

## CLUB ALPIN SUISSE - SECTION LA DÔLE

# Editorial présidentiel: L'ABC du président ou la vision du club en quelques lettres.



**A** comme notre joyau au pied du Weisshorn, une cabane de référence

**B** nos bénévoles qui soutiennent le club à tous les niveaux. Un grand merci

**C** les indispensables chefs de courses qui vous font découvrir nos sommets

**D** la Dôle, notre entité, soit à peaux ou dans un verre, c'est selon

**E** l'Everest : trop beau, trop haut, trop loin, trop dur, trop cher

**F** l'Alpfam est une excellente intégration de la famille au sein du club

**G** comme Georges Berlie qui malgré son grand âge montre un formidable intérêt pour le club

**H** l'Himalaya, quelques membres en ont vaincu des sommets

**I** l'imprimerie Beaulieu avec les Brésilly ont fourni un travail exemplaire

**J** les jeudistes, toujours plus nombreux surfent sur la vague de leur succès

**K** comme Philip, vous l'aurez 3 années comme président, un homme très compétent

### **Bulletin CAS, Section La Dôle**

Decembre 2009 - Janvier 2010

No 6, Année 64

Parution 6 fois par année

Editeurs: Frank Bussink, Marie Zítková

Email: bulletin@cas-la-dole.ch

### **Club Alpin Suisse, Section La Dôle**

Adresse: CP 1017, 1260 Nyon 1

Compte: CCP 12-9664-9

Local: Rue Des Moulins 13, 1260 Nyon 1

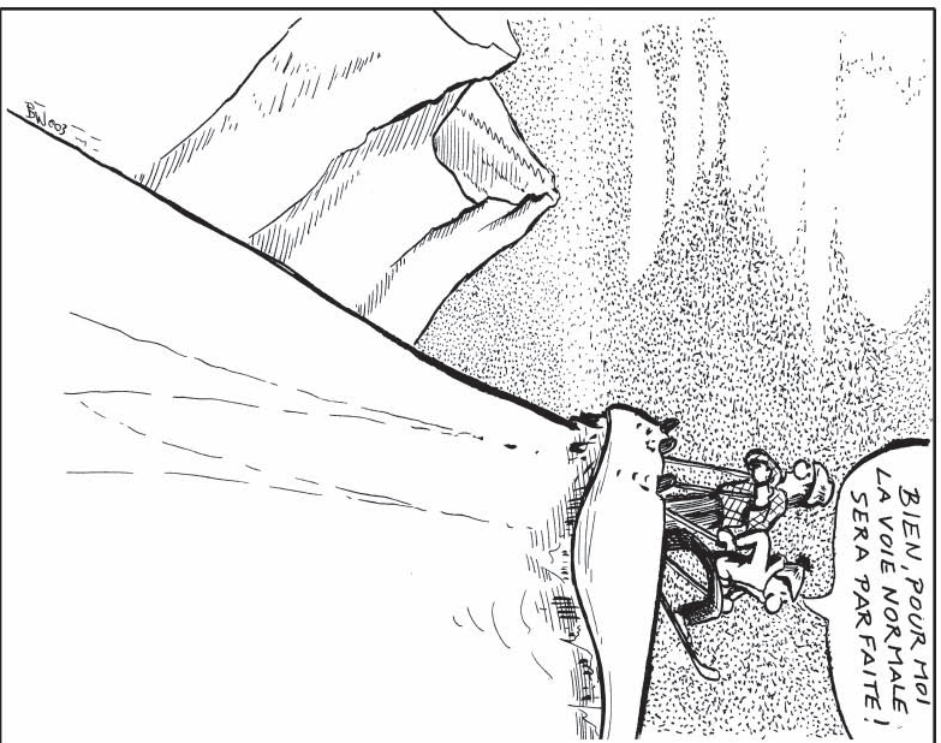
Situé sous l'esplanade de l'église de la Colombière, proche du château. Stamm tous les jeudis à 20h

Site Internet: [www.cas-la-dole.ch](http://www.cas-la-dole.ch)

Webmaster: Patrick Spruyt, [webmaster@cas-la-dole.ch](mailto:webmaster@cas-la-dole.ch)

### **SOMMAIRE**

Editorial présidentiel	1
Comité et commissions	5
Convocation Assemblée	7
Communications	8
Présentation	11
Les courses	12
Souvenirs partagés	17
Rapports divers	23
Rapports divers	24



**Chez**  
**CACTUS SPORTS**  
on aime la montagne  
sous toutes ses faces

Bernard Wietlisbach & team

4-6 rue du Pont Neuf, 1227 Carouge

lu-ve : 9-19h, sa 10-16h

tél. magasin : 022.300.300.1

tél. atelier : 022.301.74.33

# Editorial



L comme le local, lieu de nos stamms et assemblées, un relookage en 2010 est en vue

M cet Edmond Morel, toujours des jeux de mots à décoiffer et un esprit magnifique

N comme n'environnement (4N) et un chaleureux remerciement à Pierre pour son engagement

O oh.... ! que nos montagnes sont belles accueillantes et dangereuses, préservons les....

P Comme président, un job de contact et d'écoute, à encourager absolument

Q quizz, question ? êtes vous satisfaits du comité, du programme des courses du CAS la Dôle ?

R même après 75 ans, une magnifique cabane facile d'accès, allez les dôliens, montez-y

S les sponsors de la Dôle, sont d'abord nos annonceurs du bulletin, un grand merci à tous

T les transports publics sont à favoriser dans la mesure du possible

U l'USSN, union des sociétés sportives nyonnaises, dont nous faisons partie dirigée par Michel Girardet

V comme Alexandre Vez, qui a tant donné au club et qui tire sa révérence. Merci

W c'est peut-être aux WC que vous lirez cet édito, ne tirez pas la chasse....

