# Repas au stade d'Uzos

## Résultat de la chasse au trésor

Autour de l'énigme découverte, chacun pourra mettre sur une fresque une signature, un dessin, un petit texte ...

## Apéritif concert



## Repas complet sous les platanes

### Entrée



### Assiette

Filet/œuf/piperade/frites/fromage

### Dessert



### Café / Boisson



# Après midi récréative



## Comité départemental handisport 64

Association loi 1901 reconnue d'utilité publique via la Fédération Française Handisport.

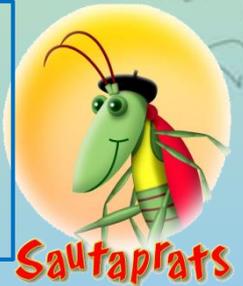
*"Nous avons comme objectif de sensibiliser et d'informer ceux qui ne connaissent pas ou peu ce milieu."*

### Ateliers découverte et sensibilisation

## Los Sautaprats

L' Association Sportive "Los Sautaprats" de Nay est une association loi 1901, labellisée "Club Valides Handicapés" en 2008

### Atelier de sensibilisation et découverte



## Les ateliers de la cavale

Structure équestre spécialisée dans l'encadrement et l'accompagnement de personne en situation d'handicap.

*"Une structure, une cavalerie, un encadrement, dédiés à la prise en charge du handicap en général sont indispensables pour mettre en place des ateliers adaptés."*

### Atelier de sensibilisation et découverte

Notre centre social se place dans le mouvement de l'éducation populaire et réfère son action à trois valeurs fondatrices :

*" La dignité humaine, la solidarité et la démocratie "*

### Atelier maquillage et démonstration



## Les Patous Béarnais

Association de bickers

### Baptême moto

Navettes  pour le retour

Poste de secours géré par



ORDRE DE MALTE  
FRANCE

MAIRIE  
DE  
UZOS



MAZÈRES LEZONS



GELOS



PYRENEES  
ATLANTIQUES  
LE DEPARTEMENT



Nous attendons sur la manifestation un public nombreux composé, bien sûr, de personnes handicapées, de leurs aidants ( familiaux ou professionnels), mais aussi de personnes valides peu ou pas confrontées au milieu du handicap.

Nous souhaitons que cette balade soit l'occasion de tisser des liens et de faire tomber des barrières..

# Nos parrains

## Cédric Bazir

Né le 9 février 1984 à Pau. Déficiant visuel, il a travaillé dans la radio, la communication et la publicité.

Conseiller municipal depuis 2008. Passionné de batterie, il a dispensé des cours à Baudreix de 2007 à 2016. .

Grand sportif en valide et handicapé sur trampoline, et amoureux de course à pied, il obtient la médaille d'argent sur 10 kms aux championnats de France handisport, et participe aux sélections paralympiques en 2016 sur 1500 m.

Une inflammation de la moelle épinière (myélite), d'une cause inconnue, l'oblige à mettre un terme à sa carrière sportive.

Son goût de la scène et sa passion du théâtre le poussent à écrire son premier one man show "Bazir aveugle aimant"

Présenté par les Valhandises en octobre 2020



## Ahmed Andaloussi



Né le 8 juin 1972 à Le Plessis Trevisse VAL-DE-MARNE (94).

En 1993, Ahmed Andaloussi est devenu handicapé des deux jambes à l'issue d'un accident de la circulation à la sortie d'une boîte de nuit. Côté sports, il a commencé d'abord par la musculation, puis a enchaîné avec le basket et l'escrime. Un jour, suite à un pari avec un ami, il se lance sur un triathlon.

Le virus du triple effort est inoculé. En 2014, il incorpore l'Équipe de France de paratriathlon. Ahmed est monté pour la 1<sup>ère</sup> fois sur un podium international lors de la WTPS de Gold Coast en Australie en 2017. En 2018, il termine 2<sup>e</sup> de sa catégorie en 11h30 lors du mythique Ironman d'Hawaii.

Sur le circuit ITU, Ahmed monte sur son premier podium lors de la WTPS de Yokohama en 2021. Sa progression et sa détermination l'emmènent jusqu'aux Jeux Paralympiques de Tokyo en 2021, où il termine 5<sup>ème</sup> du triathlon.

Flyers tirés à 3000 exemplaires

Mis a disposition dans les lieux fréquentés

Médias locaux contactées

Radio, journaux

Page facebook

<https://www.facebook.com/Les-Valhandises-104264067701388>

Site internet

[www.lesvalhandises.fr](http://www.lesvalhandises.fr)

## Mécénat

### Associez-vous à l'aventure en nous aidant financièrement

A ce titre, les dons et versements reçus ouvrent droit à la réduction d'impôts prévue aux articles 200 (pour les particuliers) et 238 bis (pour les professionnels) du CGI.

Des espaces sont réservés sur les flyers tirés à 5000 exemplaires et sur le site internet.

**Contact Sponsors :**

Les Valhandises 06 35 02 83 22

**Association Les Valhandises**

déclarée à la préfecture des Pyrénées-Atlantiques

R.N.A. : W643011823 SIREN: 879693919

Organisation d'intérêt général

Est considérée comme mécénat, la mention du nom du donateur, quels que soient le support de la mention (logo, sigle...) et la forme du nom, à l'exception de tout message publicitaire

238 bis du CGI (extrait) : « Ouvrent droit à une réduction d'impôt égale à 60 % de leur montant les versements, pris dans la limite de 5 pour mille du chiffre d'affaires effectués par les entreprises »



VAL  
HAND  
ISES