
❖ LE PETIT TROTTINEUR ❖

Numéro 38

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

Juillet 2013

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 -

Week-end à Sète page 2

Rando à la Vacherie page 3

Planning des sorties page 4

Bon été à tous
et à la rentrée !

Sète



Notre projet tuteuré pour cette année 2012/2013 consistait à organiser un week-end randonnée pour l'association HCE 26.

Cette association a pour objectif d'organiser des excursions pour des personnes à mobilité réduite avec, pour moyen de locomotion, des filanzanes.

Cette année, nous avons choisi, en accord avec l'association, de partir à Sète dans l'Hérault.

Durant ce week-end du 23 au 24 mars 2013, notre groupe de 31 personnes, dont 2 handicapés moteurs et 4 enfants ont pu profiter de la visite d'une ostréiculture, de la ville de George Brassens ainsi que de sa tombe et d'effectuer une randonnée autour de Sète.

Pour mener à bien ce projet, nous avons adopté une démarche de gestion de projet à savoir :

- déterminer les actions à mener (réalisation d'une plaquette de sponsoring, identifications des cibles, recherche d'un lieu adapté et attractif...)
- mettre en place une organisation propre au projet (fonctionnement du groupe, répartition des différentes tâches, réunions avec l'association...)
- trouver les moyens financiers (emballage de cadeaux, brocante, sponsoring...)
- planifier le week-end
- gérer le budget, les attentes des participants ainsi que les imprévus

Ce projet nous a été bénéfique car nous avons tout d'abord pris du plaisir à organiser un projet associatif, à caractère « humain » et procurant du bien être à des personnes qui en ont besoin.

De plus il nous a permis d'acquérir une meilleure confiance en nous et de nous faire progresser au niveau de l'autonomie, de la communication et de l'organisation.

Tristan Bellinger, Nelly Coing, Clément Martel, Youssra Merseni et Coralie Reboul

Vacherie de sortie, euh non, pardon, une sortie à la Vacherie...

