

Tour de France contre l'inceste



Sommaire :

1 – Présentation.....

2 – La carte du parcours.....

3 – Les Étapes programmées.....

4 – L'association Face à l'inceste.....

5 – Les mécénats et les dons.....

6 – Mes coordonnées.....

Présentation

Je m'appelle Guillaume Chaigneau. J'ai 52 ans. Je suis marié et père de trois enfants. Avec ma femme Valérie, je dirige l'enseigne indépendante, « Le Grenier Malin », magasin de mobilier et décoration de la maison, situé à Fontenay-le-Comte en Vendée (85).

Passionné de sport, je pratique le Triathlon depuis 2013, et j'ai participé à cinq marathons dont ceux de Paris et de New York.

Le dimanche 30 mars 2025, je prendrai le départ d'un défi ambitieux, celui de parcourir un tour de France en vélo. Afin de donner un sens plus profond à ce défi sportif et mental, j'ai décidé d'ouvrir une cagnotte dédiée intégralement à l'association « Face à l'inceste », dont les combats me relient à mon histoire personnelle, ainsi qu'à celle d'un de mes frères.

Ce tour de France étant programmé sur 81 étapes, vous pouvez en tant que représentant d'entreprise ou d'association, devenir mécène de cet événement et choisir une étape qui portera votre nom. Vous êtes même invités à venir rouler avec moi lors de cette étape . Et les particuliers donateurs sont aussi, les bienvenus pour venir pédaler sur l'étape de leur choix.

Chaque jour, je partagerai mes progrès et mes aventures sur mes réseaux sociaux, Facebook, Instagram et via l'application Polarsteps où vous pourrez suivre en direct mes avancées sur le parcours.



La carte du Parcours



Départ : Dimanche 30 mars à 9h00 -
de Fontenay-le-Comte

Durée : 3 mois

5 Jours de repos prévus

7 500 km au total

80 000 m de dénivelé

90 km en moyenne par étape

Les étapes programmées



Étapes	Villes	Dates	Distances	Dénivelé
1	Fontenay-le-Comte (85) – Rochefort (17)	Di 30 mars	120 km	520 m
2	Rochefort – Royan (17)	Lu 31 mars	90 km	300 m
3	Royan – Hourtin (33)	Ma 01 avril	60 km	100 m
4	Hourtin – Andernos les bains (33)	Me 02 avril	60 km	100 m
5	Arcachon – Veille St Girons (40)	Je 03 avril	130 km	470 m
6	Veille St Girons – Sare (64)	Ve 04 avril	135 km	1 100 m
7	Sare – Larrau (64)	Sa 05 avril	103 km	2 140 m

Légende :

Début des vacances de Pâques (Zone B) (5 avril)



Étapes	Villes	Dates	Distances	Dénivelé
8	Larrau – Larens (64)	Di 06 avril	96 km	2 350 m
9	Larens – Barèges (65)	Lu 07 avril	73 km	2 300 m
10	Barèges – Vignec (65)	Ma 08 avril	64 km	1 740 m
11	Vignec - Arlos (31)	Me 09 avril	66 km	1 500 m
12	Arlos – Argein (09)	Je 10 avril	42 km	1 300 m
13	Argein – Aulus-les-bains (09)	Ve 11 avril	58 km	1 500 m
14	Aulus-les-bains – Ax-les-thermes (09)	Sa 12 avril	85 km	1 800 m
15	Ax-les-thermes – Ripoll (Espagne)	Di 13 avril	124 km	1 930 m
16	Ripoll – Amélie-les-bains (66)	Lu 14 avril	105 km	1 400 m
REPOS			Ma 15 avril	
17	Amélie-les-bains – Ste Marie-la-mer (66)	Me 16 avril	127 km	1 200 m
18	Ste Marie-la-mer – Frontignan (34)	Je 17 avril	158 km	300 m
19	Frontignan – Les saintesmarie de la mer	Ve 18 avril	83 km	130 m
20	Les Saintesmarie-la-mer – Marseille (13)	Sa 19 avril	111 km	680 m
21	Marseille – La Seyne sur mer (83)	Di 20 avril	99 km	1 445 m
22	La Seyne sur mer – Le Lavandou (83)	Lu 21 avril	88 km	550 m
23	Le Lavandou – Cannes (06)	Ma 22 avril	117 km	905 m
24	Cannes – Monaco	Me 23 avril	80 km	820 m
25	Monaco – La Bollène Vésubie (06)	Je 24 avril	70 km	1 300 m

