

rait d'Union

Semestriel - numéro 40 - juin 2017 - <http://www.hce.asso.fr>

Editorial

*Une saison sur les
chapeaux de roues !*

Pour les inscriptions des personnes handicapées (passagers en joëlette ou handicapés marchant), la course contre la montre commence dès la clôture de l'Assemblée Générale. Et cette année, il aura fallu moins de 3 semaines pour que l'ensemble des séjours soit complet !

Souignons ici des projets mis en place par des antennes sous forme de mini-séjours, à commencer par celui de la découverte de l'Ardèche organisé par la nouvelle antenne du même nom. Et durant le week-end de l'Ascension, ce sont trois antennes (Lorraine, Anjou et Nantes-Atlantique) qui se sont mobilisées pour organiser le rassemblement de 18 équipages autour du Mont St Michel pour la traversée de sa baie et la visite de son abbaye en exclusivité !

Notre saison a déjà démarré, vous pouvez consulter les reportages réalisés en fin de séjour sur notre site.

Merci aussi d'être prêts à vous mobiliser pour remplacer les inévitables désistements qui peuvent pénaliser le bon déroulement d'un séjour. N'hésitez pas à faire part de vos disponibilités à Simone Vincent (la.creuzette@free.fr).

DOMINIQUE

Mini-séjour en Ardèche

Le week-end en Ardèche démarre avec un soleil généreux et déjà chaud. Le rendez-vous est fixé au camping du joli petit village de Saint-Martin d'Ardèche. Quelques-uns se connaissent déjà, d'autres, comme nous, découvrent ce qu'est Handi Cap Évasion. La première soirée nous met dans le bain et nous retrouverons cette chaleureuse ambiance durant tout le séjour.

En ce vendredi 31 mars, le collège du village, Notre-Dame de Pont-Saint-Esprit, s'est engagé pour un cross : pendant 1 heure, 350 élèves vont courir pour nous, avec l'objectif de gagner bien sûr ! En effet, chaque km parcouru permet d'augmenter la somme qui sera reversée à l'association. Chaque jeune joue le jeu, l'organisation est très réussie.

Parallèlement, un groupe de jeunes s'initiait à la conduite de la joëlette. Ce qui m'étonna le plus fut cette sensation de sécurité sur ma "chaise à porteurs", de me sentir en totale confiance avec ces garçons et filles très à l'aise avec cet engin. C'est tout simplement merveilleux.

Le samedi 1er avril, le ciel est gris, qu'importe, nous partons pour la visite de la grotte Saint-Marcel. Un autre choix est possible pour un deuxième groupe, qui ira visiter le village de Saint-Marcel d'Ardèche, en joëlette bien sûr. Quel bonheur que de ne pas être obligée de vérifier sans cesse où je pose les pieds ! Ce qui m'autorise à être plus attentive aux explications de notre guide.

Dans ce charmant village du Moyen Âge, nous nous rendons au château datant du XVIIIème siècle. Les descendants de l'illustre famille du Marquis Pierre de Bernis y résident toujours. La petite-fille du marquis nous reçoit et se montre ravie de nous montrer son domaine.

Le dimanche, le mauvais temps persiste. Malgré tout la balade en canoë sur l'Ardèche est maintenue... et se terminera... sous l'eau !

Puis, nous aurons à faire le choix entre deux visites :

- soit le village d'Eyguières, au pied des Alpilles. Village provençal traditionnel, celui-ci est jalonné de fontaines sur les places et dans les ruelles du village.
- soit la découverte de la "Caverne du Pont d'Arc" : dit ainsi, comment la situer ? Si, par contre, on évoque la grotte Chauvet, l'attention est immédiatement sollicitée : découverte en 1994, la caverne a fait l'objet d'une réplique, reproduisant les milliers de peintures datant du paléolithique.

Ce mini-séjour fut, pour mon mari (en tant qu'accompagnateur) et pour moi-même, l'occasion de rencontres, toutes intéressantes. Bonne humeur et simplicité en tous domaines. Bravo et merci aux organisateurs.