X c'est la X ième fois que je fais ce message, si vous avez apprécié, dites le moi...

Y c'est à Yverdon que les présidents romands préparent l'AG du CAS de novembre

Z merci Marie Zitkova pour l'excellent travail fourni à l'élaboration du bulletin

*Christian Spahnli*





## Félix JAQUET-STAHLY

*Tapissier - Décorateur*

Le Sidan 1  
1268 BEGNINS

Tél. prof. 022/366 44 03  
Tél. privé 022/366 11 58  
Fax 022/366 21 83

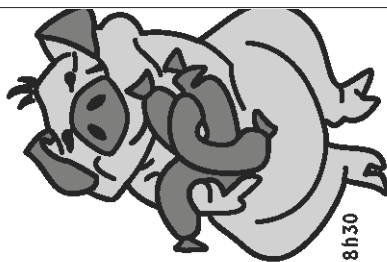
Sièges, moquettes, rideaux, tenture murale, literie, duveterie

**BOUCHERIE  
CHARCUTERIE  
TRAITEUR**



**Chez Philon**

Philippe GRANGE  
Grand-Rue  
1268 Begnins  
Tél. 022 366 13 14  
Fax 022 366 30 60



### Nos spécialités:

- Saucisses aux choux
- Saucissons
- Lard grillé
- Divers pâtes en croûte maison
- Tête marbrée
- Saucisses à rôtir

### Viandes de 1<sup>er</sup> choix

Ouverture: Lu-Ve: 7h à 12h15 et 13h30 à 18h30  
Samedi: non-stop de 7h à 16h.

# Comité et commissions



## **Président:**

Christian Spahni, 079/350 50 66  
Rte de Cité-Ouest 32, 1196 Gland  
president@cas-la-dole.ch

## **Vice-président:**

Philip Keller, 021/646 50 87  
Ch. des Aubépines 29, 1004 Lausanne  
vice\_president@cas-la-dole.ch

## **Secrétaire:**

Elsbeth Köhli, 022/362 41 94  
Av. Général Giger 4, 1197 Prangins  
secretariat@cas-la-dole.ch

## **Caissière:**

Anne Manuel, 027/722 00 81  
Av de la Fusion 24, 1920 Martigny  
caissier@cas-la-dole.ch

## **Gestion des membres:**

Lotti Reuse, 022/363 17 25  
Ch. Chantegrive 10, 1260 Nyon  
membres@cas-la-dole.ch

## **Commission courses:**

Claude Pilloud, 079/772 63 20  
Hameau de la Ferme, 1261 Le Vaud  
courses@cas-la-dole.ch

## **ALPFAM:**

Pascal Imfeld, 022/366 01 71  
Ch. du Renard 1, 1273 Le Muids  
alpfam@cas-la-dole.ch

## **Les Jeudistes:**

Alexandre Vez, 022/369 18 87  
Les Lattes, 1271 Givrins  
jeudistes@cas-la-dole.ch

## **Commission bulletin:**

Frank Bussink, 079/800 00 78  
Ch. du Chaney 6, 1269 Bassins  
bulletin@cas-la-dole.ch

## **Colonne de secours:**

Stéphane Chiovini, 079/697 56 64  
Pré Baron, 1261 Marchissy  
pikbois@bluewin.ch

## **Responsable OJ:**

Mathieu Scherz, 079/450 90 05  
Ch. des Clochetons 11bis,  
1004 Lausanne  
oj@cas-la-dole.ch

## **Responsable AJ:**

Timothée Guilloud, 078/883 35 24  
Ch. Pré du Puits, 1273 Arzier  
aj@cas-la-dole.ch

## **Responsable Rochefort:**

Laurent Turin, 022/366 37 60  
Ch. Pré Fleuri 8, 1268 Begnins  
cabane\_rochefort@cas-la-dole.ch

## **Responsable Arpitettaz:**

Gilles Froidevaux 076/321 26 73  
Ch. d'Eysins 66, 1260 Nyon  
cabane\_arpitettaz@cas-la-dole.ch

## **Responsable du local:**

Ulrich Christoph, 022/361 11 52  
Ch. des Hauts 5, 1299 Crans  
local@cas-la-dole.ch

## **Commission environnement:**

Pierre Strauss, 022/366 49 70  
Ch. de la Refaz, 1272 Genolier  
environnement@cas-la-dole.ch

## **Guides de la Section**

Guillaume Rubin 022/ 368 03 73  
079/ 373 68 33  
Rue de la Charrière, 1261 Marchissy  
guillaume.rubin@gmail.com

François Germain 022/368 15 19  
079/342 52 22

Les Maisons Neuves, 1188 St-George  
fgermain@bluewin.ch

# De fascinants voyages en train

Quelques propositions parmi notre palette d'offres:



## Voyage à bord du Transsibérien

En exclusivité, à bord des wagons-lits affrétés

Venez partager avec nous cette inoubliable aventure sur le plus long réseau ferré lointain!



## Salzbourg, Trieste et la Slovénie

Par les Alpes, un voyage en train tout en contrastes à destination de la mer Adriatique. Journée de détente au bord de la mer avec guide et bonne compagnie.



## Train du désert au Maroc

Un voyage combiné en train et en bus à la découverte des célèbres villes impériales marocaines, pimenté d'une traversée, par train spécial, de grands espaces désertiques et de cordons de dunes.



## Glacier- et Bernina-Express

Trajet spectaculaire à travers les hautes Alpes de Suisse, de St. Moritz à Zermatt, du Piz Bernina au Cervin. Bonne qualité hôtelière et un accompagnant compétent.



