

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

Marie-Claude THOMAS : 02 40 52 71 94 ou 06 31 41 99 43

marie-claude.thomas4@orange.fr

Encadrement du séjour :

Frédérique ZEIDLER : 06 63 08 66 30, 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



Hauts plateaux du Jura

Le Haut Jura, situé à la croisée des chemins entre la France et la Suisse, entre la vie paisible des campagnes et l'agitation de la ville (Genève est toute proche), entre la modernité et les traditions, saura par sa beauté, éveiller votre curiosité.

Ce séjour itinérant vous permettra de découvrir de très beaux paysages de plateaux (les fameuses combes jurassiennes) ainsi que d'admirer des vues magnifiques sur le massif du Mont Blanc.

De plus, nous profiterons de nos haltes pour découvrir les traditions locales et déguster les bons produits locaux (Comté, Morbier et Bleu de Gex).

Du 7 juillet au 14 juillet 2012

◆ Rendez-vous

Début du séjour : samedi 7 juillet 2012 à partir de 17h
Terrain derrière l'Office de Tourisme de La Pesse (39)

Fin du séjour : samedi 14 juillet 2012 à 10h
Terrain sur la gauche derrière une maison individuelle, 1 km avant le village de Lélex (01) en venant de Bellegarde-sur-Valserine.

Localisation : à la frontière entre le Jura (39) et l'Ain (01)

◆ Accès :

Par la route : (carte Michelin n°243 Bourgogne Franche-Comté) en venant de Lyon : A40 direction Genève puis D55, D13 et D25 jusqu'au centre de La Pesse.

Par le train : Ramassage possible (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Bellegarde-sur-Valserine, samedi 7 juillet à 16h. Retour par la même gare.

◆ Descriptif du séjour :

- hébergement en bivouac, refuge et camping « sauvage ».
- difficulté : séjour à caractère montagne et itinérant, 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).

Hauts plateaux du Jura

➤ Programme :

1^{er} jour : Accueil derrière l'Office du Tourisme, tout prêt de l'église et de la mairie, au centre du village de La Pesse. Camping sauvage.

2^{ème} jour : Journée de mise en forme en direction de la Borne au Lion, lieu chargé d'histoire. On ira admirer les sommets jurassiens du haut du Crêt au Merle (D+ 250 m, D- 250 m). Retour au village et camping sauvage derrière l'Office du Tourisme.

3^{ème} jour : Découverte du lac de l'Embouteilleux, une des rare étendue d'eau du plateau calcaire sur lequel nous cheminons. Nous prendrons une partie du chemin de randonnée de « la Grande Traversée du Jura », avant d'arriver à Bellecombe où nous passerons la nuit (D+ 200 m, D- 150 m). Visite de la fromagerie des Moussières et dégustation possible. Nuit en camping « sommaire ».

4^{ème} jour : Descente à Lélex, visite du village et pique-nique au bord de la rivière de la Valserine. (D- 350 m).Camping sauvage

5^{ème} jour : Montée au refuge de la Loge, non sans avoir fait auparavant un passage au col de Crozet pour admirer la vue sur le Mont Blanc (D+ 600 m). Nuit en refuge.

6^{ème} jour : L'un des temps fort de la semaine : ascension du plus haut sommet du massif jurassien ! Arrivés en haut du Crêt de la Neige (1720 m), nous pourrons admirer une seconde fois la vue sur le massif du Mont Blanc et les Alpes Suisses. Journée « cailloux », sentiers très peu roulants. (D+ 350m, D- 350m). Nuit en refuge.

7^{ème} jour : Nous irons à la rencontre du berger de la Maréchaude et reviendrons à Lélex en passant par les clairières de la Grande Serre (D+ 50 m, D- 650 m). Camping sauvage.

8^{ème} jour : Séparation du groupe aux environs de 10h.