

EDITORIAL

En ce mois de septembre, notre section est en train de fêter les 25 ans de sa bien aimée Arpittettaz. Début novembre, le vendredi 7 plus précisément, lors de son assemblée générale annuelle, elle devra s'occuper, entre autres, d'un document de prime abord un peu sec, mais qui, à sa manière et très différemment d'une cabane en montagne, veut favoriser la vie de la section à l'interne et dans ses relations avec l'extérieur.

Je veux vous parler du cahier des charges de la commission environnement.

Que cette commission et la section doivent s'occuper d'un projet aussi important que le nouveau télésiège de la Dôle était nouveau pour nous tous. Ce que la commission environnement devait faire et dire par rapport à un tel projet, comment se répartissent les compétences entre elle et le comité (et l'assemblée générale), tout cela et bien d'autres choses encore n'étaient pas toujours très clair pour tous.

Une fois ce combat terminé, nous avons senti au sein de notre commission le besoin de clarifier notre rôle. Parallèlement, le Secteur Environnement du CAS a exprimé le vœu que ce travail se fasse dans les sections.

Après plusieurs séances de notre commission et deux échanges avec le comité, celui-ci a approuvé le projet de cahier des charges et vous le soumet en vue de l'assemblée sus-mentionnée en espérant qu'après discussion, une majorité l'acceptera à son tour.

Ce cahier des charges, se basant sur les Lignes directrices du CAS, fixe les buts des activités de la commission environnement, qui veut « préserver le libre accès responsable à la montagne » et « préserver la diversité de la nature... ». Tous les buts « s'appliquent à toutes les régions dans lesquelles les membres de la section vont pratiquer les sports de montagne... ». Une des activités la plus importante est la sensibilisation continue des membres de la section à la riche diversité de la nature qui est à préserver pour les générations futures. Cela est presque aussi important que la sécurité d'une cordée!

Pour la commission environnement : Pierre Strauss

SECTION

Adresse:

CP 1017, 1260 Nyon

Local:

Rue des Moulins 13, 1260 Nyon

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

Compte:

CCP 12-9664-9

Site internet:

<http://www.cas-la-dole.ch>

Webmaster: Pierre Joye

webmaster@cas-la-dole.ch

Bulletin CAS, Section la Dôle:

Parution: 6 fois par année

COMITE 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:

Fabienne Grange, 021/646 05 90
Ch. des Sauges 35, 1018 Lausanne
secretariat@cas-la-dole.ch

Caissier:

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
alfam@cas-la-dole.ch

Les Jeudistes:

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

Commission bulletin:

Etienne Cuellar
Maison Communale, 1195 Dully
bulletin@cas-la-dole.ch

Colonne de secours:

Stéphane Chiovini, 079/697 56 64
Pré Baron, 1261 Marchissy
secours@cas-la-dole.ch

Responsable OJ:

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

Responsable AJ:

Timothee Guilloud, 078/ 883 35 24
1273 Arzier
aj@cas-la-dole.ch

Responsable Rochefort:

Laurent Turin, 022/366 37 60
cabane_rochefort@cas-la-dole.ch

Responsable Arpitettaz:

Jean-Daniel Carrard, 021/ 807 13 48
Rue de Trévelin 132, 1170 Aubonne
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

Guide de la Section

Florian Strauss 026/ 466 89 44
079/ 647 87 70
Chamblieux 26, 1763 Grange-Paccots
strauss@aventuresalpines.ch

François Germain 022/368 15 19
079/342 52 22
Les Maisons Neuves, 1188 St Georges
fgermain@bluewin.ch



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

A S S O C I A T I O N G E N E V A Y
G U E N I N



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

CONVOICATIONS ASSEMBLEE

Convocation

Assemblée ordinaire

Samedi 27 septembre 2008 à 18 heures
A la Cabane de Rochefort

Ordre du jour :

1. Communication du comité
2. Présentation des nouveaux membres
3. Propositions individuelles et divers

Cette assemblée se tiendra suite à la corvée de Rochefort et avant le traditionnel souper (voir ci-après le programme)

Samedi 27 septembre à Rochefort
Corvée de bois et nettoyage dès 8h00.