Pour moi, l'initiation fut totale : la découverte de HCE bien sûr, mais au-delà, le sentiment très profond que j'éprouve quant à l'idée de "me faire porter". Il y a de quoi se sentir coupable, non ? "Et bien... je me suis laissée convaincre, assez rapidement j'avoue... les récits de séjours des uns et des autres m'ont, je crois, bien vite donné envie d'écarter ce sentiment...".

SYLVIE

A l'école des ânes et des mulets.

Faut-il le rappeler ? Sans notre mulet Mainon, et sans l'âne Charlot, nos séjours en montagne ne pourraient pas se dérouler dans de bonnes conditions. Finis les bivouacs sous les étoiles, dans de magnifiques lieux éloignés des routes et des pistes d'accès. Comment envisager des séjours itinérants avec 2 bivouacs sans accès camion comme pour le séjour Val Maïra ou le séjour Grand Paradis, sans un fidèle porteur à 4 pattes ?

Ces animaux sont précieux et il est particulièrement important de veiller à les traiter correctement. C'est pourquoi, les accompagnateurs montagne, présents lors du week-end de préparation de la saison à St Jean de Bournay ont participé à une

formation spéciale avec Pauline, passionnée d'équidés.

Petit rappel important : ce sont des animaux sociables, intelligents et sensibles. Il est important de leur parler, de leur expliquer ce que l'on va faire. Il ne faut pas tolérer les gestes d'indiscipline ou de mauvaise humeur mais il faut toujours se poser la question de pourquoi l'animal a réagi de cette manière. Il est important de bien soigner notre porteur à 4 pattes avant la mise en place du bât mais aussi au retour de la randonnée (rien ne doit risquer de le blesser). Pauline rappelle les règles à respecter pour la mise en place du bât. On ne devrait plus voir cet été des sangles trop près de la queue ou des charges complètement déportées sur l'avant de l'animal ou venant heurter les antérieurs.

Afin de faciliter la répartition des charges dans les sacoches, un peson sera à disposition dans le véhicule. La charge de Mainon ne devrait pas dépasser 80 kg et celle

de Charlot 70 kg. Dès cet été, Charlot sera équipé d'un bât plus léger, identique à celui de Mainon. Des renforts en feutre sont prévus pour plus de confort. Un petit geste simple des participants est suggéré pour limiter le poids dans les sacoches : chacun porte son couvert lors des journées de bivouac.

Pauline apporte aussi plein d'idées aux accompagnateurs montagne pour mieux gérer notre mulet et son caractère bien trempé : comment se situer lorsque nous le guidons, comment communiquer avec lui et comment comprendre ce qui ne va pas avant qu'il ne s'énerve. Elle nous a aussi apporté ses connaissances et ses conseils sur les différents nœuds permettant de l'attacher de manière fiable mais aussi de le détacher facilement. Merci Pauline pour avoir été aussi disponible, pour avoir su nous faire partager ton expérience et ta passion.

Le B.A. BA du CA

Les membres du CA, les AEM et les intendants se retrouvaient le 09 avril à Saint Jean de Bournay, chez Colette et Jean-Marie SPRIET, pour préparer une belle saison 2017. En guest star, Mainon !

Equilibre des séjours : Les accompagnateurs actifs se sont inscrits encore plus tôt que l'an dernier. Il est tout de même difficile de remplir les séjours de juin et de juillet.

Sessions entretien du matériel – fabrication des nouvelles joëlettes. La deuxième session a débuté le 10 avril. Elle était entièrement consacrée au montage des nouvelles joëlettes. La première session a permis de vérifier l'intégralité du contenu des camions.

Nouveau flyer : un nouveau format, de nouvelles photos et plus d'informations. Il sera disponible dès cet été.

