

Mille feuilles

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

N° 18

Mars 01



Edito

Vous pourrez remarquer sur ce , en principe, "mini" bulletin, que HCE vous propose, plus que de simples sorties en montagne - ce qui est bien sûr le premier but de l'association - d'autres participations (intéressantes ou des plus agréables) qui nous apportent une **réelle vie de groupe.**

Voyez !



Et si on s'offrait un REPAS ?

Dans le courant de l'hiver, nous organisons déjà une soirée " Adhésions ". Nous nous retrouvons ainsi, durant la période creuse, ce qui nous permet de nous voir, de papoter et même, comme cette année, de faire des jeux. Bref, c'est un moment agréable que chacun apprécie.

Cette année, nous avons imaginé organiser une journée rencontre autour d'un repas aussi pendant les temps forts. Nous recherchons la solution la meilleure, pour le meilleur prix, afin que ce critère d'argent ne soit pas un moyen de sélection. Il faut que tous les adhérents puissent participer s'ils le souhaitent.

Réservez donc, d'ores et déjà, votre

Soirée du 12 mai 2001

accueil à partir de 17 heures 30 . Vous aurez plus de détails lorsque nous enverrons les bulletins d'inscription.

ODYSSEE 2001

Non, ce n'est pas un titre de film mais une invitation à participer cette année à l'Odyssée de l'APF.

Contrairement aux autres années, nous n'aurons pas de stand, car nous avons décidé d'être sur le terrain, c'est à dire, en participant à la course. Ne vous affolez pas : on peut le faire sans courir .

Cette grande journée APF aura lieu le
24 Mars 2001

dans le

Parc Paul Mistral à Grenoble

L'épreuve consistera à parcourir une boucle de 1648 m autant de fois que nous le désirerons, dans la plage horaire de 10 heures à midi.

Il serait sympathique de montrer à nos copains APF que nous sommes à leurs côtés et, à tout le monde, que nous existons. L'idéal serait, trois joëlettes présentes ce jour là, ce qui veut dire, bien sûr, six volontaires valides.

N'hésitez pas à vous manifester et à vous inscrire auprès de

René Richard

(04-76-25-29-07).

Pensez déjà au "Week-End - Rencontre" du 23 et 24 Juin 2001
au Plateau d'Emparis

Deux jours qui seront riches en échange pour ceux qui viendront...

Quand deux associations de montagne fréquentées par des gens sympas se rencontrent, que se passe-t-il ?

Vous n'avez qu'à venir pour le savoir.

"Loisirs Montagne" nous accueillera au "Clos Raffin". Ce serait trop long à expliquer, mais venez, et vous serez conquis.

Les Handi Cap Évadés et Loisirs montagnoux auront tout le temps (d'un W.E) pour se connaître.

La rando du Dimanche ne décevra personne (j'espère que Mme Météo fera de même). Le Plateau d'Emparis nous offre l'espace et une vue imprenable sur La Meije, les Grandes Rousses, les lacs, les marmottes, les fleurs etc, etc, etc

Pour ce qui est de l'intendance, prévoyez votre pique-nique du Samedi midi

(balade surprise : je n'ai pas encore eu le temps de réfléchir, mais ce n'est déjà plus un problème, ça peut se résoudre par une visite des environs du Chazelet). Ainsi que le pique-nique du Dimanche midi.

Pour le Samedi soir , c'est prévu : le repas sera fait sur place (participation entre 10 et 15 Frs par personne).

Pour ce qui est de l'ambiance, chacun étant concerné, amenez votre bonne humeur, votre guitard, si c'est possible - sèche de préférence - car pour ceux qui ne sont pas au courant, il n'y a pas d'électricité ! Les soirées se passent à la lueur des chandelles. Les nuits dans ce refuge sont toujours sereines. En effet, il n'est pas hanté par des esprits "marcheurs" délogés par des esprits "frappeurs".

Pour les amateurs de "Belles étoiles", ils seront comblés (s'il-te-plaît Mme météo, ne me fait pas mentir). Au fait,

n'oubliez pas votre duvet, il peut servir.

Ce refuge accueille 25 personnes. Il faudrait, avec les 3 personnes en joëlottes, un minimum de 9 accompagnateurs HCE, l'effectif restant, étant complété par les copains de "Loisirs Montagne" , qui se feront un plaisir de s'initier à la joëlette. Leur aide nous sera précieuse.

Rosy

Je vous donne le prix du W.E :

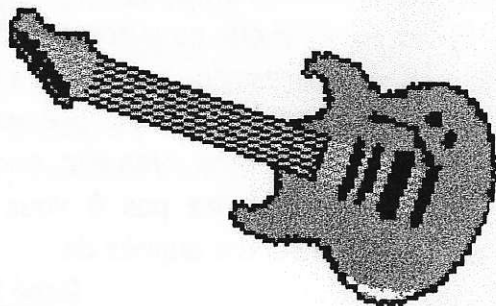
- 60 frs la nuit (45 Frs d'hébergement, 15 Frs d'adhésion à l'association)
- 10 ou 15 Frs de participation au repas du soir (paiement sur place)

Pour les inscriptions ou pour des renseignements, adressez vous à Rosy au

04 -76 -40 -35 -44
(répondeur)

ou par lettre

Rosy Tondeur
3 Allée de la Pelouse
38 100 Grenoble



CA VOUS DIRAIT, UN MECHOUI ? ?

