

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

Annette GRENTE : 04 73 31 40 44 ou 06 87 91 90 58 ou rgrente@aol.com

Encadrement du séjour : Olivier KRAVIEC (06 79 95 16 55) à joindre en cas d'extrême nécessité.

⇒ Séjour (entier ou arrhes) et adhésion doivent être réglés par **chèques distincts**.

⇒ Tous les règlements doivent être envoyés **au siège de l'association**.

⇒ Le solde du séjour doit être réglé **15 jours avant le départ**.

Matériel à emporter (10kg maximum)

Couchage : duvet de 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 »), petite tente de randonnée (individuelle déconseillée), 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, 1 bâche bivouac, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, tente et chaise WC, 1 véhicule pour le transport des bagages d'une étape à l'autre, 1 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



Pays du Guil



Région de haute altitude (plus de 2000 m en moyenne) et très sauvage, le Queyras fut pendant longtemps difficile d'accès. Aujourd'hui, ce massif est un lieu privilégié pour de belles randonnées en montagne.

Le Guil qui prend sa source au col de Vallante à 2 815 m façonne le paysage au cours de son périple de plus de 50 km jusqu'à la Durance. Ses eaux grossies par un certain nombre de cours d'eaux parcourant le Parc Régional du Queyras ont creusé d'impressionnantes gorges que nous surplomberons.

Du monde minéral des hauteurs à la forêt de mélèzes, le parcours de ce séjour est très varié. Nous cheminerons dans un Queyras calcaire, majestueux et sauvage pour rejoindre un Queyras schisteux, accueillant et propice à la vie et aux activités humaines.

Nous côtoierons pentes douces, prairies baignées de soleil, forêts de mélèzes et mondes minéraux dans une nature avenante.

Du 31 juillet au 7 août 2010

Pays du Guil

➤ **Rendez-vous :**

Début du séjour : samedi 31 juillet 2010 à partir de 17 h
A Arvieux, au camping municipal « Le Planet ». Tel : 04.92.46.79.15

Fin du séjour : samedi 7 août 2010 à 10 h
A Arvieux, au camping municipal « Le Planet ». Tel : 04.92.46.79.15

Localisation : Hautes-Alpes (05)

➤ **Accès :**

Par la route : depuis la N 94 reliant Gap et Briançon, prendre direction Guillestre par la D 902 qui longe le Torrent du Guil. Avant Château Queyras, prendre à gauche D 902 vers Arvieux. Traverser Arvieux et La Chalp. Avant Brunissard, tourner à gauche en direction du camping « Le Planet », environ 2 km.

Par le train : Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent) en gare S.N.C.F. de Guillestre (ligne Gap-Briançon) le samedi 31 juillet à 16h. Retour par la même gare.

➤ **Descriptif du séjour :**

- Hébergement majoritairement en camping sauvage et bivouac.
- Difficulté : séjour itinérant à caractère très montagne. Une bonne condition physique est nécessaire pour les accompagnateurs.

➤ **Tarifs :**

Participants	Tarifs	Arrhes
Personne handicapée en Joëlette (PJ)	400 €	150 €
Personne Handicapée Marchant (HM)	200 €	100 €
Accompagnateur Actif (AA)	60 €	
Simple Accompagnant (SA)	155 €	

Tarifs tout compris, hormis le voyage jusqu'au départ du séjour. Pour les accompagnateurs, la totalité de la participation doit être réglée lors de l'inscription.

L'adhésion est obligatoire pour participer à nos activités.

Le montant de la cotisation est à rajouter aux tarifs ci-dessus.

➤ **Programme :** (peut être sujet à modifications selon les conditions météo et l'organisation de la randonnée).

1^{er} jour : Accueil du groupe au camping municipal « Le Planet » à Brunissard, commune de Arvieux.

2^{ème} jour : Montée au lac de Roue (1854 m) par le mythique GR5, qui nous sera tranquille ce premier jour. Nous rejoindrons ensuite le hameau typique de Souliers (1685 m) pour passer la nuit en bivouac (+200m, -200m).

3^{ème} jour : Départ rude de Souliers à travers la forêt de mélèzes, GR58 en direction du col de Péas par un chemin en balcon menant aux alpages. Passage au col de la Crèche puis descente sur Meyries (1700 m), hameau perché au dessus de la vallée du Guil. Bivouac chez un particulier (+850m, -850m).

4^{ème} jour : Cheminement jusqu'à la station d'altitude d'Aiguilles par un sentier surplombant la forêt aux aspects sauvages. Montée jusqu'au hameau de Pra Loyer (1950m). Bivouac (+450m, -350m).

5^{ème} jour : Journée commençant plutôt technique où l'âne ne nous accompagnera pas. Très beaux panoramas. Traversée de la forêt de Chanteloube jusqu'à Prats Haut. Cheminement par le canal de Pierre Dimanche et halte au camping de Pierre Grosse pour un repos bien mérité (+300m, -100m).

6^{ème} jour : Montée à St Véran, plus haut village d'Europe. Ce sera aussi notre journée la plus haute en altitude. Cheminement long mais tranquille par la piste le long d'un torrent pour nous amener jusqu'au Refuge de la Blanche (2499 m) où nous passerons la nuit (+600m).

7^{ème} jour : Balade en altitude dans une ambiance où se déchire le vert des alpages aux éléments minéraux gisants au pied du prestigieux Pic de Caramantran (3025m). Descente à St Véran avec en vue les derniers panoramas de notre massif. Transfert au camping municipal « le Planet » à Arvieux (+600m, -1100m).

8^{ème} jour : Rangement et séparation du groupe vers 10h.