AG 2017 : Le groupe latino « Téquila Café » animera la soirée, Marc Animation reconduira sa prestation de sonorisation gratuite et le dimanche matin l'équipe de Villefontaine Montagne viendra présenter son film « fauteuils en Himalaya »

Les 30 ans d'HCE :

Une nouvelle idée s'ajoute aux précédentes : « Le sommet des sommets » : un mini-séjour réunira les AEM de l'équipe actuelle mais aussi les « anciens » AEM impliqués dans la vie de HCE avec un sommet mythique en projet...

Prochaines dates :

14 octobre : bilan de saison avec les accompagnateurs montagne
15 octobre : CA HCE
25-26 novembre : AG d'HCE
13 janvier 2018 : CA HCE
14 janvier 2018 : réunion des Groupes Locaux
19-21 mai et saison 2018 : 30 ans d'HCE

Comme sur des roulettes

Adda Abdelli nous livre ici un témoignage authentique, drôle et émouvant sur le handicap.

« J'ai appris à nager avant même de savoir marcher. Je ne sais toujours pas marcher, d'ailleurs. »

Depuis toujours, Adda Abdelli a choisi l'humour. En toute circonstance, pour rire de n'importe quelle situation et, surtout, de son handicap avec lequel il vit depuis l'âge de un an.

Au fil de tranches de vie, l'auteur nous livre ici un témoignage authentique, drôle et émouvant sur le handicap.

Auteur et comédien né en Algérie en 1967, Adda Abdelli devient handicapé des deux jambes à la suite d'une polio contractée à l'âge de un an. Il est le cocréateur et scénariste de la série à succès « Vestiaires » qui brise les tabous en mettant en scène des acteurs handicapés décomplexés dans une piscine municipale.

Comme sur des roulettes : Et si mon handicap était ma plus grande force ? - Adda Abdelli
Éditions Michel Lafont
Prix indicatif : 15 €



Concours photos

Ohé les photographes ! Que ce soit à l'occasion de vos activités locales ou des séjours, vous n'oubliez jamais d'emporter votre appareil photo.

L'association a un grand besoin de bonnes photos pour illustrer nos documents de communication mais aussi pour transmettre à nos partenaires et aux journaux qui veulent bien faire la promotion de nos activités. L'année 2018, année des 30 ans sera sans doute riche en sollicitations. Alors nous comptons sur vous !

De quel type de photos avons-nous besoin ?

De photos en bonne définition représentatives de notre activité.

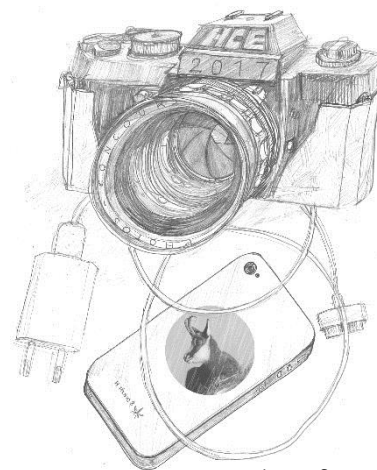
D'équipages joëlette en action, avec si possible un beau paysage et avec comme critères : des acteurs souriants, pas de dos ni de visages tournés, pas d'acteurs inutiles qui cachent la joëlette.

Les photos de face ou de profil seront préférées aux photos de dos car les gros plans sur les sacs à dos ne sont pas très mobilisateurs.

Pour vous motiver : un concours photos est organisé pour la saison 2017. Les 3 plus belles seront présentées à notre prochaine AG et seront utilisées dans nos documents de communication.

Il y aura aussi une récompense, mais chut... c'est une surprise !

Pour concourir, merci d'envoyer vos plus belles photos à Simone Vincent : la.creuzette@free.fr, avant la fin septembre.



JEROME SINDOU

Hommage à Emmanuel James

Tu nous as quittés en ce début mars, le même jour que François. Quelle triste fin de week-end !

