



Madame la Présidente de l'ASCEE 06

A  
Mesdames et Messieurs les retraités de  
L'Equipement

Nice, le 7 JANVIER 2008

Mesdames, Messieurs

Le comité directeur de l'ASCEE 06 et sa dynamique section « Retraités » vous proposent un séjour de randonnées dans le parc du Mercantour du 8 au 15 septembre 2008.

Vous serez hébergés au village vacances L V T « le Rabuons » à Saint Etienne de Tinée en pension complète (linge de toilette fourni), incluant la mise à disposition d'un car pour rejoindre le point de départ des randonnées, mais dont la capacité oblige à limiter à 45 le nombre de participants.

Vous trouverez ci-joint le programme du séjour ainsi que les fiches d'inscriptions à retourner avant le:

- **15 février 2008 pour la fiche n° 1**, avec le cahier des charges signé
- **30 avril 2008 pour la fiche n° 2**, avec l'attestation de votre ASCEE
- **31 juillet 2008 pour la fiche n° 3** accompagnée du certificat médical.

J'attire votre attention sur le fait que, s'agissant de marche en montagne, l'aptitude physique à ce type de marche est nécessaire.

L'ASCEE 06 ayant en charge l'organisation du congrès de la FNASCEE, cette dernière assurera, à notre place, le suivi administratif et financier de ce séjour.

Deux membres de l'ASCEE, accompagnateurs diplômés, assisteront l'organisateur du séjour Jean Claude Monachon (04 92 09 08 46 – [jcmonachon@hotmail.fr](mailto:jcmonachon@hotmail.fr))  
Ainsi que JO OLLIER.

Le coût total du séjour, par participant, est arrêté à **335 €**.

Nous serons heureux de vous accueillir dans notre belle région et de vous en faire découvrir les multiples facettes.

L'ensemble du Comité Directeur et moi même vous adressons avec un peu de soleil nos meilleurs vœux de bonne et heureuse année 2008.

La Présidente de l'ASCEE 06

Signé : Carméla RUBINO

# **SEJOUR RANDONNEES PEDESTRES**

des « RETRAITES ACTIFS de l'EQUIPEMENT »

du lundi 8 septembre 2008 au lundi 15 septembre 2008

## **FICHE D'INSCRIPTION N° 1 (1<sup>er</sup> acompte)**

### **RENSEIGNEMENTS**

Nom ::.....Prénom :.....

Date de naissance :.....

Adresse :.....

Ancien agent du Ministère de l'Equipelement (ou conjoint(e)) : oui non

Tel fixe :.....Tel portable :.....

Fax :.....Mail :.....

ACCOMPAGNE(E) de :

Nom :.....Prénom :.....

Date de naissance :.....

### **HEBERGEMENT (pour les individuels)**

Je désire partager ma chambre avec :

Nom et prénom :.....

Supplément chambre individuelle (par jour) : 12 €

### **CAHIER DES CHARGES**

Je vous retourne ci-joint, avec ma signature valant approbation et acceptation, le Cahier des Charges.

NB : l'absence du cahier des charges signé rend la demande caduque.

### **ACOMPTE N° 1**

100 € x .....personne(s) =.....€

Par chèque à l'ordre de : FNASCEE « Randonnées retraités 2008 ».

**Fiche à retourner avant le : 15 fevrier 2008 à :**

**MEDAD-FNASCEE**

**A l'attention de Noelle MAZEPAS**

**Arche Sud**

**92055 La Défense Cedex**

## **SEJOUR RANDONNEES PEDESTRES**

des « RETRAITES ACTIFS de l'EQUIPEMENT »

du lundi 8 septembre 2008 au lundi 15 septembre 2008

### **FICHE D'INSCRIPTION N° 2 ( 2<sup>ème</sup> acompte)**

#### **RENSEIGNEMENTS**

Nom ::.....Prénom :.....

Adresse :.....

Tel fixe :.....Tel portable :.....

Fax :.....Mail :.....

ACCOMPAGNE(E) de :

Nom :.....Prénom :.....

#### **ATTESTATION DU PRESIDENT DE L'ASCEE D'ORIGINE**

M.,Mme.....Président de l'ASCEE..... , atteste que :

M.,Mme.....

