

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

Michel LANDRY : 06 12 57 21 65_ou 04 78 22 54 15

landry_benais@hotmail.com

Encadrement du séjour :

Olivier KRAVIEC : 06 79 95 16 55, 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, 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 23 juin au 30 juin 2012

Mont Ventoux & Dentelles de Montmirail

◆ Rendez-vous :

Début du séjour : samedi 23 juin 2012 vers 17h. Bergerie du Théron
Cécile et Marc Vidal (04 75 28 16 44), Drôme (26).

Fin du séjour : samedi 30 juin 2012 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. Aller jusqu'à Buis les Baronnies et prendre D159 en direction de La Roche sur le Buis. Au carrefour de La Roche, prendre à droite et suivre le fléchage la Viste. Rester toujours sur la route goudronnée jusqu'au terminus de la bergerie du Terron.

→ 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 23 juin à 16h. Pour le retour, gare SNCF de Orange.

◆ 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
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 des participants vers 17 h, à la bergerie du Théron
Installation en camping sauvage.

2^{ème} jour : Une première journée pour se mettre dans le bain par la montée sous la crête de la Nible (1200 m.). Nous redescendrons à peine pour bivouaquer au col de Guibert. (D + 600 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 Mont Serein. Bivouac au Mont Serein (1400 m). (D + 1000m).

5^{ème} jour : Départ dans la nuit pour arriver au sommet du Mont Ventoux (1910 m.) avant le lever du soleil. On essaiera la veille de commander une belle météo à Dame Nature pour garantir un panorama unique sur la chaîne alpine. Nous redescendrons 1500 mètre de dénivelé pour une nuit en camping sauvage près du hameau de Ste Marguerite. Peut-être le chamois sera t-il au rendez-vous ? (D + 800 m, D - 1500 m).

6^{ème} jour : Petite étape à travers cerisiers et chânaies pour arriver jusqu'au village de Malaucène (400 m.). Camping sauvage au Gîte du désert. (D + 250 m, D - 250 m).

7^{ème} jour : Voilà bientôt fini notre parcours à travers forêts, vignes et rochers. Notre immersion dans le massif des Dentelles de Montmirail nous fera oublier les difficultés de ces parcours plutôt toniques. Un petit Gigondas adoucira tout ça.... Nuit au gîte de Gigondas. (D + 600 m, D - 500 m).

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