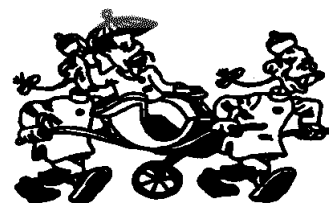


Mille Pattes

Le journal de Handi Cap Evasion 38

Siège: 50 Av Aristide Briand - 38600 FONTAINE
Tél. : 04 76 26 06 34 Courriel : 38asso.contact@hce38.fr

N° 86: Novembre 2018



Edito

Mon premier édito pour le journal d'HCE38. J'ai donc décidé de vous parler de mon ressenti. Tellement de mots résumerait l'association mais je ne vais en dire qu'un seul : « Partage ». C'est le sentiment qui m'est apparu à ma première sortie HCE38 et mon premier mini-séjour il y a 3 ans. Tellement que j'ai eu envie de m'investir encore plus dans l'association. De pouvoir donner de mon temps et transmettre mon énergie et ma bonne humeur. Et c'est chose faite aujourd'hui. J'espère que je vous apporterai autant que vous m'apportez ! Et plus encore !

Céline B.

Repas de Noël : Samedi 8 décembre 2018 à 12h00

Comme chaque année HCE38 organise **un repas de Noël** début décembre. C'est une bonne occasion de se retrouver tous ensemble autour d'un repas convivial.

Lieu : **Centre social Romain Rolland** 113, Boulevard Joliot Curie à Fontaine (arrêt de Tram A: Maisonnat puis bus C 6 arrêt Charmettes).

Inscription : par mail 38asso.contact@hce38.fr ou par téléphone 04.76.26.06.34

Tarif : 10 Euros. Inscriptions avant le 4 décembre.

Pour régaler vos papilles, au menu, il y aura :

*Apéritif, Salade et verrine, Pâtes à la bolognaise, fromages
Mandarines, Papillotes, Gâteaux maison, Café*



Galette des Rois : Samedi 12 Janvier à 14h00

Au début de Janvier, nous nous retrouverons aussi pour partager la galette des rois.

Ca sera le Samedi 12 Janvier au centre social George Sand à 14 H.

L'adresse : 14 Boulevard Joliot Curie à Fontaine.

Ce sera l'occasion de faire des jeux, apportez ceux que vous aimez.



Compte rendu de l'assemblée générale 2018 d'Handi Cap Evasion 38

Fontaine le 14 octobre 2018

Vingt-deux adhérents sont présents et vingt et un représentés. Le quorum est atteint, l'assemblée générale peut statuer. La séance est ouverte à 17h.

Le mot de la présidente et le rapport moral

Nous sommes très heureux de vous retrouver si nombreux pour cette 26ème assemblée générale. Ces dernières années, nombreux sont les adhérents qui nous ont quittés.

J'étais triste, pas le moral. Il fallait réagir.

C'est là qu'il y a eu le projet week-end « Grand Veymont » : pour moi, c'était un symbole.

Les mots qualifiants cette expédition : ce fut magique, exceptionnel, incompréhensible.....et j'en passe. Toutes les étoiles étaient avec nous.

Nous sommes allés ensemble dans le même sens dans un climat de confiance.

Malgré la difficulté, j'ai eu une impression de facilité, la synchronisation était parfaite.

Je vais citer Giono que j'ai eu la chance de découvrir dans un séjour de HCE national.

« La confiance, c'est déjà de la joie » dans « Que ma joie demeure ».

Je voudrais reprendre l'étymologie de HCE, tel que Joël Claudel et Stéphane l'ont imaginés ; Handi pour handicapés, Cap pour le sommet, les obstacles ou les difficultés, Evasion car on s'éloigne de notre quotidien, de nos handicaps ou nos problèmes de la vie. Nous, nous avons rajoutés 38 pour le département et pour notre identité. Souvent dans les articles ou les administrations, il est écrit Handicap Evasion, c'est une autre signification pour moi.

Je ne peux pas nier qu'au sommet, j'ai prononcé le nom du créateur de la joëlette.

Depuis presque 30 ans, je peux refaire de la montagne.

Comme au début de cette aventure, je suis restée sans voix avec les larmes aux yeux.

C'est pour cela qu'avec Régis Delaittre, nous allons organiser de nouveau le grand Veymont pour permettre à d'autres de connaître ces émotions.

La vie est belle quand on a le goût des efforts.

