



SORTIE VERDUN : UN GRAND BRAVO À MATHIEU !

Un travail de pro, circuit varié, route et sentier, nature et histoire, même les poilus étaient au rendez-vous...



Léone

LES VOSGES

"C'est une histoire de confiture !"

(Nous avons recueilli le témoignage du pot de confiture de mûres de Maelle.)
Oui merci infiniment, ce n'est pas souvent qu'on me donne la parole dans vos colonnes, j'ai plutôt l'habitude de faire parler les autres au petit déjeuner et de toutes façons lorsque j'ai mon couvercle on ne m'entend guère. Vous savez peut-être, j'ai une vie d'ermite car je passe la plupart



des week-ends d'Handi Cap Évasion ou d'Osons la différence au fond du sac de Maelle et j'en sors le dimanche matin de 8h à 9h seulement. Je retrouve alors mes cousins et cousines sortis d'autres sacs et pendant que les bipèdes mal peignés s'échangent leurs banalités matinales, nous commentons entre pots le dernier groupil d'HCE ou les rencontres d'Osons la différence (elle y tient Maelle à ce que j'en parle dans vos colonnes): nous faisons le point sur les petits déjeuners passés et à venir, sur les effectifs à dynamiser, les appétits à stimuler, les finances à retrouver et nous mettons en place bien entendu les mesures qui s'imposent. Moments de détente inouïs sur fond de tartines de Salvator, de cheveux tombés d'Anouk, des mouchoirs de Mireille trempant dans le café renversé de Serge ou de Noël, dans cette quiétude nous réinventons le soleil arrosant les ballons vosgiens, nous imaginons la chaleur torride de ces sentiers vosgiens que nous referons peut-être un jour où ils seront au programme. Puis, brusquement, chacun réintègre son fond de sac et là commence un rendez-vous plus intérieur, un cheminement en profondeur dans les bagages de nos bienfaiteurs (pour moi, de ma sœur Maelle) puisque nous avons les mêmes producteurs. Oui, au fond de ma verrine portée sur vos chemins, je suis vos conversations et vos rires, je rejoins vos pensées un peu dispersées surtout en montée, je pense avec Diane à la prochaine chanson de Bruel qu'elle va vous chanter, je prolonge vos rêves de monde à refaire, de joëlette à vapeur, de troquet où les cigognes font le service...

Allez, je vous quitte, j'entends mon couvercle qui tourne, j'ai une cuillère à prendre moi.

Vincent

La recette de Maelle, non pas sur les mennele (recette Alsacienne) mais sur le POITEVIN :

