

# Mille feuilles

Le journal de l'association  
Handi-Cap-Evasion  
21, avenue Marcelin Berthelot  
38100 GRENOBLE

N° 14

Décembre 99



## EDITO

Voici le dernier Mille Feuilles de l'année 1999 qui contient entre autres, des informations, témoignage, jeu et poème, et une invitation à venir nombreux partager les rois le 22 janvier de l'an 2000.

Vous recevrez également les programmes des sorties locales. Je vous sens impatient de vous inscrire, alors ne tardez pas et prenez votre téléphone ; n'attendez pas que l'on vous sollicite.

Mais nous n'en sommes pas encore là, et je vous souhaite un Joyeux Noël et de bonnes fêtes de fin d'année.

Signé : Le Père Noël



## Balades Dans Le Pays D'autre Riche

Dimanche dernier, nous étions cinq à nous donner rendez-vous à La Mure, prêts à attaquer le « mauvais temps », le temps d'une balade bien tranquille au bord des lacs. Le brouillard est appelé « mauvais temps », c'est une convention, mais nous avons laissé les conventions ailleurs, et nous avons donc pu admirer ces nuages s'effilocheer aux arbres pourpres, feu, mémoire du soleil qui était hier si présent...

Le vent nous apportait ses parfums, nous faisait tituber comme ivre de la joie que nous procurait cette rencontre.

Nous nous sommes inspirés ( à pleins poumons ) de la patience de ce hêtre plusieurs fois centenaire, noueux, planté là, semblant profiter de chaque journée, l'une après l'autre...

La balade qui sera vraisemblablement reprogrammée au printemps 2000, s'est achevée autour d'un vin chaud, près d'un feu de cheminée, où nous savourions pleinement cette amitié qui nous fait donner, recevoir et partager.

Je profite de ce petit article pour témoigner de ma joie d'avoir rencontré toute l'équipe d'Handi Cap Evasion. Tous les moments que j'ai vécu ici, ont été riches, quelqu'aient été les conditions " extérieures ".

J'entrevois la grandeur de l'Homme, celle qui le fait sourire et aimer inconditionnellement, malgré la fatigue, les douleurs ou le passé.

David André

## EN CHARTREUSE

*Chartreuse, oasis verte  
au coeur des rochers  
millénaires....*

*Armée de sapins  
innombrables  
montant en rangs serrés  
à l'assaut du ciel!*

*Qu'il fait bon marcher  
dans les sous-bois  
les jours brûlants d'été...  
Qu'il fait bon goûter  
la fraîcheur des torrents.*

*Quatre saisons en  
Chartreuse!...*

*Splendeur de l'automne  
quand la foule des arbres  
du tremble à l'érable  
a revêtu la livrée  
sommptueuse  
qui fait chanter les heures...*

*Féerie de l'hiver  
où tout est blanc,  
paix et silence...  
troublé seulement  
par le bruit clair du ruisseau  
qui court sous la glace  
et le givre...*

*Joie du printemps revenu  
avec ses fleurs,  
ses oiseaux, ses troupeaux  
qui vont redécouvrir l'herbe*

*Il est un coin  
où il fait bon vivre.  
C'est la "Grange"  
accueillante et colorée  
qui nous parle d'amitié,  
et les soirs  
près de la cheminée,  
on peut rêver...*

*Chartreuse...  
souvenirs de belles heures  
que l'on garde  
pour les jours froids,  
afin d'en réchauffer  
le coeur.*

Aimée Guicharet

Nom : ..... Prénom : .....

N° de Téléphone : .....