Emmanuel a participé à de nombreux séjours depuis l'année 2000, tout d'abord comme « simple accompagnant » puis « handicapé marchant ». Il accompagnait souvent Dominique Deporte, dont il était « le chevalier servant », assurant toute l'aide dont elle avait besoin. L'été dernier, il était sur le séjour des Aravis et il s'était inscrit sur le séjour Balcons du Mont Blanc 2017. La maladie en a décidé autrement...

Emmanuel ne manquait jamais une AG de l'association car il avait beaucoup de plaisir à retrouver les personnes avec lesquelles il avait partagé un séjour. Il avait aussi trouvé sa place au sein de l'association Cana et de leur communauté de vie à la Molle (71).

C'était un doux rêveur, un drôle de bonhomme joyeusement surréaliste, avec de perpétuelles interrogations scientifiques. Emmanuel était heureux de la présence des autres et des instants partagés.

Merci pour tout ce que tu nous as apporté.

SIMONE

« Emmanuel était une belle personne. Il a su nous faire rire sur le séjour des Aravis l'été dernier avec ses petites anecdotes dont lui seul avait le secret, son volontarisme et sa détermination. Il restera dans les mémoires de l'association et regardera j'en suis certain d'un œil bienveillant de là-haut les prochains séjours HCE. »

MARTIN

« Que dire... C'est moche, très moche !!

J'ai passé des moments extraordinaires avec Emmanuel sur 2 séjours dont celui de l'été dernier dans les Aravis ... Je suis très triste, mais je garderai de lui le souvenir d'un ami toujours souriant, enthousiaste, avenant, drôle et très humain.

Je ne l'oublierai pas, il fait partie des belles rencontres de ma vie. »

THIERRY

En voyage avec Handivalise

La plateforme internet Handivalise met en relation les personnes en situation de handicap avec des accompagnateurs pour effectuer ensemble leurs trajets.

« Ma sœur jumelle, qui a un handicap mental, habite le Havre et moi Paris. Elle ne peut pas voyager seule et a besoin d'un accompagnateur, mais pas forcément d'un professionnel. D'où, l'idée de la mettre en relation avec un autre voyageur pour l'accompagner dans son trajet. » C'est pour permettre à des personnes en situation de handicap de se déplacer plus facilement en bus, en train, en voiture ou en avion qu'Anne Keisser a créé, en juin 2016, la plateforme Handivalise.

Depuis la mise en ligne, plus de 300 personnes utilisent régulièrement Handivalise, principalement sur l'axe Paris-Lyon.

Si vous voulez en savoir plus :

Web : <http://www.handivalise.fr>

Tél : 07 81 89 64 01

Mail : contact@handivalise.fr

Petite annonce

A vendre (prix à débattre) une joëlette enfant, (fabrication artisanale). Cette joëlette a déjà été utilisée par deux familles dont les enfants ont grandi. Elle pourrait bénéficier à un autre enfant handicapé moteur.

Contact :

Famille Chavagneux
38 rue Victorien Sardou
69007 Lyon

Tél. : 06 66 86 82 63

Hommage à François Thurot

En ce début de printemps, François tu es parti vers un ailleurs peuplé de chanteurs rock souvent aussi trop tôt disparus.

La musique n'était pas ta seule passion, tu as découvert la randonnée en joëlette en 2003 qui t'a permis de continuer à randonner en Lorraine et partager des bons moments, des bons repas accompagnés de bonnes bouteilles.

Tu as participé aussi à de nombreux séjours HCE, la GTA une grande itinérance à travers les Alpes, le Queyras que tu adorais avec la montée emblématique au Pic de Caramantran à plus de 3000 mètres ; une belle performance.

Très investi dans l'antenne locale avec la rédaction de "Roue Libre" notre gazette lorraine, les flyers et tout ce qui avait trait à la communication.

Tu étais aussi au CA à Lyon et tu n'as jamais manqué une AG où nos retrouvailles avec la grande famille HCE permettait d'échafauder des projets pour l'année à venir et rêver déjà aux 30 ans d'Handi Cap Évasion.