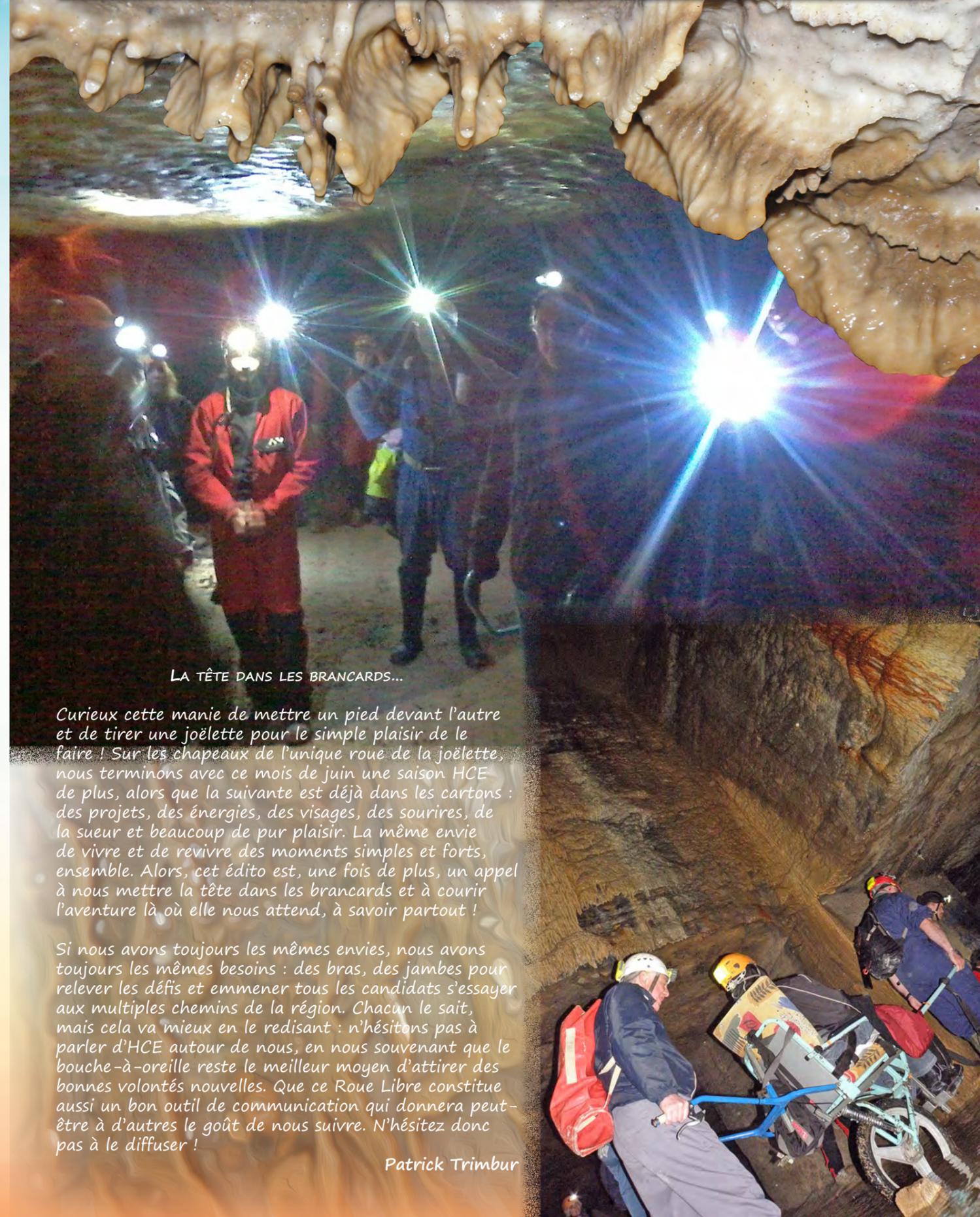
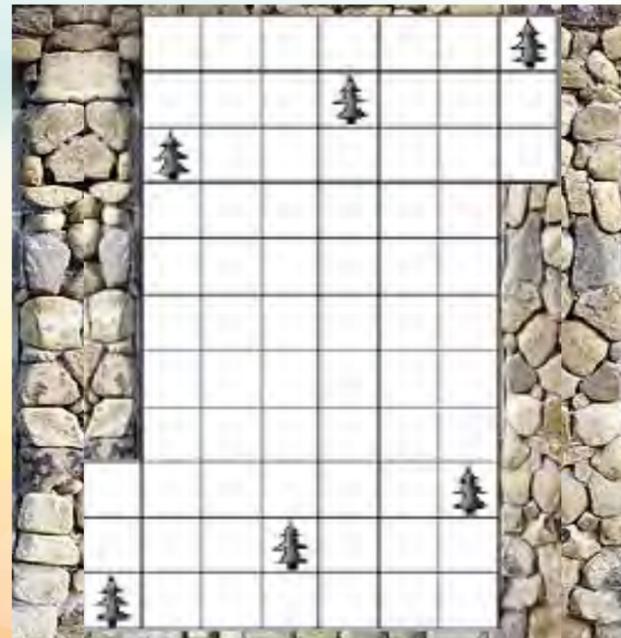
- > Mélanger sans pétrir :
- 500 g de farine - 250 g de beurre salé - 250 g de sucre - 1 œuf entier - 1/2 verre d'eau - 1 pincée de sel
- > Puis faire une boule. Dans un moule beurré, étaler et tapoter la pâte avec les mains (*un plaisir pour les enfants*).
- > Badigeonner d'un jaune d'œuf et faire des dessins avec une fourchette.
- > Faire cuire 30 mn à 180 degrés.

JEU

M. Juste désire laisser en héritage à ses petits enfants un morceau de son terrain. Pour ne pas faire de jaloux, il décide de léguer à chacun de ses six petits enfants des terrains de même surface, mais également de même forme.

Pourriez-vous l'aider à préparer le découpage dans le plan qu'il a inséré dans son testament, sachant qu'en plus, tous les sapins occupent la même place dans chaque parcelle ?

