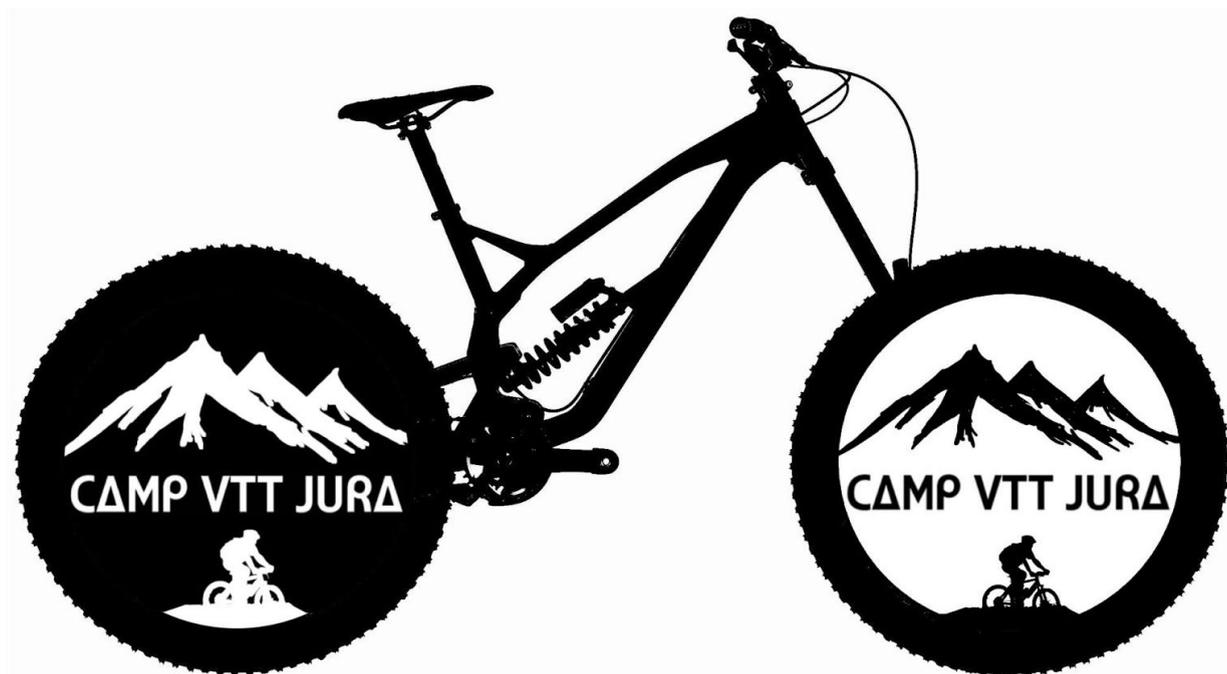
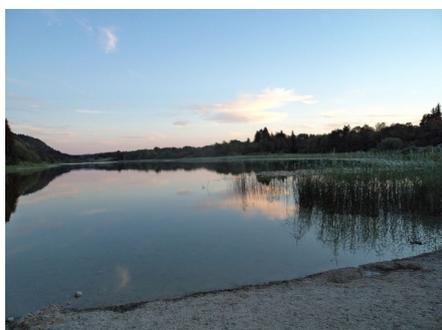


Carnet de :



CAMP VTT 4/3

Mont d'Or -> Courbouzon
Eté 2019



LES JEUNES

1	Yanis	LEBEAU	21000 DIJON
2	Hugo	LAPOSTOLLE	21800 SENNECEY LES DIJON
3	Paul	SIRON	25160 CHAUDRON
4	Elie	BELOT	25160 LA PLANEE
5	Tiago	BELOT	25160 LA PLANEE
6	Eden	BESANCENET	25160 LA PLANEE
7	Laïla	BILLET	25160 LA PLANEE
8	Sylvan	RIBEIRO	25160 LA PLANEE
9	Mathis	SAGET	25160 LA PLANEE
10	Félix	VERDENET	25160 MALBUISSON
11	Thibaut	BENOIT	25160 MONTPERREUX
12	Romain	CORDIER	25160 MONTPERREUX
13	Valentine	DE OLIVEIRA	25160 MONTPERREUX
14	Salomé	COSTE	25160 OYE ET PALLET
15	Clément	GIRARD	25160 OYE ET PALLET
16	Manon	GLORIOD	25160 OYE ET PALLET
17	Louison	LALOY	25160 OYE ET PALLET