A midi, soupe de légumes offerte et pic-nic tiré du sac.

Le soir, dès 18h00, assemblée de la section. Apéritif, suivi du repas :

Tartare de bœuf
ou
Terrine campagnarde

Sauté de crevettes géantes
Riz parfumé et légumes

Salade de fruits

Café ou thé

Prix du repas: adulte: fr 25.-
enfant: fr 15.-

Inscriptions obligatoires au 022/366.37.60
Jusqu'au **23 septembre 08**

COMMUNICATIONS

Radio

Dans le cadre de l'émission de radio de Rhône FM, **l'Été des Cabanes**, il y a eu le mercredi 30 juillet un reportage radiophonique en direct avec la cabane. **Muriel Carrard** a répondu par téléphone aux questions de la journaliste, vantant les atouts, le cadre, les gardiens et les possibilités de randonnées depuis notre cabane. Elles ont parlé du 25 eme et des festivités organisées pour cette fête.

Merci aux Carrard d'avoir loué la beauté de notre cabane.

Eiger

Vous avez pu admirer dans les Alpes de juillet , toutes les possibilités de gravir l'Eiger, je vous recommande en parallèle et jusqu'au 28 septembre, au **Musée Alpin Suisse à Berne** , l'exposition **Paroi et audaces** sur les risques de la montagne depuis la première ascension de l'Eiger ,il y a 150 ans .

Retrouvez la forme Grâce à un massage adapté à vos besoins!



*Milde Eap (gardiennne de Rochafort)
Masseuse diplômée, reconnue ASCA*

**Cabinet de Massage Inter-Etre
32, route de St.-Cergue
1268 Begnins**

**022-366 37 16 / 078-649 90 98
inter-etre@vtxnet.ch**

Massage Classique / Massage assis d'entreprise / Massage défat de la colonne vertébrale "Breuss" / Rééquilibrage de la colonne vertébrale selon "Dorn" / Soins énergétiques "Reiki"

Pour plus d'informations: www.inter-etre-massages.com

COMMUNICATIONS

Politique

Qui a dit que l'on ne faisait pas de politique dans le cadre du bulletin ? Le peuple suisse sera appelé à voter sur l'initiative populaire fédérale « Droit de recours des organisations »

Le droit de recours permet au CAS d'intervenir activement dans les projets de développement des Alpes et préserver l'environnement alpin de ses lignes directrices. **Le CC vous propose de refuser le texte de cette initiative** et va faire campagne dans les médias dans les prochaines semaines.

Troc 2008—Samedi 15 novembre 2008 au local du CAS

Vu le succès de 2007, cette année encore nous organisons un troc d'articles de sport de montagne avec la participation de RAOUL SPORT et SB SPORT.

Vêtements non démodés, propres et en bon état ainsi que ski, ski de fond, snowbord, raquettes, chaussures de ski et de marche, crampons, pantoufles de grimpe, baudrier, casque, piolet, sac de montagne etc etc.....

Avant de jeter ou de vous en séparer, pensez à nous et venez le 15 novembre 2008 au local. Plus d'informations dans notre prochain bulletin.

Les organisatrices : Lydia Meyer et Marianne Stäubli

Nouvelles de la Famille

Nos sincères condoléances et notre amitié vont à la Famille d'Olivier Pasche pour le décès de son Papa ainsi qu'à Arlette Winkler pour le décès de sa Maman.

Notre amie Vreni dites » Poupounne » marche avec 2 béquilles, nous lui souhaitons un prompt rétablissement et beaucoup de patience.

Selma petite fille de 50 cm et 3,55 kg est venue rejoindre son frère **Achille** pour le plus grand bonheur de sa maman **Cristina** et de son papa **Florian**, guide de la section.

Félicitations à toute la famille Strauss.