Commandez les programmes détaillés  
[www.zrt.ch](http://www.zrt.ch)

ZRT Zermatt Rail Travel SA  
Oberer Saltinadamm 2  
3902 Brig-Glis

Tél. 027 922 70 00  
Fax 027 922 70 07  
[info@zermatt-rail-travel.ch](mailto:info@zermatt-rail-travel.ch)

**ZRT** zermatt rail travel



IMPRIMERIE  
DE BEAULIEU



1180 ROLLE

ROUTE DE LAUSANNE 4  
TÉL. 021 824 32 40  
[www.imprimerie-beaulieu.ch](http://www.imprimerie-beaulieu.ch)

**Tous vos imprimés en offset et numérique**

# Convocation Assemblée



## Convocation Assemblée Punch

**Vendredi 4 décembre 2009 à 20 heures précises**  
**Buvette de la Salle de la Colombière**  
**Au-dessus du local de la Dôle**

### Ordre du jour :

1. Communications du président et comité
2. Présentation des nouveaux membres
3. Remise des médailles : Jubilaires 2009

Entrés en 1985, médaille à bord doré : 25 ans

DOUS Gérard	Nyon	1940
GUEISSAZ Olivier	Rolle	1966
GUILLET Marc	St. Prex	1968
ROSSEL Stéphane	St-Cierges	1967
SOMMER Jean	Vich	1943
WILLENEGGER Gilbert	Yverdon-les-Bains	1947
NOVEL Marie Anne	Le Grand-Saconnex	1937
externe Carougeoise		
WALZER Jean	Arzier	1940
externe Genevoise		

Entrés en 1970, médaille dorée : 40 ans

BENEY Claude	Begnins	1949
KNIGGE Jacqueline	St-Prex	1941
MASSY Jean-François	Nyon 1	1947
SCHENKEL Roger	Coppet	1945
VOGLER Michel	Crassier	1941

Entré en 1960, diplôme : 50 ans

MEYLAN André	Prangins	1935
--------------	----------	------

4. Tirage au sort de 20 parts sociales Arpitettaz
5. Propositions individuelles et divers

**Après l'Assemblée, notre traditionnel Punch sera servi par l'équipe des  
OJ/AJ**

# Communications



## La Dôlapô

La 6ème édition de la Dôlapô aura lieu le vendredi 29 janvier 2010.



Les inscriptions et toutes les informations relatives à la course seront en ligne sur [www.ladolapo.ch](http://www.ladolapo.ch) dès mi-décembre.

## Grimpe en salle de Bloc avec la Jeunesse

Ne laissez pas vos biceps se ramollir pendant l'hiver. La jeunesse retourne comme l'année passée grimper tous les 2èmes mardis soir à la salle de Bloc de Vernier. La Section, l'alpfam ou les jeudistes sont les bienvenus. Plus d'infos sur le site web sous la Jeunesse.

## Cours avalanches 2010

Cette année, le cours avalanches se déroulera le dimanche 10 janvier 2010 sous la direction de Nicolas Lecoultre et Conan de Wilde.

Ce cours est vivement conseillé aux nouveaux membres qui veulent participer au programme de courses de randonnées d'hiver (recherche DVA, travail pelle et sonde, étude de la neige).

*Les inscriptions sont obligatoires auprès de Nicolas au 078/758.86.42. ou [lacombe@maxivue.ch](mailto:lacombe@maxivue.ch).*

Un stamm avec film et exposé se déroulera le jeudi 7 janvier 2010 au local du club. Présence indispensable. Possibilité d'emprunter du matériel pour le cours avalanches.

## Sortie Ski hors piste et randonnée Week-end du 30 janvier et 31 janvier 2010

Cette année, nous changeons de vallée, c'est le Val d'Anniviers cher à tout le Cas la Dôle qui sera le théâtre de notre sortie annuelle hors piste et randonnée. Je m'associe cette année avec Fabrice Coppex pour l'organisation de ce Week-end à Grimontz.

Notre lieu de résidence sera le refuge de Saint-Jean accessible depuis les pistes de la station.

Malheureusement en transports publics, il faudrait près de 3 heures pour y parvenir, nous opterons pour les voitures privées et le bus. Nous acceptons au maximum 35 membres pour ces 2 jours, c'est la capacité du refuge.



[www.gitedest-jean.ch](http://www.gitedest-jean.ch)

## Samedi 30 janvier 2010

Sous réserve de modifications d'horaires

**Départ :** Parking des Morettes 06.30h

**Arrivée :** Saint-Jean 09.00 h

Dépose des bagages et déplacement au départ des installations de Grimontz. Prise de contact avec nos moniteurs/chefs de courses. Formation des groupes



# Communications



à l'arrivée du téléphérique. Sous bonne conduite, découverte du domaine skiable hors-piste de la station. Pique-nique ou repas dans les restaurants d'altitude ou cabane des Becs de Bosson. Après-midi, suite du hors piste dans le domaine. En fin de journée retour au gîte avec repas convivial. Soirée libre.

## **Dimanche 31 janvier 2010**

Randonnée à ski dans la région en fonction des conditions. Pour débutants et avancés en possession de matériel indispensable de randonnée (ski, peaux, pelle, sonde, et DVA).

Déjeuner à 07.30 h, puis préparation de la randonnée sous la responsabilité d'un guide et des chefs de course au gîte. Départ vers 08.30 h, en fonction des conditions et de la météo.

Possibilité de randonnées en raquettes. Possibilité de faire journée piste à Zinal/Grimentz (supplément).

Parcourir la montagne implique une certaine connaissance du terrain et des conditions de neige, une connaissance de son matériel et une bonne condition physique.