Extrait du rallye mathématique 2013 de l'APMEP



LA TÊTE DANS LES BRANCARDS...

Curieux cette manie de mettre un pied devant l'autre et de tirer une joëlette pour le simple plaisir de le faire ! Sur les chapeaux de l'unique roue de la joëlette, nous terminons avec ce mois de juin une saison HCE de plus, alors que la suivante est déjà dans les cartons : des projets, des énergies, des visages, des sourires, de la sueur et beaucoup de pur plaisir. La même envie de vivre et de revivre des moments simples et forts, ensemble. Alors, cet édito est, une fois de plus, un appel à nous mettre la tête dans les brancards et à courir l'aventure là où elle nous attend, à savoir partout !

Si nous avons toujours les mêmes envies, nous avons toujours les mêmes besoins : des bras, des jambes pour relever les défis et emmener tous les candidats s'essayer aux multiples chemins de la région. Chacun le sait, mais cela va mieux en le redisant : n'hésitons pas à parler d'HCE autour de nous, en nous souvenant que le bouche-à-oreille reste le meilleur moyen d'attirer des bonnes volontés nouvelles. Que ce Roue Libre constitue aussi un bon outil de communication qui donnera peut-être à d'autres le goût de nous suivre. N'hésitez donc pas à le diffuser !

Patrick Trimbur

ACCESSIBLE, LA SPÉLÉOLOGIE ?

Publié le 25 avril 2016 dans Faire-Face
<http://www.faire-face.fr/2016/04/25/accessible-speleologie-handicap-lorraine/>



La Fédération Française de Spéléologie encourage l'aménagement de circuits accessibles. Exemple en Meuse dans une ancienne carrière souterraine.

De la spéléo même pour une personne en situation de handicap ? C'est désormais possible dans la carrière souterraine de Savonnières-en-Perthois (Meuse) où un parcours vient d'être aménagé. Aucune difficulté pour y pénétrer, comme cette carrière calcaire avait été creusée à l'horizontale, vingt mètres en contrebas du village, l'entrée reste de



plain-pied. À l'inverse des grottes, les machines d'extraction ont laissé de larges cavités et allées où la déambulation s'y fait sans pente forte. Mais le sol comportant, sur certains tronçons, de nombreuses ornières et étant très boueux, y déambuler aurait été impossible sans le patient travail de terrassement mené depuis deux ans par la Ligue Spéléologique Lorraine. En 2014, ils ont fait appel à trente-quatre membres de dix clubs de spéléologie de Lorraine, Champagne-Ardenne et Île-de-France pour y travailler tout un week-end. "Nous n'avons pas goudronné, mais déplacé des blocs, remblayé, aplani... Nous sommes vraiment satisfaits que le parcours soit désormais accessible aux fauteuils roulants, devant cependant être tout terrain.", indique Christophe Prévot, de la Ligue Spéléologique Lorraine.

Sport et tourisme, en même temps

Dans un premier temps, l'antenne régionale de l'association Handi Cap Évasion a testé en joëlette l'accessibilité de la carrière. Le samedi, quatre équipages ont parcouru les 7 km (sur 73 km de galeries), lampe au casque, pour évoluer dans l'obscurité totale. Ils ont découvert



stalactites, stalagmites et autres phénomènes géologiques et physiques, comme la photoluminescence de la calcite. Dans son histoire, le lieu a été utilisé comme site d'armement pendant la Seconde Guerre mondiale et aussi comme champignonnière (le taux d'humidité étant de 90 % !). Des aménagements sont restés sur place. Le sport se mêle donc au tourisme pour une sortie multipliant les pauses d'information. Au total, sept heures sous terre, pique-nique compris.

Personnes claustrophobes s'abstenir, mais les amateurs de sensations fonceront ! "Les cavités sont si immenses que l'on pourrait facilement se perdre, ce qui génère un fond d'angoisse ! Et passer autant de temps sous terre procure une drôle de sensation quand on ressort", raconte François, 56 ans, un participant.

Le site nécessite un guidage et n'est donc pas en accès libre. Mais la Ligue de Spéléologie espère former désormais des associations handisport en Lorraine pour qu'ils puissent en profiter en autonomie. Les équipages en joëlette et les concepteurs de parcours étaient accompagnés d'une quinzaine de spéléologues de Lorraine, venus glaner des idées, car d'autres clubs de la région souhaitent développer des circuits accessibles.

