

Communiqué de presse

La rando en famille, c'est trop bien !

UN LIVRE DROLE ET PRATIQUE DONT VOUS ETES LE HEROS !



Pour ceux qui n'ont jamais expérimenté la rando en famille, rassurez-vous. Les discussions autour d'un tel projet ne sont pas toujours difficiles. Il suffit de savoir présenter les choses. Comment fait le Club med pour nous rendre accro à sa formule en trente secondes de spot publicitaire ? Comment fait la Grèce pour nous donner envie d'aller passer nos vacances dans un pays en pleine récession ? Ils nous font rêver !

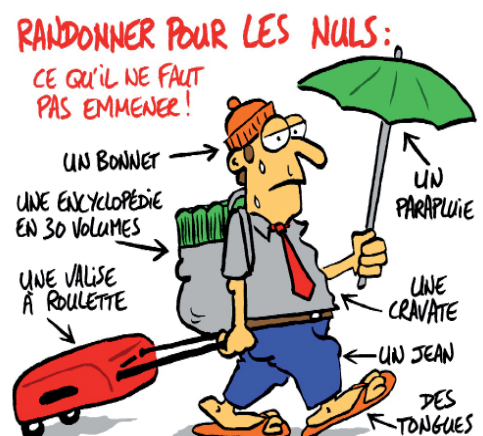
Illustré par une trentaine de dessins originaux signés Ludo, ce livre s'adresse à ces héros randonneurs, qui aiment la nature, la marche et l'effort et veulent faire adhérer leur famille à un projet de vacances actives et originales, sans utiliser la force, le chantage, l'autoritarisme, la peur ou toute autre méthode bien connue des parents pour faire grandir leurs enfants.

Nous allons vous aider pas à pas à construire votre stratégie, vos argumentaires personnalisés, à anticiper les objections, à être créatif et à susciter le rêve. On vous incitera aussi à user d'humour. Vous ressortirez de cette lecture grandi, fort et déterminé. Votre charisme et votre aplomb ne seront plus discutables. En revenant au travail, demandez une augmentation !



Nadège Wajzik, 38 ans, directrice de la communication, est née à Chartres. Elle a attrapé le virus de la randonnée à 19 ans et n'a jamais guéri depuis. Elle a fini par convaincre son mari et leurs trois enfants de l'accompagner.

Arnaud Wajzik, 39 ans, journaliste, chef de rédaction, est né à Caen. Fan de frites et de technologies, il prend aujourd'hui beaucoup de plaisir à arpenter les sommets. La famille angevine ne passe pas un été sans barre de céréales, jumelles et collection de cailloux.



UN LIVRE EN DIX ETAPES DONT VOICI DES EXTRAITS

Comment convaincre sa famille ?



Comment se préparer ?



Où partir ?

Haute montagne, moyenne montagne, volcans, lacs, cascades. Voici un petit quiz pour vous aider à déterminer « la destination idéale pour votre famille ».

1- Quand vous vous promenez, vous regardez plutôt :

- A- les vaches et les fourmis
- B- les nuages qui forment des dessins
- C- le guide touristique
- D- vos pieds et votre montre

Avancer à quel rythme ?

Quand vous randonnez avec des enfants, ajoutez au moins 25 % au temps annoncé. Et si vous cumulez baptême de randonnée et baptême de guidage, ne partez pas sur des périple trop ambitieux. La fatigue aidant, les aléas du parcours peuvent tourner vinaigre.

« On est perdus, je l'avais ! On aurait dû partir plus tôt. Ou prendre un accompagnateur. Il va bientôt faire nuit et on ne sait pas où on est. Qu'est-ce que tu proposes ? On fait un trou dans la terre pour passer la nuit ? Cette idée de partir randonner, c'était un plan galère. J'aurais jamais dû dire oui. Maintenant on va tous mourir, dans d'atroces souffrances, dévorés par les loups !!! »

Que mettre dans son sac ?

Une fois chargé, le sac passe sur la balance. Si ce poids dépasse 15 kg sans la tente et sans l'eau, ouvrez-le et cherchez la brique que quelqu'un a dû cacher dedans pour vous faire une blague. Plus sérieusement, il va falloir faire des choix ou vous allez souffrir.

Comment occuper les enfants ?



Comment éviter les pépins ?



"Le premier qui voit"

Voici un jeu très simple, accessible aux plus jeunes. Vous commencez et dites : « Le premier qui voit... un scarabée ». Chacun observe et le premier qui en voit un dit « Moi ». On vérifie et s'il dit juste c'est à lui de proposer : « Le premier qui voit... un ruisseau ». Ce jeu fonctionne bien si l'on choisit des choses faciles à trouver. Si l'on doit attendre une heure pour trouver, les enfants se lassent. « Le premier qui voit... un dahu ! »

Comment rester digne et civilisé ?

Les éboueurs ne courent pas les sentiers et les marmottes font les difficiles. Donc, vos déchets, vous allez vous les porter. Les fabricants de sacs à dos ont tout prévu. Vous pouvez attacher votre sac poubelle aux lanières extérieures et le laisser pendre. D'un côté des habits qui sèchent, de l'autre la poubelle. L'homme orchestre, à côté de vous, il est minable.