## **Ce week-end est pour vous.**

Pour le retour

**Départ :** Saint-Jean 16.00 h

**Arrivée :** Nyon 18.30 h

Le prix demandé est de 200 francs par personne, comprenant le transport en voitures privées ainsi que le bus de la section, les remontées mécaniques de samedi, le repas du samedi soir et le petit déjeuner du dimanche matin, un guide pour la randonnée du dimanche et 5 moniteurs/chefs de courses.

*✍ Inscription par mail jusqu'au 10 janvier 2010. Après de Christian Spahni. christian.spahni@bluewin.ch*

## **Stamm au local le jeudi 28 janvier 2010**

Attention inscription valable uniquement à la réception du montant sur le CCP de la section

## **CCP 17-273294-3 mention Grimentz**

*Cas la Dôle Commissions des courses*



# SKI – SNOWBOARD – BIKE - OUTDOOR

**TREND  
Mania**

LE SPORT DE MARQUE A PRIX RÉDUIT

RTE DE L'ETRAZ

1267 VICH

TEL. 022/364.05.38

**VENTE – REPARATION – LOCATION**  
**FIN DE SERIES – COLLECTIONS A PRIX CASSES !**  
**CAS – 10%**



**Réaliser ensemble des performances de pointe.**

Si nous unissons nos forces, nous atteindrons les objectifs plus rapidement.  
C'est pourquoi nous sommes heureux de soutenir les équipes nationales de sports de neige, et tout particulièrement la relève.  
[www.raiffeisen.ch](http://www.raiffeisen.ch)



**Banque Raiffeisen Nyon-La Vallée**  
Avenue Alfred-Cortot 12, 1260 Nyon  
Agences à Mies et au Brassus

**RAIFFEISEN**

# Présentation



## Alexandre Vez

Alexandre Vez Age : 76 ans, membre d'abord à Genève pour quelques années, puis arrêté le CAS pour la période où mes enfants étaient petits puis entré à La Dôle depuis 13 ou 14 ans. Je travaillais comme Ingénieur Agronome. J'étais l'ancien directeur de la station de Changins, et c'est André Stäubli qui m'a succédé. J'ai pris ma retraite en Automne 96.

Au printemps '98, Pasche a fait part à l'assemblée extra-muros, et a demandé si quelqu'un était intéressé à développer l'activité des jeudistes. Avec Marianne Stäubli, on a préparé un programme de 15 courses et on a eu environ 8 membres en moyenne par course. Puis l'année d'après on a prévu 19 courses avec 12 membres participant en moyenne. 4 ans plus tard on était à 30 courses avec environ 15 membres par course et ces dernières années on a environ 40 courses annuelles pour



environ 750 participants au total pour 2009. On a fait plus de 350 courses depuis la création des jeudistes. J'ai 22 chefs de courses. Chacun amène ses idées et c'est fantastique de pouvoir découvrir encore tellement de nouvelle montagne en Suisse.

Mes plus belles courses seraient le tour du grand chevillard et les cornettes de bises.

Je trouve très positif, qu'il y a aussi pas mal d'autres sorties qui s'organisent dehors du programme officiel. On est presque victime de notre succès, et quelques chefs de courses ont même limité le nombre de participants. On a dernièrement mis en place un système par Email qui permet d'organiser des courses à la dernière minute. Nous avons pour l'instant environ 85 personnes sur ce mailing. ( NDR, qui l'eut cru que les jeudistes sont les plus jeunes branchés ? )

Je lâche maintenant, car l'âge se fait sentir et je passe le flambeau à Albert. Je reste toujours actif en faisant encore 6 courses l'année prochaine. Je m'occupe aussi du tourisme pédestre à l'AVTP ( Association Vaudoise de Tourisme Pédestre ). Cette association s'occupe en outre du balisage des chemins pédestres du canton de Vaud. Dans ce cadre là, je propose quelques courses avec eux. Je fais aussi des courses d'étude de la flore.

Dans mon temps libre, je passe pas mal de temps à étudier la flore. En hiver, je passe du temps à reclasser mes photos etc ...

*Frank Bussink*



## SECTION

### 19.12. Pour essayer le matériel... F



Course facile de début de saison (but définitif en fonction des conditions d'enneigement).  
Inscription téléphonique auprès du chef de course avant le 17 décembre.  
Pas de stamm !  
*Chef de course: Pascal Imfeld (079-615 18 80)*

### 30.12. Tour de Famelon F



Course facile de début de saison (but définitif en fonction des conditions d'enneigement).  
Inscription téléphonique auprès du chef de course avant le 28 décembre.  
Pas de stamm !  
*Chef de course: Christophe Wolker (022-362 50 51; 076-491 46 52)*

### 2.1. Walighürli (2050m) F



Région de Gsteig, départ de Feutersoey Course facile de 920 m de dénivelé.  
Inscription téléphonique auprès du chef de course. Pas de stamm !  
*Chef de course: Gilles Kerhuel (079-436 79 41)*

### 3.1. Pays d'en Haut F



Course facile à décider en fonction des conditions.  
Inscription téléphonique auprès du chef de course. Pas de stamm !  
*Chef de course: Gilles Kerhuel (079-436 79 41)*

### 9.1. Croix de Javerne (2097 m) par Morcles PD



Course de 950 m de dénivellation, depuis Morcles; 3 heures.  
Stamm au local le 7 janvier à 20h00.  
*Chef de course: Christian Spahni (022-364 33 79 ; 079-350 50 66)*

### 10.1. Cours avalanche (+ théorie le jeudi 7 à 20h00) F



Formation sur les avalanches dans le cadre d'une course facile. Vivement conseillé aux nouveaux membres qui veulent participer aux courses du programme d'hiver.  
Stamm au local le 7 janvier à 20h00 (avec exposé)  
*Chef de course: N. Lecoultre (022-361 11 91 ; 078-758 86 42)*

### 16.1. Combe de Chombas (env. 2300 m) PD



Course de 1100 m de dénivellation, depuis Les Troncs; 3-4 heures.  
Stamm au local le 14 janvier à 20h00. Limité à 8 participants.  
*Chef de course: N. Gindrat (022-366 30 44)*



## SECTION (cont.)

### 16.1.-17.1. Piste et hors-piste (freeride) à Adelboden-Lenk



Départ vendredi soir - arrangement « Railaway CFF » avec cartes journalières. Logement privé; limité à 10 personnes.