Au plan national, la fédération soutient ce type d'initiative s'inscrivant dans le projet global "Spéléo et canyon pour tous". Elle a même conçu un harnais destiné aux paralysés des membres inférieurs pour les explorations en milieu naturel ou dans les gouffres existant aussi dans les carrières.

Élise Descamps

537 CHEVAUX POUR LA BONNE CAUSE !

Habituellement, les membres HCE Lorraine sont plutôt adeptes du covoiturage, des transports doux, favorisant, à temps et à contretemps, les déplacements à pédiibus. Il est donc plutôt étonnant de les voir se pavaner devant de grosses cylindrées... Et pourtant, vous ne rêvez pas : c'est bel et bien une Lamborghini Diablo de 537 chevaux, toute jaune sous le rare soleil de cette journée... et tout cela pour la bonne cause ! À l'invitation de l'Association AT2A88, de son président William Leblond et de l'infatigable Christophe Muller (Obélix pour les intimes d'HCE), nous avons été conviés à venir tout bonnement récupérer les bénéfiques des baptêmes en voiture de luxe organisés le dimanche 12 juin à Thaon-lès-Vosges. Merci à vous deux pour cette généreuse initiative... et que voguent les joëlettes.

Patrick Trimbur



KALÉIDOSCOPE

Bleu comme le ciel ouvrant les voies de bonne humeur,
 Vert comme sur les sentiers s'offrant aux randonneurs,
 Rouge comme ce qui déborde de nos cœurs,
 Orange comme l'énergie, mouvement de joëlettes,
 Jaune comme la lumière au dessus de nos têtes,
 Violet comme cet esprit commun partagé,
 Rose comme l'expression de fraternité,
 Blanc comme ces jours de vie désintéressés,
 Brun comme ces arbres témoins de gaieté,
 Gris comme la fin de toutes les randonnées,
 Noir comme ce qui renvoie à son opposé.

Marilyne

BEZANGE LA GRANDE

La divine nature n'est plus endormie, elle s'est trompée durant l'hiver et a fait éclore ses bourgeons. Fin février, la forêt renaissante accueille les randonneurs d'HCE. Enthousiasmé, ce petit groupe s'aventure dans ce monde sorti du silence. L'énergie renouvelée pour une saison à venir est au rendez-vous. Les retrouvailles sont dynamiques et comme tous les ans la randonnée d'Élisabeth est là pour nous rappeler la venue des beaux jours. D'ailleurs, d'un large sourire elle nous guide vers des lieux tapissés de jonquilles pour nous offrir un clin d'œil au printemps...

Marilyne



WEEK-END DANS LES VOSGES

À midi nous arrivons au col et le temps est menaçant. Vincent qui ne pourra se joindre à nous qu'en fin d'après midi a expliqué à Élisabeth qu'il fallait aller sur le versant alsacien pour éviter l'orage. Elle est notre guide pour ce jour et elle mène joyeusement toute notre équipée au col.

Quelle bonne ambiance ! Que de rires, que de plaisanteries, si on prenait la joëlette à l'envers, si on inversait les brancards ? Les suggestions sont multiples mais rien n'y fait on avance... La rando c'est l'aventure, on passe sur des barrières, on soulève les joëlettes, on s'égare et c'est ainsi quand on ne fait pas de repérages avant, eh oui les Vosges sont loin de Metz ! On fait de grandes manœuvres, on va au col Wettstein ou Schratz mennel (mmmm...) et suivons un chemin sympa à flan de coteaux avec vue sur le Honneck. À la source Madelon on s'y rafraîchit. Tiens à son emplacement ils ont fabriqués une maison de gnome ! C'est rigolo avec HCE on voit des choses que l'on ne voit pas ailleurs ! François, elle est mignonne ta petite gourde...

Serge voit des ours blancs (pancarte) sur les arbres, parole de vétéran. Même s'il reste un col enneigé, la direction n'est peut-être pas celle que l'on croit. Puis on voit des moutons aux couleurs panachées, on est en plein délire. On suit le rectangle jaune, celui qui mène au chemin qui monte et qui descend. Eh oui c'est la magie des cols ! La carte est vieille, Mireille cherche le chemin sur son portable mais Claude voit un panneau, un mirage, la route ? On prend un raccourci bien raide et tout le monde suit. Bravo on est arrivés ! Merci Élisabeth...