Randonnée
Courses de Montagne
Tour à Bicyclette
Semaine de Ski
Avec Guide de Montagne
Willy Aegerter



Informations et inscriptions :
WILLY Aegerter
guide de montagne
3778 Schönried
Tel 033 744 60 06
E-mail blumenwilly@bluewin.ch
www.bergfuehrer.ch

Semaine de Ski alpin à Val Gardena

31.03–05.04 2008 * 1320.–

Randonnées à Sanary dans le Sud de la France

04–11.05 2008 * 1580.–

Courses en Corse du Nord, Cinto 2703m

18–25.05. 2008 * 1550.–

Randonnées à Cortina d' Ampezzo

01–08.06. 2008 * 1400.–

Semaine botanique à Saanenmöser

22–28.06. 2008 1410.–

Tours en vélo au Neusiedlersee, Autriche

21–28.09. 2008 * 1580.–

Courses de montagne de 2 jours, Wildhorn

18–19.07 2008 450.–

Weissmies

29–30.08 2008 620.–

Aiguilles du Tour

12–13.09 2008 520.–

* Guide de montagne, demi-pension et voyage inclus

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, www.mobigeneve.ch

LES COURSES

20 - 22 septembre : Randonnée en Appenzell – Tour de l’Alpstein

Samedi 20 : En train à Brülisau . Montée en téléphérique au Hoher Kasten.
Nuit à la cabane Hundstein.

Dimanche 21 : Zwillingpass-Altman-Rotsteinpass-Lisengrat-Säntis.
Demi-pension au Altersäntis.

Lundi 22 : Säntis-Schäfler-Ebenalp-Wildkirchli-Seealpsee.
Retour en train depuis Wasserauen.

Une partie typique de la Suisse à découvrir, pour bons marcheurs. Billet collectif, si possible.

► Inscriptions par téléphone au 079 375 74 00 ou 0033 450 94 24 06 le plus vite possible. Pas de stamm prévu mais les dernières informations seront transmises aux participant(e)s lundi 15 septembre par le chef de course.
Chef de course : André Pasche (079-375 74 00)

20 - 22 septembre : Via Ferrata en Isère

► Renseignements et inscriptions téléphoniques auprès du chef de course.
Chef de course : Gilles Kerhuel (079-436 79 41)

27 - 28 septembre : Valsorey – Changements climatiques – Quelles conséquences pour les alpinistes ?

Voir bulletin juin-août

Chef de course : Elsbeth Köhli (022-417 25 57 prof. ; 022-362 41 94)

27 - 28 septembre : Loèche-les-Bains

Randonnée.

► Renseignements et inscriptions téléphoniques auprès du chef de course
Chef de course : Arlette Winkler (021 802 27 20)

Dimanche 5 octobre : Rocher de Borderan

Journée d’escalade niveau AD (IV-IV+)

Stamm au local le 2 octobre à 20 h 00

Chef de course : Roland Meyer (022-362 21 09 ; 079-250 01 71)

Dimanche 12 octobre : Mittaghorn

Journée d’escalade niveau AD (IV-V). Pilier très aérien !

► Inscription téléphonique jusqu’au 5 octobre

Stamm au local le 9 octobre à 20 h 00

Chef de course : Claude Pilloud (079-779 63 20)

Dimanche 26 octobre : une dernière escalade...

► Renseignements et inscriptions téléphoniques auprès du chef de course.

Chef de course : Florian Strauss (026-466 89 44 ; 079-647 87 70)

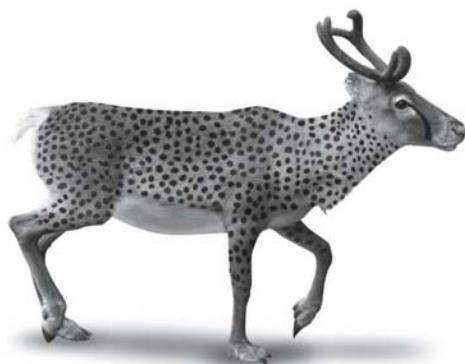
Rangez les pantoufles d’escalade et préparez les skis !

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



WWW.RICHARDGRAPHIQUE.CH

CHOISISSEZ

LA BONNE IMPRIMERIE!

RichardArtsGraphiques

IMPRESSION OFFSET ET NUMÉRIQUE

ROUTE DE BEGNINS 14 · 1196 GLAND · TÉL 022 364 34 28 · FAX 022 364 52 15

LES COURSES

LES RANDONNEES DU JEUDI

Prière de s'inscrire par téléphone ou e-mail 1 à 2 jours avant la course auprès du chef de course à moins d'autres indications du chef de course.