**Renseignements et inscriptions auprès du chef de course avant le 8 janvier.** Stamm au local le 14 janvier à 20h00.

*Chef de course: Urs Heger (022-369 28 30 ; 076 441 28 30)*

### 17.1. Massif des Aravis (course pour seniors)

**PD**



Course facile réservée aux seniors (but définitif à fixer au stamm). Limité à 10 participants.

Inscription téléphonique auprès du chef de course avant le 11 janvier.

Stamm au local le 14 janvier à 20h00.

*Chef de course: Christophe Wolker (022-362 50 51; 076-491 46 52)*

### 17.1. Vanil Carré (2205 m)

**AD**



Course de 1400 m de dénivellation, assez raide vers le sommet; env. 4 heures.

Stamm au local le 14 janvier à 20h00.

*Chef de course: Fabrice Coppex (079-684 45 54)*

### 24.1. Bovonne (cours pour débutant peaux de phoques)

**F**



Cours pour personnes **sachant skier sur piste** et désireuses de se mettre à la randonnée à peaux de phoque.

Stamm au local le 21 janvier à 20h15.

*Chef de course: A. Staübli (022-361 43 04 ; 079-511 02 02)*

### 24.1. Pic Chaussy (2351 m)

**F**



Course facile d'entraînement. Dénivellation: 900 m; env. 3 h 30. Limité à 12 participants.

Stamm au local le 21 janvier à 20h15.

*Chef de course: Jacques Troxler (022-366 39 30 ; 079-226 72 53)*

### 30.1.-31.1.\*\* Cours ski hors piste et rando (Grimentz)



**voir annonce séparée**

*Chef de course: Christian Spahni (022-364 33 79 ; 079-350 50 66)*

### 6.2. Cornettes de Bise (2432 m)

**PD**



Longue course (env. 1400 m de dénivélé). 4-5 heures

Stamm au local le 4 février à 20h15

*Chef de course: Christian Spahni (022-364 33 79 ; 079-350 50 66)*

### Courses peu difficiles en semaine

But selon entente avec Uli Christoph (022-361 11 52)

ASSOCIATION GENEVAY  
GUENIN



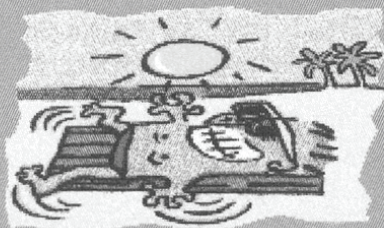
ABATTAGE · ÉLAGAGE  
BOIS DE CHEMINÉE

LA RAVIÈRE · 1269 BASSINS

022 / 366 15 46 · 022 / 366 46 43

022 / 366 07 05 · FAX 022 / 366 15 43

## PLAGE DE PROMENTHOUX 1197 PRANGINS



**ELMER MANFRED**

Tél. 022 361 34 20

Nat. 078 743 57 95

PETITE RESTAURATION  
ASSIETTE DU JOUR

SPÉCIALITÉS

TARTARE DE BŒUF  
MÉDAILLONS DE WAPITI

OUVERT DE PÂQUES  
AU LUNDI DU JEÛNE FÉDÉRAL  
TOUT CELA DANS UN CADRE  
MERVEILLEUX

# Les courses



## SECTION (cont.)

### 6.2. Wandflue (2133 m) AD



Course de 850 m de dénivellation, raide vers le sommet, depuis Abländschen; env. 3 heures.

Stamm au local le 4 février à 20h15

*Chef de course: Fabrice Thorin (079-616 22 64)*

### 6.2.-7.2. Ski dans le Gantrisch PD



2 jours de randonnée dans le massif (Ochsen, Bürglen,...); nuitée sur place.

**Renseignements et inscriptions auprès du chef de course avant le 17 janvier.** Stamm au local le 4 février à 20h15

*Chef de course: Pierre Mischler (021-825 17 03)*

### 6.(ou 13.)2. Initiation cascades de glace (et perfectionnement)



Pour des raisons d'organisation, les personnes intéressées sont priées de s'annoncer auprès du chef de course jusqu'au **18 janvier 2010**

*Chef de course: Aurélien Alétru (078-898 14 94)*

### Entraînements préparation physique : La Dôle en nocturne



Dates : 6, 13 et 20 janvier. Départ entre 18h00 et 19h00 aux Dappes ou à l'Archette selon entente.

*Chef de course et inscriptions : Christophe Wolker (076-491 46 52)*

## JEUDISTES

### 14.1. Raquettes - St Georges - St. Cergue F \*



5h. 600m.

*Chef de course: Claire-Lise Velan (022 366 03 77, clavelan@bluewin.ch)*

### 21.1. Ski-piste Mégève Ski



bons skieurs, repas restaurant (max 12 pers.) .