Les voitures s'en vont pour le chalet des amis de la nature et y retrouver Milène et Vincent pour la nuit. Il ne pleut toujours pas. Le groupe s'active pour préparer le couchage et finaliser le repas. On mange sur la terrasse et là, quel beau spectacle dans la vallée de Markstein. On est au sec et on admire l'orage, les éclairs, les lumières... c'est un embrasement total !

Vincent "charade" :

Quel est le comble d'une sortie en joëlette ?

Partir avec les brancards sans joëlette

D'être un trop grand groupe dispersé



Avez vous une expérience de rando qui foire ?
Quand il n'y a plus de gâteaux

On partage tous un osso buco de veau tiré du livre de Marlène "La cuisine pour le lendemain" et c'est délicieux !

Le lendemain matin, les tartines enrubbannées de merveilleuses confitures (clin d'œil obligatoire sur le savoir faire des randonneurs) gigotent dans les palais. Puis on va à Munster avec Vincent. Il y a de nombreux nids de cigognes. On monte, on monte, on monte, mais jusque quand (863m) ? Les sentiers sont très fleuris, décidément dame nature est ruisselante de santé avec toutes ces pluies qui sont tombées en ce printemps 2016. Il y a une explosion de fleurs et de couleurs. On marche à flanc de coteaux le long de la vallée de Munster. On tombe sur un piège à joëlettes : un petit chemin qui ne mène à rien ! Au retour Vincent recherche l'évidence : aller droit au but sans faire trop d'efforts, mais Marlène a vu un autre chemin et entraîne le groupe. C'est la rébellion (rire). Vincent, Claude

et moi-même partons sur le chemin du retour, c'est celui où on a mangé des figues et des abricots secs, bien sûr qu'on le reconnaît. Le restant du groupe revient vers nous. Le week-end s'achève...

À bientôt, dans d'autres aventures plus pittoresques les unes que les autres...merci !

Marilyne



Lors de ce week-end nous avons découvert, grâce à Maelle, une association "Osons la différence".

Elle est située en Alsace et organise des sorties et des séjours en joëlette.

À découvrir sur internet : www.osonsladifference.org



SAVONNIÈRE EN PERTHOIS



L'insolite n'a jamais effrayé les membres d'HCE. Alors pourquoi ne pas faire une randonnée sous terre ?

Le rendez-vous était donné le 23 avril à Savonnière en Perthois dans la Meuse, à l'ouest de Bar-le-Duc pour cette insolite nouvelle aventure.

Le temps était plutôt gris et frais ce matin là. La joyeuse troupe se retrouvait autour d'un café et les joëlettes étaient en cours de montage, quand nous avons vu arriver tout un groupe habillé de combinaisons boueuses et de hautes bottes en caoutchouc. C'était le groupe de spéléologie de Nancy qui allait nous guider aujourd'hui. Incrédules au début, nous avons commencé à comprendre que la journée allait être sérieuse quand ils nous ont distribué casque et lampe frontale. Et quand je dis lampe frontale, pas le modèle pour randonneur qui cherche son dentifrice dans son sac à dos, non, c'était carrément le modèle "mineur de fond". Et avec les consignes d'utilisation adéquates.

Il faut dire que nous allions rester six heures dans ces carrières désaffectées. 6 heures ! Presque un poste complet de mineur professionnel.

Pour pénétrer dans les grottes, nous sommes descendus en bas du village, après avoir déverrouillé quelques cadenas, c'est par une imposante porte en fer que nous avons débuté notre circuit touristique. Quelques explications pour apprendre que ces carrières produisaient un matériau noble. Le calcaire extrait en séchant à l'air libre devenant très dur et de très bonne tenue pour la construction, était exporté parfois assez loin pour des constructions prestigieuses parfois à Bar-le-Duc, à Nancy, à Paris pour quelques immeubles haussmanniens et même à l'étranger. Il servait aussi de matière première aux sculpteurs. La production est aujourd'hui terminée, mais il reste quelques blocs, de 6 tonnes l'unité, réservés. Quelques champignonnières ont occupé la place libérée au fil de l'exploitation. La production est également terminée.