18	Clara	PERROT MINNOT	25160 OYE ET PALLET
19	Félix	ARDIET	25160 ST POINT LE LAC
20	Valentin	FERREUX	25161 OYE ET PALLET
21	Lou	MICHAUD-FIDEY	25240 "PETITE CHAUX
22	Emilie	PERRIN	25300 CHAFFOIS
23	Emma	GAUDET	25300 Les FOURGS
24	Louis	BÔLE	25440 PAROY
25	Arnaud	JEANNIN	25440 PAROY
26	Rosa	JOLY	31330 ST CEZERT
27	Hyacinthe	PERRIN	39570 BORNAY
28	Tom	PONCET	39570 BORNAY
29	César	GROSSIORD	2500 BESANcON
30	Antoine	CHOPARD	39570 MONTMOROT
31	Guillaume	CLEMENT	39800 POLIGNY
32	Julian	NOIR	39800 POLIGNY
33	Corentin	LAGRANGE	69460 ODENAS
34	Célestin	CHAUSSE	70130 FRESNES ST MAMES

L'ÉQUIPE D'ANIMATION

François



Camille T



Dorian



Sandrine



Geoffrey



Pierre



Camille R



Paulin



Françoise



Romuald



Vincent



Jérémy



Mathieu



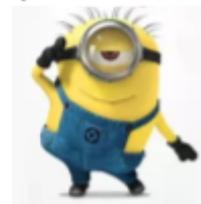
Coline



Jeanne



Louis-Antoine



Mélessandre



LES SECRETS DU CAMP

A quel(le) animateur(trice) appartiennent ces anecdotes ?

- *J'ai participé au championnat de France d'ultimate.*
- *Cet hiver, je suis tombé(e) en plein milieu d'un télésiège.*
- *J'ai conduit la voiture de mes parents avant d'avoir le permis.*
- *Je fais ce camp avec un ligament croisé rompu.*
- *J'ai une tache de naissance visible quand je suis à la plage mais personne ne l'a jamais vue.*
- *J'ai planté un fromager en pleine savane.*
- *Je me suis fait(e) traîner au sol et envoyé(e) dans un sapin par une brebis.*
- *Je me suis déjà fait plus de 15 entorses aux chevilles.*
- *On a déjà essayé de me poignarder.*
- *J'ai fait presque tout mon collègue avec CEMCEM le youtubeur aux dix heures.*
- *J'ai déjà coincé un quad en forêt alors que j'étais perdu(e), sans batterie. Une battue a été organisée pour me retrouver.*
- *Je suis un homme castagnette (j'applaudi d'une seule main).*
- *Mon voisin a une vache qui s'est suicidée, elle s'est pendue.*
- *Je connais par coeur de nombreuses fables de la fontaine.*
- *Je me suis fait(e) fauché(e) par une voiture et ça a plié la fourche de mon Peugeot.*
- *J'ai fait les championnats de France dans un sport que je n'avais jamais fait et je n'ai pas fini dernier(ère) (ni premier(ière)).*

Le Parcours

Samedi 6	Dimanche 7	Lundi 8	Mardi 9	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12	Samedi 13
<i>Petite Chaux</i>	<i>Foncine le Haut</i>	<i>Chaux des Crotenay</i>	<i>L'Abbaye</i>	<i>Chaux du Dombief</i>	<i>Songeson</i>	<i>Bonnefontaine</i>	<i>Courbouzon</i>
15,3 km D+208 m D- 318 m	12 km D+ 212 m D- 186 m	12,2 km D+ 172 m D- 437 m	22 km D+ 385 m D- 291 m	15,5 km D+ 262 m D- 225 m	13 km D+ 98 m D- 402 m	16,9 km D+ 319 m D- 349 m	31 km D+ 157 m D- 475 m