*Chef de course: Guy Bietenholz (022 361 39 85, guy.bietenholz@bluewin.ch)*

### 28.1. Ski-fond - Course surprise F



4h

*Chef de course: Melody Girardet (022 361 82 36, melody@girardet.biz)*

### 4.2. Ski-fond - Lamoura F



repas au restaurant possible 4h30 .

*Chef de course: Wolfgang Milzow (022 361 07 35, milzow@bluewin.ch)*



# EAU PLOMBERIE FERBLANTERIE

FOUNEX / VD  
VERSOIX / GE

tél.: 022 - 776 75 83

Natel: 079 - 202 20 03

Email: [efp@bluewin.ch](mailto:efp@bluewin.ch)



## CHAUFFAGE

**MobiJeunes**  
*L'assurance des jeunes*

**euro26.ch**  
*have a good time!*

**L'humain a chez nous la priorité.**  
*Toujours et partout.*



**La Mobilière**  
*Assurances & prévoyance*

Myriam Marcuzzo  
Conseillère en assurances et prévoyance  
Ch. des Semailles 2  
1212 Grand-Lancy 2  
Téléphone 022 819 05 31 - 022 819 05 55  
[myriam.marcuzzo@mobi.ch](mailto:myriam.marcuzzo@mobi.ch), [www.mobigeneve.ch](http://www.mobigeneve.ch)



# Souvenirs partagés



## Gros Brun 2104m le 11.10.2009 – Bénichon avec Pierrot

Cette course automnale dans la région de Charmey en Gruyère commençait par une dégustation de cuchaule et moutarde de Bénichon grâce à Christelle qui habite « dans le coin ». Pour un peu d'histoire :

« L'origine de la Bénichon, fête du canton de Fribourg, se perd dans la nuit des temps. Les gruyériens fêtent ainsi la fin des récoltes et le retour des vaches en plaine après leur séjour de quelques 4 mois dans les alpages. Cet événement donne lieu à des festivités où l'on savoure le menu traditionnel de la Bénichon qui commence par une cuchaule dont les tranches sont tartinées avec du beurre et de la moutarde de Bénichon. »

Après ces copieux cafés, nous empruntons la petite route traversant Les Ciernes pour nous parquer vers le Pré de l'Essert. Nous montions à travers des pâturages silencieux et des chalets d'alpage bouclés pour la saison. Après la sécheresse prolongée et la pluie de samedi, Fabrice sentait que des champignons étaient prêts à pointer leurs têtes...ou faudrait-il plutôt dire « leurs chapeaux » ?

Si nous n'en avons pas trouvé, nous avons néanmoins de belles vues, entre autres, sur le couvent de La Valsainte. Arrivée au Patraflon avec un magnifique panorama à 360°, nous avons franchi une bonne partie des 1'000m de dénivellation. Commençait alors un parcours assez aérien sur la crête, rendu parfois délicat parce que glissant à cause de la terre grasse et humide qui remplissait les semelles de nos chaussures. Un aperçu de chamois nous signalait que nous n'étions pas seuls à nous aventurer dans cette région bien ventée. Après une dernière ascension franchement raide, nous voilà au sommet du Gros Brun ou Schopfen-spitz. Magnifique vue vers les vallées et

alpes gruyériennes et vaudoises (inutile d'expliquer les sommets de l'autre côté – ils étaient enveloppés d'épais nuages qu'un vent violent déplaçait à grande vitesse). Pour accompagner la bise du sommet et couronner notre plaisir, Fabrice a débouché un Chardonnay de la Cave des Administrateurs de Chamoson ! Merci à lui !!!



A la descente, la scripte était convaincue que les corbeaux qui nous survolaient se moquaient d'elle. Ben oui, si nous avions des ailes... ! Le retour par Balachaux nous a emmenés à travers une belle forêt, tantôt enchantée par des coins mousseux odorants illuminés par des rayons de soleil, tantôt par des feuillues qui brillaient de toutes leurs couleurs automnales.

De retour à la civilisation, nous avons dû nous rendre à l'évidence qu'il y avait beaucoup trop de monde aux bains de Charmey – Bénichon oblige ! Autour du verre d'amitié, Annie, Christelle, Denis, Fabrice, Vreni et la scripte, Anne G., ont donc prononcé un grand merci à Pierre Mischler pour ce beau dimanche automnal.

*Anne G.*



Bienvenue  
dans  
votre restaurant.



## LE RESTAURATEUR

Faire de chaque repas un moment de bien-être et de détente en offrant un accueil chaleureux et des prestations culinaires de haute qualité; telle est notre mission.

Etre la référence de la restauration de collectivité en proposant la meilleure qualité au meilleur prix, tout en privilégiant des relations humaines harmonieuses; telle est notre vision.



[www.dsr.ch](http://www.dsr.ch)

Tel. +41 (0)21 804 55 55 - Fax +41 (0)21 804 55 00

# Souvenirs partagés



## Tour de Famelon, 12.09.2009

Participants : Claude Pilloud, Marielle, François + sa femme, et moi.



Escalade sympa dans le 5 et le 6 avec quelques tronçons de marche entre les secteurs plus inclinés. Fin de la voie originale avec un pas de géant à faire pour franchir une grosse cassure dans la montagne. Belle journée avec un ou deux nuages pour l'ambiance et un rayon de soleil pour réchauffer notre pique-nique au sommet.

François est rentré avec sa femme après le pique-nique, Marielle s'endort dans la voiture, mais « les Glôdes » font de la résistance et s'achèvent avec quelques moulinettes dans le secteur des Plans.

