

Mille feuilles

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

N°22

Mars 2002



L' EDITO

Ce matin à chaque coin de rue,
le printemps me fait un clin d'œil.
Là les fleurs d'un magnolias vont
éclater.

Là un saule pleureur est ravissant
avec son habit vert tendre.

Là une ribambelle de primevères
s'épanouissent dans une pelouse.
Même le chant des oiseaux n'est
pas pareil.

Tout le monde se prépare pour la
grande parade du Printemps.

Ğ

Vite, l'inspection de la tenue du
parfait randonneur s'impose.
Vite, l'inspection des joëlettes, la
peinture, les écrous, la ceinture,
etc....

Vite, téléphonez aux organisateurs
La saison sorties-joëlettes peut
commencer.

Le 24 mars à 9H tapante,
place Maisonnat
Nous serons prêts, nous aussi.

Babeth

Maison de la Montagne :

Le 2 Février, de 10h à 17h s'est déroulée, au
nouveau local du
3 rue Raoul Blanchard,
la Journée porte ouverte des clubs.
Il y eut une présentation de notre
Association par un stand .
Une manifestation du même type est
prévue, sous chapiteau, à l'occasion de
l'inauguration au mois de septembre.
Nous sommes des randonneurs à part
entière ! Donc, nous irons !

Odyssée de l' A . P. F.

Le samedi 23 mars, comme tous les
ans, HCE participe à la course.
Sylvain Dietz encadre les
participants volontaires.
Dans le cadre de la
Semaine Interculturelle de
Fontaine, le lendemain, dimanche
24 mars une sortie aux Vouillants
est inscrite au calendrier.
Pensez-y !
C'est la reprise de l'activité
Joëlette .!

En cette fin d'année, Josiane Ravannat est allée
rejoindre son perroquet.
Depuis le début d'Handi Cap Evasion, elle nous
suivait de temps en temps sur les sentiers.

Elle ne faisait pas de bruit.

Elle est partie sans bruit.

Au revoir Josiane.

Pour le 1er janvier,
Xavier De Lorient nous a quitté lui
aussi, tout à fait brusquement.
Cet homme souriant et discret est
parti peut-être faire le bien dans
d'autres contrées.

Au revoir Xavier

Réflexion sur les sorties HCE vendredi 14 décembre 2001

Le 14 décembre 2001, nous étions un petit groupe d'organisateur de sorties a participer à cette réflexion que Bruno et moi avons organisé. Nous avons abordé ensemble 4 situations qui posent le plus questions dans les sorties, voilà ce qui est ressorti :

1- possibilité de marcher et temps de marche des personnes handicapées au court des sorties ?

- ⊗ **l'organisateur est le seul responsable de sa sortie** et c'est donc lui qui donne son accord à la personne handicapée pour marcher,
- ⊗ les accompagnateurs parfois **trop ambitieux dans leur itinéraire** peuvent **oublier l'importance de la marche**, au cours des sorties, pour certaines personnes handicapées, quelle que soit la vitesse de marche : c'est important de pouvoir se balader, ramasser des fleurs, champignons
- ⊗ les accompagnateurs doivent avoir préalablement **repéré les endroits les plus favorables de leur parcours** pour que la personne qui veut marcher le puisse, temps de marche à prévoir utilisé ou pas.
- ⊗ les **moments les plus favorables** pour ne pas diviser le groupe et palier à la différence de rythme sont **avant le repas et l'après-midi** (en ayant expliqué le lieu du pic-nic au groupe).
- ⊗ **un terrain d'entente doit pouvoir être trouvée** entre l'organisateur de la sortie et la personne handicapée,
- ⊗ l'organisateur se doit d'**en informer le groupe avant le**

départ de la balade et **pendant la balade**.

2- la dispersion du groupe

Les causes peuvent venir :

- ❖ d'un trop grand groupe : il vaut mieux **multiplier les sorties**,
- ❖ de la place de l'organisateur de la sortie : il **doit se placer à la tête du groupe** pour pouvoir **observer ce qui se passe derrière**, ne pas être attaché à la joëlette pour pouvoir **intervenir en cas de besoin**,
- ❖ d'un manque d'accompagnateurs suffisant pour tirer les joëlettes : **bien évaluer le nombre de personnes actives et nouvelles** pour tirer les joëlettes et **réduire le nombres de joëlettes si besoin** (4 joëlettes maximum lors d'une sortie),
- ❖ **manque de personnes valides pour aider et rester avec les handicapées qui marchent**,
- ❖ mauvaise cohésion du groupe : **le groupe se doit d'attendre le responsable de la sortie** même s'il y a des anciens expérimentés en matière de joëlette, ce qui pose aussi des **problèmes aux carrefours** des chemins

3- manque d'informations

- ⊗ l'organisateur se doit d'**informer son groupe des précautions à prendre avec les personnes handicapées s'il y a lieu** : ex : prévenir des bousculades envers les personnes handicapées marchantes qui ont très peu d'équilibre !

⊗ **passer les infos liés à l'association** (adhésion, journal, séjours, etc ...) aux randonneurs.