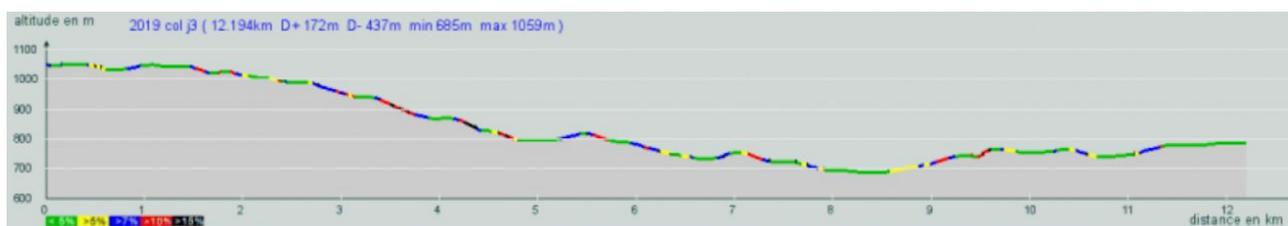
Jour 1



Jour 2



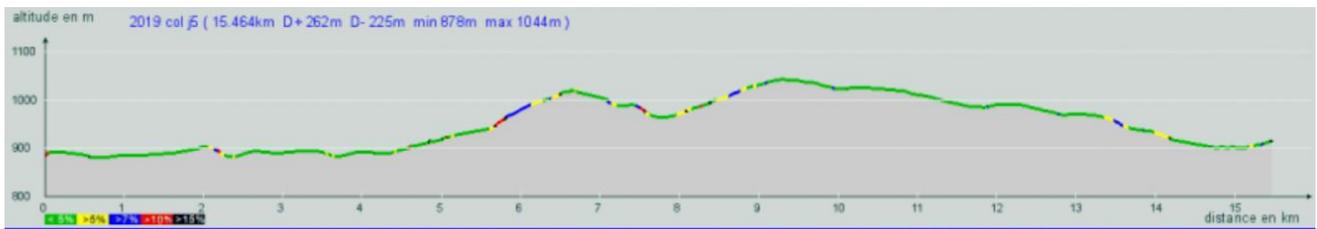
Jour 3



Jour 4



Jour 5



Jour 6



Jour 7



Jour 8





Now Let Us Sing

Now let us sing

Sing 'till the Power of the Lord Comes Down

Now let us sing

Sing 'till the power of the lord comes down

Lift up your hands

Lift up your hands

Don't be afraid

Don't be afraid

Now let us

Sing 'till the power of the Lord comes down.

Evenou shalom

Evenou shalom alerhem ! Evenou shalom alerhem !

Evenou shalom alerhem !

Evenou shalom, shalom, shalom alerhem !

1 - Nous vous annonçons la paix (x 3)

Nous vous annonçons la paix, la paix, la paix de Jésus!

Refrain

2 - Nous vous annonçons la joie (x 3)

Nous vous annonçons la joie, la joie, la joie de Jésus!

Refrain

3 - Nous vous annonçons l'amour (x 3)

Nous vous annonçons l'amour, l'amour, l'amour de Jésus!

Refrain

4 - Nous vous annonçons la paix,

Nous vous annonçons la joie,

Nous vous annonçons l'amour,

Nous vous annonçons la paix, la joie, l'amour de Jésus !

Refrain

Quelques textes et citations pour laisser le temps à la réflexion...

“Le temps s’offre toujours abondamment à celui qui chemine paisiblement sans se hâter, mais le temps fuit toujours celui qui essaie de lui courir après”

Maître Kessani

“Un ami c’est quelqu’un qui vous connaît bien mais qui vous aime quand même.”

