
❖ LE PETIT TROTTINEUR ❖

Numéro 29

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

Juillet 2009

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 -

Nos sponsors	page 1
Week-end dans les îles...	page 2
Thorrenc	page 3
Saint-Martin-en-Vercors, avec les ânes	page 4
... News ... News ... News ...	page 5
Planning des sorties	page 6

Cette année, nous avons eu le soutien de 2 sponsors et nous tenons à les remercier :



L'article ci-dessous a été rédigé par 4 étudiantes de l'IUT de Valence.

Dans le cadre de leurs études, elles avaient pour projet d'organiser un week-end pour notre association (recherche d'hébergement, étude de financement, gestion des inscriptions...).

A travers ce journal, nous tenons, une nouvelle fois, à remercier chaleureusement Audrey, Céline, Charlène et Marine pour tous leurs efforts !!

Voici donc leur article :

Un week-end dans les îles, avec HCE 26

C'est au cours du week-end du 14 & 15 mars que l'association HCE (Handi Club Excursion 26) est allée découvrir Hyères ainsi que l'île de Porquerolles ! En effet, l'objectif de cette association est de faire découvrir des paysages à des personnes qui n'ont pas la chance de le faire seul.



Le samedi après-midi a été consacré à une balade en bord de mer : les pieds dans l'eau et baignade pour les plus courageux... Le groupe, composé de trois personnes handicapées (Didier, Joce et Véro) ainsi que 35 accompagnateurs, a alors logé au centre Anas situé en bordure de plage.



La soirée s'est déroulée dans la joie et la bonne humeur en chanson, avec les cahiers de chants et les guitaristes (André Lagrèze et son fils).

Après un petit déjeuner face au soleil levant et l'infinité de l'horizon marin, les handicapés, bien encadrés, ont pu embarquer, le dimanche, sur la navette qui les a conduits sur l'île de Porquerolles où le soleil les attendait. A alors commencé la découverte de cette magnifique île, où la nature règne : paysages splendides, eau turquoise, voiliers à l'horizon, sable blanc, végétation atypique, et visite pour les plus curieux d'anciens vestiges historiques !!!

[...]

Au final les handicapés, ainsi que les accompagnateurs ont été émerveillés et réjouis par ce week-end, organisé par quatre étudiantes en DUT à l'IUT de Valence, et sponsorisé par Eovi Mutuelles et par le Crédit Mutuel.

On en retiendra de la convivialité, une très forte solidarité entre les adhérents, des rencontres touchantes, et la découverte de nouveaux horizons.

Audrey, Céline, Charlène et Marine

Dimanche 17 mai, balade à Thorrenc

Nous nous retrouvons à Romans pour profiter de cette balade qui le mois dernier avait été annulée. Après la pluie d'avril, nous voilà partis, en mai fait ce qu'il te plait.

Un premier RDV à Talencieux pays des cieux, puis nous partons pour le village avec une église château fortifié à Thorrenc. Nous empruntons une petite route sinueuse...

L'équipée prête, pas d'échauffement possible, nous attaquons de suite une montée !

Une première halte a lieu pour que je puisse donner du pain à 2 chevaux.

Nous redécouvrons le village de Talencieux avec de belles demeures.

Nous nous dirigeons sur le lieu du pique-nique : le Lac de Vert. Les pêcheurs sont absents, le vent du midi souffle fort. Un casse-croute pris en cercle, l'apéritif est servi par Alain, le digestif est absent comme notre ami Roger est resté sur Romans pour supporter les rugbymans romans.



Nous partons un peu plus précipitamment nous sentons des gouttes.



Au cours de nos chemins nous croisons plein d'animaux : des ânes, des moutons, des vaches, une magnifique oie en liberté. La flore est aussi très présente, les genêts tapissent de jaune la nature, des marguerites, des bleuets, des coquelicots, les pommiers et les poiriers s'activent à faire pousser nos fruits de l'automne.

Nous suivons un long moment l'ancienne voie ferrée, passons devant la gare de Vernosc les Annonay désaffectée. Le retour sur Thorrenc s'effectue avec de belles descentes.

Les plus audacieux emmèneront Véronique découvrir le viaduc (assez vertigineux) de la voie ferrée qui surplombe le village. Nous découvrons le panorama de Thorrenc.

Nous souhaitons la bienvenue à Jean et le remercions pour ses efforts pendant une descente, il tirait toute l'équipe de la filanzane.

A noter que ce n'est pas que les femmes qui parlent coiffure lors des marches, comme dirait Salvador Adamo « une petite mèche » !

La journée, sans pluie mais très ventée, se termine. Un goûter convivial nous est offert par les organisateurs, dans le parc municipal où des photos d'une splendide glycine ont été prises pour nos amies les artistes.



