

Mille Pattes

Le journal de Handi Cap Evasion 38

Siège: chez Mme Clerc 50 Av A Briand - 38600 FONTAINE

TéL. : 04-76-26-06-34 Mèl : contactnous@hce38.fr

N° 54 – Mai 2011



EDITO



« Que ma joie demeure »
Titre d'un livre de Giono
Mais aussi leitmotiv d'HCE38

Ma joie et ma confiance en l'avenir,
Je les puise dans cette association
depuis presque 20 Ans.

Dans ce livre, je me souviens d'un
vers :

« Il faut se souvenir que la confiance,
c'est déjà de la joie »

Visitez cet auteur aussi vous y puiserez
aussi des richesses

Babette



PIQUE-NIQUE AU PARC DE L'ILE D'AMOUR A SAINT MARTIN D'HERES

Le samedi 18 JUIN à 11H devant le pont qui traverse l'Isère
vers la piscine

Avec son pique-nique et un plat à partager ou une bouteille
Inscription avant le **17 juin**

auprès de Babette au 04 76 26 06 34 ou 06 72 78 08 44



Rappel

Parc Naturel Régional du Pilat

- **Date** : Jeudi 14 juillet au dimanche 17 juillet
- **Niveau** : Peu difficile
- **Thème** : Séjour en étoile (4 jours et 3 nuits)
- **Lieu** : Parc Naturel Régional du Pilat
- **Nombre de participants** : 3 personnes en joëlette, 3 handicapés marchants, **12 accompagnateurs**
- **Encadrement** : Pierre Vanhauwaert, accompagnateur en montagne

Prix tout compris : **100 €**

Dates à retenir en 2011

Calendrier des deux assemblées générales : Samedi **22 Octobre** pour HCE 38 au centre social Georges Sand
Samedi **26 et 27 Novembre** pour HCE national.

Repas de fin d'année HCE 38: le Samedi **03 Décembre** au centre social Georges Sand.

--- SEJOUR HCE 38 ---

ESCAPADE AUTOMNALE EN LUBERON

Date : Du 29 octobre au 1er novembre 2010 **Niveau :** Moyen

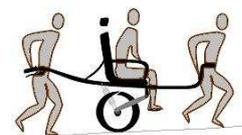
Thème : A la découverte du massif du Luberon (4 jours et 3 nuits)

Lieu : APT et ses alentours

Participants : 3 personnes en Joëlette, 2 personnes handicapés marchants, 12 accompagnateurs

Encadrement : Thibault Delaitre (accompagnateur en montagne)

Prix tout compris : 100 € - 30€ d arrhes à l'inscription le solde 15 jours avant le départ .



Objectifs : A la découverte du parc naturel régional du Luberon

En ces temps automnaux où le soleil se fait rare et rasant dans nos montagnes, nous irons randonner dans des contrées plus méridionales et plus chaudes. Ce séjour nous permettra de découvrir ce territoire et ses traditions locales au travers de randonnées dans le Colorado provençal, autour de St Saturnin d'Apt et de ses collecteurs d'eau pluviale, et enfin les vallons sauvages autour de Buoux où forêt et falaises se côtoient en des paysages extraordinaires. Nous découvrirons ainsi un large panel des paysages qui caractérisent ce beau massif.

Comme d'habitude, il ne s'agit pas d'un séjour clé en main, mais bel et bien d'un séjour d'entraide et de partage. Alors, si l'aventure humaine vous tente, n'hésitez pas à vous joindre à l'équipe ! Un bon remontant avant l'hiver

Rendez-vous

Le 29 octobre 2011 à 8h30 sur le parking de « *Louis Maisonnat* » (Fontaine)

Hébergement :

Nous serons hébergés en gîte autour d'Apt, en gestion libre. Je ne peux pas en dire plus pour l'instant, car je n'ai pas encore trouvé notre lieu d'hébergement.

Repas :

Nous nous chargeons des menus et des courses pour l'ensemble du séjour. Si vous avez des allergies particulières, merci de nous le faire savoir au plus vite !

Matériel individuel:

- Bonnes chaussures de marche	- des vêtements chauds et de pluie pour 4 jours - minimum de toilette
- un sac de couchage	- appareil photo et jumelles (si possible)

Retour :

Arrêt de tram « *Louis Maisonnat* » (Fontaine) le 1^{ier} novembre vers 18h 30.