J'accepte de figurer sur une liste distribuée à tous les adhérents d'HCE 38, et par là même d'être contacté par tout collègue adhérent de l'association pour l'accompagner à une sortie HCE

### **Recrutement des accompagnateurs**

Ca fait quelques temps que l'on vous dit qu'il n'est pas possible, sinon souhaitable, que les responsables de sorties s'occupent de tout lorsqu'ils organisent une sortie. Les « povres » ! Pensez un peu à leur faciliter la tâche sinon ils finiront par rouler sous la joëlette ( et peut-être à avoir moins envie d'organiser des sorties à l'avenir...) Et en plus, à l'heure des 35 heures et du partage du travail ( arrêtez-moi...je m'égare...il va bientôt y avoir des manifs au sein d'HCE...), ravivons nos neurones et rappelons nous que dans les termes " adhérer à une association ", il y a l'idée de **souscrire activement** à une idée, un projet **commun** et de le **faire ensemble**. Et que, bref, si l'on veut que l'association vive, il faut que chacun **participe**.

Je voulais naturellement évoquer le recrutement des participants aux sorties...lequel donc, ce recrutement, ne saurait être le rôle de l'unique organisateur de sorties. Rappelons que

chacun peut s'inscrire de lui-même auprès du responsable de sorties, et non pas attendre que l'on nous appelle par téléphone. Parfois, et malheureusement souvent, cet acte volontaire ne suffit pas...et il faut trouver des accompagnateurs sinon la sortie peut être annulée. Cette recherche doit être le fait du plus grand nombre et non pas seulement de l'organisateur des sorties ( j'ai comme l'impression de me répéter...)

Vous trouverez ci-dessus un coupon à renvoyer à l'association. Ce coupon concernant les accompagnateurs vous demande si vous acceptez de figurer (avec vos nom et numéro de téléphone )sur une liste des adhérents "contactables" par tout un chacun. Cette liste sera distribuée à chaque adhérent de l'association ; ainsi, chaque personne en joëlette désirant participer à une sortie pourra essayer de trouver elle même ses compagnons de route pour la sortie.

### **Vous avez dit « Initiation » ?**

Pour devenir plus acteur dans l'association, encore faut-il en avoir les moyens, avoir une idée du fonctionnement des choses, ce qu'on peut appeler par un grand

mot **se former**. Parlons plus modestement d'une initiation, la formation pouvant se continuer sur le tas, en accumulant l'expérience sur le terrain.

Dans cette idée, j'organiserai deux sorties à thème l'an prochain :

↳ 1 sortie Initiation Accompagnateurs / Responsables de Sorties le 9 avril 2000.

Apprendre les subtilités de la conduite de la joëlette bien sûr, mais aussi apprendre à gérer, animer un groupe, trouver la bonne place dans le groupe...

Naturellement, les futurs responsables de sorties ( ceux engagés comme tel l'an prochain + ceux que ça titille à l'avenir ) sont particulièrement invités ( sans restriction cependant pour les autres en fonction des places disponibles ).

↳ 1 soirée Initiation Orientation le 27 mai 2000, suivie d'une sortie d'application pratique dans les Vouillants le lendemain 28 mai 2000.

Le but : ne pas randonner " idiot " en joëlette en suivant " bêtement le chef ", mais se rendre compte de là où l'on nous emmène, particulièrement en tentant d'établir un parallèle entre lecture de cartes et paysages. Tout ceci pour qu'ensuite vous puissiez proposer de nouvelles sorties en joëlette.

Naturellement, vous êtes tous invités à apprendre à manier la carte.

Je vous reparlerai plus en détail de ces deux sorties dans un prochain numéro de Mille Feuilles.

Bruno



## Flash Infos

1. **Handi Cap Evasion** participera à la semaine **Inter Culturelle** de Fontaine qui aura lieu du 19 au 25 mars 2000. Des informations plus précises vous seront communiquées ultérieurement.
2. Pour les sorties en pulka, Handi Cap Evasion dispose de quelques paires de raquettes qu'elle met à la disposition des accompagnateurs.
3. **Avis aux personnes handicapées** : Si l'un ou l'autre des séjours de l'an 2000 vous intéresse, inscrivez-vous rapidement s'il vous plaît.



