

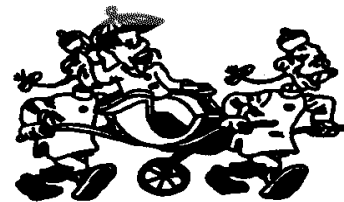
# Mille Pattes

Le journal de Handi Cap Evasion 38

Siège: 50 Av A Briand - 38600 FONTAINE

TÉL. : 04-76-26-06-34 Mèl : [38asso.contact@hce38.fr](mailto:38asso.contact@hce38.fr)

N° 69 – AOUT 2014



## Edito Ecolo Rigolo

Le temps, où nous étions taxés d'être « à côté de la plaque », est révolu.

A l'heure actuelle tout doit être pensé avant d'être réalisé afin de minimiser l'impact de nos activités sur la nature (économies d'énergie, consommation locale, interdiction des pesticides, etc),

Protégeons la nature, elle nous soigne et nous nourrit.

Les chinois sont maintenant obligés dans certaines régions de polliniser les pommiers à la main, les abeilles ont disparu ! (voir article du Monde du 24-04-2014).

Respectons les abeilles comme si elles étaient nos amies, nos mères avant qu'elles ne disparaissent ...

En plus les abeilles, les papillons, les oursins, les escargots, c'est rigolo, non ?

Babette & Pierre

## Forum des associations : Samedi 06 septembre de 15 h à 19 h.

Pour la première année, en plus de la fête de la Poya, un forum des associations est organisé à la Maison des associations.

Nous faisons appel à des adhérents pour tenir le stand. (Parc Karl Marx)

Des permanences de deux heures par binôme sont prévues

Vous pouvez nous envoyer un mail, pour proposer vos services :  
[38asso.contact@hce38.fr](mailto:38asso.contact@hce38.fr)

## Jeu de piste

Bravo pour ce jeu de piste comme pour les mini-séjours ou week-ends. Une organisation parfaite, des journées et heures de travail pour nous satisfaire au mieux.

Equipe verte et équipe rouge :

Départ du parking de Prémol où il y a 15 balises à trouver, bien cachées parfois.

Des balises avec des questions auxquelles nous devons répondre d'après notre culture.

Balise n° 11, nous arrivons à la réserve du lac de Luitel et là il y a le mérite de tous ces bénévoles, un casse-croûte bien mérité pour tous ces randonneurs.



Près de nous, dans un chalet, une exposition permanente est installée, elle permet aux visiteurs de comprendre les richesses de cette réserve.

Au final de ce jeu de piste, l'équipe verte a gagné.

En conclusion, un moment convivial et de partage avec de la bonne humeur et des sourires.

Patricia



## " Nuit des étoiles " 9 et 10 Août 2014

Après de nombreux changements à cause de la météo, Babette et Luc optent pour un pique-nique à Fontaine, puis visite de l'exposition "Les Araignées" au Muséum.

Ces petites bêtes, que nous côtoyons chaque jour avec plus ou moins d'attirance (il y a 1600 espèces en France dont 0,5 % mortelles) font partie de la famille des Arachnides (8 pattes comme les scorpions et acariens), sont très intéressantes. Leur toile est constituée de nanocristaux, de soie très résistante et élastique étudiée pour des sutures chirurgicales et leur venin est à l'étude pour lutter contre les insuffisances cardiaques, les tumeurs du cerveau et les maladies neurologiques. L'araignée est un puissant insecticide naturel. Merci les araignées !!! Puis visite de la serre du Muséum et du parc Paul Mistral où les animations étaient nombreuses.



Nous nous retrouvons dimanche pour une balade et pique-nique à la cabane des Ramées avec Abdel (réfugié politique de Guinée) qui nous a beaucoup aidés. Un grand merci pour une première expérience. Au retour Babette nous a offert une bière bien fraîche ...

Très bon week-end mêlant culture et randonnée avec Babette, Noëlle, Hervé, Luc, Sébastien et Abdel.

Pour info : " Les Araignées " à l'Orangerie dans le parc du Muséum jusqu'au 8 mars 2015.

## Redécouverte du Sud Vercors

Connaissez-vous le Vercors Sud ? Etes-vous conscient(e) qu'il recèle des paysages grandioses (sur les crêtes du Plateau d'Ambel, nous nous sommes "régalés"...), une flore de toute beauté et une faune étonnante ? Cette année, du 1er au 4 mai, Thibault Delaitre nous a emmenés redécouvrir tout cela.