Domicilié(e) à :.....

n° de carte ASCEE :.....

est bien retraité(e) actif de l'ASCEE....., à jour de sa cotisation 2008

à..... le.....2008

*NB : l'absence d'attestation rend la demande caduque*

#### **ACOMPTE N° 2**

100 € x .....personne(s) =..... .€

Par chèque à l'ordre de : FNASCEE « Randonnées retraités 2008 »

*Fiche à retourner avant le : 30 avril 2008 à :*

**MEDAD-FNASCEE**

*à l'attention de NOELLE MAZEPAS*

*Arche Sud*

*92055 La Défense Cedex*

# SEJOUR RANDONNEES PEDESTRES

des « RETRAITES ACTIFS de l'EQUIPEMENT »

du lundi 8 septembre 2008 au 15 septembre 2008

## FICHE D'INSCRIPTION N°3 (SOLDE)

### RENSEIGNEMENTS

Nom ::.....Prénom :.....

Adresse :.....

Tel fixe :.....Tel portable :.....

Fax :.....Mail :.....

ACCOMPAGNE(E) de :

Nom :.....Prénom :.....

**Prendrez vous le repas de midi le jour de l'arrivée :**  **oui**     **non** *Repas organisé en fonction du nombre d'inscrits et restant à la charge du participant*

### CERTIFICAT MEDICAL (à joindre impérativement avec le solde)

Un certificat médical, de moins de 2 mois, mentionnant obligatoirement que « l'état de santé du participant permet la pratique de la randonnée pédestre en montagne, jusqu'à une altitude de 1500 m, ou de 3000m, avec un dénivelé de 500m à 1000 m ».

*NB : l'absence de certificat médical rend la demande de séjour caduque.*

### MOYENS DE TRANSPORT

Véhicule particulier :

Train :  jour et heure d'arrivée :  
jour et heure de départ:

(une navette relie la gare de Nice au village vacances LVT Le Rubeons pour **1.30 €**)  
horaires des deux liaisons : 8h30 et 16 h 30

*NB : les arrivées et départs différés, les prestations supplémentaires sont à traiter et régler, par chacun, directement avec le centre d'hébergement.*

### SOLDE

135 € x .....personne(s) =..... €

à déduire 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> acomptes =..... €

reste dû =..... €

Par chèque à l'ordre de : FNASCEE « Randonnées retraités 2008 »

**Fiche à retourner avant le: 31 juillet 2008 à :**

**MEDAD-FNASCEE**

**à l'attention de Noelle MAZEPAS**

**Arche Sud**

**92055 La Défense Cedex**



**FNASCEE**  
couleur passion



**ASCEE 06**  
couleur passion

## PROGRAMME DU SEJOUR RANDONNEE PEDESTRE

**Jour 1** – Arrivée, installation dans les chambres à partir de 12 h,- déjeuner ensemble (voir inscription fiche3) Le soir pot d'accueil

Présentation de l'Equipe organisatrice et de la région

**Jour 2** – Le Col d'Anelle – dénivelé entre 350 et 600 m – Difficulté : Facile

Départ de ST DALMAS LE SELVAGE – 1500 m

Mise en route et première prise de contact avec la haute Tinée et sa flore particulière

Soirée Mercantour « Le retour du loup »

**Jour 3** – Le lac de Terre Rouge -> 500 m – Difficulté : moyenne

Départ d'Isola 2000 – 2000m

Randonnée à la découverte des anciens dépôts de glaciers et d'une faune très riche.

Soirée chants à l'orgue de barbarie

**Jour 4** – Le col de la Braïssa -> 600 m – Difficulté : Moyenne (fin en pierrier)

Départ du Plateau de Sestrières – 2000m

Découverte du mélezin avec ses spécimens tri centenaires et de sa flore abondante

Soirée jeux de cartes, dés.....

**Jour 5** – Le lac de Vens -> 800-900m – Difficulté : Moyenne

Départ du Hameau du Pra – 1750 m

Les plus beaux lacs d'altitude de la région – 7 lacs successifs dans un superbe paysage

Soirée Libre détente

**Jour 6** – Tour des Crêtes d'AURON -> 700m – Difficulté Moyenne (longue randonnée) Départ de la Station d'AURON 1650m

Randonnée offrant tous les panoramas sur la Haute Tinée

Soirée Festive

**Jour 7** – Lacs MORGON ET LAUSSETS =————> 600 – 900m- Difficulté Moyenne  
longue descente !!!  
Départ du Camp des Fourches 2100 m  
Belle randonnée dans la pelouse alpine – ATTENTION AUX MARMOTTES !!!  
Soirée dansante