« Tu nous manques François avec ta bonne humeur, ta gentillesse et ta volonté de vivre le moment présent Salut l'ami. »

JEAN PAUL

« *Ciao, ciao, porte-toi bien !* »

Qui eût cru qu'un jour je doive prendre ma plus belle plume pour écrire un mot sur toi, François... ? Ça t'aurait sans doute bien fait rire. C'était ignorer que cette vie qui ne tient qu'à un fil est curieuse surtout quand elle se permet de rompre aussi subitement des histoires que l'on pense, stupidement, éternelles... ? Étais-je de surcroît le plus légitime pour parler de quelqu'un que je connais surtout par ses silences, ses phrases courtes, par une complicité qui se disait sans mots, surtout par des gestes, par des attentions bien particulières ? Cela fait beaucoup de questions qui trahissent mon embarras de savoir quoi écrire aujourd'hui, et qu'en plus cela ne soit pas trop idiot.

Spontanément, tu continues à vivre dans ma tête par deux choses : d'abord cette avidité de ne rien céder à la maladie qui te rongeaient, toujours prêt à l'aventure, même si les portes se fermaient inexorablement les unes après les autres. Parmi les plus récentes, il y avait eu celle du Mont Saint-Michel : « Ton poids ? On s'en f..., on verra sur place ! ». Pour ne pas perdre de temps dans l'habillage, le déshabillage, pour n'embêter personne, tu avais dormi dans ton fauteuil électrique, lequel avait réussi à faire le voyage (merci Claude !). Ta jubilation à toi était silencieuse, intérieure et pouvait passer inaperçue. Une approbation laconique, un mot, un adjectif, tout était dit, inutile de s'étendre en palabres. Il a fallu attendre deux ans et voir la ténacité avec laquelle tu voulais y retourner, alors que tu n'étais plus prioritaire, pour comprendre combien cela t'avait plu. Et des aventures, nous en parlions encore pour le « Sommet lorrain » de la Pentecôte 2018 avec l'envie d'aller plus haut que haut lorsque tu proposais des vols de delta pour les PMR ! Le projet se fera, puisque ton copain m'a laissé ses coordonnées... le jour de tes funérailles.

Il y a ensuite, et cela restera chez beaucoup d'entre nous, ton art de la mise en page, ce que l'on appelle l'infographie. La vie ne t'avait pas laissé l'usage de tes bras et de tes jambes pour tirer les joëlettes. Alors, pour ne pas être en reste, dès le début de ton aventure avec HCE Lorraine, tu t'étais proposé pour donner un coup de main dans la mise en page de nos bulletins régionaux, avant d'atteindre la consécration par le profilage des documents de « Comm' » du National. De l'art et de la qualité « pro » au service de ce beau défi de bénévoles quelque peu givrés. Ces papiers, par dizaines, seront désormais comme un mémorial coloré.

Pour le reste, je repense à ces longs retours sur Metz par le train, au soir des CA (pour toi) et des réunions d'Antennes (pour toi et moi). On s'installait côte à côte, toi le casque vissé sur les oreilles (ah, le jazz et le rock !), moi un bouquin et le crayon qui va avec entre les mains. Rapide débrief du WE et on se jetait chacun dans notre occupation. Le casse-croûte interrompait la conversation muette. Je ne sais pas ce que tu éprouvais alors, moi j'étais simplement heureux de t'avoir comme compagnon de voyage. Tu descendais à Nancy après avoir rassemblé tes affaires ; et c'est comme cela que nous nous sommes quittés en janvier dernier, en se disant, selon la formule consacrée : « Ciao, ciao, porte-toi bien ! ». C'est toujours la dernière fois de quelque chose, mais ce jour-là, c'était pour de bon ! »

PATRICK TRIMBUR

Mont Saint-Michel – Week-end de l'Ascension 2017

Pour cette deuxième édition de la Traversée de la baie du Mont Saint-Michel en joëlette, Handi Cap Évasion a réuni 120 personnes. Beau succès permettant à 19 équipages joëlette de rallier le Bec d'Andaine au Mont Saint-Michel.