04.09	Tête des Possettes (vallée de Chamonix) M. Dähler 022 794 12 57
11.09*	Tour de Famelon M. Dormond 022 369 21 94
18.09*	Chasseral par la Combe Grède Cl-L Velan 022 366 03 77
25.09	Signal et lac de Soi N. Doble 022 367 12 53
02.10*	Nax-Vercorin (Le brâme du cerf) S. Hadjidakis 022 362 50 45
09.10	De Blatten à Birsch par les gorges de la Massa A. Vez 022 369 18 87

*) transport public (inscription au plus tard mardi midi, réservation bus postaux)

(pour les temps de marche, difficultés et dénivellations, consulter le programme annuel)



P V A S S E M B L E E

Assemblée extra-muros

Vendredi 13 juin 2008 à 19:00 heures au château de Nyon

Ordre du jour :

En première partie :

- Visite guidée du château de Nyon
- Apéro offert par la ville

Partie officielle :

- Communications du comité
- Présentation des nouveaux membres
- Propositions individuelles et diverses

La visite :

La visite du château, récemment rénové, a fasciné par sa variété, allant d'une exposition d'art au rez-de-chaussée jusqu'aux objets divers trouvés dans le grenier, tout en passant par le musée historique, le musée de porcelaine nyonnaise, le mobilier historique, l'ancienne prison, et la salle des mariages. Tout cela dans un cadre magnifique, avec une architecture imposante et une vue imprenable sur le lac. Les deux guides bénévoles avaient les mains pleines à garder leurs grands troupeaux de clubistes, curieux de fouiller dans tous les recoins.

L'apéro :

Le sous-sol du château de Nyon n'a jamais servi d'oubliette – mais plutôt d'une cave à vin, comme tout bon Vaudois l'aime. Et c'est sous ce point de vue que nous avons vécu ces voûtes massives, pour un apéro gentiment offert par la ville de Nyon. Madame Freymond Cantone, municipale de Nyon, était présente pour nous accueillir avec quelques mots. Elle a remercié le club pour ses activités, beaucoup appréciées par la ville. Elle nous a également assuré que la municipalité n'a pas oublié notre projet d'un mur de grimpe. Le futur centre multisports de Colovrex contiendra un mur, mais on cherche toujours une solution à court terme.

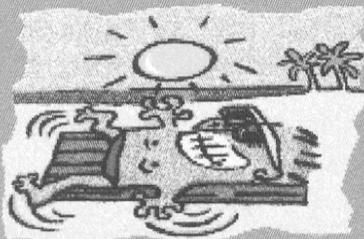
Communications du comité :

- Christian Spahni et Philip Keller se sont rendus à l'assemblée des délégués au Musée des Transports à Lucerne. Le budget a été accepté avec des gros bémols concernant les dépenses attribuées aux sports de compétition (escalade sportive et ski alpinisme) qui dépassent le budget de 200'000 francs. Le départ d'un gros sponsor y est pour beaucoup. Le secteur environnement a également dépassé le budget de 50'000 francs.

P V A S S E M B L E E

- Le point important débattu lors de cette assemblée a été une modification des statuts du nombre de délégués par section. Actuellement, il y a 1 délégué par 500 membres, avec un minimum d'un délégué. Le CC proposait d'augmenter ce chiffre à 700 membres par délégué, car le nombre de membres augmente chaque année et il est de plus en plus difficile de trouver des salles assez grandes. Le projet n'a pas pu convaincre la majorité de 2/3 qui était nécessaire. Une alternative présentée par la section Monte Rosa, avec un système comme le conseil national, n'a pas été voté car pas présenté dans le délai imparti.
- Dans la discussion sur la planification financière pluriannuelle, il a été évoqué une majoration des cotisations dans 3 ans, mais des voix se sont élevées afin que le CC fasse des économies afin de ne pas augmenter les cotisations. Dans le rapport de la commission de gestion, il a été également mentionné les tensions au sein du CAS relatives aux questions de l'environnement.
- Pour changer de sujet : nous rappelons aux membres intéressés à la manifestation du 25^{ième} à la cabane Arpitettaz qu'il ne faut pas oublier de s'inscrire. Date limite : le 30 juin. Albert nous a rappelé le programme. Nous vous encourageons tous de prendre le train depuis Nyon à 13.10, avec un

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

P V A S S E M B L E E

retour dimanche à 18.10 (ou 18.42 ??), retour à Nyon à 21.49.

