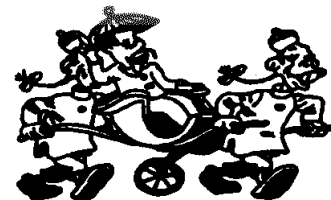


Mille Pattes

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° 88 : MAI 2019

Edito

La montagne, on peut y aller seul, avec des proches ou des amis, ou avec des structures dédiées à la randonnée.

Et nous, dans des associations « estampillées » handicap, y allons nous :
« Pour », « grâce à » ou « avec » des personnes porteuses de handicap ?

Une vraie question pour tous ceux qui pratiquent la montagne avec des personnes dépendantes, fragilisées par le handicap, au sein d'associations dont les objectifs sont de partager les joies et les plaisirs de la randonnée en montagne.

Une, non trois questions pour lesquelles chacun a une ou plusieurs réponses...

Quand on a cette liberté, cette chance de pouvoir se déplacer de façon autonome, et qui plus est en montagne, on entend parfois cette expression à la fois généreuse et d'autosatisfaction « je prête mes muscles » à ceux qui en ont besoin. Probablement inconsciemment, n'est-ce pas une façon de se justifier en faisant « pour » ?

Quand on est simple adhérent, et à fortiori responsable d'une association qui propose des sorties en montagne avec des personnes dépendantes, n'est-on pas tenté de mettre en avant le côté handicap de nos randonnées pour mieux susciter l'intérêt et la reconnaissance ? Il est plus aisé et naturel de demander un soutien financier pour un projet dès lors qu'il est destiné à un public fragilisé par le handicap. Alors, en toute bienveillance, n'est-ce pas une façon d'exploiter le handicap en faisant « grâce à » ?

Quand on aime partager les plaisirs de la montagne avec des amis, on ne cherche pas à identifier leur handicap, qu'il soit physique, intellectuel ou comportemental. Que ce soit pour une journée, un weekend ou une semaine, c'est bien le plaisir d'être ensemble, de vivre des aventures humaines, de faire de belles rencontres qui est recherché avant tout. Le partage de nos joies, nos peurs, nos émotions est bien le seul but recherché. Tout simplement, n'est-ce pas une façon de vivre notre passion en faisant « avec » ?

Régis Delaittre

Evénement passé

Tenue d'un stand à l'anneau de vitesse dans le cadre de la journée du sport et du handicap, le but était de faire connaître l'association et d'initier à la conduite de la joëlette.

Le mercredi 15 mai, notre traditionnelle sortie avec des détenus d'Aiton s'est déroulée dans une très bonne ambiance, au-dessus de la Rochette aux Tours Mont-Mayer. Une très belle balade que je vous conseille (merci André).

Evénements à venir

Assemblée Générale : le samedi 12 octobre 2019 à la salle Fugain à 16 H 30.

Repas de Noël : le samedi 7 décembre 2019 au centre social Georges Sand à 12 H.

Changements dans le programme

- Le weekend au Thabor est reporté à l'année prochaine.
- Deux sorties E.N.S. rajoutées : Dimanche 28 Juillet au col du Coq et Dimanche 25 Aout à la tourbière du Peuil.

A l'assaut du grand Veymont (2341 m) !! HCE 38 les 20 et 21 juillet 2019



Quelques détails pratiques :

- Départ en co-voiturage 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.
- Picnic à la cabane de Gerland (1497m) à proximité de la fontaine.
- Montée à la cabane des aiguillettes (1879m) en passant par le pas des Chatons.
- Installation du bivouac près de la cabane 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).
- Redescente, pique-nique, sieste bien méritée!
- Récupération de nos affaires et descente vers Pré Grandu et le parking de la Coche.
- Retour à Fontaine vers 20h.

Nuit en bivouac type HCE, ce qui nécessite des équipements adaptés pour la nuit. (Matelas de sol, duvet confort 5°, des vêtements chauds,...). Pas de tente individuelle. Prévoir une gourde de 1,5 litre.

Chacun est autonome pour la nourriture le samedi midi et le dimanche midi.
Samedi soir : repas pris en commun.

Comme l'an dernier, un joli programme, engagé, avec une belle équipée !!

Inscriptions au 06 72 78 08 44 ou
38asso.contact@hce38.fr



Crêtes de Vatilieu – 21 avril

Ma première sortie organisée! Ou plutôt co-organisée avec Jean. Nous sommes 2 joëlettes et 3 voitures, équipe peu nombreuse mais du tonnerre ! Parcours prévu: crêtes de Vatalieu avec ses œuvres d'art le long du chemin, et visite d'une ferme où l'on apprendra plus tard le vrai nom du lieu.

On se prépare donc tranquillement, et alors que Patricia m'invite à rédiger cette sortie 'art et nature', d'autres font office de 2e table d'orientation.

Dans quel massif sommes-nous ? Pas le Vercors et non...

Et c'est parti pour le départ.

"Janus",

"Vers corps" la sirène. (Tiens, Vercors ?)

Le parcours « œuvres d'art » va être momentanément quitté pour aller voir de magnifiques chevaux islandais élevés en réalité par le propriétaire non

pas de la ferme mais de l'« hacienda des Chambarans ». Une personne très sympathique !

