

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° 84: Juin 2018

Edito

Jeudi 17 mai a eu lieu un championnat handisport pour l'emploi. A cette occasion, un journaliste a écrit ces quelques réflexions :

« Le sport a une valeur d'éducation et d'exemple dans la façon de se dépasser, comprendre l'autre, aller au-delà des idées préconçues, échanger sans stigmatiser. Cela permet aux gens qui n'ont pas de handicap de rencontrer des personnes en situation de handicap et de se rendre compte que l'on n'est pas si différent au fond. » Michelle

Dates à Retenir

A.G. 2018 /samedi 18 octobre à 16 H 30.
Repas de Noël/samedi 8 décembre à 12 h.



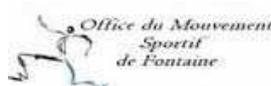
Ainsi va la vie
Les anniversaires suivent les fêtes
Les semaines et les mois font des années
Ainsi va la vie
Je prends un chemin
Parmi tous ces sentiers
Je vois des obstacles sur la route
Mais je sais que je les franchirai
Ainsi va la vie. Michelle

Sorties avec les prisonniers d'Aiton

En ce Jeudi 31 Mai, comme chaque année ou presque,
Depuis quatorze ans, nous nous retrouvons avec beaucoup de plaisir
pour une randonnée avec des prisonniers d'Aiton (avant c'était ceux de Varces)
Cette journée comme toujours était riche en émotions pour moi,
Je me sens très proche de ces personnes.
Une nature luxuriante nous a accueillis, ce printemps pluvieux est magnifique,
Notre pique-nique au dessus du lac de la Thuile a été apprécié
après notre montée scabreuse à travers bois,
Un grand merci à Ali, Saïd, Bambi, Omar, Yvan et Yanis !!!!!
A l'année prochaine !!!!!!!! Babette



Merci à nos Soutiens



Un grand week-end haut en couleurs...



Le Beaufortain ? Plusieurs d'entre nous le redoutaient, en cette période de l'année (10, 11, 12, et 13 mai) et vu l'enneigement exceptionnel dont nos montagnes des Alpes du Nord ont bénéficié en cette année 2018 : nous craignons d'avoir froid ...et de trouver la neige ! La neige, nous l'avons finalement foulée, mais en faible épaisseur, et parmi des prairies verdoyantes et fleuries, entourés de chants d'oiseaux ; en particulier au dessus de la station "Arêches-Beaufort" (ça m'a permis de constater, une fois encore, qu'on peut sans problème rouler sur la neige sur plusieurs dizaines de

mètres, pourvu qu'elle ne soit pas trop profonde). Et nous l'avons retrouvée le lendemain, aux abords d'une tourbière remarquable, semblable à celle du Luitel, aux alentours de la station des Saisies ; une bien belle rando, au cours de laquelle nous avons pu nous régaler d'un paysage exceptionnel, avec le Mont Blanc en point de mire.

En bref (et pour ne pas rentrer "dans les détails" ; pour cela il vous suffira d'interroger les participants), ce mini-séjour aura été riche en panoramas magnifiques, sous un soleil printanier ; en visites intéressantes (la coopérative laitière de Beaufort, en particulier) ; et en rencontres enrichissantes : des gens "du cru", mais aussi et surtout deux accompagnateurs hors-pair : Jean-Patrice et sa femme Marie-Claire, qui nous ont grandement aidés au cours de tout notre long et beau week-end !



Merci à chacune et chacun, mais tout spécialement à Vincent, qui nous a amenés là haut !

Jean



A l'assaut du Grand Veymont (2341 m) !! HCE 38 les 21 et 22 juillet 2018

Et oui, nous allons à l'assaut du Grand Veymont, le majestueux point culminant du Vercors.
Une randonnée sur 2 jours, plutôt du genre sportive..., avec une nuit en bivouac et quelques 1000m de dénivelés positifs. Une aventure humaine, bien sûr, avec un engagement fort de chacun pour que tout le groupe atteigne le sommet.