**Jour 8** – Visite commentée du Village et de ses musées – Repas au RABUONS –  
Et.....retour à la maison !!!

Ce programme peut être modifié compte tenu des conditions météorologiques

## SEJOUR RANDONNEES PEDESTRES

*Il s'agit de randonnées en montagne, et non pas de balades, s'adressant à des randonneurs aguerris et expérimentés, connaissant leurs capacités et conscients de leurs responsabilités quant à la mise en danger du groupe et d'eux-mêmes.*

### CAHIER DES CHARGES

#### Les interlocuteurs des randonneurs sont :

- ❖ La FNASCEE Organisateur du séjour
- ❖ L'organisateur local porteur du séjour : Carméla RUBINO Présidente de l'ASCEE 06  
Jean-Claude MONACHON 253, avenue de Pessicart 06000 NICE. 04 92 09 08 46 - jmonachon@hotmail.fr
- ❖ Le représentant désigné par le groupe des retraités actifs auprès de la FNASCEE :  
André MONTESSUIT 18, rue des Aulnes 91090 LISSES. 01 60 86 01 95 - andré.montessuit@free.fr

#### Esprit du séjour

- ✓ Le séjour s'adresse uniquement à des retraités adhérents des ASCEE, avec priorité aux anciens agents de l'administration de l'Equipe.
- ✓ Les animations principales sont constituées par des randonnées de bon niveau, d'une durée de 6 à 8 heures de marche, des dénivelés de 500 à 1000 m, jusqu'à une altitude de 1500 m à 3000 m. Deux groupes seront constitués suivant l'aptitude .
- ✓ Chaque journée aura des caractéristiques différentes.
- ✓ Le nombre de randonneurs retenus ne pourra pas dépasser 45.

#### Engagements des candidats randonneurs :

- ✓ **Documents à produire** pour le bon fonctionnement du séjour et la sécurité des organisateurs, les randonneurs doivent être physiquement à même de participer aux randonnées, ce qui sera garanti par :
  - La signature du présent Cahier des Charges, valant son acceptation et son approbation.
  - Un certificat médical stipulant leur aptitude (dénivelé et altitude)
- ✓ **Equipements personnels spécifiques :**
  - Chaussures de randonnées en montagne, montantes et crantées,
  - Bâtons : une paire de bâtons (réglables) est souhaitée, assurant un bon équilibre, une bonne sécurité, allégeant le travail sur les genoux, harmonisant la répartition des efforts sur le haut du corps, et de plus améliorant les performances,
  - Equipements plus spécifiques : selon demande de l'organisateur.
- ✓ **Obligations de sécurité, consignes :**
  - Suivre pendant tout le circuit l'animateur de la journée, sauf dispositions spéciales et décision de celui-ci,
  - Ne pas quitter le groupe pour prendre des raccourcis ou changer d'itinéraire,
  - Ne pas être accompagné d'animaux,
  - Ne s'isoler, en cas de nécessité, qu'en prévenant et laissant un objet bien en vue (bâton, sac ...),
  - Respecter le code de la route, notamment la circulation en groupe de piétons sur le bord droit de la chaussée.

#### Engagements de l'ASCEE :

- S'assurer que les candidats ont retourné signé le présent Cahier des Charges (fiche d'inscription N°1),
- Vérifier que les candidats sont bien adhérents d'une ASCEE (fiche d'inscription N°2),
- Exiger le certificat médical et vérifier l'aptitude indiquée (fiche d'inscription N°3), en informer l'organisateur,
- Diffuser la liste des participants avec leurs coordonnées, et particulièrement leur numéro de téléphone portable ainsi que celui des accompagnateurs.

#### Engagements de l'organisateur:

- Avoir préalablement reconnu toutes les randonnées proposées,
- Présenter, pour chaque randonnée, la veille, un descriptif du circuit précisant :
  - le lieu et l'heure du départ,
  - l'itinéraire d'accès routier et le point de stationnement,
  - le site,
  - la difficulté de la randonnée (dénivelés, longueur, temps de marche estimé),
  - certains passages du parcours qui comporteraient des difficultés,
- Distribuer, autant que possible, des plans du circuit prévu,
- Pouvoir former d'autorité des groupes de niveau, et ce, pour le bon fonctionnement du séjour et de la sécurité de chacun,
- Disposer d'une trousse de 1<sup>er</sup> secours, des moyens de communication (si possible des talkies-walkies), des numéros de téléphone d'urgence, des cartes des circuits...