Pour renseignement et inscription :

Babette Clerc : 06 72 78 08 44 ou Thibault Delaitre : 06 85 20 59 63.

Voyage enHandi Cap Evasion38

L'histoire commence juste avant Noël, en Neurologie avec « l'Équipe » d' Eric Chevrier : Le DECLIC.

Que ce passe-t-il début 2011 avec ma nouvelle kiné Sandrine Galifi qui sort de 5 années en neurologie : Un espoir, des solutions, un chemin tracé vers HCE38 Puis un point lumineux : la rencontre avec Babette Clerc la Présidente d'Handi Cap Evasion38.

Quand je ressors avec ma femme de l'entretien avec Babette je sens que je suis capable de soulever.....
La colline de St Jean d'Hérans dans le Trièves.

1er Mai, ma 1ère sortie en Joëlette à l'Erbatorium de St Jean d'Hérans. Le monde s'ouvre à moi, ce sont trois iraniens avec à sa tête Iraj Hosseini qui viennent me prendre en voiture.

A partir de là, moi le Matheysin d'origine, je me transforme en guide touristique, avec les trois lacs matheysins, l'Obiou, la mine de la Mure, ses mineurs, dans la voiture on cause français, iraniens, les fous rires sont déjà de mise.

Passé le devenu célèbre pont de Ponsonnas, le convoi de quatre voitures se gare dans la montée des Echareennes. Notre Guide du jour, Jean Cordonnier, avec Jean-Louis et les autres s'affaire autour du montage de la joëlette. Un dernier coup de pompe et me voilà installé, attaché de la tête au pied dans un fauteuil. L'aventure inespérée, même pas en rêves, commence.

A gauche devant mes yeux intrigués une pente abrupte. Pas par là me dis-je un instant, mais si ! Le convoi s'organise : Iraj Sajad, Jean-Louis dans le brancard-avant, puis Guy Claude sur le côté et Pierre à l'arrière. Tout ce monde va me tirer, me pousser, me hisser en haut des sentiers. Une première halte pour récupérer et déjà, le souffle encore court, les rires et les boutades fusent. Mais où suis-je ? Sur mes traits le bonheur doit se lire.

Après un changement d'attelage, nous sommes repartis dans la forêt vers les hauteurs. Une trouée et c'est le panorama sur la chaîne du Vercors qui s'offre à nous. A aucun moment je n'ai vraiment eu peur malgré les passages difficiles entre les pierres, les grosses racines et les descentes en virages accidentés. Chapeaux mes forçats du jour, vous êtes tout à fait incroyables.

Quelques mètres au-dessus, une forte lumière filtre à travers la fûtée de chênes et de hêtres, nous arrivons à l'Erbatorium m'annonce Jean-Louis. Au soleil de mai, la petite troupe de douze personnes s'affaire : Hoda nous offre son beau sourire, Mehri prend des photos, David me sollicite, on s'abreuve. Avant de déjeuner, nous décidons de découvrir l'Erbatorium et ses nombreuses essences, les plaisanteries battent leur plein. Au retour, les tables au soleil nous invitent à sortir nos victuailles. Les discussions vont bon train, la bonne humeur règne. De chauds et agréables cafés accompagnés de délicieux biscuits viennent chatouiller nos papilles pour terminer notre repas.

Quelque trois quart d'heure plus tard la troupe repart, pour la descente pensez-je,que nenni ! A gauche toute pour la sévère montée et la plongée vers Masserange.

Tout au long du chemin forestier des gentianes me jetaient des clins d'œil

l'une me fût offerte pour Françoise, ma Chérie qui les adorent. Après des passages, qui côtoyaient les précipices des Echareennes, en montées et descentes abruptes, nous avons rejoins les voitures.

Merci à tous; « grazie mille » comme disent les transalpins pour cette randonnée que je croyais à jamais ne plus pouvoir effectuer. Cette journée restera pour moi à jamais inoubliable.