- D'autres sections ont aussi des anniversaires à fêter : par exemple le 6 juillet, les 100 ans de la cabane des Dix. Nous recevons également des demandes de partenariat financier pour des projets de rénovation de cabanes et de construction de sites d'escalade. Toute cette correspondance, si elle vous intéresse, est à votre disposition au local du club.
- Nous rappelons aux membres que la saison d'été est sur le point de débiter et que les personnes intéressées aux courses mises au programme sont priées de s'y inscrire assez rapidement. Le prochain cours d'alpinisme du 28 et 29 juin à la cabane Moiry avec Pierrot Mischler a déjà 21 inscriptions ; il y a encore 4 places de libres. Marianne Stäubli a encore 1 place de libre pour le tour du Mont Ruan.
- Christian nous rappelle que, afin de palier au départ de Fabienne à la fin d'année, le comité est à la recherche d'une (ou un !) secrétaire.
- Le comité est à l'étude de l'offre de l'imprimerie Beaulieu qui nous a fait une offre de près de 2'000 francs meilleur marché pour l'impression de nos bulletins. Lotti Reuse nous informe également que Peter Blatter nous mettra à disposition une photocopieuse – merci Peter

Bienvenue aux nouveaux membres :

Anne Stegmuller

Pierre Waibel

Marie-Antoinette, Jean-Jacques et Amandine Fasel

Christiane et Romain Girardet

Elise et Matthieu Buckley

Patrick Adler

Propositions individuelles et diverses :

Alexandre Vez propose que la section augmente le taux de remboursement aux conducteurs lors des déplacements, actuellement fixée à 50 centimes par kilomètre par personne. Ce chiffre correspondait à CHF 1,40 par litre d'essence, un prix que nous ne reverrons jamais. Le comité va se pencher sur la question.



Conscient de ne pas être environnementalement neutre

CACTUS SPORTS

reverse 1% de ses ventes à des organisations de protection de l'environnement

Bernard Wietlisbach, 6 rue du Pont Neuf, 1227 Carouge, tél. 022 300 3001

lundi, mardi et mercredi : 9-19h. mercredi et jeudi : 8-18h30, samedi : 10-16h.



Businesses donating
1% of their sales to the
natural environment

SOUVENIRS PARTAGES

8 mars 2008: Le Métailler (alt. 3212 m)

Le départ a été donné à 6h45 depuis le parking des Morettes, Prangins. Tous en route (sauf un malchanceux en panne de réveil !) dans la bonne humeur. Sur le coup des 8h30 nous rejoignons, au parking de Siviez-Nendaz (alt. 1700m), les autres participants déjà sur place.

Vers 9h00 nous attaquons la montée sous un ciel gris, mais le temps est sec et sans vent. La première heure d'ascension fût assez soutenue pour les moins entraînés. Ne pas chercher à suivre le rythme de Pierre ! Après cette partie dans les bois et petits sentiers, les sapins disparaissent rapidement pour laisser place à des pentes de poudreuse vierge. A ce moment là, 2 fusées casquées nous dépassent. Bonne « Patrouille » Messieurs ! Le rythme de montée se normalise, chacun prend sa place dans la colonne, Pierre en tête. Vers 11h, alt. 2500 m, nous atteignons et dépassons la fine de couche de nuages au delà de laquelle nous pouvons sentir un soleil radieux. La suite est grandiose. Le soleil brille de pleins feux sur cette face ouest. La poudreuse récemment tombée scintille, c'est juste magnifique. Il fait très chaud également ! La colonne s'étend, les premiers prennent 30 mn d'avance arrivant au sommet vers 12h30 environ. J'arrive parmi les derniers à 13h00. Pour gravir les 100 derniers mètres, nous déchaussons afin de parvenir au sommet, nous offrant une vue magnifique notamment sur la face Nord du Mont-Fort ainsi que le glacier de Rosablanc. Le vent se lève, nous irons déjeuner plus bas à l'abri d'une petite combe au soleil. Après la pose, Pierre ouvre la voie dans une neige de rêve mais attention aux pierres affleurant la surface. Petites chutes sans gravités. Le plaisir de la descente nous ramène très vite, trop vite, en vue du lieu de départ. La qualité de la neige change vers une neige de printemps selon l'exposition mais cela reste très bon. Certains ne pensent plus déjà qu'à une bonne bière fraîche en voyant le bistrot là, en bas ! Le dernier passage est délicat, longue descente en chasse neige sur neige glacée qui fait mal aux cuisses.

