



"La Route du Sud"

***Du désert de Zin au grand cratère
de Mitspe Ramon***

***la huitième randonnée de Akim-Jérusalem
du mardi 9 mars au jeudi 11 mars 2010***

Nous vous remercions de votre intérêt pour la randonnée « Des kilomètres pour Akim-Jérusalem », notre huitième randonnée annuelle. Nous sommes persuadés que cette expérience sera aussi fantastique que celle des sept randonnées précédentes.

Quelques questions fréquentes

Quel est l'itinéraire de la randonnée ?

La randonnée 2010 - plus de 80 km - débute près de Sde Boker et se termine au grand cratère de Mitspe Ramon. Nous passerons la première nuit à la Midreshet Sde Boker et la deuxième nuit au Pundak Ramon de Mitspe Ramon.

Quel est le montant des droits d'inscription pour toute la randonnée ?

Le montant de l'inscription individuelle est de 775 ILS (ou son équivalent dans une autre devise). Nous demandons à chaque participant de s'engager à collecter au moins 7 000 ILS (ou l'équivalent) de dons sponsorisés. Les familles (parents et enfants de plus de 10 ans) bénéficient de conditions spéciales : chaque famille (peu importe le nombre de participants) doit s'engager à collecter au moins 11 000 ILS (ou l'équivalent) de dons sponsorisés.

Quel est le montant des droits d'inscription pour un jour de randonnée ?

Montant de l'inscription individuelle : 300 ILS (ou son équivalent dans une autre devise). Nous demandons à chaque participant de s'engager à collecter au moins 7 000 ILS (ou l'équivalent) de dons sponsorisés. Les familles (parents et enfants de plus de 10 ans) bénéficient de conditions spéciales : chaque famille (peu importe le nombre de participants) doit s'engager à collecter au moins 11 000 ILS (ou l'équivalent) de dons sponsorisés.

Que comprennent les droits d'inscription ?

Akim-Jérusalem prend entièrement en charge :

- l'hébergement durant les étapes,
- tous les dîners et petits déjeuners (cashier... et abondants !),
- les déjeuners (sous forme de pic-nic),
- tous les rafraichissements,
- le transport des bagages,
- l'assurance,
- la présence d'un secouriste et d'un garde durant toute la randonnée.

Y aura-t-il un *minian* le matin ?

Oui, pour ceux qui le souhaitent.

Le jeudi matin, les participants auront accès à un *Sefer Tora*.

Quel doit être mon niveau de randonneur ?

Nous devons parcourir environ 25 à 30 km par jour. L'itinéraire comprend des dénivellations de difficulté moyenne. Mais la randonnée est pleine de défis. Nous vous conseillons de commencer à vous entraîner tous les jours afin de vous muscler les jambes ! Quelques semaines avant la randonnée, nous recommandons de faire, chaque semaine, au moins 3 heures relativement intensives d'aérobic et le plus possible de « *step* ».

L'expérience sera-t-elle amusante et sympathique ?

Certainement ! Vous, qui allez consacrer trois jours de votre emploi du temps au bénéfice des résidents handicapés mentaux de « Akim-Jérusalem », vous vivrez une expérience à la fois stimulante et très gratifiante.

Vous pourrez aussi admirer de superbes paysages israéliens et découvrir la vie sauvage « grandeur nature » et non pas vue de votre voiture ou de l'autobus.

Quant à l'ambiance, elle est chaleureuse, décontractée et vous pourrez rencontrer de nouveaux amis, issus de différents pays et de différents milieux.

Y a-t-il une limite d'âge pour participer à la randonnée ?

L'âge minimum est 18 ans.

Pour participer, les enfants de plus de 10 ans doivent être accompagnés par un parent ou un tuteur légal qui sera responsable du mineur durant toute la randonnée.

De quoi aurai-je besoin durant la randonnée ?

Nous vous conseillons un bagage très léger. Vous aurez besoin de quelques vêtements et sous-vêtements de randonneur de rechange, lunettes de soleil, chapeau, sandales pour marcher dans l'eau et, si possible, une paire de chaussures de marche de rechange. Nous vous fournirons les T-shirts. **N'oubliez pas surtout pas d'apporter beaucoup de crème solaire !**

Comment trouver des sponsors ?

Nous vous recommandons d'en parler à tous ceux que vous connaissez. Nous sommes persuadés que votre famille et vos amis seront si impressionnés par votre enthousiasme pour ce projet qu'ils seront ravis de vous aider en y contribuant. Même les petites sommes finiront par s'accumuler et atteindre la somme requise ! N'oubliez pas que de nombreux commerçants dont vous êtes client seront prêts à sponsoriser vos efforts.

Lors de votre inscription, vous recevrez une liste de conseils et de « trucs », fruit de l'expérience de nos anciens randonneurs pour trouver toujours plus de sponsors.

Vous trouverez, sur notre site Internet, des exemples de lettres à adresser aux sponsors potentiels. Certains d'entre eux vous demanderont peut-être une confirmation de participation à cette randonnée : nous leur enverrons ce document avec plaisir.

Les dons sont-ils déductibles des impôts ?

En France, au Canada, aux Etats-Unis, en Grande-Bretagne, en Israël : oui.

En Israël :

Tous les dons doivent être libellés au nom de « Akim-Jérusalem » et envoyés à :

Akim-Jérusalem
POB 53409
Jérusalem 91533
Israël

En France :

Tous les dons doivent être libellés au nom de « Association TARIAG » en spécifiant qu'ils sont destinés à « Akim-Jérusalem » et envoyés à :

Association TARIAG
11, rue du Docteur Pinel,
94000 Creteil

En quelle devise doit-on libeller les dons ?

Dans toutes les devises acceptées en Israël.

Aurai-je besoin d'un certificat médical pour la randonnée ?

Oui, il est indispensable pour chacun des participants à la randonnée.

Comment m'inscrire à la randonnée ?

Veuillez remplir le formulaire d'inscription ci-joint et le renvoyez accompagné du montant des frais d'inscription libellé à l'ordre de « Akim-Jérusalem ».

J'ai d'autres questions, à qui dois-je m'adresser ?

Au sujet de la randonnée :

Ian Brown - iansha@barak-online.net - 054 475 57 31

Au sujet des dons ou de l'inscription :

Miriam Marcus - mmarcus@akim-jerusalem.org.il - 02-672 87 31
ou 052-300-3421

Zehava Gross - zahava@akim-jerusalem.org.il - 02-672 87 31

Nous vous remercions vivement d'envisager de participer à notre action en faveur des handicapés mentaux de Jérusalem et de leur famille.

Avec nos plus chaleureuses salutations,

Stefan Rothschild,

Directeur du développement et des relations extérieures