Enfin, durant la seconde guerre mondiale, les Allemands ont commencé à aménager ces lieux discrets et protégés pour en faire un lieu de stockage des sinistres fusées V2. Malheureusement, ce qui a fait la fortune du village perché au dessus, le rend aujourd'hui vulnérable aux aléas géologiques. Il n'est plus possible de construire au dessus des grottes.

Pour se faire une idée des lieux, il faut imaginer une cave d'environ 100 hectares, divisée en alvéoles d'exploitation et entrecoupée de galeries de desserte. La hauteur de la couche est d'environ 3 mètres. À certains endroits du plafond, nous pouvions voir la mer (!), enfin son empreinte négative qu'elle a laissée il y a quelques 300 millions d'années. Appelés "ripple marks", ce sont les ondulations du sable du fond des mers. En gros, comme dans la Baie du Mont St Michel, mais à l'envers. Intéressantes aussi, les inscriptions et les dessins laissés sur les parois par les carriers. Ils y notaient les chiffres de leur production. Et d'autres fois, la Muse de ces ouvriers solitaires et enterrés leur a inspiré quelques dessins et remarques d'une empreinte plus ou moins poétique.

Ce vaste ensemble possède ses lieux-dits : la Besace, la Sonnette, l'Avenir... L'occasion pour nos amis spéléologues de nous montrer les départs de quelques boyaux vers un monde encore plus souterrain, des mondes encore inaccessibles aujourd'hui aux joëlettes. Ceci dit, nous avons tout de même eu quelques passages délicats à négocier et les traces de boue sur nos sacs et nos vêtements témoignaient de notre initiation spéléologique et rampante.

C'est le moment de souligner le travail des associations de spéléologie qui, par quelques aménagements adéquats, s'efforcent de rendre la visite de la carrière accessible aux personnes handicapées.

Le moment sacré du casse-croûte du mineur s'est passé dans une galerie improvisée salle à manger. Pour les têtes-à-têtes, la lumière des lampes frontales remplaçait la lueur des bougies, éblouissant comme expérience ! Quand avant de partir, on nous avait avertis que nous allions passer 6 heures dans les grottes, nous aurions pu penser que la "monotonie" du paysage allait devenir lassante. En fait, non. Même si nous étions heureux de retrouver la lumière du jour pluvieux, le temps est vite passé. Il fallait vivre cette randonnée comme une nouvelle expérience. Passer quelques heures dans le noir et sous terre a donné une nouvelle dimension, plus intériorisée, à la cohésion et à la solidarité de notre groupe (houlala ! on pourrait croire que cela engendre aussi quelques effets secondaires hallucinants).

L'hébergement était prévu à L'isle en Rigault, dans la très confortable maison de la spéléologie où Vincent et Thomas, nous avaient prévu un repas exotique et délicieux.

Dimanche, le programme était plus classique. À l'air libre. Nous sommes partis du gîte après avoir longé la rivière Saulx, nous avons suivi la piste d'une ancienne ligne de chemin de fer, d'un profil assez doux. Cette ligne desservait sans doute les anciennes fonderies dont nous apercevions encore les bâtiments et les cheminées.

Avant d'arriver à Robert-Espagne, nous sommes rentrés dans la belle et grande forêt de Trois Fontaines, en passant de la Meuse à la Marne. Un petit pique-nique dans les bois (également préparé par l'équipe de cuisiniers) et c'était la descente vers l'Abbaye de Trois-Fontaines.

De l'abbaye fondée au XIIe siècle par les Cisterciens, il ne reste que quelques ruines de l'église. Elle a toutefois été reconstruite au XVIIe et possède un très beau parc que nous avons pu parcourir avec les joëlettes. Pas trop le temps de méditer, hélas. Après quelques photos prises dans le cloître, il était l'heure de se quitter. Certains participants venaient d'assez loin, il fallait penser à la route.

D'un point de vue météo, c'était très moyen. Dommage ! Mais nous avons remplacé le manque de degrés Celsius par une ambiance amicale et chaleureuse.

Merci à Maryline (qui nous a accompagné en pensée) et Claude pour l'organisation, et à tous ceux qui ont rendu cette découverte possible. A bientôt !

Jean-François