*Claude F.*

## Escalade Annecy 4 Octobre 2009 (secteur des Grandes Suites)

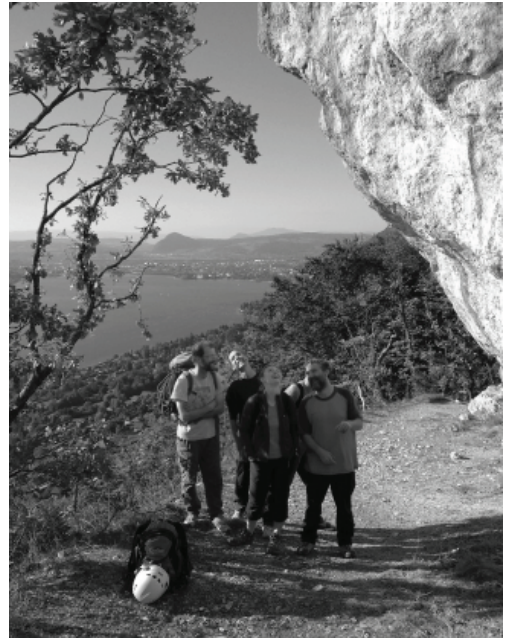
Arrivée rafraîchissante au bord du lac d'Annecy (en ne passant que par Annecy-Vieux), montée par une raide marche d'approche et début en douceur dans un 5a qui s'est révélé être en fait du 5c... du secteur Initiation. La voie la plus facile dans ce secteur des Grandes Suites, qui compte plus de 170 voies de 5a à 8.

D'entrée de jeu rocher frisquet, chauffé progressivement par le soleil d'automne,

voies rapidement dégagées avec panorama prenant sur bleu du lac, autant dire qu'il faisait bon de rester au dernier spit, surtout que l'arrivée se mérite...

Mention spéciale pour les grimpeurs de tête: on s'y est tous essayé, certains avec plus de succès que d'autres (petit merci à une dégainie bien placée par le prédecesseur...)

La fin de la journée couronnée par un Aurélien en forme testant le reste des forces en 6c... juste de quoi faire envie de recommencer la saison prochaine.



Participants : Les 2 Claudes, Patrick, Aurélien, Nadia & Frank

*Nadia*

# Souvenirs partagés



## Sortie speleo, ALPFAM, 8.11.2009

Ayant failli à mon devoir lors de l'avant dernière virée de l'alfam en août... je me permets dans ce texte de rectifier le tir et de faire d'une pierre 2 coups pour le compte rendu des 2 dernières sorties de alfam!!!



D'ailleurs ça tombe bien puisque c'est à la Pierre du Moëllé que nous nous sommes réunis pour un magnifique week-end escalade.

J'hésite à vous dire où nous avons été car les coins d'escalade, c'est un peu comme les coins champignons... après il y a trop de monde sur les voies et aux relais. Mais bon, nous sommes tous sur le même bateau donc je vous le dis.

C'est donc le samedi 29 août par un froid de canard que nous nous sommes retrouvé au parking de la Pierre du Moëllé... nous étions tous gelés avec une petite bise qui ne gâchait pas l'atmosphère. Nous voici donc arrivés au début de l'automne ? Mais non, c'est encore l'été, car voici Jean-Marc qui débarque avec sa casquette sur la tête ! Ouf ! nous sommes sauvés , c'est encore l'été...

De ce pas nous nous rendons vers les voies d'escalade : le secteur chien, le secteur chouette avec des noms de voies très sympa hulotte, oisillon, médor, la

crotte ou trouille !!!

Ce sont de magnifiques voies, très bien adaptées pour les enfants ... et les mamans !!! Et puis pour les plus expérimentés, ils sont allés se faire une belle voie avec plusieurs longueurs dans le rocher de la latte.

Je ne peux que remercier Sylvie et Christian pour leur organisation. Nous étions les seuls à la cabane, avec un super souper de spagh bolo maison Elben... merci encore de la part des Famille Genevay, Imfeld, Meynet, Silvestri, Thiel et Socchi.

Et voilà j'enchaîne avec la dernière sortie de l'alfam en novembre... la sortie spéléo !!!

Nous étions nettement moins nombreux au départ... entre ceux qui ont peur du noir, qui sont claustro ou qui n'aiment pas la boue, les microbes du début de l'hiver, ou même les parents qui n'ont pas réussi à convaincre leur progéniture et inversement les enfants qui n'ont pas réussi à convaincre leurs parents... ça fait déjà un certain tri !



Nous étions donc 12 au départ et je vous rassure tout de suite à l'arrivée aussi !!!

Nous sommes donc partis sur France vers Morez pour visiter la grotte de la Pontoise.

# Souvenirs partagés



On se lance dans un rappel, puis on allume nos lampes frontales ( enfin ceux qui ont pensé à vérifier les piles avant !!!) et c'est parti en glissade et en bataille de boue jusqu'au bout de la grotte.

Passage à 4 pattes. Lac souterrain. Puis descente dans une pente très glissante... la petite famille Socchi s'étale !!

Petit moment d'émotion lorsque tout le monde éteint sa lampe... c'est incroyable comme c'est noir !!!

Etonnement, la remontée se passe plutôt bien, à force d'être plein de boue on adhère au sol !!!

A la sortie, quelques-uns sont méconnaissables. Julie et Cynthia ont la palme cette année... d'ailleurs je me demande si les parents de Julie la reconfiront aux « bons soins » des Imfeld !!!

Et puis on finit notre sortie autour du feu, des grillades et d'un verre de vin !

Merci à Nicole et Pascal, Cynthia et Julie, Johan et Thaïs

Daniela, Denis et Yann, Bastien, Loris et Mary-Jane

*Nicole*

## PULSE BARRYVOX MAMMUT

Vous possédez un PULSE BARRYVOX MAMMUT ? Alors, veuillez procéder à la mise à jour de la nouvelle FIRMWARE UPDATE v3.00 auprès de votre magasin de sport (Raoul Sport, SB Sport etc...) pour une somme modique d'environ 35.- à 40.-.

