

Mille Pattes

Le journal de Handi Cap Evasion 38

Siège: 50 Av Aristide Briand - 38600 FONTAINE
Tél. : 04 76 26 06 34 Courriel : 38asso.contact@hce38.fr

N° 81 - AOUT 2017



EDITO

Réédition de juin 2006 mais presque d'actualité

Les vacances, la G.T.A., la nature, le réchauffement de la terre, voilà les quatre sujets dont je veux vous parler.

Pour le premier : facile, je vous souhaite de très bonnes vacances, au frais, au vert, avec beaucoup d'amis, de bons bouquins, dans la joie et la bonne humeur.

Pour le deuxième, que « la Grande Traversée des Alpes » de Handi Cap Evasion se déroule aussi bien que l'année dernière.

Pour le troisième et le quatrième, dur, dur, la nature est toujours aussi belle, même magnifique. Mais pour combien de temps, je pense que nous pouvons faire quelques petites choses à notre échelle et il ne faut pas hésiter...

Babette

Hymne à la gaieté collective

Réédition d'un article écrit en 2008

Quel élan, quel enthousiasme, quel plaisir nous poussent jusqu'aux sommets des montagnes ?

Comment un groupe peut réaliser de tels exploits physiques ? Pour quelle gloire ?

Faut-il défier les éléments ou surmonter des épreuves ensemble pour tisser des liens, réveiller la solidarité ? Cherche-t-on à illustrer le dicton : « *l'union fait la force* » ?

Est-ce un prétexte ? Un alibi ?

Un projet pour nous unir dans cette société de l'individualisme ?

C'est une ambiance hallucinante où, le temps d'un séjour, chacun met ses soucis personnels dans sa poche, se fond dans la masse et trouve sa place au service du groupe. Non seulement pendant la journée de marche, mais encore le soir quand, bien fatigué, il y a encore de l'énergie pour cuisiner, préparer l'apéro, encadrer ceux qui en ont besoin, partager et rigoler...

Chaque séjour est différent et pourtant la conclusion est toujours la même...

C'est impressionnant comme à l'unanimité, sans forcément s'en rendre compte, les expériences HCE38 sont riches, marquantes, « regonflantes » et époustouflantes.

On donne pour donner, pour s'oublier, pour partager.....

Ce ne sont pas les valides qui se mettent au service des handicapés, non non non, rien à voir...

Chacun de nous est handicapé ! Et une chose est sûre : consciemment ou non,

« Personne n'est là par hasard ! »....

Thibaut D



Dates Importantes !

Journée des 25ans (voir article ci-dessous)
Dimanche 10 septembre

Dans le cadre de « Fontaine en montagne »
Exposition de photos « HCE 38 à 25 ans »

Vernissage dans le hall de la mairie
Vendredi 06 Octobre à 18h00

Vous pourrez la voir pendant 15 jours.

Participation « Rencontre Montagne Partagée »
au musée de peinture

Samedi 07 Octobre

Nous tiendrons un stand et nous organiserons des initiations à la joëlette de 9h00 à 18h00

Assemblée Générale

Samedi 14 Octobre à 17h00
au Centre Social George Sand

Repas de Noël

Samedi 09 Décembre à 12h00
au Centre Social Romain Rolland



HCE 38 dans le Jura

10-11-12 Novembre 2017

La vallée du Valromey se situe dans le haut Bugey...ou bien le bas Jura... ou encore dans le département de l'Ain, bref...

Ce territoire sauvage regorge de sites géologiques remarquables, ainsi que de nombreuses traces laissées par l'homme. En effet, on peut y trouver des traces de l'ère Romaine, des moines Chartreux ou encore de la résistance.

Hébergement : Le gîte « des Chardons » dans la station des Plans d'Hotonnes.

<https://www.activpleinair.com/les-chardons/>



Programme :

Vendredi 10 Nov : Le Grand Colombier (1534 m) - point culminant du Bugey avec un panorama à 360°

Samedi 11 Nov : Crête de Beauregard (1300 m) - -Boucle au départ du gîte, pour atteindre des crêtes qui portent bien leur nom.

Dimanche 12 Nov: Patrimoine local - -A définir (géologique, gastronomique, historique).