Hervé LAUWICK

AMITIÉS

L’amitié, c’est une écoute
Quand le coeur est en déroute
Qui jamais ne se permet
de juger, ni de peiner.
Elle peut tout partager de nos joies, de nos secrets
Que ce soit la nuit, le jour, elle vole à notre secours
Impalpable comme le vent, forte comme l’océan.
L’amitié, c’est de l’or que l’on garde comme un trésor.

**“Le bonheur est
la seule chose
qui se double si
on le partage”**

Albert
Schweitzer

AIMER

Aimer, ce n’est pas des grandes déclarations.
Aimer, c’est de toutes petites choses, simples, sans aucune justification.
Aimer, c’est dire : “Veux-tu un café ? Es-tu fatigué ? Je peux faire quelque chose pour toi ?”
Aimer, c’est un coup de téléphone, une douce pensée, une lettre, une petite surprise, une charmante invitation.
Aimer, c’est prendre quelques minutes de son temps pour l’autre, même si parfois on n’a pas toujours le temps.
Aimer, c’est accomplir spontanément des choses, pour l’autre, sans arrière-pensée, sans aucune raison.
(...)
Aimer, c’est être capable de dire : “A ta place, je n’aurais pas fait mieux”
Aimer, c’est accueillir l’autre tel qu’il est, l’écouter avec son coeur, ne pas le brusquer.
Aimer, c’est aussi regarder l’autre avec les yeux du coeur et les yeux de l’âme.
La parole peut mentir, mais le regard ne ment pas.

“La liberté c’est le respect des droits de chacun; l’ordre c’est le respect des droits de tous.” Marbeau

<u>SOURIRE</u>	<u>PARDON</u>
<p>Un sourire ne coûte rien et produit beaucoup, Il enrichit ceux qui le reçoivent Sans appauvrir ceux qui le donnent. Il ne dure qu’un instant Mais son souvenir est parfois éternel. Personne n’est assez riche pour s’en passer, Personne n’est assez pauvre pour qu’il soit inutile, Personne n’est assez méprisable pour ne pas le mériter. Il crée le bonheur au foyer, soutient en affaires et au travail, Il est le signe sensible de l’amitié. Un sourire donne du repos à l’être fatigué, Rend courage aux plus découragés. Il ne peut ni s’acheter, ni se prêter, ni se voler, Car c’est une chose qui n’a de valeur Qu’à partir du moment où il se donne. Et si parfois vous rencontrez une personne Qui ne sait plus avoir le sourire, Soyez généreux, offrez-lui le vôtre... Car nul n’a autant besoin d’un sourire Que celui qui ne peut en donner aux autres.</p> <p style="text-align: right;">Raoul Follereau</p>	<p>Le pardon est un (...) cadeau que l’on offre à ceux qui nous ont blessé. [...] Pardoner, c’est un signe de sagesse. [...] Être capable de pardoner, c’est se donner la chance de vivre en équilibre avec soi-même, sans rancune, sans colère, et sans méchanceté.</p>

<u>OUVRE MOI FRÈRE</u>	
<p>Ouvre-moi mon frère, J’ai frappé à ta porte, J’ai frappé à ton cœur, Pour avoir un bon lit, Pour avoir un bon feu. Pourquoi me repousser ? Ouvre-moi mon frère !</p> <p>Pourquoi me demander Si je suis d’Afrique Si je suis d’Amérique Si je suis d’Asie Si je suis d’Europe</p>	<p>Pourquoi me demander La longueur de mon nez L’épaisseur de ma bouche La couleur de ma peau, Je ne suis pas un blanc Mais je ne suis qu’un homme. Ouvre-moi, mon frère.</p> <p>Ouvre-moi ta porte, Ouvre-moi ton cœur Car je suis un homme L’homme de tous les temps L’homme de tous les cieux L’homme qui te ressemble.</p>

LA MARMITE DE RAGOÛT

Un homme parlait avec le Seigneur du paradis et de l'enfer. Le Seigneur dit à l'homme :

« Viens, je te montrerai l'enfer. »

Ils entrèrent dans une pièce où un groupe d'hommes partageaient une énorme marmite de ragoût. Chacun d'entre eux était affamé, désespéré et mourant de faim. Chacun tenait dans sa main une cuillère qui pouvait atteindre la marmite, mais chaque cuillère était munie d'une poignée beaucoup plus longue que leur propre bras, si longue qu'elle ne pouvait servir à porter le ragoût à leur bouche.

