

Informations pour votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :
Bernard MOULIN : 04 78 29 56 15 ou bea.moulin@wanadoo.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 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, 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 bête 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



Balcons de la Meije

L'Oisans, paradis de la randonnée et de l'alpinisme, rude et âpre par endroits et tellement chaleureux et accueillant à d'autres, est situé à cheval sur 4 massifs mythiques : Belledonne, Les Ecrins, Grande Rousse et Taillefer.

Six jours d'itinérance face à la majestueuse Meije (3953m) nous permettront de « tutoyer » les glaciers. Nous parcourrons tout d'abord les alpages de Besse en Oisans et du plateau d'Emparis. Nous basculerons ensuite dans le massif des Ecrins pour marcher dans les traces des grands alpinistes du siècle dernier puisque notre dernière étape nous conduira aux lacs du glacier d'Arsine (2455 m). Préparez vous à faire des rencontres extraordinaires : des vautours à tête fauve, des chamois, des marmottes...peuplent effectivement les vallées que nous allons traverser !

Du 21 juillet au 28 juillet 2012

➤ Rendez-vous :

Début du séjour : samedi 21 juillet 2012 à partir de 17 h. Camping du Gay à Besse en Oisans. Tel : 04 76 80 29 63.

Fin du séjour : samedi 28 juillet 2012 à 10 h. Camping municipal de l'Alpe de Villar d'Arène. Tel : 04 76 79 93 07

Localisation : Hautes-Alpes (05).

➤ Accès :

Par la route : en venant de Grenoble, prendre la N 91 en direction de Bourg D'Oisans. Quitter la N91 pour prendre la D25 en direction de Mizoën /Besse en Oisans. Remonter jusqu'à Besse en Oisans, traverser le village et continuer jusqu'au camping.

Par le train : Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent) en gare S.N.C.F. de Grenoble, le samedi 21 juillet à 16h. Retour par la même gare.

➤ Descriptif du séjour :

- Séjour itinérant.
- 4 nuits en camping, 2 nuits consécutives en bivouac (avec accès au véhicule possible, pas besoin de porter ses affaires pendant 3 jours) et une nuit en refuge de haute montagne. Les nuits en bivouac se situent entre 1700m et 2200m d'altitude.
- Séjour déconseillé aux personnes qui ont le vertige.

➤ 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).

Balcons de la Meije

➤ Programme :

1^{er} jour : Rendez-vous au camping de Besse en Oisans à partir de 17 h. Accueil des participants et installation. Nuit en camping (1560m)

2^{ème} jour : Tour des hameaux de la vallée de Besse en Oisans. Retour au même camping (1560m). Randonnée d'environ 500m de dénivelés positifs (D+) et autant négatifs (D-).

3^{ème} jour : Petit transfert en véhicule puis découverte du plateau d'Emparis et du Col des Trente Combes (2455m). (D + 400m, D - 400m). Bivouac (2200m) sur le plateau.

4^{ème} jour : Nous gagnerons les hauts du village du Chazelet (1760m) par le GR 54 en passant par le lac Lerié (2350m). Magnifique belvédère sur la Meije (3953m). Il semble que l'on peut toucher les glaciers. (D + 250m, D - 700m). Nuit en bivouac (1760m).

5^{ème} jour : Par le long de la rivière de la Romanche et au pied de la Meije, nous remonterons vers le camping de camping de Villar d'Arène. (D + 450m, D - 450m). Nuit en camping (1662m).

6^{ème} jour : Petit transfert en véhicule et parcours en balcon vers le refuge de l'Alpe du Villar d'Arène par le GR 54. En fonction de l'état du sentier des Crevasses, cet itinéraire peut être modifié. Nuit au refuge (2070 m).

7^{ème} jour : Montée au col d'Arsine par le GR 54 puis au lac d'Arsine (2455m). Tonic ! Retour au refuge pour basculer sur le camping de Villar d'Arène. (D + 450m, D - 800m). Nuit en camping (1662m).

8^{ème} jour : Séparation de la joyeuse troupe aux environs de 10 h.