A notre arrivée au camping des Couenons (à Roz sur Couesnon exactement), les barnums sont déjà installés. Les 3 antennes organisatrices (l'Anjou, Nantes-Atlantique et la Lorraine) se partagent le couvert des participants. Le Super U local a également facilité les choses nous accordant, pour l'alimentation, une substantielle remise !

Patrick, instigateur de ce projet, lance les premières consignes : pas de bruit après 22 h : on n'est pas tout seuls dans ce camping !

Programme du lendemain : départ à 9 h en voiture vers le Bec d'Andaine. Traversée à partir de 11 h pour une arrivée au Mont vers 14 h. Retour du Mont après 21 h.

En ce premier soir, un apéro dînatoire nous permet de faire connaissance avec les nouveaux venus, et aussi de retrouver des têtes plus connues.

Vendredi matin, pas trop de rouspétance pour se lever tôt, tout le monde a hâte de se lancer dans cette aventure ! La météo est au beau fixe, tout comme les esprits !

Toutes joëlettes montées et participants présents, c'est la distribution aux passagers de cuissardes au look élaboré, pour ne pas être trempé lors de la traversée. Des mannequins nous ont même fait le défilé de mode... Trois jeunes femmes dont la créatrice du modèle ! Quant aux accompagnateurs, c'est pieds nus et en short qu'ils traverseront.

Avec nos guides, Sylvère à l'avant et Sébastien à l'arrière, nous tâchons de bien suivre leurs recommandations : surtout ne pas rouler dans les traces de ceux qui nous précèdent pour ne pas s'enfoncer. Respecter les voies de

passages, par petites unités, soit une joëlette à la fois sur certaines zones...

Attention, les sables mouvants sont là ! C'est parti ! 7 km de sable, d'eau, de vase, de rivières. De l'eau, de l'eau partout quoi... La vase colle et fait ventouse, il faut éviter de s'arrêter pour ne pas s'enfoncer... Certains osent dire, "la joëlette a été créée pour ça !" N'empêche, il faut se mettre à 4 pour soulever la joëlette et repartir.

3 heures d'efforts, de plaisir et de sensations diverses : plaisir régressif de patauger comme des marmots dans la vase, sensation d'aller à contre-courant, glissade des pieds et des roues sur ce sol fuyant...

Enfin, le Mont s'offre à nous ! Le Mont, noir de monde en ce week-end ensoleillé de l'Ascension. Pour le coup, nous faisons sensation auprès des touristes.

Sur la place, hormis les soldats de Vigipirate, les pompiers aussi sont là pour nous accueillir et laver les plus crottés d'entre nous... et surtout les joëlettes !

L'ascension des "degrés" (c'est le nom pour désigner les marches) commence afin de gagner la terrasse où nous allons pique-niquer. Après l'effort, le réconfort n'est-ce pas ? Puis les 19 joëlettes repartent à l'assaut du massif de granit.

L'histoire de cette abbaye se révèle au gré des différents modes d'architecture, les styles, les adjonctions de salles : ce furent d'abord des prisonniers qui édifièrent les lieux, sur ordre des moines architectes, puis les bénédictins prennent possession de l'espace.

Le sport, enfin, l'huile de coude n'est jamais loin avec HCE, même pour la culture : dans l'abbaye, quelques passages techniques nous mèneront de haut en bas, puis de bas en haut. Un enchevêtrement de salles, un grand dédale !

Tributaires des horaires de la marée, nous avons le temps d'un dîner pique-nique. Le lieu se vide de ses touristes, le Mont est à nous ! Lorsque la nuit tombe, le coucher de soleil et les premières illuminations donnent encore plus de préciosité à

l'île, son célèbre édifice posé dessus comme une évidence.

