

❖ LE PETIT TROTTINEUR ❖

Numéro 27

Bulletin de liaison de l'Association **Handi Club Excursion 26**
Chez André Lagrèze ; 47, Rue Chirat ; 26 100 Romans sur Isère

Janvier 2008

Contacts : Jocelyne Pleinet ☎ 04.75.58.79.18. ou Bruno Combet ☎ 04.75.72.08.63.

Site Internet : <http://hce26.free.fr>

Qui sommes-nous ?

HANDI CLUB EXCURSION 26 est une association qui a pour but de faire découvrir la montagne aux personnes handicapées motrices grâce à un fauteuil roulant tous terrains : la filanzane ; et à un traîneau, l'hiver, lors des sorties en raquettes.

Des sorties découvertes sont organisées chaque mois depuis 1995.



- SOMMAIRE -

Les vœux pour 2008	page 1
Week-end Handicaf	page 2
Le tour des Propriétés - Grignan	page 3
Chateaubourg	page 4
Téléthon à Saint-Donat	page 5
Assemblée Générale	page 5
Planning des sorties	page 6

~ Meilleurs vœux pour 2008 ~



Que vous souhaiter de mieux que la santé dans votre vie, la prospérité dans vos affaires, beaucoup d'amour tout au long de cette Nouvelle Année et pourquoi pas plein de sorties avec l'association !

*** Happy new year *** Feliz año nuevo *** Gutes Neues Jahr ***

*** Ano Novo feliz *** Felice anno nuovo ***

*** 新年快乐 *** счастливоГО НОВОГО ГОДА ***

*** سنة جديدة سعيدة ***



Bonne Année !


Le Conseil d'Administration

Week-end HandiCaf 2007 VERCHENY

Après la soirée passée en gîte à AUREL, dans le DIOIS, nous nous sommes retrouvés 84 personnes le dimanche matin (dont 6 personnes handicapées), sur le parking de VERCHENY le Haut, point de départ de la balade.

Cette année, nous avons eu un grand brassage de génération, de 5 à 75 ans, et les jeunes étaient nombreux ; ce qui nous a fait grand plaisir.



 La randonnée s'est déroulée en grande partie dans les vignes fraîchement vendangées (mais il en restait suffisamment pour satisfaire encore les randonneurs), 3 h 30 de montée, 2 h de repos/repas (apéritif compris) et 2 h de descente.

900 m de dénivellée positive ont été réalisées, le tout dans une très chaude ambiance, les porteurs étaient nombreux et un roulement a pu être effectué sans problème.

A l'arrivée, un goûter copieux attendait cette troupe, heureuse de la journée et se donnant rendez-vous à l'année prochaine pour la quinzième édition.



Venez nombreux nous rejoindre ; Handicaf, c'est une fois par an mais des sorties sont organisées toute l'année par l'association Handi Club Excursion 26.

Bernard



En ce début d'année, nous nous permettons de vous rappeler que les cotisations sont à régler.

Petit rappel des tarifs :

- Individuel → 9 €
- Famille → 15 €
- Association → 15 €

« Le tour des propriétés »



Ce fut un bel automne que celui de cette année qui se termine, puisque ce fut celui durant lequel j'ai découvert HCE 26 et ses sorties.

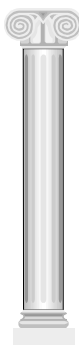
Une des premières pour moi : « **le tour des propriétés** » :

Une agréable excursion autour de Grignan en ce dimanche du 14 Octobre 2007, parsemée d'une multitude d'odeurs et de couleurs provençales : Thym, Romarin, Lavande, avec bien sûr pour les amateurs, quelques vignes et grappes de raisin.



Elle fut surprenante par ses splendides panoramiques sur la Provence et le château de Grignan.

Nous avons aussi pu découvrir de magnifiques propriétés, plus ou moins équipées de piscine, jardin, pierres, colonnes romaines.... Bref des maisons pour tous les goûts ! Il ne restait plus qu'à trouver le financement ! Véronique a proposé un déménagement du siège social de l'association dans l'une des plus imposantes demeures... on attend de voir ;-).



Ce fut aussi des moments d'échanges, de découvertes, de redécouvertes (pour le génépi et l'alcool de mûres, entre autres...), de rencontres et de détente avec un beau Border Colley qui ne se



lassait jamais de vous ramener un « bâton à lancer » !

Nous avons parfois douté sur les indications du GPS, mais un seul demi-tour réalisé nous permet de féliciter les guides !

Un petit passage dans les rues pavées de Grignan nous a montré qu'il faudrait revenir s'y attarder.

Puis pour conclure cette promenade un superbe goûter, à l'ombre des remparts, fut organisé : « *après l'effort le réconfort* », dicton à respecter pour les gourmands !

Bref que du bonheur sans douleur, la joëlette est restée bien droite (même après le repas... hum !).

Voilà, j'ai essayé de m'appliquer aussi pour ce premier récit ! Il a mis du temps à s'écrire, mais Véronique a décidé, persévéré et patienté et je n'ai pas pu me défilier !!!

Merci à vous tous pour ces véritables sorties, je vous souhaite un joyeux Noël et une bonne année.



A la prochaine sortie !

Merci Véronique !

Ca s'est passé un dimanche un dimanche au bord de l'eau...



Dimanche 18 novembre, par un temps froid mais très beau, pas un nuage à l'horizon, 14 personnes se retrouvent autour de Véronique pour un périple dans la vallée du Rhône, côté Ardèche.

Rendez-vous à Châteaubourg, charmant village dominé par son château, et nous voilà partis sans plus attendre le long du Rhône.