Bon SKI!

*Roland*



**Fondue - Raclette - 7 sortes de gruyères à choix - plateau de fromages**  
**POUR VOS SOIRÉES: caquelons à fondue et fours à raclette pour groupes,**  
**raisinée, vin cuit, Kirsch de Begnins**

**Grand-Rue 28 - 1268 BEGNINS**

Cédric Chabloz • Stéphane Chiovini • Cédric Renaud • Sàrl

Charpente Isolation Rénovation Ferblanterie Couverture



1183 Bursins  
Tél 021 824 15 47  
Fax 021 824 10 35  
[pikbois@freesurf.ch](mailto:pikbois@freesurf.ch)



## Randonnées

**Courses de montagne**

*Semaine de ski*

**Avec guide de montagne**

**WILLY AEGERTER**



### Semaine de Ski alpin à Val Gardena

15. - 21. 03. 09 1'490.-- \*

### Semaine Randonnées à Sanary dans le Sud de La France

19. - 26. 04. 09 1'500.-- \*

### Semaine Randonnées en Corse du Nord

17. - 24. 05. 09 1'550.-- \*

### Randonnées en Cappadoce Turquie

10. - 17. 10. 09 1'100.-- \*\* sans Vol

### Cours de montagne de 2 jours

#### Wildhorn à Ski

09. - 10. 04. 09 380.-- \*\*

#### Sustenhorn Randonnées alpines faciles

10. - 11. 08. 09 400.-- \*\*

#### Randonnées au Glacier Jungfrauoch – Fiesch

13. - 14. 08. 09 420 -- \*\*

\* Guide, demi-pension et voyage inclus

\*\* Guide, et demi-pension inclus

## INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

WILLY Aegerter, Guide de Montagne, 3778 Schönried, Tel: 033 744 60 06

E-mail: [blumenwilly@bluewin.ch](mailto:blumenwilly@bluewin.ch), [www.bergfuehrer.ch](http://www.bergfuehrer.ch)

# Rapports divers



## Le Parc Jurassien Vaudois

Lors de sa création en 1973, le Parc Jurassien Vaudois regroupait 13 communes, 3 propriétaires privés et pro Natura VD, dans le but de protéger le site tout en maintenant les activités humaines qui l'ont façonné. Par la suite, ses frontières se sont modifiées, et il s'est agrandi.

En 1997 était créée l'Association du PJV, avec une structure administrative basée à St George.

Actuellement, le parc comprend les pâturages et forêts de 23 communes, plusieurs forêts cantonales, quelques propriétés privées. Il abrite 6 réserves naturelles et un district franc, et couvre plus de 100 km<sup>2</sup>, allant de la Dôle au Mt Tendre.

En 2004 déjà, l'Association du PJV avait affirmé son souhait de devenir un jour Parc Naturel Régional.

Depuis peu, la Suisse s'est dotée de bases légales pour la création de parcs naturels. Il est prévu 3 types de parcs :

- parc national : aucune activité humaine ; la nature est laissée à elle-même
- parc naturel régional : les activités ne sont pas modifiées ( agriculture, pastoralisme, sylviculture, etc)
- parc périurbain : zone verte aux abords d'une agglomération

Les critères de reconnaissance pour un Parc Naturel Régional sont :

- un territoire aux valeurs naturelles et culturelles exceptionnelles
- un développement économique fondé sur des critères de durabilité
- une exploitation respectueuse de l'environnement
- une région en dehors des grandes agglomérations
- une surface minimale de 100 km<sup>2</sup>

des communes prises en compte dans leur intégralité ( exception faite des communes d'agglomération)

Le PJV, estimant qu'il remplissait ces conditions, a déposé sa candidature en janvier 2009, en même temps qu'une dizaine d'autres régions en Suisse.

Après une phase de création de 2 ans, s'il est approuvé par les législatifs, le projet se dotera d'une Charte et entrera dans la phase de gestion pour une durée de 10 ans.

Ce nouveau statut devrait permettre la mise en valeur de la région et de ses produits, une meilleure information du public, la valorisation des milieux sensibles, le maintien ou la création d'emplois, etc. Ce sont les communes du Parc qui décident des objectifs et des projets à réaliser, aucune restriction nouvelle n'est mise en place, et le Canton et la Confédération contribuent au financement des actions, en partenariat avec les communes.

Signalons le site Internet du Parc, très bien fait et intéressant :

[www.parc-jurassien.ch](http://www.parc-jurassien.ch)



## **Pour rester en forme en 2010**

Contre les rigueurs de l'hiver  
Et les petits bobos divers  
Faisons confiance à l'ordonnance  
De notre bon docteur Jouvence.  
Ce traitement, assurément  
Soulagera petits et grands :  
Deux petits comprimés de chance,  
Quelques gélules d'espérance,  
De la poudre d'obéissance,  
Une décoction de patience,  
Dans un bol de persévérance.  
Ajoutez donc à volonté  
Quelques sucettes de gaieté,  
Consommez sans modération  
Jusqu'à complète guérison.

*Jean Brésille*

**Remise des textes pour le prochain bulletin No 1 Fevrier - Mars  
2010**

**7 Janvier 2010**

Merci de respecter ce délai car nous ne pourrions sinon pas les inclure dans le prochain bulletin. Merci d'envoyer vos textes et si vous voulez une ou deux photos (en haute qualité) à l'adresse email : [bulletin@cas-la-dole.ch](mailto:bulletin@cas-la-dole.ch).