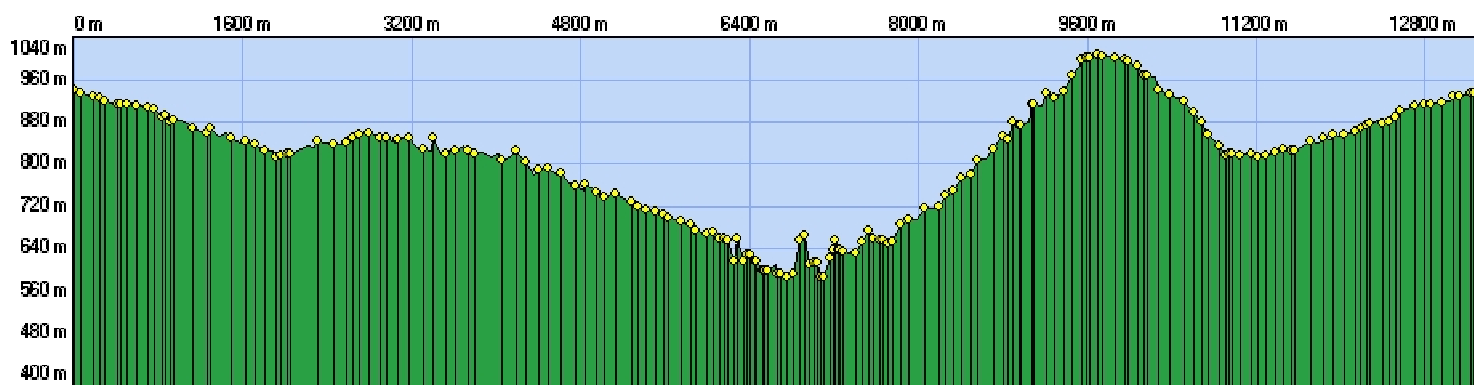
A la réunion de CA du lundi soir, nous étions à peine une dizaine pré-sentis pour la balade en montagne du dimanche suivant. Cela faisait en tout et pour tout quatre porteurs. Un peu juste ! Mais nous décidâmes de maintenir quand même la sortie... Et nous nous vîmes dix-sept en nous retrouvant sur le parking du rendez-vous le dimanche matin ! Comme toujours, le bouche à oreille avait fonctionné à merveille. Les prévisions météo étaient un peu mitigées mais, plein d'un enthousiasme renforcé par l'agréable température romanaise, nous décidons de garder le cap initial et de nous diriger vers le col de la Bataille pour une balade vers la Tête de la Dame. Arrivés au col, des indices, comme des branches d'arbres furieusement agitées par le mistral, modèrent un peu notre enthousiasme initial. Et quand nous sortons des voitures, nous avons l'impression d'être des jamaïcains débarqués aux jeux olympiques d'hiver de Calgary. Fait pas chaud dans le coin ! Après un très bref conciliabule, la caravane HCE bat en retraite vers le versant sud et la chaleur. Nous serions bien allés jusqu'en Sicile mais nous nous arrêtons plus prosaïquement à la Vacherie, le trésorier refusant de débloquer les crédits nécessaires ! Après avoir installée Caroline sur la filanzane, la petite troupe s'anime et descend joyeusement la belle piste ombragée en direction de la ferme du pêcher (orthographié « pescher » sur un panneau). La température est douce, les fleurs nombreuses, la vie belle et nous ne regrettons en rien notre revirement. Arrivés à la première épingle à cheveux annonçant la brusque plongée vers la route goudronnée des gorges d'Ombèze, les conversations se font moins animées et il est temps de sortir le repas des sacs. Après un bon repas roboratif et une petite sieste pour certains, nous repartons et rejoignons la route après quelques zigs et autant de zags. Pause photos devant la cascade de la Pissoire qui est très en forme aujourd'hui, étant donnée la pluviométrie des semaines passées. Nous hésitons entre revenir sur nos pas ou bien nous aventurer sur un GR réalisant une boucle de retour mais dont la pente et l'état nous inquiètent un peu. Après une brève reconnaissance par quelques éclaireurs et devant l'élan d'enthousiasme des vaillants porteurs, nous optons pour cette deuxième solution. Toute l'équipe s'y met et la filanzane vole littéralement au dessus des marches rocheuses. Après quelques litres d'eau et autant de sueur, nous débouchons à 999 m (nous tendons les bras vers le haut pour atteindre les mythiques 1000 mètres !), sur une bonne piste sommitale au niveau du village en ruine du Chaffal. Après une descente bien raide, nous retrouvons pour 2 km le chemin du retour, la charmante petite église de la Vacherie et la boucle est bouclée. Nous terminons cette belle journée par un goûter convivial (merci Jacqueline pour ton excellent gâteau) en échangeant nos impressions et en faisant des projets de futures randonnées.



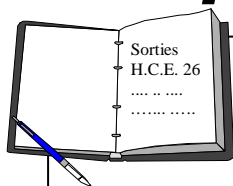
Merci à tous pour votre participation et à bientôt pour de nouvelles aventures.

André

Profil de la randonnée ⇔ Distance 14 km Altitude min : 580 m Altitude max : 1.010 m



- PLANNING -



Dimanche 15 septembre 2013

* Sortie avec le CAF

S'adresser à Michel Maunand ☎ 06.32.85.43.36

S'inscrire avant le 8 septembre

Dimanche 6 octobre 2013

* Balade autour de Grignan avec ASCOM-MONETEL

Téléphoner à Robert Tillier ☎ 04.75.40.54.24

Inscriptions avant le 29 septembre

Dimanche 17 novembre 2013

* Promenade à Chanos : l'Île de la Platière

Contact Agnès Marion ☎ 06.47.24.80.00

Répondre avant le 10 novembre

Samedi 7 décembre 2013

* Sortie pour le Téléthon

Voir Véronique Ponce ☎ 04.75.02.64.11



Dimanche 15 décembre 2013



* Traîneau ou joëlette, suivant l'enneigement

Renseignements André Lagrèze ☎ 04.75.02.65.39

Répondre avant le 8 décembre

Dimanche 12 janvier 2014

* Sortie **Traîneaux et raquettes** au Col de Chiron

Organisateur André Lagrèze ☎ 04.75.02.65.39

Réponses souhaitées avant le 5 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.