Un homme gâté



Un événement : l'achat d'une joëlette "Fauteuil tout terrain mono-roue"

L'activité joëlette est incessante tout au long de l'année, exceptés les mois d'hiver avec l'utilisation des pulkas pour les sorties dans la neige. Certaines de nos 6 joëlettes artisanales vieillissantes ne tiennent plus la route (quelques unes vont avoir 20 ans), malgré l'entretien régulier et les soins intensifs... Des pièces essentielles (freins et roues) ne peuvent plus être remplacées parce qu'elles ne sont plus fabriquées depuis plusieurs années.



L'activité doit continuer avec même une volonté de la développer, afin de répondre à la demande des adhérents et demandes extérieures : familles, associations, aides à des projets de critères sociaux.

L'acquisition d'une joëlette neuve industrielle (Ferriol Matrat) a pu se concrétiser grâce à des réponses positives à plusieurs demandes de subventions (Conseil Général, banque Crédit Mutuel, particulier).

Le mois dernier, lors de notre participation à la randonnée SIPAVAG, un premier contact a pu s'effectuer sur le terrain.

Le confort est au rendez-vous, quoique : les accoudoirs sont un peu bas et surtout, il s'avère qu'une initiation à la prise en main de l'appareil est indispensable.

Pour le rangement, la roue se plie sous le siège du passager de la joëlette et les brancards sont désolidarisés du châssis, changement important dans nos habitudes !!!

Merci à tous ceux qui nous aident et bien sûr bonne route (chemins, sentiers) aux prochains utilisateurs. André.

Programme 2011 des sorties d' HCE 38

19 juin	BELLEDONNE (Crêt Luisard – grand rocher)	Assez difficile	Pierre VANHAUWAERT	06 87 7937 76
25-26 juin	VERCORS –Drôme (Plateau d' Ambel)	Moyen	Élisabeth CLERC et Sylvie LECOMTE	04 76 26 06 34 04 76 50 31 66
3 juillet	OISANS (La croix du carrelet)	Moyen	André HOUILLOIN et Jean-Louis QUEYNARD	04 76 54 89 45 04 76 90 42 50
23 et 24 juillet	OISANS (Plateau d'Emparis - refuge) <i>+participation financière pour le refuge</i>	Moyen +	Yves GILLES et Christian LANFREY	06 76 02 22 62 04 76 48 33 23
7 août	GRANDES ROUSSES (Refuge des clos)	Moyen	Jean-Louis QUEYNARD et Élisabeth CLERC	04 76 90 42 50 04 76 26 06 34
28 août	SURPRISE	Moyen	Dominique DERRENNE	04 76 09 10 37
4 septembre	NOTRE DAME DE LA SALETTE (Col de Parquetout)	Moyen	Christian LANFREY	04 76 48 33 23
11 septembre	VERCORS (Cabane de Roybon)	Moyen	Pierre VANHAUWAERT et Élisabeth CLERC	06 87 79 37 76 04 76 26 06 34
25 septembre	VIRADES DE L'ESPOIR	Facile	Anne-Marie DAGOIS et Odile FAYOLLE	04 76 96 33 68 04 76 25 49 87
2 octobre	TAILLEFER (Le pré d'Ornon)	Facile	Luc SAINT-GUILLAIN	04 76 43 49 60
16 octobre	« RANDO-RESTO » <i>+participation financière pour le resto</i>	Moyen	Jean CORDONNIER et Audrey FREMONDEAU	04 76 21 44 85 09 54 93 48 43
23 octobre	VERCORS (Col de l'arc)	Très difficile	Thibault DELAITRE	06 85 20 59 63

MINI SEJOURS

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant	Inscription
14 au 17 juillet	Le Pilat (LOIRE)	Moyen	Pierre VANHAUWAERT	Élisabeth CLERC 04 76 26 06 34
29 octobre au 1 ^{er} novembre	Le LUBERON	Moyen	Thibault DELAITRE	Élisabeth CLERC 04 76 26 06 34

POUR PARTICIPER AUX SORTIES

- Vous devez être adhérent et avoir réglé votre cotisation pour l'année 2011, si c'est votre première sortie à HCE 38
- Vous n'adhérez que si vous êtes satisfait de votre essai et que vous avez envie de revenir.
- 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 4 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) sur la place et pas dans la rue !** Nous vous demandons d'être à l'heure par respect pour ceux qui le sont, merci d'avance.