La souffrance était terrible.

« Viens maintenant, je vais te montrer le paradis », dit le Seigneur après un moment.

Ils rentrèrent dans une autre pièce, identique à la première - la marmite de ragoût, le groupe de personnes, les mêmes cuillères.- Pourtant tous étaient heureux et bien nourris.

« Je ne comprends pas, dit l'homme. Pourquoi sont-ils heureux ici alors qu'ils étaient misérables dans l'autre pièce et que tout est semblable ? »

Le Seigneur sourit.

« Ah, c'est simple, dit-il. Ici, ils ont appris à se nourrir les uns les autres ! »

Ann Landers

DONNE NOUS LE COURAGE

Notre Dieu, Seigneur, donne-nous le courage d'être prêts
à prendre le départ pour les chemins
sur lesquels, nous le savons, tu nous appelles.
Donne-nous le courage de partir vers la bonté
plus forte que toutes les malveillances,
de nous hâter vers le pardon si difficile
lorsque nous sommes blessés,
de partir vers l'espérance
alors que nous sommes dans le noir,
de nous hâter vers nos frères et de leur donner ce que nous possédons.

Charles Singer

JE CONTINUERAI

Je continuerai à aimer même si les autres distillent la haine.
Je continuerai à croire même si tout le monde perd espoir.
Je continuerai à construire même si les autres détruisent.
Je continuerai à parler de paix même au milieu d'une guerre.
Je continuerai à illuminer même au milieu de l'obscurité.
Je continuerai à semer même si les autres piétinent la récolte.
Et Je continuerai à crier même si les autres se taisent.

Et je dessinerai des sourires sur des visages en larmes
Et j'apporterai le soulagement quand on verra la douleur
Et j'offrirai des motifs de joie là où il n'y a que tristesse
J'inviterai à marcher celui qui a décidé de s'arrêter
Et je tendrai les bras à ceux qui se sentent épuisés ;

Car au milieu de la désolation, il y aura toujours un enfant
qui nous regardera plein d'espoir, attendant quelque chose de nous
et même si nous sommes au milieu de la tourmente,
le soleil surgira toujours de quelque part,
au milieu du désert poussera une plante...

Mais... si un jour tu vois que je ne marche pas,
que je ne souris pas ou que je me tais,
alors approche-toi seulement de moi
et donne-moi un baiser,
tiens-moi dans tes bras
ou offre-moi un sourire.



Ce sera suffisant car j'aurai sûrement oublié
que la vie m'a accablé et m'a surpris pendant un moment.
Il y aura toujours un oiseau qui chantera pour nous,
un enfant qui nous sourira
et un papillon qui nous fera cadeau de sa beauté.
Seulement un geste de ta part me fera retourner à mon chemin.
Ne l'oublie jamais.

Notre prière

Dieu de notre coeur
Dans le silence de jour,
Je viens te demander
la paix, la sagesse et la force.

Je veux regarder aujourd'hui le monde
Avec des yeux tout remplis d'amour :
Etre patient, compréhensif, doux, sage,
Voir au delà des apparences Tes enfants
Comme Tu les vois Toi-même.
Et ainsi ne voir que le bien en chacun.

Ferme mes oreilles à toutes les calomnies,
Garde ma langue de toute malveillance.
Que seules les pensées qui bénissent
Demeurent dans mon esprit.
Que je sois si bienveillant et si joyeux
Que tous ceux qui m'approchent sentent
Ta présence.

Revêts-toi de ma beauté, Seigneur,
Et qu'au long de ce jour, je Te révèle...

PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT concerne chacun d'entre nous.

