



SÉNÉGAZETTE 2015

Le journal de la Sénagazelle – OCTOBRE 2015



EDITO

Participer à la Sénagazelle, c'est contribuer à la distribution de tonnes de matériels scolaires. Votre énergie est un réel coup de pouce pour l'accès à l'école des jeunes sénégalais de la région du Sine Saloum.

Sur place, c'est la rentrée scolaire depuis une quinzaine de jours et la Sénagazelle est déjà inscrite sur les agendas des professeurs et des élèves. La fête sera belle. Sous l'arbre à palabres dans les villages on parle déjà de l'arrivée des Gazelles !

La beauté des paysages, la solidarité, toutes les émotions que vous allez ressentir durant votre séjour seront la récompense de votre investissement dans le projet que vous préparez en ce moment.

Cette Sénagazette tente de répondre aux questions que vous vous posez le plus fréquemment.

Sportivement.

Jean-Michel FERRON
Organisateur Sénagazelle

Transports aériens

Pour les enregistrements, prévoir une arrivée 3 heures avant le décollage (un peu moins pour les aéroports de province).

Vous recevrez votre convocation aéroport 15 jours avant le départ.

Votre billet est électronique, pas de billet papier.

PASSEPORT OBLIGATOIRE

SEMAINE A ET B		
PARIS ORLY	départ : 16h30	retour : 11h15
BORDEAUX	départ : 15h55	retour : 15h05
LYON	départ : 16h10	retour : 15h10
NANTES	départ : 12h00	retour : 11h10
MARSEILLE	départ : 15h55	retour : 10h30
TOULOUSE	départ : 15h30	retour : 14h40
SEMAINE C ET D		
PARIS ORLY	départ : 17h30	retour : 12h05
BORDEAUX	départ : 16h55	retour : 16h05
LYON	départ : 17h10	retour : 16h05
NANTES	départ : 12h30	retour : 11h30
MARSEILLE	départ : 18h55	retour : 11h25
TOULOUSE	départ : 16h10	retour : 15h20
STRASBOURG	départ : 17h15	retour (Paris) : 12h05

Valise type

1 paire de chaussures de sport (des running suffisent), 1 tenue de sport, 1 casquette, 1 pantalon, 1 pull, 2 paires de chaussettes, nécessaire de toilette (les serviettes de toilette sont fournies), lingettes, un peu de lessive, 1 maillot de bain (lunette de piscine éventuellement), 1 porte-bidon ou camel-bag (obligatoire), 4 épingles à nourrice (dossard), traitement anti-palu., produit anti-moustiques, lampe de poche ou frontale (à garder avec soi pour l'arrivée au petit matin).

Pour la semaine B : prévoir une laine polaire et un coupe-vent (pour les déplacements matinaux en pirogues). Nous délocaliserons le groupe au site de PALMARIN, pour 3 nuits, afin d'être au plus près des Iles du Saloum où vous évoluerez. Favorisez un bagage souple plutôt qu'une grosse valise.

Téléphone

Le portable passe à Simal. Pour appeler le Sénégal depuis la France : composer le 00 221 - Pour appeler du Sénégal vers la France : composer le 0033 + les 9 derniers chiffres de votre correspondant.

En cas d'urgence, vos familles pourront joindre l'organisation au 00 221 77 7285378

FOIRE AUX QUESTIONS

Afin de récolter des dons, je veux créer mon association que dois-je faire ?

Rien de plus simple ! Il faut trouver trois personnes pour créer le bureau de votre association, puis remplir le formulaire Cerfa n°13973*03 et l'envoyer à la Préfecture qui vous enverra un récépissé après enregistrement.

Quelle quantité de fournitures scolaires ?

Vous avez une franchise bagages de 2 X 23 kgs pour vos affaires personnelles et la dotation de solidarité. Plus un bagage cabine de 7 kgs (gabarit..)

Quel type de matériel scolaire ?

Tout type de matériel en bon état : cahiers, crayons (bille, couleurs, feutres...), gommes, règles, rapporteurs, trousse, ardoises, craies, classeurs... Et pour les plus petits : peluches, cahiers de coloriage. Le matériel sportif est également bienvenu : ballons, tee-shirts...

Y a-t-il des vaccins obligatoires ?

Le vaccin contre la **fièvre jaune n'est pas obligatoire**. Seul un traitement anti-paludéen est fortement conseillé (Laryam entraînerait des effets indésirables, d'après de nombreux témoignages).

Expérience personnelle (Jean-Michel FERRON) : au cours d'un raid sportif en Lybie, il y a quelques années, le médecin de la course, un Américain, préconisait la prise journalière d'une prévention naturelle anti-palu. A base de plantes, il n'y a aucun effet secondaire.

Plus d'infos et commande : info@oronalia.com - Tel : 00(352)26665832 ou direct : 0977197333 www.oronalia.com



Le meilleur comportement vis-à-vis des moustiques est de porter en soirée un pantalon long, chaussettes, et d'utiliser un répulsif.

Dois-je changer de l'argent en France avant de partir ?

Vous aurez du mal à trouver des francs CFA (monnaie sénégalaise : 1 € = 650 CFA) avant votre départ. Vous pourrez faire le change sur le lieu de résidence (tout est pris en charge sauf les boissons prises hors repas, pourboires et autres dépenses personnelles).

Quel type de terrains vais-je rencontrer pendant les étapes ?

Vous allez évoluer essentiellement dans la brousse, sur des sentiers plutôt sablonneux, le long du fleuve Saloum, sur du sable plus dur. Il n'y a pas de dénivellé.

Quelle température fait-il pendant la course ?

Départ des randonneuses : 7 h 30. Départ des coureuses : 8 h. Il fera entre 20° et 25°. En fin de matinée les températures peuvent monter à 30° voire plus en fonction des conditions climatiques du jour.

Pourrais-je être avec mes copines dans la même chambre ?

La répartition des chambres se fera à l'aéroport et à l'arrivée sur site. Chambre de 3 ou 4 personnes.

Quel type d'hébergement ?

Chaque chambre comprend ses propres sanitaires : lavabo, douche, w.c. Les serviettes de toilette sont fournies. Electricité 220 volt (prise européenne).

Ma famille pourra-t-elle me suivre au jour le jour ?

Le site sera actualisé (classement, photos, compte-rendu journalier) en fonction des connections internet disponibles.

... N'hésitez pas à nous contacter pour des renseignements complémentaires.

Correspondance :

Afin de faciliter notre travail administratif, n'oubliez pas de préciser sur vos courriers ou mails la semaine de votre Sénégalaise. Merci.