Col de l'Aubisque (1709 m) – du Soulor (1474 m)
 Col du Tourmalet (2 115 m) – Hourquette d'Ancizan (1 564 m)
 Col d'Azet (1 580 m) – De Peyresourde (1 569 m)

Légende :

Colos importants

Fin des vacances de Pâques (Zone B) (22 avril)

Les étapes programmées



Étapes	Villes	Dates	Distances	Dénivelé
26	La Bollène Vésubie – St Etienne de Tinée	Ve 25 avril	72 km	1 650 m
27	St Etienne de Tinée – Jausiers (06)	Sa 26 avril	49 km	1 610 m
28	Jausiers – Arvieux (05)	Di 27 avril	65 km	1 630 m
29	Arvieux – La Salle les Alpes (05)	Lu 28 avril	40 km	1 100 m
30	La Salle les Alpes – Modane (73)	Ma 29 avril	80 km	1 730 m
31	Modane – Val d'Isère (73)	Me 30 avril	64 km	1 880 m
REPOS				
		Je 01 mai		
32	Val d'Isère – Hauteluce (73)	Ve 02 mai	90 km	1 750 m
33	Hauteluce – Vallorcine (74)	Sa 03 mai	86 km	1 790 m
34	Vallorcine – Ollon (Suisse)	Di 04 mai	56 km	573 m
35	Ollon – St Julien en Genevois (74)	Lu 05 mai	111 km	540 m
36	St Julien en Genevois – Les Rousses (39)	Ma 06 mai	97 km	1 500 m
37	Les Rousses – Pontarlier (25)	Me 07 mai	87 km	850 m
38	Pontarlier – Charquemont (25)	Je 08 mai	79 km	1 600 m
39	Charquemont – Delle (90)	Ve 09 mai	90 km	1 400 m
40	Delle – Blodelsheim (68)	Sa 10 mai	124 km	1 100 m
41	Blodelsheim – La Wantzenau (67)	Di 11 mai	102 km	45 m

Légende :

■ Cols importants

Col de la Bomette (2 715 m)

Col de l'Izoard (2 360 m)

Col du Galibier (2 642 m)

Col de l'Iseran (2 764 m)



Étapes	Villes	Dates	Distances	Dénivelé
REPOS				
		Lu 12 mai		
42	La Wantzenau – Bitch (57)	Ma 13 mai	125 km	800 m
43	Bitch – Hambach (57)	Me 14 mai	82 km	720 m
44	Hambach – Sierck les Bains (57)	Je 15 mai	114 km	1 250 m
45	Sierck les Bains – Montmédy (55)	Ve 16 mai	113 km	1 440 m
46	Montmédy – Corbion (Belgique)	Sa 17 mai	75 km	950 m
47	Corbion – Aubrives (08)	Di 18 mai	100 km	1 050 m
48	Aubrives – Trélon (59)	Lu 19 mai	87 km	700 m
49	Trélon – Sébourg (59)	Ma 20 mai	104 km	800 m
50	Sébourg – Marcq en Baroeul (57)	Me 21 mai	85 km	250 m
51	Marq en Baroeul – Bailleul (59)	Je 22 mai	90 km	250 m
52	Bailleul – Oye Plage (62)	Ve 23 mai	101 km	345 m