Fort heureusement l'approche des lieux, très réglementée, incite à prendre les navettes — dans lesquelles il faut hisser les joëlettes — ou bien à parcourir à pied les quelques kilomètres ralliant le continent. Après une chaude journée, et une fatigue certaine, il faut le dire, le parcours dans la nuit fraîche est bénéfique.

Le lendemain, samedi, direction Saint-Malo et ses remparts. Les journalistes présents ne parviennent pas à faire un plan d'ensemble : ça prend vraiment de la place ce matériel ! Déambulation sur le haut des remparts, petite brise bienvenue venant de la mer d'un bleu saturé.

Tandis que nous pareissons, face à l'île du Petit Bé, Dominique descend sur la plage avec deux comparses, pour écrire dans le sable un immense "HCE 2017" très applaudi. Est-ce le vin du repas, le soleil qui tape un peu trop sur les têtes ?

Les joëlettes se replient une dernière fois, nous regagnons le camping. Un apéro festif se prépare. On échange sur les impressions de ces 2 jours mémorables. Autour d'un verre, de ce qui devient déjà souvenir, on remarque les nouvelles affinités, les espoirs se disent du plaisir de se retrouver — peut-être — cet été sur un séjour.

Merci à Patrick, Christian et Dominique d'avoir porté ce beau projet et d'avoir si bien maîtrisé le temps au cours des transferts. Non, nous n'avons perdu personne (enfin... pas longtemps !)

Un grand merci aussi aux intendants (Jean-Paul pour Nantes-Atlantique, Monique et Eric pour l'Anjou et Marie-Anne pour la Lorraine) et leurs équipes qui nous ont régales.

Enfin, tous ceux qui connaissaient François ont eu une pensée émue lorsque Patrick a évoqué sa mémoire. Toujours partant pour les défis impossibles, il était présent dans nos pensées.

N'oublions pas que ce week-end avait fait l'objet de manifestations diverses pour récolter des fonds. Merci à ceux qui les ont suscitées et organisées, la place manque pour tous les citer ici.

Nouveaux bolides

La première série de 4 joëlettes flambant neuves a été testée sur le séjour « Au fil du Tarn ». Quel look pour ces belles machines aux couleurs chatoyantes et quel confort, que ce soit pour les passagers ou pour les accompagnateurs.

Fini les béquilles arrière qui viennent heurter violemment les mollets du passager ou qui ont tendance à s'échapper dans les montées ou les descentes un peu acrobatiques, juste au moment où les mains du pilote arrière sont occupées.

Fini aussi le repose-pied dans les mollets du pilote car les brancards avant ont été un peu rallongés, sans risque pour la sécurité. La sécurité a aussi été renforcée au niveau du



Alerte aux trajets !

« Mesdames et messieurs, bonjour !
Votre responsable de covoiturage vous remercie de votre inscription à ce séjour et vous informe que vous pouvez d'ores et déjà remplir le lien pour indiquer comment vous venir à ce séjour. »

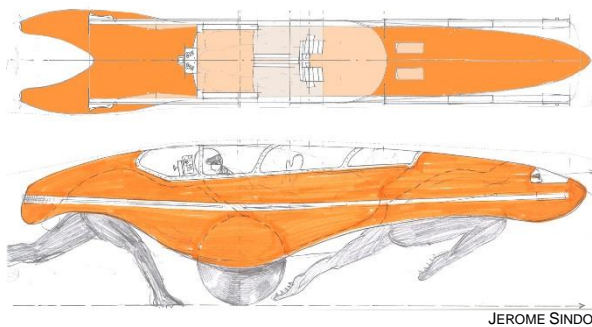
Et là... C'est le drame... Oui, vous avez le droit de ne pas savoir, 3 mois à l'avance, quand, comment et avec qui vous allez venir. Évidemment.

Mais ce qui est plus gênant ... C'est quand vous vous rendez compte que le séjour est loin. Que c'est compliqué pour y accéder. Qu'il y a des horaires à respecter.

Parce que ça, ce n'est pas nouveau, en fait. Dès l'AG, vous pouvez le savoir. Et pour les séjours que vous envisagez et qui ne sont pas nouveaux, les fiches sont en ligne sur le site internet.