Maintenant, je voudrais remercier un de nos adhérents, qui n'a justement pas ménagé ses efforts pour entretenir notre matériel si précieux, ni pour refaire notre matériel de communication avec ses talents artistiques, plus les petits gâteaux forts appréciés.

Il a décidé de passer la main et va quitter le C.A. Je veux vous parler d'André Houillon.

J'aimerais qu'on applaudisse très fort.

Le bénévolat est une richesse, pas celle du porte monnaie, mais une à mes yeux beaucoup plus importante. Sur une petite note humoristique, je vous cite un livre que j'ai lu en trois jours : « Le charme discret de l'intestin ». Mais pourquoi ? Vous allez dire. C'est plein de bonnes bactéries qui travaillent ensemble pour nous garder en bonne santé, si on le nourrit bien.

Sur ces mots, je passe la parole à Nicole mais avant j'aimerais aussi lui rendre hommage car depuis de nombreuses années, elle est au C.A. Depuis deux ans, elle assure le secrétariat.

Elle ne ménage pas ses efforts pour apprivoiser son ordinateur qui lui joue des tours.

Je salue aussi ses talents de décoratrice lors des buffets et repas.

On peut l'applaudir bien fort aussi. A toi Nicole, pour la présentation du rapport d'activités.

Le rapport moral est soumis au vote et approuvé à l'unanimité des personnes présentes et représentées.

Rapport d'Activités 2017-2018 :

I – Adhésions

Familles 31, individuels 57, associations 3, en début du 4^{ième} trimestre.
Soit 91 adhésions et 124 adhérents.

II – Sorties et séjours

5 sorties pulka proposées dont 1 annulée par manque de neige.

16 sorties joëlette proposées dont 2 annulées (mauvaise météo).

2 mini-séjours : un en novembre dans le Jura avec 16 participants dont 2 en joëlette.

un au mois de mai dans le Beaufortain avec 18 participants dont 2 en joëlette.

Le nombre de passagers pulka : 6 (2017 : 9)

Nombre de passagers en joëlette : 47 (2017 : 47)

Personnes handicapées marchantes : 64 (2017 : 52)

Accompagnateurs actifs : 240 (2017 : 270)

Simple accompagnateurs : 91 (2017 : 93)

III – Communications

Comme l'année dernière 4 journaux ont été rédigés (n°82 nov. 2017, n°83 mars 2018, n°84 juin 2018, n°85 septembre 2018), les deux derniers ont été envoyés par courrier électronique sauf aux personnes qui n'ont pas d'adresse mail, pour réduire le coût.

Participation à la journée « Sport et Handicap » le 29 mars.

Mise à jour et réfection des panneaux d'affichage.

Nous avons fait confectionner une oriflamme que l'on peut utiliser lors de manifestations auxquelles l'association participe.

Participation à la journée Cross Meylan Asparun.

Participation à l'AG APF (association des paralysés de France).

Participation à l'AG de l'APARDAP (aide aux migrants).

Participation à une conférence sur le bénévolat à France BENEVOLAT.

On tiendra un stand pour le mois de l'accessibilité à la Halle Clémenceau, le samedi 24 nov.

Puis on peut parler aussi des permanences téléphoniques tenues par la présidente.

IV – Instants de convivialité

Le repas de Noël le 9 décembre, un après-midi chaleureux avec une quarantaine de convives.

La galette des rois le samedi 13 janvier, avec une trentaine de personnes et terminant avec des jeux de société.

V – Partenariats et autres activités

Une sortie avec les détenus de la prison d'Aiton (hors calendrier) le 31 mai.

Deux sorties avec les associations D'croche moi la montagne et Loisirs Pluriels.

VI – Remerciements

A tous les bénévoles qui se sont investis cette année.

A toutes les personnes à mobilité réduite qui nous permettent de nous investir.

Aux personnes qui quittent le CA cette année après de nombreuses années d'investissement.

V – Dates à retenir

-> Réunion de programmation des sorties 2019 : le **vendredi 16 novembre** à 20h.

-> Le repas de Noël le **samedi 8 décembre** au centre social Romain Rolland, avec une entrée variée, pâtes à la bolognaise 'maison', fromage et desserts.

-> La galette des rois le **samedi 12 janvier 2019** au centre social Georges Sand

Le rapport d'activités est soumis au vote et approuvé à l'unanimité par les personnes présentes et représentées.

Bilan Financier au 31/8/2018

La comptabilité est gérée par un système Money.

