

# Mille feuilles

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

N° 19

Juin 2001



## Édito

En ce 1<sup>er</sup> Mai, c'était les  
"12 heures de natation"  
de Fontaine. Pendant que je jouais  
au scrabble avec un copain, nous  
avons décidé d'aller y participer  
et une réflexion m'est venue à  
l'esprit.

### Le Sport

\* ça fait reculer le handicap.

\* ça fait reculer la vieillesse

\* ça fait reculer le médecin

J'ai la même impression quand je  
pars en randonnée avec Handi Cap  
Evasion.

\* En Valdaine, dans la boue et  
sous la pluie, le handicap n'était  
plus là, nous étions une bande de  
gamins.

Le lundi, malgré le froid et  
l'humidité, " miraculeusement",  
nous n'avons pas eu besoin du  
médecin.

\* A Venon, sur le Chemin des  
Vignes, le Printemps était  
partout. Le gazouillis d'oiseaux  
et le vert tendre des petites  
feuilles, nous donnaient des ailes.

Est-ce à dire qu'être au sein de  
la nature, notre corps et notre  
âme sont plus légers ?

C'est un pas que j'ose franchir.

Longue vie à Handi Cap Evasion

Babeth

## Une Randonnée au Col des 1000 Martyrs (8 avril 2001)

Vous y étiez ... et vous avez apprécié.

Vous avez raté la sortie ... et vous allez le regretter.  
Non pour la météo, maussade comme bien souvent en  
début de saison (brouillard, pluie froide et soutenue)  
mais pour l'ambiance, les mets partagés, les surprises,  
les souvenirs ...

### Le casting :

\* 3 brillants chefs d'orchestre : Franceline, Marie et  
Bruno

\* 5 agréables handicapés : Marie-Chantal, Babette,  
Franceline, Véronique et Damien

\* et un grand nombre de joyeux accompagnateurs et  
sympatisants.

### Les points forts :

\* Les joëlettes nouvellement repeintes et réglées :  
rutilantes

\* Le rappel du maniement de la conduite sous la bâche  
au départ : très utile malgré l'humidité

\* Les commentaires architecturaux, historiques et  
géographiques au long du parcours : culturel

\* Les surprises essayées à longueur de journée  
(cabane, crypte éclairée, ...)

--> originales et bien organisées

\* Les mets (cakes, ...) et les boissons partagées (pastis,  
vin, café, thé, ...)

--> très appréciés

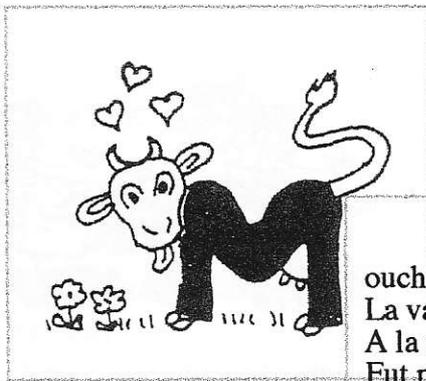
\* La perte de JB : réelle bien que difficile à imaginer

\* Le paysage : certainement magnifique mais quelque  
peu voilé.

Merci à tous les présents (organisateur, cuisiniers,  
porteurs, portés, égaré, râleur, buveurs, mangeurs...  
pour cette bonne journée.

Odile

P.S. : Les points faibles ??? Oublions les, on y a  
remédié. Ne gâchons pas notre souvenir ...



Mouchette

Mouchette,  
La vachette,  
A la saint honoré  
Fut mise au pré.

Après une douce enfance  
Confinée chez son fermier,  
Brilla pour elle la délivrance  
Par le gai soleil printanier.

Tout parut à ses yeux comme en rêve,  
Tout fut délire en son palais :  
Ivresse des graminées, griserie des sèves,  
A profusion, comme au céleste banquet !

Ce bulletin  
ayant encore  
une " petite"  
page vide, nous  
vous offrons ce  
joli poème en  
mots et en  
images !  
C'est pour quoi  
le reste du  
journal fait un  
peu " ramassé " :  
il fallait que le  
texte soit seul  
et léger !

Comblée par la Providence  
Et redoublant d'ardeur,  
Elle pris pour point d'honneur  
De se remplir la panse.  
Quand tout à coup mugit du pré voisin  
Un taureau, luisant et lourd comme l'airain.  
De ses puissants naseaux  
Jaillissaient des messages ancestraux.  
Mouchette, à ses appels, sentit en ses entrailles  
S'éveiller des instincts propres pour la bataille !  
Mais voilà qu'une barrière prévue pour sa pâture  
Se dressa comme un objet contre nature,  
Obstacle incompréhensible  
A son désir irrésistible.  
Son plaisir explosa en délire :  
Et la voilà courant, sautant, beuglant, bavant,  
Déchirant son poil sur le grillage,  
Ecrasant les sainfoins sous sa rage !