Les étapes programmées



Étapes	Villes	Dates	Distances	Dénivelé
53	Oye Plage – Étapes (55)	Sa 24 mai	105 km	830 m
54	Étapes – Mers les Bains (80)	Di 25 mai	121 km	860 m
55	Mers les Bains – St Valery en Caux (76)	Lu 26 mai	72 km	730 m
56	St Valery en Caux – Cauville sur Mer (76)	Ma 27 mai	86 km	1 060 m
57	Cauville sur Mer – Cabourg (14)	Me 28 mai	95 km	500 m
58	Cabourg – Isigny sur Mer (14)	Je 29 mai	101 km	450 m
59	Isigny sur Mer – Cherbourg Octeville (50)	Ve 30 mai	115 km	400 m
60	Cherbourg Octeville – Flamanville (50)	Sa 31 mai	80 km	1 200 m
REPOS				
Di 01 juin				
61	Flamanville – Agon Coutainville (50)	Lu 02 juin	75 km	400 m
62	Agon Coutainville – St Martin des Champs (50)	Ma 03 juin	80 km	600 m
63	St Martin des Champs – St Malo (35)	Me 04 juin	98 km	500 m
64	St Malo – Erquy (22)	Je 05 juin	97 km	1 100 m
65	Erquy – Étables sur mer (22)	Ve 06 juin	75 km	1 050 m
66	Étables sur mer – Plougiel (22)	Sa 07 juin	99 km	1 100 m
67	Plougiel – Plestin les Grèves (22)	Di 08 juin	100 km	1 300 m
68	Plestin les Grèves – Roscoff (29)	Lu 09 juin	82 km	870 m
69	Roscoff – Lannilis (29)	Ma 10 juin	110 km	700 m
70	Lannilis – Brest (29)	Me 11 juin	101 km	1 200 m
71	Brest – Lanvéoc (29)	Je 12 juin	85 km	1 070 m
72	Lanvéoc – Telgruc sur Mer (29)	Ve 13 juin	81 km	1 000 m
73	Telgruc sur Mer – Audierne (29)	Sa 14 juin	92 km	1 070 m
REPOS				
Di 15 juin				
74	Audierne – Bénodet (29)	Lu 16 juin	94 km	600 m
75	Bénodet – Guidel (56)	Ma 17 juin	95 km	950 m



Étapes	Villes	Dates	Distances	Dénivelé
76	Guidel – Carnac (56)	Me 18 juin	114 km	600 m
77	Carnac – Arzal (56)	Je 19 juin	96 km	675 m
78	Arzal – St Nazaire (44)	Ve 20 juin	121 km	600 m
79	St Nazaire – Beauvoir sur Mer (85)	Sa 21 juin	80 km	370 m
80	Beauvoir sur Mer – La Tranche sur Mer (85)	Di 22 juin	121 km	400 m
81	La Tranche sur Mer – Fontenay-le-Comte (85)	Lu 23 juin	70 km	170 m

L'association Face à l'inceste



Face à l'inceste, est une association basée sur Paris depuis 25 ans, qui lutte contre les agressions faites aux enfants par un membre de leur famille.

- 900 membres
- 200 adhérents
- 15 bénévoles
- 2 salariés

Quelques chiffres :

- **Dans 3 cas sur 5, la parole de la victime est minimisée.**
- **2 personnes sur 5 connaissent une victime de l'inceste.**
- **1 Français sur 10 est victime de l'inceste, soit 6,7 millions de personnes.**

Ses combats :

Cette association se mobilise pour :

- L'imprescriptibilité
- Les campagnes d'information grand public, afin de sensibiliser la société et de faire reculer le tabou de l'inceste
- Pour la formation des professionnels en contact avec des mineurs
- Pour l'obligation de signalement et la protection des personnes émettrices du signalement
- Pour la protection immédiate de l'enfant
- La lutte contre la pédocriminalité

Les mécénats et les dons

Vous avez envie de faire un don ?

Le principe est le suivant : vous avez la possibilité d'effectuer un don d'un montant libre, via le QR Code en bas de la page qui vous dirigera sur le site de l'association, ou vous avez pouvez simplement faire un chèque.

En tant que donateur ou mécène, vous obtenez ma cordiale invitation à venir pédaler et transpirer avec moi.

Merci de me contacter pour valider le choix de votre étape.

Pour les personnes donatrices :

- Montant du don libre
- Choix d'une étape à votre nom
- Possibilité de participer à une étape

IMPORTANT :

- ➔ **Les dons seront directement versés à l'association**
- ➔ **Un don = réduction de 66 % pour les particuliers sur l'impôt revenu de 60 % pour les entreprises sur l'impôt société**
- ➔ **Votre reçu fiscal vous sera automatiquement envoyé après validation de votre paiement**
- ➔ **Modalités de paiement :**
 - Par virement sur le site + envoyez nous un mail indiquant le montant de votre don et le nom de l'entreprise.
 - Par chèque à l'ordre de l'association et à l'adresse : Guillaume Chaigneau – Le Grenier Malin – 3 Avenue Georges Pompidou à Fontenay-le-Comte - 85200

Destinataires du mail :

- contact@legreniermalin.fr (adresse pro)
- ana.biret@gmail.com (chargée de communication)

QR Code et lien pour accéder au site de l'association pour faire un don :

<https://facealinceste.fr/faire-un-don/tour-de-france-contre-l-inceste>



Mes coordonnées



Fontenay-le-Comte 85200



06.13.40.93.84



contact@legreniermalin.fr



tdf_vélo_



Le Tour de France contre l'inceste



Guillaume Chaigneau