#### Signatures et dates :

L'ASCEE ,

L'organisateur,

Le(s) participant(s),  
préciser le(s) nom(s),

## **SEJOUR RANDONNEES PEDESTRES**

### **CONTRAT**

**entre l'ASCEE d'accueil et le groupe de randonnées pédestres**

**Les interlocuteurs** de l'ASCEE sont :

- ❖ l'organisateur local porteur du séjour :  
Joseph OLLIE et Jean-Claude MONACHON 253, avenue de Pessicart 06000 NICE. 04 92 09 08 46 -  
jcmonachon@hotmail.fr
- ❖ le représentant désigné par le groupe des retraités actifs auprès de la FNASCEE :  
André MONTESSUIT 18, rue des Aulnes 91090 LISSES. 01 60 86 01 95 - andre.montessuit@free.fr

#### **Esprit du séjour**

- ✓ Le séjour s'adresse uniquement à des retraités adhérents des ASCEE, avec priorité aux anciens agents de l'administration de l'Équipement.
- ✓ Les animations principales sont constituées par des randonnées de bon niveau, d'une durée de 4 à 8 heures de marche des dénivelés (différence d'altitudes entre départ et arrivée haute de la marche) de 800 à 1200m. Chaque journée ayant des caractéristiques différentes.
- ✓ Le nombre de randonneurs retenus ne pourra pas dépasser 40, sauf à vouloir optimiser un équipement.

#### **Organisation (interaction entre l'ASCEE et l'organisateur local)**

**L'organisateur** a en charge l'organisation technique du séjour :

- la recherche d'un lieu d'hébergement,
- le choix des randonnées,
- la proposition éventuelle d'animations spécifiques à coloration locale (visites, soirées ...),
- la recherche d'animateurs, retraités de préférence, à même d'aider l'organisateur et permettre aux participants de pénétrer les caractères locaux,

**L'ASCEE d'accueil** assure l'organisation administrative, notamment :

- L'établissement des budgets prévisionnels et définitifs, leur envoi à la FNASCEE, après visa du représentant du groupe, pour les demandes de mise en place et de versement de la subvention,
- La comptabilité du séjour (acomptes des participants, subventions, dépenses....).
- La publicité du séjour.
- L'envoi et la réception des fiches d'inscription (fiche N° 1 = 1<sup>er</sup>acompte et cahier des charges ; N°2 = 2<sup>ème</sup>acompte et attestation d'adhésion pour l'année du séjour ; N°3 = solde et certificat médical).
- L'établissement d'une liste de candidats par ordre d'arrivée qui sera transmise pour avis au représentant du groupe.
- L'information aux retraités retenus avec diffusion :
  - des programmes détaillés et autres renseignements, consignes et conseils préalables,
  - des besoins en équipements particuliers ou des vêtements indispensables pour tenir compte de la spécificité du séjour.
- L'organisation du repas de midi du premier jour avec, si possible, un pot d'accueil symbolique, occasion de présentation du séjour et de l'ASCEE organisatrice, et un repas amélioré pour marquer la fin du séjour . Il serait sympathique que ces repas se déroulent en un lieu typique.

Il est souhaitable que l'ASCEE d'accueil diffuse des renseignements permettant aux participants de prolonger éventuellement leur séjour avant ou après la semaine, afin de les faire profiter plus longtemps des attraits de la région.

#### **Relations avec le centre de séjour**

- ✓ Les départs se feront tôt, pour permettre : de profiter de la fraîcheur du matin, de terminer la randonnée en laissant du temps avant le repas du soir et éventuellement d'intégrer une visite touristique.
- ✓ Les participants pique niquant tous les midis, ce repas devra être équilibré et varié chaque jour, de préférence proposé en libre service ce qui permet à chacun d'adapter son menu à ses sensibilités et de limiter les gaspillages.
- ✓ D'une manière générale, les randonneurs se couchent assez tôt du fait de la fatigue et de la nécessité d'être en forme pour les départs matinaux. Les animations du soir ne sont donc pas suivies par tous. Elles peuvent, certains soirs, se limiter à des propositions légères en simple prolongement du repas, sur place, dans l'ambiance du groupe.
- ✓ L'idéal serait de disposer d'une salle de restaurant spécifique pour le groupe.

**Signature et date :**

Le président de l'ASCEE

Le représentant du groupe des retraités

L'organisateur local