Le décor s'accorde à la saison, les couleurs d'automne se reflètent dans l'eau, les feuilles jaunies des peupliers flottent au gré du courant et sur l'eau de l'étang de Pierrelle, dont nous faisons le tour. Quelques hérons, aigrettes, cormorans et cygnes contribuent à animer ce paysage paisible.

Le pique-nique au bord de l'eau est ponctué d'échanges verbaux et non verbaux, tels que denrées et boissons plus ou moins revigorantes, apéritifs, vin, café et pousse-café divers et variés.



Nous ne nous attardons pas et reprenons le chemin qui monte dans les collines après avoir traversé le village de Mauves (berceau du Saint-Joseph). En haut du chemin, nous découvrons un étrange monument. Il s'agit d'un morceau du tronc d'un Cèdre du Liban. Ce cèdre avait 300 ans et mesurait 30 mètres avant d'être foudroyé dans les années 70. Un poème anonyme, dont je recopie un extrait, lui rend hommage :

*".....Coupé, déchiqueté, ses grandes et touffues branches gisant à terre
le grand arbre est désormais sans vie, spectacle désolant
pour ceux qui tous les jours admiraient leur grand cèdre.*



*En effet ils ont vu mourir leur arbre, assassiné par le long éclair descendu du ciel
impuissant aux foudres d'une nuit orageuse. Le bel arbre n'est plus....."*

Nous continuons à cheminer dans les vignobles. Les pieds de vigne sont parfois plantés dans des terrains si pentus qu'ils doivent rendre les vendanges pour le moins acrobatiques. Les vendangeurs ont-ils droit à une prime de risque ?



Nous revenons par les collines jusqu'à Glun, après un passage inattendu et aventureux par un double tunnel si étroit qu'il s'en est failli de peu que Véronique n'y reste coincée.

Puis nous retrouvons le chemin du bord du Rhône.

A Châteaubourg un vin chaud délicieux (sa recette est demeurée secrète), des boissons et gâteaux nous attendent.

Merci à Nadou et Jacques.

Merci à Joëlle et Alain pour la rando, nous avons passé une très bonne journée !

Marche pour le Téléthon

Cette année, les marcheurs de HCE se sont donnés rendez-vous à Margès, près du trapèze volant, pour participer au Téléthon.

Départ à 13 h 30, après avoir été rejoints par un groupe venu d'Arthemonay et de Charmes-sur-l'Herbasse. La joëlette de Véro, décorée de ballons multicolores, tout ce petit monde se met en route pour les 9 km qui nous séparent de Saint-Donat.



En chemin, nous avons été récompensés par un bon goûter agrémenté d'excellents chocolats de Noël.

Vers 15 h 15, nous avons été accueillis avec beaucoup de gentillesse par la famille Carat et

tous les organisateurs du Téléthon, qui distribuait des feuilles de différentes couleurs que nous avons posées au-dessus de nos têtes afin de participer à un logo humain géant.



Cette belle initiative a réuni 500 personnes, qui ont pu ensuite participer à différentes activités et déguster des bugnes, des jus de fruits et surtout du vin chaud !...

Après ce bel après-midi automnal, je souhaite de bonnes fêtes à tout le groupe H.C.E. et à l'année prochaine pour de nouvelles balades.



Christine

Assemblée Générale 2008

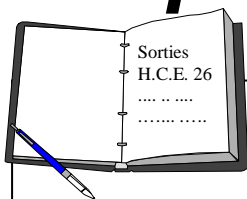


Le **14 mars 2008** aura lieu l'assemblée générale annuelle de notre association. En raison des élections municipales, nous irons, exceptionnellement, dans le local du Comité d'Entreprise de la F.B.F.C. (voir plan ci-joint).

Rendez-vous à 19 heures. N'oubliez pas que vos spécialités culinaires sont les bienvenues pour le buffet, qui a lieu après l'assemblée.

On compte sur votre présence !!

- PLANNING -



Rappel : Dimanche 13 janvier 2008

* *Sortie en traîneaux*

S'adresser à André Lagrèze ☎ 04.75.02.65.39

Inscriptions avant le 6 janvier

Dimanche 10 février 2008

* *Sortie en traîneaux dans le Vercors*

Contacteur Bruno Combet ☎ 04.75.72.08.63

Inscriptions avant le 3 février



Vendredi 14 mars 2008

ASSEMBLEE GENERALE

19 h à la Cerca / FBFC (voir plan)



Dimanche 16 mars 2008

* *Balade en traîneaux, à Corrençon*

Organisateur : Roger Ponce ☎ 04.75.02.64.11

Inscriptions avant le 9 mars



Dimanche 6 avril 2008

* *Drôme*

Aviser Bernard Milly ☎ 04.75.45.79.91

Inscriptions avant le 30 mars

Week-end du 24 et 25 mai 2008

* *Ardèche (alentours de Vallon Pont-d'Arc)*

Prévenir Thierry Vincent ☎ 04.75.78.30.40

Inscriptions avant le 4 mai

Dimanche 22 juin 2008

* *Saint-Jean de Chambre (07)*

S'informer auprès d'Alain Saillely ☎ 04.75.41.07.96

Inscriptions avant le 15 juin



Comment ça marche ?



Pour louer une filanzane, il faut s'adresser à Roger Ponce

☎ 04.75.02.64.11.

Il gère le planning et répartit les filanzanes.

S'il y a un problème mécanique, c'est à lui qu'il faut le signaler.

Comment adhérer ?



Les cotisations sont fixées

aux tarifs suivants :

- Individuel → 9 €

- Famille → 15 €

- Association → 15 €

Combien ça coûte ?



Il faut adhérer pour pouvoir louer une filanzane ou un traîneau et cette adhésion donne droit à une location gratuite.

Pour un particulier, c'est 4,5 € par jour, puis 3 € par jour supplémentaire.

Pour une association, c'est 9 € par jour, puis 3 € par jour supplémentaire.