Pour ceux qui ne sont pas hostiles à faire environ 200 kms pour bien manger, nous les informons que le

1er juillet 2001

aura lieu dans le département des Alpes de Haute Provence un méchoui organisé par nos amis d'H C E 04. Le lieu exact du rendez - vous sera donné

ultérieurement, mais ceux qui sont intéressés peuvent d'ores et déjà s'inscrire auprès de Babeth.

Le voyage sera à organiser. Pensez donc à préciser si vous y allez en voiture et si vous pouvez prendre quelqu'un avec vous.



SEMAINE

INTER CULTURELLE DE FONTAINE

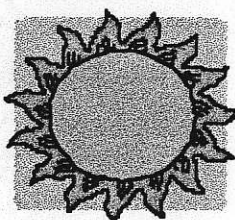
En même temps que l'odyssée de l'APF, a lieu à Fontaine, comme chaque année, la

Semaine Inter culturelle.

Si vous n'avez pas le programme et que vous avez envie d'assister à l'un ou à l'autre des différents thèmes abordés vous pouvez toujours vous adresser à

Elisabeth Clerc au
04-76-26-06-34

Pour sa part, HCE participera, en faisant une randonnée le
25 mars 2001
au Bois des Vouillants



PETIT APPEL

Pour faciliter le travail des "rédacteurs en chefs" (!) de ce cher bulletin, il serait très sympathique de leur envoyer, dès que pensé, n'importe quel article, afin qu'ils puissent préparer cette feuille de chou en toute quiétude et non pas dans la précipitation coutumière !

René : 04-76-25-29-07 ou Odile : 04-76 25-49-87

Brigitte : 04-76-44-67-85

Merci pour votre compréhension

Pour
l'échange des
2-3-4 Juin 2001
avec

H C E Clermont-Ferrand

Lors d'un bulletin précédent, nous vous avons parlé d'une grande sortie joëlette organisée par nos amis de Clermont. Il reste 1 place en joëlette et il manque 3 accompagnateurs. Ce week-end a été organisé afin de rencontrer une autre antenne HCE. Car, à part en séjour ou à l'AG, nous avons peu l'occasion de nous voir. Cette année, ils nous invitent à découvrir leur belle région et leurs spécialités. En 2002 ce sera notre tour de les accueillir. Pour vous inscrire, téléphonez à

Véronique Monmayeur au

04 76 23 25 57

RÉCIT D'UNE SORTIE EN PULKA (14 janvier 2001)

Dimanche 14 janvier : première sortie pulka du 3^{ième} millénaire. Fidèles, vaillants et joyeux, 2 handicapés (dont un marchant) et 5 accompagnateurs se retrouvent. L'hiver arrive enfin : le temps est froid, sec et ensoleillé. Notre parcours à Autrans promet d'être très agréable. 11h00, chaudement équipés et bien chaussés nous commençons la promenade. Mes raquettes, joueuses, décident d'entraver ma marche. A petits pieds (aux grandes pointures non plus d'ailleurs), ces chaussons élastiques ne conviennent guère ...

Le "râleur" nous accompagne. Les attaques fusent. Mais sa technique se révèle excellente puisqu'elle nous permet d'apostropher les passants et de faire connaître l'association. Et sur cette piste forestière à la croisée des pistes de ski, les rencontres sont nombreuses ... Un petit regret : l'absence d'autocollants collés sur la pulka. Avec eux, les recrues au-



raient sûrement afflué ... Sans, nous dûmes compter sur la mémoire (ambiance chaleureuse, pulka colorée, nom et site internet de l'association, vin et chocolat offerts, ...) des rencontres. Qui sait? Peut-être qu'un jour nous verrons arriver une belge, une anglaise et un hollandais ainsi contactés.

Les éclats de rires fusent. Pourtant, écraser ses lunettes n'est pas drôle ... sauf si vous les cherchez, longuement et en vain dans votre sac ... alors qu'elles sont sous vos pieds et que la réparation est immédiate. Et, que dire du succès de la session luge? : photos à l'appui, son succès est indéniable. Le copieux repas pris au préalable y serait-il pour quelque chose? L'apéro, le vin rouge, la bière, le gâteau, le café, le thé et même le chocolat "Mon Chéri" partagés nous mettent-ils dans un état second? Quoi qu'il en soit, échauffés par une sieste au soleil, la glisse, traditionnelle, en ventral ou en petit train est excellente.

La journée est si belle que nous ne rentrerons sur Fontaine qu'aux alentours de 19h00 avec 2 souhaits. Premièrement, que le soleil soit au rendez-vous du plus grand nombre de sorties 2001. Deuxièmement, que l'ingéniosité des groupes atteigne et même dépasse la nôtre. Le défi est lancé : qui concevra un pousseur de pulka supérieur au notre? Le nôtre se compose simplement de 2 bâtons de ski. Judicieusement calés dans le socle de la pulka à l'arrière, notre invention se révèle à la fois légère, maniable et très pratique. Félicitations à son (ses) inventeur(s).

Odile Fayolle