

Mille Pattes

Le journal de Handi Cap Evasion 38

Siège: 50 Av A Briand - 38600 FONTAINE

Tél. : 04 76 26 06 34 Courriel : 38asso.contact@hce38.fr

N° 77– Septembre 2016



Edito

Pour cette rentrée ; je vous offre la bande annonce d'un film qui m'a fait du bien. Elle est pleine d'espoir, l'espoir il en faut toujours et malgré tout.....Je vais me répéter pour certains :

« il n'y a pas de problèmes, que des solutions ».....» :

« Elle ne se foule pas » j'entends déjà, mais il fallait le faire.....

*'Et si montrer des solutions, raconter une histoire qui fait du bien, était la meilleure façon de résoudre les crises écologiques, économiques et sociales, que traversent nos pays ? Suite à la publication d'une étude qui annonce la possible disparition d'une partie de l'humanité d'ici 2100, Cyril Dion et Mélanie Laurent partent avec une équipe de quatre personnes enquêter dans dix pays pour comprendre ce qui pourrait provoquer cette catastrophe et surtout comment l'éviter. Durant leur voyage, ils rencontrent les pionniers qui réinventent l'agriculture, l'énergie, l'économie, la démocratie et l'éducation. En mettant bout à bout ces initiatives positives et concrètes qui fonctionnent déjà, ils commencent à voir émerger ce que pourrait être le monde de **demain...**'*

Dates à retenir

Participation HCE38 à la fête de la POYA le **Dimanche 11 Septembre** de 11 H à 18 H.
Tenue d'un stand ce jour là. Les bonnes volontés pour le tenir ; sont les bienvenues

L'assemblée générale est fixée au **Samedi 15 octobre 2016** au **Centre social George Sand**.

Le repas de Noël aura lieu le Samedi 10 décembre 2016 au Centre Social Romain Rolland.

A noter : Changements dans le programme

Sortie du dimanche 11 septembre : Saint Nizier / Parc de la Poya (Niveau Moyen).
Contact : Babette 04.76.26.06.34

WE du 8-9 octobre annulé, remplacé par une sortie Surprise le dimanche 9 octobre
Contact : Babette 04.76.26.06.34 / Claude Vilot 04.76.01.89.47

A noter : Mini séjour du mois d'automne

Dates : du vendredi 10 au Dimanche 13 Novembre

Lieu : Jura-Sud ou Vercors-Sud/Diois

Inscriptions : Babette 04 76 26 06 34 ou 06 72 78 08 44

Encadrement : Vincent Chevalier 06 84 06 60 92

Coût : 100 Euros

Visite de la Grotte de Choranche (Vercors) – 26 juin



Avec tout, un aller (et un retour) via les gorges de la Bourne et son impressionnante route taillée dans la falaise, une des grandes attractions du Parc naturel régional du Vercors...

Puis la Grotte de Choranche, une entrée dans un exceptionnel monde souterrain riche de ses stalactites fistuleuses, de lacs, de rivières et de nombreuses lumières qui diffusent de chatoyantes couleurs. Un parcours tout plat très facile.

Ce qui est fâcheux : le temps de la visite est un peu trop compté et quant au spectacle "Son et lumières" proposé dans la grande

salle de la Cathédrale (non accessible aux joëlettes), on reste sur sa soif !

Heureusement pas sur notre faim, à proximité de l'accès à la grotte sous les hautes falaises de Presles, des bancs nous invitent à la chaleureuse pause casse-croûte.

Pour assurer la digestion, rien de tel que le sentier de découverte (1,5Km), promenade jusqu'aux eaux bleues translucides de la résurgence du Gournier (lac souterrain) et le retour par la rafraichissante cascade de tuf.

Les spéléologues traversent le lac en canot afin d'accéder à une vire et à la grotte de Gournier, il est dit que là coule l'une des plus belles rivières souterraines des Alpes.

Une cascade de tuf, c'est le résultat du dépôt d'une partie importante du calcaire dissous dans l'eau.

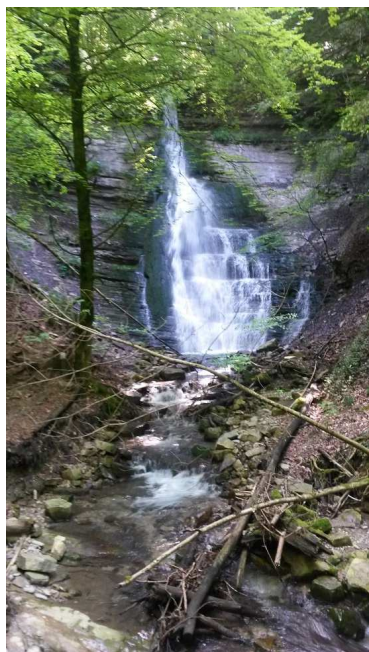
Un petit tunnel bien sombre creusé dans le tuf débouche de l'autre coté de la cascade puis un large chemin nous reconduit devant la grotte et se termine aux voitures.

Bilan : étonnant, c'est une découverte pour presque toutes et tous !

André



Retour sur le Jeu de Piste – 31 juillet



« Un certain 31 juillet... un massif splendide surnommé l'Émeraude... plus connu sous le nom de Massif de la Chartreuse.