HCE38 possède 2 comptes au Crédit Mutuel : 1 livret A association, 1 compte courant.

Les comptes portent sur la période 1/9/2017 au 31/08/2018

Concernant les charges :

Pas de grosses différences d'une année sur l'autre.

Ce sont des charges inhérentes à nos activités.

Concernant les revenus :

Nous avons aussi reçu 1120 € de dons : dons individuels, adhérents qui versent plus que le montant des cotisations, chauffeurs participants aux sorties qui rendent à l'association les contributions des passagers. Dons d'une quête lors de décès.....

Qu'ils en soit tous remerciés.

Au 31/8/2018 notre trésorerie est de 5717.34 €

Compte courant : 292.51 € - Livret A : 5425.83 € - Caisse : 0€

Notre exercice est positif pour 816.02 €.

Toutes les pièces comptables sont à votre disposition. Elles ont fait l'objet d'une vérification par André Houillon. Lecture d'André et vote.

Budget Prévisionnel

Pour l'année à venir rien de particulier.

Nous allons essayer de réduire les charges en envoyant le journal par mail.

Le bilan financier est soumis au vote et approuvé à l'unanimité des personnes présentes et représentées.

Le budget prévisionnel est soumis au vote et approuvé par l'unanimité des personnes présentes et représentées.

L'élection du conseil d'administration

Sont en fin de mandat : Laureys Nicole, André Houillon, Babette Clerc.

Se représentent : Clerc E.

Quittent le CA cette année : Laureys Nicole, Houillon André.

Se présentent cette année : Mandier Patricia, Lanfrey Christian, Bonthoux Céline.

Après un vote à bulletin secret, ces quatre personnes sont élues ou réélues.

Le conseil d'administration se compose de Mandier Patricia, Lanfrey Christian, Bonthoux Céline, Clerc Elisabeth, Benoit Michelle, Villot Claude, Cordonnier Jean, Vanhauwaert Pierre.

Questions diverses

- Si possible pour les mini-séjours, trouver des gîtes avec salle de bains et accessibilité.

L'ordre du jour étant épuisé, la séance est levée à 18h.

Les participants se retrouvent autour d'un petit buffet.

Quelques dates à retenir

- Réunion de programmation des sorties 2019 : vendredi 16 novembre
- Repas de Noël : samedi 8 décembre au centre social Romain Rolland
- La galette des rois se tiendra le 12 janvier 2019

Compte-rendu du mini-séjour de novembre par Patricia

Jeudi 1er Novembre 2018 :

"L'équipée de choc" d'HCE 38 : Michelle, Irène, les 2 Pat, Nicole, Catherine et Claude, Pierre, Philippe, les 2 Dom, Christian et son fidèle "Ici Go", Jean, David et André.

Départ de Fontaine, en direction de Réallon, par le col de Manse (Htes. Alpes).

Entre deux averses, repas au lac de Saint Apollinaire, EXTRAORDINAIRE !

Arrivée au Gîte vers 15h-16h. Malgré la pluie, 5 membres de "l'équipée de choc", sont allés voir "la Marmite du diable" et la cascade, à quelques minutes du Gîte.



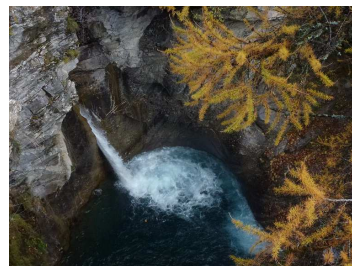
Vendredi 2 Novembre 2018 :

Désolation, "il pleut, il pleut bergère..." et le temps est très très nuageux. Horizon tout bouché, point de vue. Alors changement de programme : La sortie prévue étant trop risquée, vu les coulées de neige et les chutes de pierres.

Nous partons donc du village de Réallon, avec "1 Pat en moins" (Patricia 2 étant fiévreuse avec un rhume), nous montons par le GR, à pied (environ 6 Kms), à travers la montagne.

Repas de midi au Gîte, bien au chaud. Pat 2 étant restée, avait entretenu le feu dans la cheminée : "Fais du feu dans la cheminée..." L'après-midi, nous partons revoir "la Marmite du diable" et faire le sentier de découverte autour "des GOURMIERS" et pour certains, la montée pour voir la cascade.