Après ces efforts, un repos mérité autour d'un vin chaud, heureux de notre journée, nous repartirons vers 16h.

Un grand merci à Pierre ainsi qu'aux participants pour cette belle course, qui fût également ma première au sein du CAS Section LA DOLE.

Pascal Gandrille

15 et 16 mars: Le Mont Rogneux

...Bon, comme je vous racontais, on était sensés monter au Mont Rogneux ce we-là. Ca s'annonçait assez tranquille comme course, j'avais entendu dire qu'on dormait à la cabane le 1^{er} jour et qu'on faisait l'ascension du sommet le lendemain, donc un dénivelé tout à fait faisable, même pour les

SOUVENIRS PARTAGES

adeptes du rythme « mamies et pauses café » comme moi... Mais la veille, surprise : la météo s'annonçait mauvaise dimanche, et on allait faire toute la montée en 1 jour ! Schgrrrmbll...

L'aller en voiture se passe avec quelques bâillements, puis on arrive sur le parking du départ, à 1302m d'alt., (ha, déjà 300m gagnés par rapport au plan !), où tout le monde se chausse en essayant de rester sur les touffes de neige, prend ses skis sous les bras et, plantant gaiement les bâtons dans la terre, commence la montée. Klonk.... Klonk..... klonk..... scrouiitch ! mais... ?? de la neige ! On avance jusqu'au début du chemin d'été qui mène à la cabane, étonnamment enneigé (pause crème solaire et 1ers rai-sins secs). Départ sur une bonne montée, chacun à son rythme, entre mélèzes (ou sapins ?) et virages ensoleillés, nous amenant rapidement dans un paysage dégagé permettant d'apercevoir la cabane Brunet qui surplombe les derniers mètres de montée. Ouaaah...

(cf. photos. On profite de la vue pour reprendre discrètement son souffle).
1^{ère} étape terminée, dénivelé..... 700m.

Là le groupe se sépare en 2, Marie-Jeanne promettant de s'occuper du choix des menus du soir et de l'étude de l'ensoleillement de la terrasse. Départ le sac allégé, le moral bon et les yeux éblouis par tant de neige, même presque poudreuse !

Juste avant l'arrête, petite pause pour croquer une morse. Sybille, Arlette et Paul décident de redescendre vers la cabane.

...Pfff....Pffff....Pfff.... Elle avait pas l'air si longue cette arrête sur la carte...
Ouiiii ! La croix du sommet ! Ben elle se mérite celle-là ...

Et de là, descente au soleil, avec quelques chutes mémorables et un couloir où le concept de dérapage à ski prend tout son sens... Pfoui ! vive la fondue du soir !

Dimanche matin : soleil ! Alors profitez ! ! et hop on remonte jusqu'au col, et on redescend jusqu'en dessous de la cabane, et hop et hop et hop ! (=petits virages dans la poudre). Là, exercice « avalanche », où l'on apprend à s'occuper des blessés et à éteindre leur DVA... ;o) Les nuages s'accumulent pendant qu'on profite des dernières pentes...

Et enfin descente finale dans un timing météorologique parfait jusqu'aux voitures...

8 mai 2008: Les Follatères et sa flore

20 participants : Solange, Geneviève, Lotti, Pamela, Heinrich, Philippe, Françoise, Pierre, Annie, Antoinette, Guni, Horst, Mechthild, Jean, Alexandre, Jacqueline, Madeleine, Janine, Sharon et Guy.