Nous nous disons au revoir et au mois prochain et remercions tous les porteurs...

A très bientôt pour de nouveaux chemins, si vous le voulez bien.

Saint-Martin-en-Vercors

Dimanche 21 juin 2009

Il ne faisait pas un temps à mettre un maillot de bain dehors ce premier jour de l'été !

Et c'est, tels des mille feuilles avec des vêtements sortis de tous les sacs et mis sur le dos des enfants, que nous avons bravé la fraîcheur du plateau d'Herbouilly.

Voilà donc notre étrange cortège couvert de plaids, de paréo de plage, qui s'acheminait dans la forêt nimbée de brume automnale, sur les pistes dédiées aux sports hivernaux. Hésitations sur le choix des chemins, limaces noires qui croisaient notre chemin, « bois barbu » avec son mystère, sapins sombres qui nous observaient tels des pèlerins perdus..... Grotte de l'Ours : il ne nous manquait que les bêtes sauvages !!! Pique-nique pris à la hâte au croisement de nulle part.

Puis une belle clairière s'ouvrit devant nous et ce fût la « voie royale »

Tout à coup, on a vu 44 personnes de 1 à 65 ans qui sillonnaient gaiement des chemins verdoyants, bordés d'œillet, de géraniums, orchidées, chardons, clochettes ; une haie d'honneur bleue, rose, violette pour saluer la bonne humeur, la joie et la chaleur.

Et de la chaleur ! Il y en a eu ! Ainsi Véronique et Didier ont pu faire du FTT (Filanzanes Tout Terrain) section cross country à travers les ra(pas)courcis. Attention les secousses ! Les 2 filanzanes ont trouvé plein de bras et de cuisses pour les pousser/tirer. Et dans les montées, ça donne chaud !!

Et la joie il y en a eu ! 3 ânes dociles et une dizaine d'enfants ne demandant qu'à les mener ou les monter, très attentifs aux conseils de la monitrice. Les oreilles montées sur pivot pour écouter devant et derrière. Des parents rêveurs devant la facilité de leurs enfants à faire obéir les équidés.

On est passé à « Dodos » mais personne n'avait envie de dormir. Surtout pas les 2 chiens qui sprintaient dans tous les sens.

A l'arrivée, ce fût saint-genix pour les uns et graminées pour les autres.

Wikipédia dit : *les équinoxes désignent les jours de l'année pendant lesquels se produisent ces passages aux zéniths.....*

Martine

Forum des Associations

Cela fait plusieurs années que nous participons à cette journée afin de faire connaître notre association et de recruter des bénévoles. Cette année encore, nous tiendrons donc un stand au Forum des Associations qui aura lieu le :

samedi 12 septembre 2009 (à Romans)

Nous comptons sur votre présence pour participer à cette journée. Merci de nous faire connaître vos disponibilités afin d'organiser au mieux cet évènement.

Nous vous apporterons des précisions (heure, salle) plus tard.

... News ... News ... News ... News ... News ...



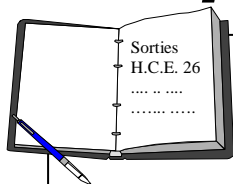
Le Conseil d'administration a décidé d'innover au niveau du planning.

En effet, certaines sorties n'auront pas lieu le dimanche mais le

SAMEDI

Soyez vigilants et notez-le bien sur vos agendas ...

- PLANNING -



Samedi 12 septembre 2009

* Forum des Associations à Romans
Stand tenu par nos adhérents

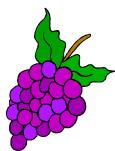
Dimanche 20 septembre 2009

* Sortie Handicaf au Vallon de Combau

Renseignements auprès de Jocelyne Pleinet ☎ 04.75.58.79.18

ou de Bernard Milly ☎ 04.75.45.79.91

S'inscrire le plus tôt possible



Dimanche 27 septembre 2009

* Sortie avec le club de Sarras

S'adresser à Roger Ponce ☎ 04.75.02.64.11

S'inscrire avant le 20 septembre

Samedi 17 octobre 2009

* Balade dans la Drôme des Collines

Téléphoner à Miguel Gomez ☎ 04.75.47.71.18

Inscriptions avant le 10 octobre

Dimanche 15 novembre 2009

* Promenade à Gilhoc

Contact Bernard Milly ☎ 04.75.45.79.91

Répondre avant le 8 novembre

Samedi 5 décembre 2009

* Sortie pour le Téléthon

Voir Véronique Ponce ☎ 04.75.02.64.11



Samedi 9 janvier 2010

* Sortie **Traineaux et raquettes**

Organisateur André Lagrèze ☎ 04.75.02.65.39

Réponses souhaitées avant le 2 janvier



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 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.