Alors quelques détails pratiques :

- Départ en covoiturage de Fontaine à 7h30,
- Point sur les équipements personnels et collectifs, départ en joëlette de la cabane de la Coche (1350 m) aux environs de 10h,
- Un ou deux ânes nous aideront pour le portage du repas du samedi soir et pour les affaires des passagères joëlettes,
- Pique-nique à la cabane de Gerland (1497m) à proximité de la fontaine. (dernier point d'eau avant le soir),



- Montée à la cabane des aiguillettes (1879m) en passant par le pas des Chatons.
- Installation du bivouac près de la cabane (4 places max, pas de cheminée, pas de poêle) pendant qu'une équipe ira faire le plein d'eau à la fontaine des Bachassons,
- Soirée chant, bonnes blagues, ...

Belle et bonne nuit sous les étoiles...

- Lever vers 5h30, rangement du bivouac. Départ 6h30 direction Grand Veymont 2341m (450 m de dénivelé),
- Pique-nique au sommet, sieste, salut aux bouquetins,
- Retour vers le bivouac, récupération de nos affaires et descente vers Pré Grandu et le parking de la Coche,
- Retour à Fontaine vers 20h.



On passera la nuit en bivouac, ce qui nécessite des équipements adaptés pour la nuit. (Matelas de sol, duvet confort 5°, des vêtements chauds,...)

Chacun est autonome pour la nourriture. Samedi midi et dimanche midi. Samedi soir : repas pris en commun. Prévoir une gourde de 1,5 litre.

Un joli programme, "engagé" avec bivouac, du portage, ..., une belle équipée quoi !!

Régis

Inscriptions auprès de Babette. / 0672780844 ou babette38@hce38.fr

Sorties Joëlettes

| Date | Lieu | Difficulté | Encadrant(s) | Téléphone |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------|----------------------------------|
| 3 juin | Dent du Loup (Vercors) | Moyen + | Christian Lanfrey | 04.76.48.33.23 |
| 10 juin | A définir (avec Loisirs Pluriels) | Facile | Nicole Laureys Pierre Vanhauwaert | 04 76 72 39 57 06 87 79 37 76 |
| 17 juin | Jeu de piste | Moyen | Odile Fayolle Anne-Marie Dagois | 04 76 25 49 87 06 14 39 24 47 |
| 24 juin | Le Sapey des deux alpes (Oisans) | Moyen+ | Philippe Valette | 06 75 49 30 74 |
| 1 ^{er} juillet | Rif Bruyant (Matheysine) | Moyen | Babette Clerc André Houillon | 04 76 26 06 34 04 76 54 89 45 |
| 21-22 juillet | Grand Veymont (Vercors - bivouac) Départ 7 H 30 le samedi | Très Difficile | Babette Clerc Régis Delaittre | 04 76 26 06 34 04 76 53 43 89 |
| 5 août | Plateau d'Emparis (Oisans) | Assez difficile | Jean Cordonnier | 04 76 21 44 85 |
| 26 août | Belvédère de None (Chartreuse) | Facile | Hervé Bonin Luc Saint-Guillain | 07 81 83 10 34 |
| 2 septembre | Trail des Chambaran | Moyen | Pierre Vanhauwaert Guylaine Paturel | 06 87 79 37 76 06 85 33 67 29 |
| 16 septembre | Plateau des Petites Roches (Chartreuse) | Moyen | Vincent Chevalier | 06 84 06 60 92 |
| 23 septembre | A définir (avec Loisirs Pluriels) | Facile | Pierre Vanhauwaert Nicole Laureys | 06 87 79 37 76 04.76.72.39.57 |
| 7 octobre | Lac des Grenouilles (Belledonne) | Moyen | Jérôme Jaillard Philippe Valette | 06.31.51.20.74 06 75 49 30 74 |
| 14 octobre | Plateau de Saint-Ange (Vercors) | Facile | Babette Clerc Michelle Benoit | 04 76 26 06 34 06 18 48 15 34 |
| 28 octobre | Chemin des Vignes (Belledonne) | Facile | Christian Lanfrey | 04.76.48.33.23 |
| 1.2.3.4. novembre | Hautes Alpes (mini-séjours) | 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.**