Pareilles manifestations  
Du fermier alertèrent l'attention :  
" Voilà pour un paisible animal  
Un comportement bien anormal.  
Il faudra qu'en ses biberons  
Se soient glissé quelque fatal prion !  
Ma bête est folle ! Au secours ! "

On s'affola aux alentours.  
L'ordre, dans le quartier ne se fit pas attendre :  
On réduisit la bête en cendres !  
Ainsi finit Mouchette,  
La pauvrete,  
Un beau matin de printemps,  
Sous les lois des bien-portants.

Si vous flânez près de son pré,  
N'y cueillez point les pâquerettes,  
Elles sont encore enfarinées  
De la poudre de Mouchette...

Marcel Vette



## Ma sortie en pulka

Je suis allée faire une sortie en pulka, sur une des montagnes de Grenoble.

On doit emmener son pique-nique pour midi. On doit aussi emporter un duvet pour ne pas avoir froid dans la pulka. Je fais ça avec des gens d'une association qui s'appelle **Handi Cap Evasion**. J'y suis allée toute la journée et je suis rentrée le soir pour manger.

La pulka se fait sur la neige. Ça ressemble beaucoup à un traîneau où il y a des chiens. Il y a une personne handicapée qui se met dans le traîneau. Au bout du traîneau il y a 2 barres métalliques. La personne s'accroche avec des bretelles. On fixe une corde aux 2 barres pour qu'une personne puisse aider. Des gens peuvent pousser avec des bâtons de ski derrière la pulka. L'association n'a qu'une pulka.

J'ai beaucoup aimé parce que mon papa a tiré la pulka en courant pour s'amuser. Il me lançait des boules de neige. Avec Odile, on a fait de la luge-pelle : c'était super.

Marie **BIGOT**

(production d'écrits en classe de CE 2)

Appréciation de la maîtresse : "Très beau texte !"

**Sortie du 23-24 Juin  
au Plateau d'Emperis**

**Rappel  
Important**

Il manque des accompagnateurs (trices) pour ce Week-End.  
Merci de vous inscrire le plus vite possible auprès de  
**Rosy au 04 76 40 35 44**  
Laissez un message, je vous rappellerai.

### Petite info

La société **BLANDI**  
(entreprise de proximité entièrement tournée vers le service aux particuliers) propose :

- Blanchissage
- Nettoyage à sec
- Retouche
- Nettoyage des tapis
- Nettoyage du cuir et du daim
- Collecte & Livraison à domicile

Pour plus de renseignements :

Tél : 04-76-85-18-16

Fax : 04-76-91-24-34

**A tous les adhérents**  
**ayant un "G I G"**

La société DOMATEC située au

272 rue Vingt Toises - St Martin le Vinoux

offre à toute personne possédant un GIC,  
une télécommande permettant :

\* soit d'abaisser et de relever un  
arceau de parking

\* soit de signaler au commerçant la pré-  
sence d'un handicapé devant son magasin et  
lui apporter son service.

Vous pouvez demander des renseignements  
au N° INDIGO : 0820 016 016 ou visi-  
ter le site internet [www.handidip.com](http://www.handidip.com)

***Le Chemin de Fer de La Mure***

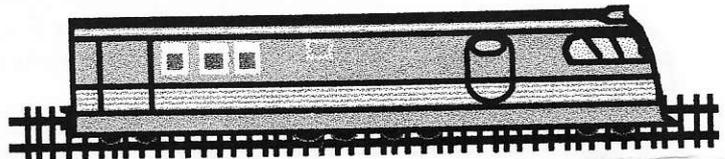
Le 5 Août 2001 se fera notre  
**Randonnée Touristique**  
dans une région particulièrement splen-  
dide : le Plateau Matheysin.

Nous commencerons par laisser nos voi-  
tures à St Georges de Commiers pour  
prendre le " petit train rouge ",  
En 30 kms d'une ligne de chemin de fer  
spectaculaire, perchée entre Vercors et  
Oisans, il gravit, à 30 km/h, 560 m de  
dénivelé, franchit 142 ouvrages d'art et  
permet de découvrir 2 des 7 Merveilles  
du Dauphiné, le Mont Aiguille et la Pierre  
Percée.

Puis nous traverserons, en randonnée  
cette fois, toute la crête pour nous  
retrouver vers le lac de Laffray où  
des voitures nous attendront. Cette  
randonnée est "moyenne(+)" et surtout  
longue, mais tellement exceptionnelle !  
Alors, si vous vous décidez à la faire,  
il faudra vous inscrire

**impérativement avant le 18 Juillet**  
(car il faut réserver)

auprès de Brigitte ( peut-être répon-  
deur : 04 76 44 67 85 ) ou en ren-  
voyant ce bulletin-réponse ci-joint.  
Le prix de cette journée mémorable  
est de 85 Frs.



Je m'inscris à la Randonnée-Touristique du 5 Août 2001 avec  personnes

NOM : PRÉNOM :

Je serai :

en Joëlette  handicapé(e) marchant(e)  accompagnateur(rice)  autre (s)

Je serai en voiture

Je n'aurai pas de voiture

J'aurai  places de libres dans ma voiture

Brigitte Villers  
18 rue A. Allais  
38 400 St Martin d'Hères