

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

Alix LEPINE : 06 86 96 76 00 ou alix_martelet@hotmail.com

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

Encadrement du séjour :

Luc BAHUREL : 06 95 07 43 75, 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, drap sac ou « à viande ».

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>



Queyras **(Pic du Caramantran – 3020 m)**

Le massif du Queyras, dans le département des Hautes-Alpes, se trouve à l'est de la haute vallée de la Durance, entre le Briançonnais, au nord, et la Haute Ubaye, au sud. Plus à l'Est, c'est l'Italie, avec l'irremplaçable Mont Viso (3841 m). Nous sommes là au cœur de la partie la plus travaillée de la chaîne alpine, au beau milieu de l'arc alpin, là précisément où la botte italienne (provenant de l'Afrique) est venue en collision avec la plaque européenne.

Ce séjour « Queyras – pic du Caramantran » au départ de Ceillac, se terminera bien plus au nord du côté de Ristolas. Enchaînant les cols à découvert, les superbes forêts de mélèzes et les torrents à l'origine de ces somptueuses vallées, notre progression nous permettra d'atteindre notamment la plus haute commune d'Europe : Saint Véran (2040 m) que nous prendrons le temps de visiter. C'est de là que nous enchaînerons par 2 nuits en refuge pour nous permettre **l'ascension du mythique Pic du Caramantran** (3020 m). La limpidité du ciel de ce beau coin de France sera des plus appréciée lors de notre bivouac en fin de séjour.

C'est à goûter cette ambiance, que nous vous convions, une semaine durant, en itinérance entre 1500 et 3000 m.

Du 07 juillet au 14 juillet 2018

Queyras – Pic du Caramantran

➤ Rendez-vous

Début du séjour : 07 juillet 2018 à 17h

Camping municipal « Les Moutets » de Ceillac tél : 04 92 45 17 89

Fin du séjour : 14 juillet 2018 à 10 h - camping “Le Chardonnet” au hameau de Ristolas au-delà d’Abriès - tél : 04 92 46 83 52.

Localisation : Hautes-Alpes (05).

◆ **Accès** il est **impératif** de respecter l’heure de RdV sur place ou en gare

Par la route : carte Michelin n° 77. De la route Briançon Gap, rentrer dans le massif du Queyras à Guillestre. Prendre la direction Abriès puis Ceillac.

Par le train : Ramassage possible (pour ceux qui le demandent) en gare SNCF de Mont Dauphin Guillestre (ligne Gap-Briançon) située à 30mn du début du séjour, le samedi 07 juillet 2018 à 16h. Retour par la même gare.

➤ Descriptif du séjour

Séjour itinérant sur une partie du G.R. 58.

Hébergement : 2 nuits en camping aménagé (1), 2 nuits en camping sauvage (2) = le véhicule de HCE est sur place donc pas de portage de sac, 2 nuits en refuge (3) = prévoir un sac « à viande » et 1 nuit en bivouac (4) = portage d’un sac adapté pour 4 jours de randonnée consécutifs.

Difficulté : Personnes handicapées : caractère itinérant. Accompagnateurs : randonnée très sportive. Une bonne condition physique et une connaissance de la conduite des joëlettes sont nécessaires.

➤ 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).

➤ Programme

1^{er} jour : Accueil et installation à 17h au camping de Ceillac (1) (altitude 1 640m).

2^{ème} jour : Balade d’initiation le long du torrent du Mélezet le matin, puis à travers le bois de Jalavez l’après-midi pour atteindre notre premier campement vagabond, au bord du torrent de Cristillan. Nuit en camping sauvage (2) (D + 335 m, D- 145 m).

3^{ème} jour : Au programme : l’impressionnant ravin de Martue et le col Fromage (2301 m), porte d’entrée des alpages et ravines creusées dans le gypse. Longue journée dont le cheminement à flanc de montagne, parmi les vaches, par le col des Prés de Fromage (2146 m) nous conduit dans la vallée de la plus haute commune d’Europe. Camping sauvage (2) au pont du Moulin (1849 m) en aval de St Véran. (D + 571 m, D- 553 m).

4^{ème} jour : La matinée est consacrée à la visite de St Véran (2050 m) et de sa surprenante architecture, dernier point civilisé avant quelques jours. Montée au lac de la Blanche (2499 m) le long du torrent de l’Aigue Blanche, en passant par la chapelle de Clausis. Nuit en refuge (3) de la Blanche situé à 2 500m. (D+ 650m).

5^{ème} jour : **La montée du Pic de Caramantran** (3020 m) nous tend les bras (attention par contre aux mollets !), Avec un pied en France, l’autre en Italie, un magnifique panorama s’offre à nous ! Descente sur le refuge Agnel (2580 m) par le col de Chamoussière (2884 m) à travers un terrible et inoubliable pierrier avec le Pain de Sucre comme sentinelle (élégante pointe culminant à 3208 m). Nuit en refuge (3) (D + 522 m, D- 441 m).

6^{ème} jour : Par le col Vieux (2806 m), nous descendons la vallée des lacs Foréant et Egorgeou, au pied de dalles dressées, véritables plages fossilisées... Et le bivouac de Peyroun (2042 m)... tout simplement magique, avec ce Monte Viso qui semble nous veiller, et ces chamois que nous ne manquerons pas d’apercevoir... Nuit en bivouac. (4) (D + 226 m, D - 764 m).

7^{ème} jour : Nous continuons la descente qui va nous amener au bord du Guil, dans la vallée d’Abriès jusqu’à Ristolas et le camping (1) « Le Chardonnet » (1640 m) (D- 402 m).

8^{ème} jour : Séparation de la troupe vers 10 h.