Prendre conscience et faire prendre conscience à chacun de l'importance de protéger l'environnement.

Car protéger l'environnement, c'est protéger l'humanité et permettre qu'elle survive.

L'homme ne vit pas tout seul et isolé. Il vit dans un environnement dont il est totalement dépendant.

Vivre dans des villes, entouré de technologie, nous le fait souvent oublier. Mais si nous détruisons notre environnement, celui-ci nous rappellera vite notre dépendance à son égard.

Pour assurer la survie et donc l'avenir de l'humanité, il est indispensable de protéger l'environnement aujourd'hui.

Protéger l'environnement, c'est préserver l'avenir de l'Homme.



Dieu est une fête aujourd'hui



Dieu est une fête aujourd'hui
La fête de la vie
O Alléluia
Dieu est une fête aujourd'hui
C'est lui qui l'a promis, oh, oh, oh, oh !

Refrain : Alléluia ah ah ah ! Alléluia, O Alléluia !
Alléluia ah ah ah ! Alléluiaaaaaaaaaaaaaaaaa

Tout oublier (extrait) Angèle & Roméo Elvis

N'existe pas sans son contraire qui lui semble facile à trouver
Le bonheur n'existe que pour plaire, je le veux
Enfin, je commence à douter d'en avoir vraiment rêvé
Est-ce une envie? Parfois, j'me sens obligée

Le spleen n'est plus à la mode, c'est pas compliqué d'être heureux

Le spleen n'est plus à la mode, c'est pas compliqué

Tout, il faudrait tout oublier,

Pour y croire, il faudrait tout oublier
On joue, mais là, j'ai trop joué
Ce bonheur, si je le veux, je l'aurai

L'hymne de nos campagnes Tryo

Si tu es né dans une cité HLM
Je te dédicace ce poème
En espérant qu'au fond de tes yeux
ternes
Tu puisses y voir un petit brin d'herbe
Et les mans faut faire la part des choses
Il est grand temps de faire une pause
De troquer cette vie morose
Contre le parfum d'une rose

C'est l'hymne de nos campagnes
De nos rivières, de nos montagnes
De la vie man, du monde animal
Crie-le bien fort, use tes cordes vocales !

Pas de boulot, pas de diplômes
Partout la même odeur de zone
Plus rien n'agite tes neurones
Pas même le shit que tu mets dans tes
cônes
Va voir ailleurs, rien ne te retient
Va vite faire quelque chose de tes mains

Ne te retourne pas ici tu n'as rien
Et sois le premier à chanter ce refrain

Refrain

Assieds-toi près d'une rivière
Écoute le coulis de l'eau sur la terre
Dis-toi qu'au bout, hé! il y a la mer
Et que ça, ça n'a rien d'éphémère
Tu comprendras alors que tu n'es rien
Comme celui avant toi, comme celui qui
vient

Que le liquide qui coule dans tes
mains
Te servira à vivre jusqu'à demain
matin! Si tu es né dans une cité
HLM
Je te dédicace ce poème

Refrain

Assieds-toi près d'un vieux chêne
Et compare le à la race humaine
L'oxygène et l'ombre qu'il t'amène
Mérite-t-il les coups de hache qui le
saignent?
Lève la tête, regarde ces feuilles
Tu verras peut-être un écureuil
Qui te regarde de tout son orgueil
Sa maison est là, tu es sur le seuil...

Refrain

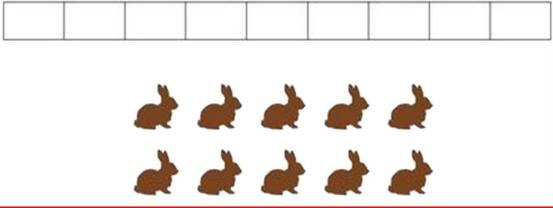
Peut-être que je parle pour ne rien
dire
Que quand tu m'écoutes tu as
envie de rire
Mais si le béton est ton avenir
Dis-toi que c'est la forêt qui fait que
tu respirez
J'aimerais pour tous les animaux
Que tu captés le message de mes
mots
Car un lopin de terre, une tige de
roseau
Servira à la croissance de tes
marmots!
Servira à la croissance de tes
marmots!