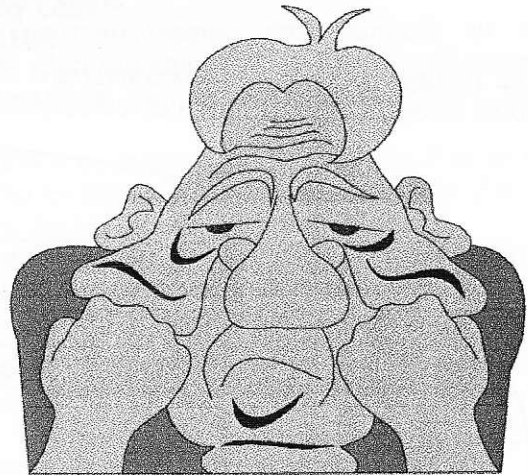
- ☞ Comme vous le savez sans doute, trois adhérents d'HCE Isère font partie du Conseil d'Administration d'HCE national.
- ☞ Ils vont commencer leur troisième année et souhaiteraient, lors de la prochaine AG, annoncer qu'ils se dégagent de cette responsabilité pour laisser la place à trois nouveaux candidats.
- ☞ Il serait bon que d'ici là, quelques adhérents se manifestent.
- ☞ Il faut savoir passer le relais pour amener des idées nouvelles, encore faut-il qu'il y ait un relais.

## Un peu de divertissement

Voici quelques réflexions du **Groupe Parole** de Fontaine sur le thème : « **ETRE POSITIF** ».  
Si vous le désirez, vous pouvez compléter cette liste.

- ☺ Etre positif, ça s'apprend.
  - ☺ La montagne, c'est positif.
  - ☺ Etre positif, c'est la vie pour moi.
  - ☺ Etre positif, c'est une philosophie.
  - ☺ Etre positif, c'est avoir de l'espoir.
  - ☺ C'est la santé du corps et de l'esprit.
  - ☺ Il y a des ondes positives dans la nature.
  - ☺ On peut perdre l'habitude de se plaindre.
  - ☺ Quand on décide soi-même on est positif.
  - ☺ La montagne, c'est le strapontin du paradis.
  - ☺ C'est voir le bon côté des gens et des choses
  - ☺ Quand on est positif, on est en meilleure santé.
  - ☺ Etre positif, c'est se contenter de ce que l'on a.
  - ☺ Quand on est positif, les autres viennent vous parler.
  - ☺ Etre positif, c'est croire que les gens peuvent changer.
  - ☺ C'est l'histoire du verre à moitié vide ou à moitié plein.
  - ☺ A quel laboratoire doit-on porter le résultat du positif ou du négatif ?
  - ☺ Je me contente de ce que j'ai, mais je ne me contente pas de ce que les autres n'ont pas.
  - ☺ Quand j'ai été paralysée, j'ai pensé que j'avais de la chance d'avoir gardé l'oeil qui voyait le mieux.
- Si ce Groupe Parole vous tente, contactez Elisabeth CLERC**

CE N'EST PAS CA...



Maintenant que vous vous êtes acquittés de votre cotisation, et que vous avez rempli les deux bulletins réponse, vous pouvez vous détendre avec ce petit jeu. Envoyez vos poèmes et vos idées de jeu, ils seront les bienvenus.

Changer la position d'une allumette pour trouver le résultat



## Rêve


Quelle joie ! Te voici près de moi ma bien aimée .  
De douceur, de bonté, de joie, tu rayannes ;  
Quel bonheur, près de toi, d'être réconforté  
Car alors, seul ne compte que ce que tu donnes :

La tendresse, l'affection, cet amour infini  
Que pour moi, chaque jour, sans compter tu déverses  
Venant de ton coeur qui jamais ne se tarit  
Et se contente souvent de peu : ma tendresse.

Que ces instants exquis, enivrants sont pour moi  
Importants, vitaux devrais-je dire car privés d'eux  
Que serait ma vie dépourvue de tout émoi ?  
Mais il n'en est vraiment rien et je suis heureux.