4- laisser la place aux nouveaux qui n'ont pas encore fait de joëlette

* **avoir un protocole établi et précis** sur la question :

ex : **priorité aux nouveaux**, cela signifie que les 2 derniers passagés en joëlette sur la liste d'une sortie laisseront leur place, comme nous avons fait pour la Pulka

Pour finir nous nous sommes laissées aller à un petit **Brain Storming "tempête de cerveaux"** où chacun a dit ce qu'il avait envie de trouver dans les sorties HCE, voilà ce qu'il en ait ressorti :

Repos ressourcer amitié
gaité calme rire nature
dureté paix
di alogue verre de vin
handi capé marchant
fraternité bronzage
égalité découverte
liberté rencontre
accompagnateurs
convialité joëlette
pause casse-croûte

Le tout s'est fini autour d'un repas comme on aime bien les faire à Handi Cap Évasion, ce fut une bonne soirée pleine d'échange et d'écoute, des sujets n'ont pas pu être abordés par manque de temps, à refaire sur demande !

Véronique Montmayeur

Petite Remarque

La petite équipe du C.A. doit se bouger pour essayer d'obtenir des subventions de leur Mairie ou du Conseil Général, d'entreprises Il serait sympathique que les membres de l'Association, qui profitent du plaisir qu'elle procure, s'investissent un tout petit peu plus, pour essayer d'obtenir des fonds, même modestes. Pourriez vous essayer d'y penser à l'avenir !

info - info Info - Info -Info- Info -Info- Info

"Aujourd'hui, à l'heure où toute chose devrait être accessible à chacun au moyen d'Internet, je continue à défendre l'idée que l'ordinateur doit s'adapter à son Maître.

Si vous éprouvez (ou connaissez quelqu'un qui éprouve) des difficultés pour utiliser un ordinateur, soumettez moi le cas. Je vous communiquerai mon avis sur les voies de résolution possibles. (Elles sont parfois si simples !)"

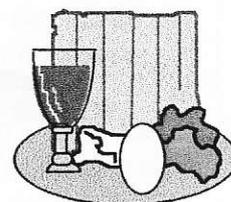
Gilbert

un copain qui a derrière lui, 25 ans de manipulation d'ordinateur, donc si vous êtes intéressé, contactez Brigitte au 04 76 44 67 85 . elle vous en dira plus.



Week-End du 18 au 20 Mai 2002

La Pentecôte s'approche à grands pas !
Nous recevons les Clermontois !



Comme le disait le Bulletin 21, Grenoble ayant été, l'an dernier, invitée chez eux, et avec quelle classe reçue, à notre tour de savoir bien les recevoir.

Nous leur ferons découvrir pendant ces 3 jours, Les Vouillants, le Col de la Ruchère (Chartreuse) et la Crête de la Molière (Vercors) ou Château de Vizille si trop juste.

Soyez nombreux à partager cette rencontre enrichissante !

* Notez que les Joëlettes étant réservées à nos invités, les personnes handicapées désirant participer à 1 ou 2 des 2 repas, le pourront, les lieux étant accessibles par la route.

COUPON REPONSE

Nom : Prénom :

o **Barbecue** du samedi 18 mai à midi (8 E par Pers.)

Rendez-vous Au PRE-FAURE dans le Bois des Vouillants à Fontaine.

o **Restaurant** du dimanche 19 mai le soir

(Arrhes à verser par Pers : 8 E. . Prix du repas env. 20 E. par personne)

Restaurant à **20H** :

Le Feu de bois
28 Av de Romans
38360 SASSENAGE
04 76 26 21 20

· Cocher la ou les cases

· Chèque libellé à H C E - Réponse avant **le 8 mai 2002**

· Coupon à envoyé à : Elisabeth CLERC 50 Av Aristide Briand 38600 FONTAINE

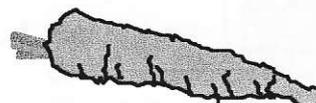
**Week End du 15 - 16 Juin
à la Cabane du Sornin**

Depuis que Handi Cap Evasion existe nous sommes montés souvent à la cabane du Sornin, c'est une balade très appréciée : Une vue imprenable par temps clair s'offre à nous, souvent nous pique-niquons devant le refuge qui appartient à une association de randonneurs de Sassenage.

Et bien cette année, nous avons décidé d'organiser un Week-End. Nous avons pris contact avec eux, notre demande leur a plu moyennant 5 euros par personnes, nous aurons la chance de voir le soleil se coucher devant le chalet du Sornin. Une soirée grillades sera toute indiquée car un beau barbecue nous attend.

Croisons les doigts pour que la pluie ne s'invite pas et puis tant pis nous aurons un toit et du soleil plein le cœur.

Babeth

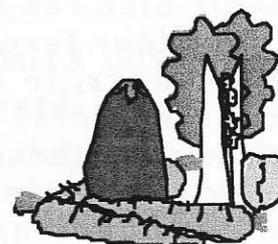


Petite Fêstivité

Le tout petit noyau qui fait rouler l'Antenne 38 vous propose un repas convivial



Menu : "Boeuf aux Carottes"
à 12 heures 30 le 6 Avril 2002
à la Maison du Temps Libre
Mail Marcel Cachin
38 600 Fontaine



Mais les bonnes volontés sont demandées pour aider à l'organisation que cela amène (de l'aide apportée cette fois, dépendra la suite d'autres festivités !).

Alors, nous sommes sûrs que des personnes vont se manifester, n'est-ce-pas ?

Bulletin- Réponse à renvoyer avant le 2 Avril 2002 à
M--Chantal Richard
25 Place L.Jouvet
38 000 Grenoble

Nom : Prénom : Nbre de Pers. :
Je participerai au repas "Boeuf aux Carottes" et pour cela joins un chèque de 8 Euros.