Refrain x 2

Quelques énigmes pour ceux qui veulent se casser la tête...

- 1) Qu'est ce qui t'appartient mais que les autres utilisent plus que toi ?
- 2) Qu'est ce que tu portes et qui te porte aussi ?
- 3) Dans un étang, il y a 10 poissons. 2 se sont noyés, 4 nagent au loin et 3 sont morts. Combien de poissons reste-t-il ?
- 4)

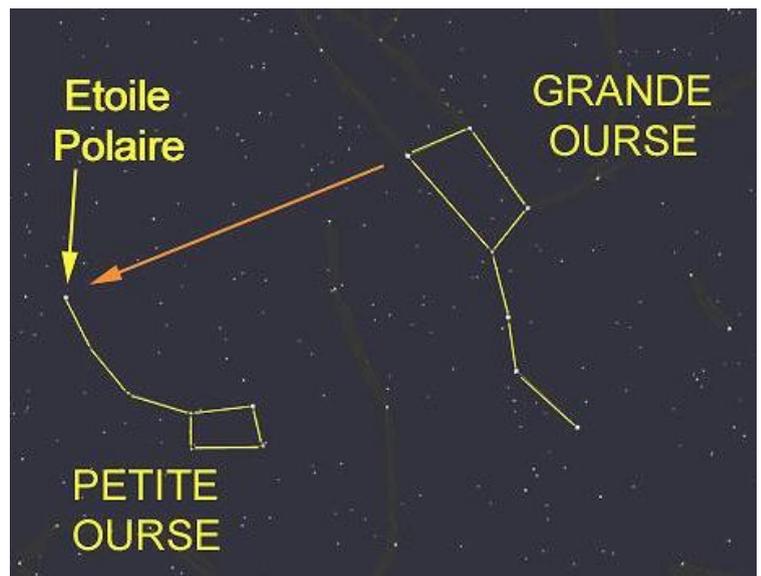
**COMMENT DÉPLACER 10 LAPINS DANS 9 CASES
SANS EN METTRE DEUX DANS LA MÊME CASE?**




Les mots cachés du camp

LE VTT

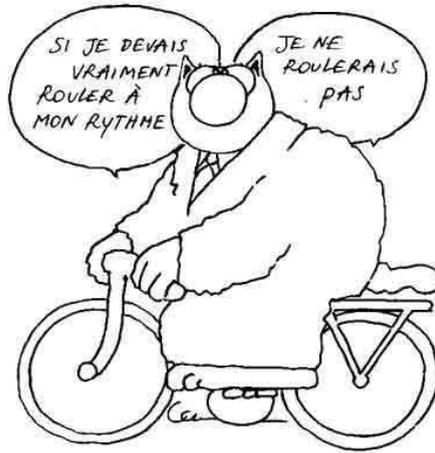
C	O	G	Q	E	M	Z	G	B	C	N
L	E	E	N	N	O	D	N	A	R	O
W	Z	Q	V	G	N	I	L	Y	P	I
Q	D	E	K	A	I	J	N	D	Q	T
M	Q	O	C	T	A	E	G	J	P	I
J	R	Q	H	N	R	T	Y	H	Z	T
P	V	E	L	O	R	N	C	W	U	E
B	X	D	P	M	E	W	N	O	O	P
B	G	G	W	V	T	J	T	C	R	M
X	T	A	U	W	P	O	N	P	C	O
X	P	J	G	O	J	U	F	O	M	C



Comment repérer la petite et la grande ours ?

- (?) VELO
- (?) TOUT
- (?) TERRAIN
- (?) MONTAGNE
- (?) COMPETITION
- (?) RANDONNÉE





Si tu veux (re)voir les photos du camp et le montage qui seront ajoutés sur le site internet des camp VTT l'année prochaine, scan ici !



A L'ANNÉE PROCHAINE !