Quel paysage ! La montagne enneigée sous un ciel bleu et la forêt parée des couleurs de l'automne. Le bruit de l'eau de la cascade, s'écoulant à travers les pierres. Spectacle de la nature à l'état pur.



Samedi 3 Novembre 2018 :

Randonnée à partir de la station de ski de Réallon, sur le GR 50 (comme prévu), en direction du lac Saint Apollinaire que nous voyons sous un beau soleil. Une merveille !

Et retour pour un chemin vallonné. Arrêt à une fromagerie et chèvrerie, pendant que Philippe part avec "les chauffeurs de l'équipée", récupérer les voitures à la station.

Dimanche 4 Novembre 2018 :



Après avoir rangé et nettoyé le Gîte, rendu les clés, nous partons pour "les Demoiselles coiffées", vers Savines-le-lac. SUBLISSIME !

L'érosion, les années, ont taillé, sculpté la roche, de façon que se dressent aujourd'hui sous nos yeux émerveillés, ces "Demoiselles" de terre, de pierres, "coiffées" soit d'une grosse pierre en sommet, soit d'un morceau terre encore végétal, mais ce "spectacle d'équilibre", se mérite. Il faut monter, monter un chemin forestier, avec d'énormes marches, en pierres, recouvertes de feuilles mortes de l'automne. Après il faut redescendre... Puis nous nous dirigeons en voiture, vers l'Abbaye de Boscodon. Repas en plein air (le temps est incertain, mais pas de pluie). Nous sommes accueillis par deux chats aux ventres vides, intéressés par notre pause repas...

Visite de l'Abbaye et du centre. "Dans le jardin de l'Abbaye, ses roses oranges, avons senti. Dans sa chapelle, nous nous sommes recueillis. Des cierges avons allumé, pensant à nos proches tant aimés."

Patricia D

Programme des sorties d' HCE 38 2019

Sorties PULKA

Date	Lieu	Difficulté	Encadrant (s)	Téléphone
13 JANVIER	VALLON DE LA FAUGE	MOYEN	JEAN CORDONNIER	06.06.41.02.76
27 JANVIER	EMEINDRAS	MOYEN	BABETTE CLERC CHRISTIAN LANFREY	06.72.78.44.08 06.80.75.49.93
10 FEVRIER	« Granges de Joigny » Chartreuse	ASSEZ DIFFICILE	JEAN CORDONNIER	06.06.41.02.76
24 FEVRIER	CHATEAU VERT	MOYEN	MICHELLE BENOIT	06.18.48.15.34
17 MARS	SURPRISE !	MOYEN	BABETTE CLERC MICHELLE BENOIT	06.72.78.44.08 06.18.48.15.34

Sorties JOELETTE

DATE	Lieu	Difficulté	Encadrant(s)	Téléphone
	ENTRETIEN DES JOELETTES	MOYEN !	CLAUDE VILOT	07.82.38.86.31
7 AVRIL	SURPRISE	FACILE	ANNE-MARIE DAGOIS ODILE FAYOLLE	06.14.39.24.47 04.76.25.49.87
21 AVRIL	CRETES DE VATILIEU	MOYEN	CAROLINE MARCHAND JEAN CORDONNIER	06.01.84.22.04 06.06.41.02.76

Pour Participer Aux Sorties

- Vous devez être adhérent et avoir réglé votre cotisation pour l'année en cours, si c'est votre première sortie à HCE 38 vous n'adhèrerez que si vous êtes satisfait de votre essai.
- Que vous soyez usager ou accompagnateur nous vous demandons de vous **inscrire auprès de l'organisateur au moins 5 jours à l'avance**. Il faut 3 accompagnateurs pour une personne en joëlette donc il est important pour répondre à la demande que l'on connaisse l'effectif assez tôt.
- Si vous vous êtes inscrit et avez un empêchement prévenez l'organisateur(trice).
- Prévoir des vêtements chauds, des chaussures de montagne, des bâtons pour ceux qui marchent, un pique-nique et des boissons.
- Nous demandons 5 euros par passager des voitures (sortie de 80 à 100 km aller-retour maxi). Pensez à vous munir de monnaie. C'est le responsable de la sortie qui récoltera les fonds et répartira la somme entre les chauffeurs quelque soit le nombre de passagers.
- **Le rendez-vous est à l'arrêt du tram Louis Maisonnat (Fontaine) à 8 H 15 (sauf autre indication sur le programme)**. Nous vous demandons d'être à l'heure par respect pour ceux qui le sont, merci d'avance.