Toi mon ami qui jusqu'alors de tes rayons  
M'a épargné ; toi l'astre de vie, toi soleil,  
Pourquoi t'obstines tu à me tirer de mon sommeil  
Alors que dans ce rêve tout paraissait si bon ?

?????



Soyez les poètes de votre vie.  
Osez chaque jour  
Mettre du bleu dans votre regard  
Et de l'orange à vos doigts,  
Des rires à votre gorge et  
Surtout,  
Surtout une tendresse renouvelée  
A chacun de vos gestes.  
Jacques Salomé

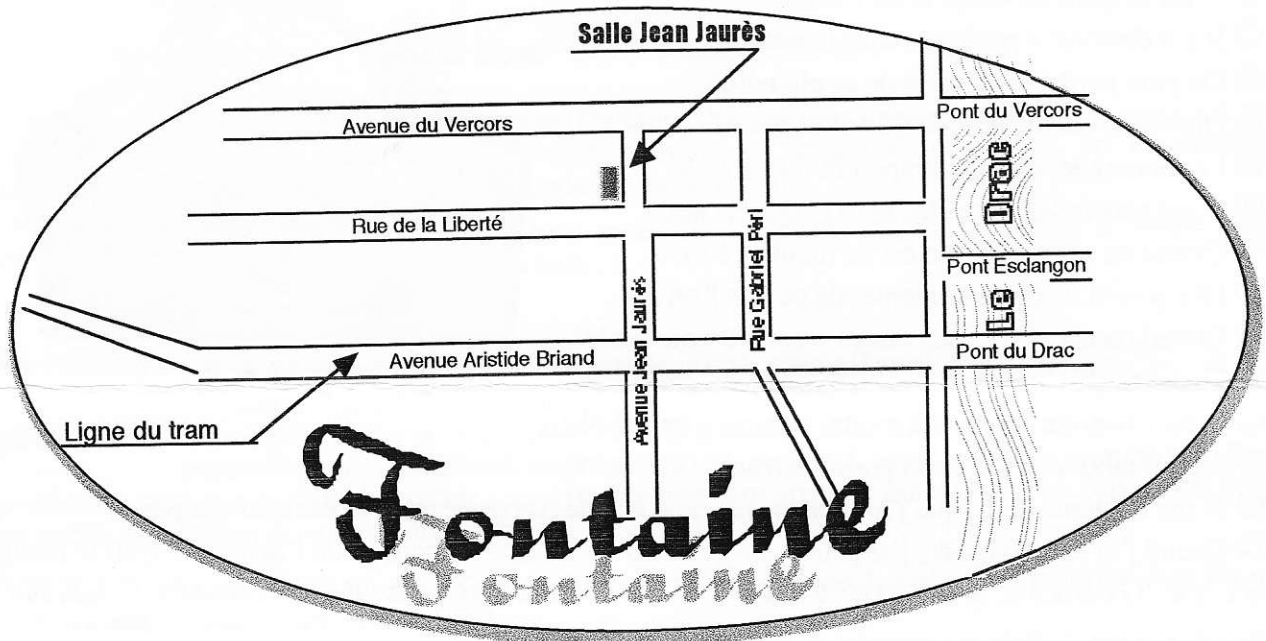
## Tirage des Rois

Nous avons le plaisir :

- ☺ de vous informer que le traditionnel « tirage des rois » aura lieu le samedi 22 janvier 2000 et
- ☺ de vous inviter à vous inscrire en remplissant et en retournant le coupon réponse ci-dessous à :

**Marie-Chantal RICHARD**  
**26, place Louis Juvet**  
**38100 GRENOBLE**

Pour rendre cette réunion plus conviviale, chacun apportera de quoi boire et manger, et tous ces casse-croûte seront mis en commun et redistribués. **H.C.E. offrira les galettes**



Nom : .....

Prénom : .....

Nombre de personnes :



Si vous trouvez qui est le « Père Noël, dites-le à Elisabeth CLERC ( Tél : 04-76-26-06-34 )