

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

Michèle MARGERI : 09 52 49 52 00 ou 06 75 43 31 12

michele.margeri@free.fr

**Encadrement du séjour :** Stéphane BRANGOLEAU (06 09 40 88 43) 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 (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 »), 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, 1bâche 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](mailto:hce@free.fr)



## Haute Ubaye

*La Haute Ubaye est un pays perdu, un peu étrange, coincé entre France et Italie, un cul de sac qui ne semble aller nulle part... C'est peut-être pour cela que nombre de ses anciens habitants, les "Barcelonnettes" sont partis essayer de faire fortune au Mexique ! Témoins, leurs maisons, pur style colonial, présentes dans la vallée.*

Mais c'est vers les hauteurs que nous vous entraînerons, presque jusqu'à 3000 m d'altitude ! Lacs et aiguilles déchiquetées composent une partie du cadre dans lequel nous évoluerons, de magnifiques "fenêtres" sur les massifs avoisinants du Mercantour et de l'Argentera s'offriront également à notre regard...

Le séjour se terminera tout près de la frontière italienne, au pied du col de Larche. Le village de Larche, bercé par le chant du torrent de Rouchouze, et situé dans un site majestueux de hautes montagnes sera le point de départ de nos dernières randonnées en direction du vallon du Lauzanier ou du Parc du Mercantour.

**Du 10 juillet au 17 juillet 2010**

➤ **Rendez-vous :**

**Début du séjour :** samedi 10 juillet 2010 à 17 h devant l'église de Fouillouse. Camping sauvage chez M. Bourillon Jean tél : 04 92 84 34 74

**Fin du séjour :** samedi 17 juillet 2010 à 10 h  
Camping à Larche près du Gîte d'étape G.T.A.  
Tél : 04 92 84 30 80 - Fax : 04 92 84 30 80

**Localisation :** Alpes de Haute-Provence (04).

➤ **Accès :**

**Par la route :** cartes Michelin n° 81 et n° 77.  
Prendre la direction Barcelonnette, puis la route du col de Vars, jusqu'au village de St Paul. Prendre alors la D25 jusqu'au village de Fouillouse

**Par le train :** Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent) en gare S.N.C.F. de Gap, le samedi 10 juillet à 15h. Retour par la même gare.

➤ **Descriptif du séjour :**

- Séjour réparti entre deux camps de base, à Fouillouse et à Larche.
- Hébergement en camping sauvage, refuge et bivouac
- Difficulté : séjour à caractère montagne nécessitant une bonne condition physique pour tous.

➤ **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.

## **Haute Ubaye**

➤ **Programme :**

**1<sup>er</sup> jour :** Accueil des participants et installation du camp dans les prairies proches de la Fouillouse (1900 m). Camping sauvage.

**2<sup>ème</sup> jour :** Balade d'initiation dans le bois de l'Eyssilloun pour atteindre une bergerie et les alpages du grand vallon (2200 m). Retour au camp sur un sentier étroit à travers mélèzes et pins à crochets.

**3<sup>ème</sup> jour :** Une grosse étape avec la montée au refuge du Chambeyron (altitude : 2626 m) par un ancien sentier muletier : seuil de la merveilleuse vallée des lacs au pied de l'imposant Brec de Chambeyron. Repas du soir et nuit au refuge du Chambeyron.

**4<sup>ème</sup> jour :** Montée au lac des 9 couleurs (eh oui, il y en a au moins 9!) et s'il nous reste de l'énergie, au col de la Gipièrre (2927 m), frontière italienne. Longue descente pour retrouver Fouillouse.

**5<sup>ème</sup> jour :** Encore une longue étape sur le G.R. 5 : le col du Vallonnet et ses nombreuses marmottes (2524 m) jusqu'au bivouac (2380 m) de Viraysse où les nombreux pics rocheux semblent nous surveiller tels des sentinelles.

**6<sup>ème</sup> jour :** Après la visite d'anciens baraquements militaires du début du siècle, nous montons jusqu'à la batterie de Viraysse (2772 m), laquelle nous offre un panorama grandiose sur les cimes du Mercantour et de l'Argentera. Longue descente dans la vallée pour rejoindre le village de Larche et installer le camp près du gîte GTA.

**7<sup>ème</sup> jour :** Un petit tour dans le Parc National du Mercantour dans un vallon oublié mais pourtant si coloré ou dans le magnifique vallon du Lauzanier selon l'envie. Soirée en chansons autour d'un feu de camp.

**8<sup>ème</sup> jour :** Séparation de la troupe vers 10 h.