

## MAISON CHARLES DE FOUCAULD.

**Le week-end du 6 juin, la MECS (Maison d'Enfants à Caractère Social) Charles de Foucauld a participé au Trailwalker d'Oxfam, à Avallon.**

### Challans.

Les éducateurs de la maison d'enfants ont monté une équipe composée d'Elodie Delafonatine, Sylvain

Dalichampt, Anthony Berriguiot et Matthieu Guilloton, remplacé par Marie Cadio suite à une blessure à la cheville. Ils étaient suivis par une équipe de supporters : Lisa Duranteau, Lucie Limouzin, Pamella Nadot, Anne Dureu et Emilie Sachot.

Les équipes se sont retrouvées à Avallon le vendredi soir pour un petit briefing sur le week-end à venir.



Les supporters ont rejoint les marcheurs pour les derniers kilomètres

## Trail d'Oxfam : ils l'ont fait !

Le lendemain, à 7h05, l'équipe des « Apprentis marcheurs » part déjà avec cinq minutes de retard mais dans la bonne humeur ! Les supporters profitent de cette première étape pour faire la rencontre de la directrice d'Oxfam, Claire Fehrenbach, ainsi que l'attachée de communication, Marion Cosperec. Ce moment a permis aux jeunes de préparer leur article en posant leurs questions et en expliquant leur projet : rédiger un article de journal sur le weekend Oxfam et réaliser un enregistrement audio.

A chaque pause de ravitaillement, l'équipe de supporters a toujours été présente pour masser les pieds des marcheurs, leur apporter de l'eau et de la nourriture, alléger leurs sacs, ainsi que les motiver !

Au bout de 48 kilomètres, Marie a atteint ses limites et décide de mettre fin à sa course.

### A la nuit tombée ...

Une fois la nuit tombée, les marcheurs ont enfin pu prendre une douche (même si elle a été courte, car très froide !) pour repartir de plus



La fine équipe de la maison Charles de Foucauld

belle ! La nuit donnant un autre aspect à la course, les marcheurs ont pu se rendre compte de la présence des autres grâce à leur lumière, voir la nature autrement, et tester leurs limites.

Le lendemain matin, l'arrivée n'était plus très loin et les marcheurs attendaient la fin avec impatience. Pour les derniers kilomètres, l'équipe des supporters est descendue rejoindre son équipe pour franchir la ligne d'arrivée tous ensemble.

**« Ce week-end restera important car pour une fois, nos educa-**

**teurs ont eu besoin de nous, de notre soutien, de notre présence. Cela m'a fait vraiment plaisir d'avoir fait ça pour eux »,** se réjouit une des jeunes membres de l'équipe de supporters

**Pamella Nadot**

## LA NUIT EN 5 MOTS

Marcher la nuit est un exercice particulier. Résumé en cinq mots clés.

### 1. Sécurité.

Tout est organisé deux mois à l'avance pour baliser les parcours pour les marcheurs nocturnes. Des balises fluorescentes permettent de se repérer dans le noir. Le gilet jaune reste obligatoire pour être vu.

### 2. Ambiance.

La nuit, il y a moins de bruits. Les marcheurs sont plus silencieux car la fatigue se fait sentir pour beaucoup. On entend moins les voitures et plus les insectes nocturnes.

### 3. Fatigue.

Les marcheurs sont plus à l'écoute de leur corps et donc de leurs limites. Des masseurs sont mis à leur disposition pour aider leurs muscles fatigués.

### 4. Alimentation.

Même la nuit, une bonne hydratation est nécessaire pour les marcheurs. Ils continuent à manger des fruits secs pour donner de l'énergie à leur corps.

### 5. Lampe frontale.

Elle est indispensable pour la vision nocturne des marcheurs. Les supporters ont pu l'apprécier un ballet de lumière dévalant les sentiers battus.

Lucie Limouzin



L'alimentation est essentielle pour réussir son trail, notamment la nuit où les marcheurs sont plus à l'écoute de leur corps. D'où la nécessité d'une bonne préparation

## RENCONTRE. Simon Romain : « Rassembler, s'amuser, aider »

Simon est l'affilié français d'Oxfam (voir encadré). Il était au départ à la tête de seulement deux stagiaires et a fondé l'Oxfam Trailwalker. Il y a un mois, il était dans le Morvan pour la 6e édition. Il est passé de deux stagiaires à plus de trois cents bénévoles et 246 équipes de marcheurs ! Comment Simon a-t-il avancé ? Quel est son parcours ?

En 2007, Simon Romain décide, de créer le Trailwalker : il se lance avec deux stagiaires et l'aide d'Oxfam. Il décide d'installer la course dans le Morvan car, enfant, ses parents l'y amenaient souvent et parce qu'un parcours sécurisé y était possible. Une fois le projet validé par le conseil régional de Bourgogne, la première édition peut commencer.

D'année en année, l'évènement prend de l'ampleur. Oxfam devient plus connu en France. Le trail d'Oxfam se répand très vite grâce au bouche à oreille et au service de communication qui fait de la bonne publicité à travers des affiches, des sites web et les radios.



246 équipes de marcheurs participent désormais au trail et toujours dans la bonne humeur !

Les règles du trail sont simples : récolter 1.500 euros minimum qui vont à l'organisation d'Oxfam, être en bonne condition physique, avoir une équipe de supporters, un bon échauffement. Vous serez alors prêts pour vous inscrire pour réaliser l'exploit de parcourir 100 km en moins de 30h. La somme récoltée sera redistribuée pour d'autres projets comme la création d'un puits, de nouvelles recherches médicales...

Pamella Nadot

## Oxfam

Selon Claire Fehrenbach, directrice Oxfam, l'objectif principal de l'association est « d'agir ici pour aider là-bas ». Oxfam est « une association de solidarité internationale qui agit sur les causes de la pauvreté et des injustices en menant notamment des campagnes de mobilisation citoyenne et de pression sur les décideurs politiques », peut-on lire sur le site d'Oxfam.

Ce réseau international de 17 organisations non gouvernementales lutte contre les injustices et la pauvreté en partenariat avec des organisations, dans plus de 90 pays.

« Oxfam France, c'est aussi une vingtaine de groupes locaux, plus de 200 lieux de diffusion, des magasins solidaires et un réseau de plus de 40 000 personnes engagées contre les injustices et les inégalités ».



Plus de 300 bénévoles sont nécessaires à la bonne organisation du trail