Deux animateurs très impliqués dans leur jeu de piste, deux équipes prêtes à s'affronter dans la joie et le fair play pour la recherche de balises jalonnées tout au long du parcours, sur les hauteurs de St Hilaire du Touvet.

Une carte des deux parcours, un petit questionnaire d'énigmes à résoudre par balises et le départ est donné....

Travail d'équipe, échanges de recherches entre les participants et nous voilà lancés le long des pistes de décollage des parapentes.... Chemin en bord de falaise, passage en sous bois, magnifique cascade et pistes parsemées d'énigmes à découvrir et à résoudre. Journée passant, réponses en poche, c'est le moment du résultat attendu.

Nous avons compris qu'en fin de journée, c'était le sourire et le partage de tous les participants qui comptaient..... plutôt que le résultat en lui même.

Merci à Hélène et Vincent pour leur malice et d'avoir rendu cette sortie très agréable pour tout le monde.

Un lieu, un jeu et de la simplicité font passer de belles journées....»

Jean-Michel

Une journée aussi incroyable qu'éprouvante

Je m'appelle Ryan, j'ai 17 ans.

Lorsque l'on m'a parlé de cette journée, j'ai été attiré par son côté pratique et par la notion de solidarité. J'étais un petit peu sceptique car je savais qu'elle serait longue et éprouvante.

Quand je suis arrivé, j'ai été extrêmement bien accueilli, ce qui m'a agréablement surpris, car ils ne voyaient pas leur handicap comme une faiblesse mais plutôt comme un moyen de vivre différent de la « norme » et se considéraient plus fort moralement.

En arrivant dans le Trièves, j'ai directement pris les choses en mains en tirant les joëlettes et j'ai, comme on dit, galéré dans la montée car cela est extrêmement physique et éprouvant. Étonnamment, tous ces bénévoles étaient très compréhensifs lorsque je demandais à faire des pauses et à m'arrêter. J'ai vu beaucoup de coté positif, surtout humain, d'entre aide et de solidarité, en aucun cas je pensais m'intégrer aussi facilement car je ne connaissais personne. C'était ma première expérience et je pense le refaire un jour car j'en garde un excellent souvenir.

Au cours de la randonnée, pendant les pauses et le repas, l'ambiance était toujours à la plaisanterie et à la convivialité accentuant ainsi ma motivation.

J'ai tout de même un point négatif dont j'aimerais vous faire part au sujet de la sangle qui se desserre constamment, rendant le parcours gênant, mais reste en soi une banalité.

Je retiens de cette journée un enseignement physique et moral qui m'a permis de faire une autocritique, de dépasser mes propres limites, de me questionner sur leur façon de vivre, d'appréhender le monde et d'avoir une vision plus subjective.

Je remercie tous les bénévoles dont j'ai oublié le nom, les personnes présentes à la randonnée et Babette de m'avoir laissé l'opportunité de participer à cette sortie qui, je l'espère, plaira autant aux futurs participants qu'à moi.

Ryan

Programme des sorties d' HCE 38 2016

Sortie joëlettes restantes

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Inscriptions
11 septembre	St Nizier /Parc de la Poya	Moyen	Babette Clerc	04.76.26.06.34
25 septembre	Virades de l'espoir	Facile	Anne-Marie Dagois Odille Fayolle	04.76.96.33.68 04.76.25.49.87
Dimanche 9 octobre	Surprise	Moyen	Babette Clerc Claude Villot	04.76.26.06.34 04.76.01.89.47
23 octobre	Sortie Restau (Vercors)	Facile	Jean Cordonnier Dominique Derenne	04.76.21.44.85 04.76.09.10.37

Mini Séjours - En joëlette avec Accompagnateur en Montagne

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Inscriptions
11-13 novembre	Jura Sud ou Vercors Sud / Diois	Moyen	Vincent Chevalier	Babette Clerc 04 76 26 06 34

Pour participer aux sorties

- Vous devez être adhérent et avoir réglé votre cotisation pour l'année en cours, si c'est votre première sortie à HCE 38 vous n'adhèrerez que si vous êtes satisfait de votre essai.
- Que vous soyez usager ou accompagnateur nous vous demandons de vous **inscrire auprès de l'organisateur au moins 5 jours à l'avance**. Il faut 3 accompagnateurs pour une personne en joëlette donc il est important pour répondre à la demande que l'on connaisse l'effectif assez tôt.
- Si vous vous êtes inscrit et avez un empêchement prévenez l'organisateur (trice).
- Prévoir des vêtements chauds, des chaussures de montagne, des bâtons pour ceux qui marchent, un pique-nique et des boissons.
- Nous demandons 5 euros par passager des voitures (sortie de 80 à 100 km aller-retour maxi). Pensez à vous munir de monnaie. C'est le responsable de la sortie qui récoltera les fonds et répartira la somme entre les chauffeurs quelque soit le nombre de passagers.
- **Le rendez-vous est à l'arrêt du tram Louis Maisonnat (Fontaine) à 8 H 15 (sauf autre indication sur le programme)**. Nous vous demandons d'être à l'heure par respect pour ceux qui le sont, merci d'avance.