

Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :

Laetitia VAN BOXSOM : 06 80 40 89 81 ou laetitia.vanboxsom@free.fr

Et consulter le lien suivant après inscription : <http://hce.asso.fr/covoiturage>

Encadrement du séjour :

Cécile BORGHINI : 06 07 12 43 20, à joindre en cas d'extrême nécessité.

Matériel à emporter (10 kg maximum)

Couchage : duvet de type montagne (classé « confort » jusqu'à 0°), matelas de camping, couverture de survie, lampe de poche...

Bagages et matériel de randonnée :

- ✓ Pour tous : grand sac (type sac de sport mais pas de valise) gourde, grand sac plastique.
- ✓ Pour les passagers en joëlette, pas besoin de petit sac à dos (affaires de la journée), des sacoches sont à disposition sur la joëlette.
- ✓ Pour les accompagnateurs : chaussures de randonnée indispensables (à ne pas confondre avec des « baskets »), possibilité d'amener une tente de randonnée (2/3 places), sac à dos 40 à 50 l (pour porter les affaires du bivouac), gants type cycliste facultatifs.

Protection contre * le froid : ensemble chaud (haut et bas), vêtements polaires si possible, gants, bonnet, chaussettes chaudes.

* **la pluie et le vent :** cape de pluie, coupe-vent...

* **le soleil :** lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres...

Et puis : médicaments personnels, instruments de musique, carnets de chants, jeux de société, tout ce qui peut servir à l'animation des soirées...

Pour les passagers en joëlette : prenez un fauteuil manuel (non électrique). Vous pouvez, si vous le souhaitez, emporter un casque type cycliste. Ne pas oublier **bassin ou urinal** si vous en avez besoin (surtout pour la nuit).

Matériel collectif fourni

Joëlettes, 2 grandes tentes, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, abri et chaises WC, véhicule pour le transport des bagages d'une étape à l'autre, un âne bâté pour porter le pique-nique et le matériel du bivouac.

Handi Cap Evasion

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr>

hce@free.fr



Sous les falaises des Fiz (Col d'Anterne – 2 257m)

Le Massif des Fiz ou Massif de Platé et un massif de calcaire qui fait face à celui des Aiguilles Rouges et celui du Mont-Blanc.

Il est formé de grandes plaines et petits plateaux séparés par des cols parfois abrupts ou sentiers sinueux. Il est en grande partie en réserve Naturelle (et oui pas de feu me direz-vous ? pas de bois non plus, je vous répondrais !). C'est le territoire de marmottes, chamois mais surtout du fameux gypaète barbu, le plus grand rapace d'Europe !

Ce séjour, est un séjour tout en itinérance et en bivouac, histoire de se faire une belle immersion en montagne. Les adeptes du confort s'abstenir !

Du 18 août au 25 août 2018

◆ Rendez-vous :

Début du séjour : samedi 18 août 2018 au camping de Passy- Plaine Joux tel : 04.50.58.80.17

Fin du séjour : samedi 25 août 2018, camping Passy - Plaine Joux

Localisation : Haute Savoie (74)

Accès : Il est **impératif** de respecter l'heure de RdV sur place ou en gare

- **Par la route :** prendre direction Passy puis plateau d'Assy puis « Plaine Joux ». Le terrain de camping se trouve juste après le parking de la station en redescendant en direction du lac vert.
- **Par le train :** ramassage possible (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF St Gervais les Bains- le Fayet, située à 10mn de Passy, le samedi 12 août à 16h. Retour par la même gare.

◆ Descriptif du séjour :

- Séjour en itinérance avec 4 bivouacs consécutifs
- Hébergement : 3 nuits en camping avec WC adaptés (1) et 4 nuits en bivouac (2) = portage du sac adapté pour 5 jours de randonnée
- Difficulté : séjour à caractère très montagne, une bonne condition physique est indispensable.

◆ Tarifs

Participants	Tarifs
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	300 €
Personne Handicapée Marchant (HM)	150 €
Accompagnateur Actif (AA)	60 €
Simple Accompagnant (SA)	150 €

L'adhésion à l'association (obligatoire) et l'inscription au séjour, doivent être réglées par **chèques distincts**. Les tarifs d'inscription sont tout compris, hormis le voyage jusqu'au départ du séjour.

Pour tous les participants, **la totalité du montant** doit être réglée **lors de l'inscription** (possibilité d'envoyer des chèques à encaissements différés dont la date doit être indiquée au dos de chaque chèque).

Sous les falaises des Fiz

➤ Programme :

1^{er} jour : Accueil des participants à 17h, au camping (1) semi-sauvage de Plaine Joux à Passy. (1350m d'altitude).

2^{ème} jour : Initiation à la joëlette sur le chemin qui mène à charbonnière (D+ :230m). Retour au camping (1).

3^{ème} jour : Départ pour 5 jours de bivouac et de randonnée dans les hauteurs. Première montée à « Barmus » puis traversée du hameau d'alpage des Ayères des Rocs et enfin montée par la piste pour les chalets de Moëde où nous bivouaquerons (2) à 1 880m d'alt. (D+ 650m).

4^{ème} jour : On laissera des affaires dans les chalets pour s'élancer plus léger sur le sentier abrupt du **col d'Anterne (2 257m)**. Pique-nique au bord du lac. Retour par le même chemin. Bivouac (2) à nouveau devant les chalets de Moëde (D+ 570m, D- 570m).

5^{ème} jour : Encore une belle montée physique et technique : nous quitterons notre petit alpage pour accéder à la vallée de Villy par de grandes tourbières qui font face au Mont Blanc. Nous rejoindrons le petit hameau de Villy pour notre deuxième lieu de bivouac (2) situé à 1 885m. (D+ 220m, D- 150m).

6^{ème} jour : Nous prendrons le chemin qui surplombe le torrent « la Diosaz » jusqu'au refuge de Moede Anterne. Après une dernière grimpe, nous atteindrons le lac de Pormenaz pour notre ultime bivouac (2) « au bord de l'eau » à 1 950m d'altitude. (D+ 150m).

7^{ème} jour : Retour par le lac vert, dans la vallée des hommes, des voitures et de l'eau courante pour notre dernière nuit au camping (1) de Plaine Joux. (D- 650m).

8^{ème} jour : Séparation de la troupe à 10h.