Nous sommes dans le sud Grésivaudan !

Moment détente chez ce monsieur qui nous accorde la possibilité d'utiliser son aire de pique-nique.

Au repartir, un retour plus long que prévu à l'origine, avec de moultes rebondissements.

Et nous voilà croix du plâtre. Nous allons bientôt arriver ! Bien fatigués mais heureux avec 17000 pas et 11 km (Merci David pour l'info), nous avons pu (presque) éviter la pluie.

Une très belle ballade et encore une fois une belle aventure humaine !

Caroline Marchand



A Venir

Trail de l'A.P.F. samedi 15 Juin

Bonjour à tous, Céline et moi, cherchons des bénévoles pour participer le Samedi 15 juin 2019, au trail de l'APF au Sappey-en-Chartreuse. Parcours en joëlette 8km.

Départ à 9h pour le trail.

Il y aura au départ de Louis Maisonnat à Fontaine, vers 7h30.

Merci de nous contacter au plus vite, d'avance nous vous en remercions.

Patricia Mandier 06 43 37 69 22 ou Pierre Vanhauwaert 06 87 79 37 76

Projet Service Jeunesse de la mairie de Grenoble – 9, 16, 23 juillet

Dans le cadre du dispositif d'état « Argent de Poche », les volontariats d'été seront ouverts cet été pour 80 jeunes et se dérouleront du 08 Juillet au 02 Août. 16 équipes de cinq jeunes (encadrée chacune par un encadrant pédagogique) s'investiront dans un parcours de solidarité de 2 semaines à raison de 3 heures par jour. Le mot d'ordre sera « **découvrir, apprendre et faire vivre la solidarité** ». En échange de leur service les jeunes recevront un pécule de 5 euros de l'heure qui leur permettra très certainement d'aider à financer leur projet de vacances, de loisirs, permis de conduire...

C'est ouvert à des jeunes de 16 ans à 20 ans. Exemples : actions avec la croix rouge, la banque alimentaire, le métro (entretien des sentiers), C.C.A.S. (portage des repas aux personnes âgées), Handi Cap Evasion 38.....

Nous allons avec eux réaliser trois randonnées : en matinée, les mardis 9, 16 et 23 Juillet dans les Vouillants.

Été Oh parc : Mistral - tenue d'un stand le samedi 3 Août.

Information sur l'association et Initiation à la joëlette.

Programme des sorties restantes d' HCE 38 2019

DATE	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Téléphone
8 – 9 – 10 JUIN	HAUTES ALPES Sud/Ouest	MOYEN	BABETTE CLERC VINCENT CHEVALLIER	06.72.78.44.08 06 84 06 60 92
Samedi 15 JUIN	Trail de l'A.P.F. départ 7 H 30	MOYEN	PIERRE VANHAUWAERT PATRICIA MANDIER	06.87.79.37.76 06 43 37 69 22
30 JUIN	Hameaux de Venosc - VENEON	MOYEN	PHILIPPE VALLETTE	06.75.49.30.74
7 JUILLET	VOIE DU TRAM – DIONAY	MOYEN	PATRICIA MANDIER ANDRE HOUILLON	06.43.37.69.22 04.76.54.89.45
20 – 21 JUILLET	LE GRAND VEYMONT	DIFFICILE +	BABETTE CLERC REGIS DELAITTRE	06.72.78.44.08 04.76.53.43.89
28 JUILLET	COL DU COQ (avec animateurs nature ENS)	MOYEN	BABETTE CLERC	06.72.78.44.08
4 AOUT	PAS DE LA CLE	DIFFICILE	JEAN CORDONNIER	06.06.41.02.76
25 AOUT	Sortie au PEUIL avec animateurs nature (Vercors)	FACILE	BABETTE CLERC	06.72.78.44.08
1 ^{er} SEPTEMBRE	TRAIL DE VARACIEU	FACILE	PATRICIA MANDIER GUYLAINE PATUREL	06.43.37.69.22
8 SEPTEMBRE	BELVEDERE D'ARPIZON	MOYEN	CLAUDE VILOT CHRISTIAN LANFREY	07.82.38.86.31 04.76.48.33.23
21 SEPTEMBRE	BELLEDONNE (avec Loisirs Pluriels)	MOYEN	PIERRE VANHAUWAERT	06.87.79.37.76
FIN SEPTEMBRE	VIRADES DE L'ESPOIR	FACILE	PATRICIA MANDIER BABETTE CLERC	06.43.37.69.22 06.72.78.44.08
6 OCTOBRE	L'ALPE DU GRAND SERRE	MOYEN	ANDRE HOUILLON JEAN CORDONNIER	04.76.54.89.45 06.06.41.02.76
13 OCTOBRE	VIAVERCORS AUTRANS-MEAUDRE	MOYEN	BABETTE CLERC	06.72.78.44.08
1 – 2 – 3 NOVEMBRE	SURPRISE	MOYEN	BABETTE CLERC VINCENT CHEVALLIER	06 84 06 60 92

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 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.