Équipement :

- Chaussures de marche
- Sac à dos
- vêtements selon météo
- Drap de dessus ou duvet

Tarif: 100 €

Renseignements et inscriptions:

Babette :

babette38@hce38.fr

06 72 78 08 44

Vincent CHEVALIER - Accompagnateur en Montagne

vinz.chevalier@gmail.com

06 84 06 60 92



Compte rendu de la randonnée du dimanche 18 juin 2017 à la Réserve naturelle du lac de Luitel

C'est par un début de matinée ensoleillée et un ciel dégagé que 30 randonneurs de Handi Cap Evasion 38 se retrouvent sur le parking de la réserve naturelle du Lac Luitel, pour une journée de marche. Il est 10h00, les Joëlettes sont mises en place et c'est parti pour une première boucle de 5 kms pour environ 200 m de dénivelé. Malgré la chaleur estivale qui commence à se faire ressentir, le parcours, ponctué de quelques pauses se déroule très bien. L'ambiance est joyeuse et l'équipe est bien soudée.



Tout au long du parcours, la vue est époustouflante comme en témoigne cette image. Retour sur le parking après un peu plus de 2h00 d'efforts pour une pause déjeuner.

À 14h30, la randonnée reprend pour une deuxième boucle autour du lac Luitel mais cette fois dans une ambiance un peu plus studieuse. Vincent, fin connaisseur du milieu nous explique notamment le processus de formation de la tourbière mais aussi comment le drosera, plante carnivore attire les insectes par les reflets des gouttelettes et ceux-ci voulant s'y désaltérer finissent par se retrouver englués. À 16h, c'est déjà la fin d'une journée bien remplie, faite d'efforts, de rencontres, de découvertes et de surtout de bonheur partagé.



Vivement le 2 juillet au Sappey en Oisans pour une nouvelle aventure...

Monia et Daouda

Journée Anniversaire 25 ans - 10 septembre Bienvenue dans la vallée de Valjouffrey (les Ecrins côté sauvage)

En limite du Parc national des Ecrins, la commune de Valjouffrey compte cinq hameaux : la Chapelle, la Chalp, les Faures, le Désert et Valsenestre.

C'est au camping municipal des Faures (alt. 1150m) que nous nous retrouverons. Sophie, l'ancienne gardienne du refuge de Font Turbat, et Gilles nous accueilleront dans un cadre naturel exceptionnel...



Pour tous ceux qui souhaitent participer dans la matinée à la balade avec les joëlettes, le départ aura lieu comme d'habitude de **Fontaine à 8h15**.

Nous irons en longeant l'ancien canal de la Douy jusqu'au hameau de 'la Chalp' ; là, nous traverserons la rivière la Bonne sur une petite passerelle himalayenne et le retour se fera en rive gauche à travers champs et bordure de forêt.

Les personnes ne pouvant pas (ou ne souhaitant pas) partir aussi tôt seront naturellement les bienvenues. Il suffira de nous rejoindre sur place avant 13 heures pour le déjeuner : un lunch à déguster soit sur les tables en plein air, soit sous la grande yourte.

Le matin comme l'après-midi marche possible tout autour du camping, au choix : le long de la Bonne, en forêt ou dans le petit village très calme, authentique et préservé.

Valsenestre, la destination initiale n'a pu être retenue à cause de la non disponibilité des locaux de l'Association 'Montagne pour tous'. Locaux très prisés, la réservation est à prévoir longtemps à l'avance.

Participation aux frais de repas : 10 Euros (le complément étant à la charge d'HCE 38).

Remarque : Il est important de s'inscrire bien avant cette date pour que Sophie puisse prendre ses dispositions en fonction du nombre de participants.

Inscriptions avant le 3 septembre auprès d'André Houillon (04.76.54.89.45 – ahouillon@modulonet.fr) ou Claude Villot (07.82.38.86.31).

Programme des sorties restantes d' HCE 38 2017 Sorties Joëlette

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Téléphone
6 août	Lac des Grenouilles (Belledonne)	Moyen	Jean Cordonnier André Houillon	04.76.21.44.85 04.76.54.89.45
3 septembre	Col de Maronne	Difficile	Claude Villot Jean-Loup Courtois	04.76.38.86.31 06.25.25.13.80
17 septembre	Canal du Beaumont	Facile	André Houillon	04.76.54.89.45
24 septembre	Plateau des Petites Roches (Chartreuse)	Difficile	Hélène Flotat	06.28.64.07.97
30 septembre 1 octobre	Brame du cerf - Ambel (Vercors)	Facile	Jean Cordonnier Dominique Derenne	04.76.21.44.85 04.76.09.10.37
22 octobre	Rando resto	Facile	Babette Clerc Nicole Laureys	04.76.26.06.34 04.76.72.39.57

Mini Séjours

En Joëlette avec Accompagnateur en Montagne

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Inscriptions
10-12 novembre	Bugey	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'adhérez 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 8h15 (sauf autre indication sur le programme). Nous vous demandons d'être à l'heure par respect pour ceux qui le sont, merci d'avance.

