

Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :
Audrey BREILLAD : 07 70 18 02 39 ou audrey.breil@gmail.com

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

Encadrement du séjour :

Aurélien LEBRUN : 06 99 09 13 46, 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. Penser au maillot de bain.
- ✓ 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, drap-sac pour le refuge.

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



Haute Maurienne

La Haute Maurienne pourrait être à la Savoie ce que la Corse est à la France : un îlot préservé entouré d'une mer de montagnes où Bessanais et Bonnevalains conservent un certain esprit d'indépendance. Les villages de Bessans et Bonneval-sur-Arc restent l'un des meilleurs exemples de civilisation d'altitude qui, pendant des siècles, ont fait vivre jusqu'à 2000 m, une population nombreuse et active. En témoignent les nombreuses traces d'une organisation montagnarde que vous découvrirez tout au long de cette semaine.

Ce sera d'abord avec trois jours d'altitude sur les balcons du Carro, que nous côtoierons les grands sommets et les bouquetins de la Vanoise.

Puis trois autres journées dans la vallée, nous permettront de découvrir de plus près la vie des gens d'ici, leurs alpages et leurs histoires.

Cet itinéraire se veut à la fois marqué par le caractère montagne et également particulièrement adapté à nos joëlettes avec les courtes étapes qui le constituent.

Du 08 juillet au 15 juillet 2017

◆ **Rendez-vous :**

Début du séjour : samedi 08 juillet 2017 à 17h à Bessans, camping de l'Illaz
Tel : 06 84 20 64 60

Fin du séjour : samedi 15 juillet 2017 à 10h à Bessans au camping de l'Illaz

Localisation : Savoie (73), vallée de l'Arc

◆ **Accès :**

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

Par la route : depuis Grenoble ou Chambéry prendre l'autoroute de la Maurienne A43 (St Jean de Maurienne). Avant Modane sortie Haute Maurienne – traverser Modane puis D 2006 jusqu'à Bessans. Le camping se trouve à 3 km après le col de la Madeleine et 2 km avant le village de Bessans.

Par le train : ramassage possible (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Modane (ligne Chambéry – Turin), le samedi 08 juillet à 16h. La plupart des trains ont une correspondance par bus jusqu'à Bonneval-sur-Arc. Gare routière à la sortie de la gare SNCF (Renseignements : 04 79 05 01 32). Retour par la même gare.

◆ **Descriptif du séjour :**

- hébergement : 4 nuits en camping aménagé, 1 en camping sauvage, 1 en bivouac et 1 refuge de montagne
- difficultés : séjour semi-itinérant à caractère montagne, une bonne condition physique est conseillée.

◆ **Tarifs**

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

Haute Maurienne

➤ **Programme :**

1^{er} jour : Accueil du groupe au village de Bessans à 17h et installation du camp sur le camping de l'Illaz (alt. 1750 m).

2^{ème} jour : Aux abords de Bessans, matinée de mise en jambe qui nous familiarisera avec ce plateau de la Haute Maurienne. Après avoir visité le village de Bessans où nous remarquerons ses curieuses traditions, nous grimperons dans la longue vallée du Ribon. L'un des nombreux chalets « des montagnettes » du vallon nous accueillera sous son toit de lauzes pour une paisible nuit d'alpage (alt. 2040 m). (D+ 400 m, D- 100 m).

3^{ème} jour : Journée technique de retour dans la vallée de Bessans en passant par le Plan du Lau. Baignade obligatoire dans l'Arc ou les lacs de Bessans. Nuit en camping. (D+ 200 m, D - 400 m).

4^{ème} jour : Préparation du bivouac et petit transfert. Nous visiterons l'un des plus beaux villages de France, Bonneval-sur-Arc (alt. 1800 m) avant de se lancer en début d'après-midi sur le sentier en balcon vers le promontoire du Plan des Eaux (alt. 2700 m). Bivouac face à la chaîne des glaciers de l'Albaron aux portes du Parc National. (D+ 300 m, D -100 m).

5^{ème} jour : Poursuite du sentier en balcon vers la frange italienne du Parc National de la Vanoise. Baignade au choix dans le lac blanc ou le lac noir. Entre Aiguille Rousse et Levanna, le refuge du Carro (alt. 2760 m) nous accueillera dans ses murs pour une autre nuit d'altitude. (D+ 400 m, D- 350 m).

6^{ème} jour : Retour dans la vallée en passant par les sources de l'Arc, le typique hameau de l'Ecot (alt. 2030 m). Retour au camping. (D- 1050 m).

7^{ème} jour : Un dernier jour bien roulant avec vue sur le glacier de Charbonnel en remontant la vallée d'Avérole. Particularité : c'est presque plat et on peut prendre le temps de s'arrêter pour les cartes postales au village ou pour une dernière baignade aux lacs de Bessans. (D+ 150m, D- 150m).

8^{ème} jour : Séparation après le petit déjeuner. Possibilité de transfert en gare de Modane avec le véhicule de l'association.