Départ de la cabane de la Gardiole (sous le crachin) vers la Ferme d'Ambel, installation et pique-nique, puis ascension de la Tête de la Dame, sous le soleil cette fois ! Malheureusement, dès le 1<sup>er</sup> soir, la météo s'est "mise au gris" (brume, puis pluie et vent) ; ce qui nous a amenés, le 2<sup>ème</sup> jour, à "battre en retraite" vers les voitures et le gîte du Vercors (Lente).

Ensuite ce fut : visite du Mémorial de la Résistance pour certains, douche et repos pour les autres. Le lendemain, sous les bourrasques, nous avons tenté le But St Genix, mais en vain... Il n'y a que le dernier jour que le ciel s'est "remis au bleu" sur le Plateau de Vassieux ! Au final, malgré tout, il y avait une très bonne ambiance. Merci à tous et spécialement à Thibault ainsi qu'aux Villot, excellents cueilleurs de morilles et fameux cuisiniers !!

Jean Cordonnier

## Reprise de la rubrique culturelle

Dans le passé, nous faisons une rubrique culturelle, nous avons décidé de la reprendre. Celle-ci se composait de vos livres, films, poèmes, expositions.....qui vous avaient plus.

Nous attendons vos mails ou courriers pour la faire vivre.

J'ai été dans les archives des journaux pour savoir comment elle était avant. Dans un journal de juin 2003, un poème a attiré mon attention, le voici :

### Fortune

Il y a toujours quelque part  
Quelqu'un debout devant une porte  
Inconnu, ennemi, ami,  
Noir, jaune ou blanc, qu'importe

Parle pour l'Amitié,  
Viens au secours  
De celui qui attend  
Laisse parler le cœur

La porte que tu ouvres  
Est chance pour lui  
Chance pour toi

La générosité est ta fortune

Joseph-Paul Schneider



Livre conseillé par Viviane Théaudin : Le philosophe qui n'était pas sage de Laurent Gounelle.

Deux autres livres du même auteur sont sympas mais j'ai préféré celui-là.

Pensez à regarder le programme du Méliès, des petits bijoux y sont programmés, en plus le lieu est très sympa.

## Sortie au Habert de Pravouta



En ce dimanche gris et pluvieux, un groupe plein d'entrain de quinze randonneurs Handi Cap Evasion 38 et trois animateurs nature du conseil général s'élancent à la montée du Habert de Pravouta.

Nous allons avec un autre regard admiré ce paysage,

En effet lors d'une randonnée classique, nous ne voyons souvent pas les fossiles sur le bord du chemin, nous ne savons pas que telle fleur a des propriétés médicinales, nous ne savons plus à quoi servait l'Habert de Pravouta nous prenons conscience que tout ce qui nous entoure, n'est pas là uniquement pour faire joli, tout à son utilité, c'est même indispensable.

Babette



## Dates à retenir

L'assemblée générale Handi Cap Evasion 38 est fixée au samedi 18 octobre 2014.

Le repas de fin d'année aura lieu le 13 décembre 2014 à midi.

L'assemblée générale Handi Cap Evasion national est fixée au 22 et 23 Novembre.

## Sorties Joëlettes

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Contact
Dim. 7 septembre	Surprise	Moyenne	Dominique Derenne	04 76 09 10 37
20 et 21 septembre	Brame du cerf	Difficile	Pierre Vanhauwaert	06 87 79 37 76
Dim. 28 septembre	Virade de l'espoir	Moyenne	Jean Cordonnier Vincent Chevalier	04 76 21 44 85 06 84 06 60 92
Dim. 12 octobre	Belledonne – Forêt de Chamrousse	Moyenne	Nicole Lacoste Michelle Benoît	06 70 26 80 84 06 18 48 15 34
Dim. 19 octobre	Diois – Sucettes de Borne	Facile	Elisabeth Clerc Evangéline Sauvé	04 76 26 06 34 06 28 04 10 58

## Mini Séjours en joëlette avec accompagnateur en montagne

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Inscriptions
Du 8 au 11 novembre	Verdon	Moyenne	Pierre Vanhauwaert 06 87 79 37 76	Babette Clerc 04 76 26 06 34



Pour ce mini-séjour automnal je vous propose d'installer notre camp de base à Quinson au bord du Verdon dans la partie ouest du Parc Naturel Régional, dans les Alpes de Haute Provence.

**Hébergement** : gîte tout équipé (draps et couvertures sont fournis) en gestion libre.

**Rendez-vous** : le samedi 8 nov. à 8 h 30 sur le parking de Louis Maisonnat à Fontaine.

**Retour** : le mardi 11 nov. vers 18h sur le parking de Louis Maisonnat à Fontaine.

**Matériel à apporter** : vêtements chauds et imperméables, chaussures de marche.

**Prix tout compris** : 110 € à régler en une fois à l'inscription (en plusieurs chèques si besoin)

