

Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train), joindre :
Marie-Claude THOMAS : 02 40 52 71 94 ou marie-claude.thomas4@orange.fr

Encadrement du séjour : Olivier KRAVIEC (06 79 95 16 55) à joindre en cas d'extrême nécessité.

- Séjour 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, 1 bâche bivouac, matériel de cuisine et couverts complets, pharmacie de premiers secours, tente et chaise, 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



Mont Ventoux & Dentelles de Montmirail

Mont Ventoux, le sommet mythique des cyclistes...devient le sommet des joëlettes d'un matin pour le lever de soleil face à la chaîne alpine.

Une semaine de contrastes entre l'abondance des riches vallées d'abricotiers et d'oliviers face à l'aridité des versants sud et des paysages lunaires du Géant de Provence. Tout un environnement pourtant sculpté de la main de l'homme...

Toujours dans la curiosité géologique, le massif des Dentelles de Montmirail se dévoilera au milieu des vignobles de belles renommées : Gigondas, Séguret, Sablet...

Une belle semaine dans l'effort, le partage et l'amitié, sous le soleil de la Provence !

Du 03 juillet au 10 juillet 2010

◆ **Rendez-vous :**

Début du séjour : samedi 03 juillet 2010 vers 17h
Village de La Roche sur le Buis, Drôme (26).

Fin du séjour : samedi 10 juillet 2010 à 10h
Village de Gigondas, Vaucluse (84)

Localisation : Drôme provençale (26) et Vaucluse (84)

◆ **Accès :**

Par la route :

→ De Montélimar , quitter la A7 par la sortie Montélimar sud puis D541 direction Valréas jusqu'à Nyons. Ensuite direction Vaison la Romaine puis D46 jusqu'à Buis les Baronnies et enfin D159 jusqu'à la Roche sur le Buis.

→ De Grenoble prendre la D1075 par le col de la Croix Haute jusqu'à Serres, puis direction Valence par la D994 via Nyons. Cf. paragraphe du dessus.

Par le train : Ramassage collectif (pour ceux qui le demandent) en gare routière de Nyons via la gare S.N.C.F. de Montélimar par T.E.R, le samedi 3 juillet à 16 h. Au retour, depuis la gare routière de Nyons, T.E.R. jusqu'à la gare S.N.C.F. de Montélimar.

◆ **Descriptif du séjour**

- Hébergement : 2 nuits en camping, camping sauvage et bivouac.
- Difficulté : séjour itinérant avec des journées à caractère montagne, trois journées à plus de 700 mètres de dénivelé positif.

◆ **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.

Mont Ventoux & Dentelles de Montmirail

➤ **Programme :**

1^{er} jour : Accueil des participants vers 17 h au joli petit village perché de la Roche sur le Buis (590 m). Installation en camping sauvage.

2^{ème} jour : Départ pour l'itinérance à travers les abricotiers et les oliviers. Une première journée pour se mettre dans le bain par la montée sur la crête de la Nible (1200 m.) sous l'imposante crête du rocher de Saint Julien. Nous redescendrons à peine pour bivouaquer. (D + 700 m, D - 300 m).

3^{ème} jour : On se détendra les muscles de leurs premiers efforts par une descente vers le village perché de Brantes au dessus de la vallée du Toulourenc. Peut-être aurons-nous suffisamment d'eau pour une baignade ? Camping sauvage un peu plus loin au hameau des Bernards. (D + 100 m, D - 600 m).

4^{ème} jour : Au pied du Mont Ventoux, approche à travers la forêt domaniale du Toulourenc sur le GR9. Nous réaliserons un bon dénivelé positif pour arriver au caravaneige du Mont Serein. Camping au Mont Serein (1400 m). (D + 850m).

5^{ème} jour : Départ dans la nuit pour arriver au sommet du Mont Ventoux (1910 m.) avant le lever du soleil. On essayera la veille de commander une belle météo à Dame Nature pour garantir un panorama unique sur la chaîne alpine. Nous continuerons, après un petit déjeuner au sommet, par cheminer sur la crête et redescendre pour une nouvelle nuit au Mont Serein. Peut-être le chamois sera t-il au rendez-vous ? (D + 800 m, D - 800 m).

6^{ème} jour : Oh, quelle belle journée ! Que de la descente... enfin presque, pour arriver jusqu'au village de Malaucène (400 m.). Camping sauvage à proximité du village. (D + 250 m, D - 1000 m).

7^{ème} jour : Voilà bientôt fini notre parcours, mais pas avec la plus tendre des journées : 24 kilomètres à travers forêts, vergers et rochers. Notre immersion dans le massif des Dentelles de Montmirail nous fera oublier tout ça et peut être voir même avec un petit Gigondas pour les récalcitrants. Nuit en camping aménagé proche du village de Gigondas. (D + 600 m, D - 500 m).

8^{ème} jour : Petit déjeuner, rangement et dispersion de la troupe à 10 h.