Alors s'il vous plaît. Avant d'envoyer votre inscription au séjour, jetez un œil sur les trajets et transports possibles. Parce qu'arriver à 23h déjà épuisés, sur le lieu de la première nuit, ça n'augure pas vraiment d'un bon séjour.

Fin, il me semble.



repose-tête. Plus de nez ou de lunettes cassés !

Quel confort, lié à l'amortisseur central et au frein à disque qui répond à une petite pression sur sa poignée ! Nos ingénieurs constructeurs (Olivier, Joël, René et Bernard) ont même trouvé le moyen d'alléger les bolides, tout en les rendant moins fragiles (exemple : des emmanchements des brancards avec des tubes acier de plus gros diamètre).

Le prochain modèle sera peut-être caréné comme le suggère notre artiste Jérôme ?

En attendant la prochaine série qui équipera le second véhicule, merci d'en prendre soin. Evitez les porte-à-faux importants sur les brancards en respectant les règles de mise sur roue et de mise sur béquilles. Attention, les repose-pieds ne doivent pas être utilisés pour la mise en place du passager mais uniquement comme repose-pieds au cours de la randonnée.

Dimanche matin, réveil de bonne heure, décidés à donner quelques heures
Pour leur offrir un peu de bonheur
Pour nous, rien qu'une sortie, pour eux, évasion
La randonnée encadrée mais synonyme de solidarité
L'évasion est l'objectif de cette association reliant partage et libération

Refrain

C'est une histoire d'équipe où chacun avance en confiance
C'est une histoire d'échanges, de nouvelles connaissances
Une histoire d'humains tantôt essoufflés, tantôt extasiés
Une histoire de cohésion, l'histoire d'Handi Cap Évasion

Sortie au grand air, on les installe sur les joëlettes
Des sourires apparaissent, c'est le signe que l'on peut débiter
Le temps passe et la distance s'efface
Nous formons un groupe soudé par la complicité
Dans les Monts d'Or à la recherche de l'évasion
Marchons ensemble avec Handi Cap Évasion

La journée passe entre les efforts et la détente
Une impression que ces moments ne sont pas banals
A joëlette, voilà que les paysages défilent
On a du mal mais il nous faut garder l'équilibre
On se sent bien dans ce groupe qui s'est soudé
Et on se tend la main pour réussir ensemble

Retour en bas, la journée est passée tellement vite
On mange un bout en se souvenant des bons moments
L'aventure est solidaire, on en a profité chaque instant
Heureux même si demain ce sera moins plaisant
Ils nous ont fait découvrir leur quotidien hors randonnée
Et on leur a montré qu'on pouvait le partager

Aujourd'hui je vois des invalides vaillants victimes du sort
Je vois la viscosité de la vie sur leur visage vivace
Alors on slam pour vous dire qu'on est là pour vous
Que pour rien oublier on retracera cette journée
L'aventure fut solidaire, on a croqué chaque moment
L'espoir est partout et son contraire est bien loin

Un tour de table pour dire ce qu'on a ressenti
Heureux de voir la solidarité dépasser la difficulté
Les aider m'a fait comprendre leur quotidien
On ne fait pas attention à la fatigue et on n'ose pas se plaindre
Tellement on veut illuminer leur journée
Alors, on avoue, le handicap est là
Mais dans notre vie cette journée sera comme un arc en ciel

Dernier refrain :

Courons ensemble avec Handi Cap Evasion
Avancer même quand la route est sombre
Si chacun donnait un peu de son temps
L'espoir serait partout et le reste serait out !

SLAM HCE

Ce slam a été composé par des lycéens à l'occasion du cross solidaire, organisé en avril, au lycée Albert Camus de Rillieux, près de Lyon. Ces lycéens avaient aussi participé à une randonnée dans le massif des Monts d'Or en mars. Bravo les jeunes pour votre enthousiasme !