SOUVENIRS PARTAGES

Solange nous a proposé une sortie vers Martigny. Départ de Dorénaz au parking du télécabine, montée à Allesse (500 mètres de dénivellation), chemin à flanc de coteau (les Follatères) jusqu'au coude de Martigny et retour sur Dorénaz par Rosel et le bord du Rhône.

Certains pensaient peut-être monter en toute décontraction mais c'était le jour de révision de l'installation donc nous avons tous pris notre courage à deux mains sommes montés sous le télécabine.

A l'arrivée de la station intermédiaire à Allesse, Guy m'a rappelé à l'ordre : « celui qui dépasse le chef de course peut faire le rapport de la journée ». Donc je me plis à la consigne donnée par Solange le matin.

A la montée nous avons vu déjà quelques orchidées (orchis brûlés, hommes pendus, orchis sureau, céphalanthères, militaires, nids d'oiseaux) et d'autres fleurs. A midi, Solange nous a trouvé un coin ombre et soleil avec vue sur le coude à Martigny et la vallée qui part sur le Grand Saint Bernard, la Catogne et d'autres sommets encore tous enneigés. A la descente nous avons pu admirer d'autres espèces florales (des gremils bleus, des orlayas, des vipérines) et vers le bas, des cactus (Figuiers de Barbarie) avec un début de fleurs. Alexandre a même pu observer deux plantes qu'il n'avait jamais vues (oxyliopis pilosa et saxifraga exarata).

La course s'est terminée par quelques mètres au bord du Rhône avant de retrouver les voitures à Dorénaz et le verre de fin de journée. Merci à Solange pour cette belle course et l'organisation très précise. Seul bémol à la sortie, dont Solange n'est pas responsable, était le bruit de l'autoroute que nous avons entendu toute la journée sauf aux moments où nous étions tous pris par nos différentes conversations et observations botaniques.

31.07- 03.08: Tour du Mt Ruan

1^{ère} étape : Barrage d'Emosson au Refuge de Grenairon

Commençons par remercier vivement les chefs de course Marianne et André Stäubli qui ont reconnu les étapes du parcours au début juillet alors que la neige recouvrait des passages délicats...

3 voitures ont emmené les 11 participants dans un trajet parfaitement coordonné de Trélex, Prangins passant par Morges et Lausanne pour se retrouver au Barrage d'Emosson. Le chemin le long du Vieux Emosson, extrêmement raviné par les violents orages de la veille, freine notre progression et fait chuter lourdement notre vaillante chef de course Marianne.

A midi, pique-nique au sommet du Cheval Blanc (2830 m.), puis descente à travers de magnifiques lapias avec vue imprenable sur le Mont-Blanc. Enfin une très jolie descente sur une arête, où 2 bouquetins nous attendaient, nous a conduit au Refuge de Grenairon. Température idéale



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

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

SOUVENIRS PARTAGES

pour se reposer sur les chaises-longues en sirotant une bière blanche. Un gardien sympa est aux petits soins pour nous et les dortoirs sont confortables (Martine Dormond)

2^{em} étape : Refuge de Grenairon (CAF)-Refuge de la Vogealle (CAF)

C'est après une bonne nuit de repos et un copieux petit déjeuner que la caravane s'élance à 7h tapantes (était-ce pour impressionner les Français ?). Une longue descente en « lacets bien serrés » puis un petit « raidard » nous mènent à travers champs et forêts jusqu'à Praz de Commune où nous faisons une halte plus longue. Il est vrai que rater les tartellettes aux myrtilles ou framboises eut été dommage ! Notre tour se poursuit ensuite dans la forêt : nous avons déjà fait 500 m de dénivelé négatif et il nous en reste encore plus de 700... pour arriver au point le plus bas de notre étape, le camping Le Pelly dans la vallée du Giffre. Pour éviter une portion de route, nous traversons le cours d'eau et cherchons un coin sympa pour le pic-nic. Ce sera chose faite dans la clairière du hameau de Giffrenant puisque de beaux murs de pierre s'offrent à nos postérieurs (en fait plus si rieurs que ça). On casse la croûte, raconte deux ou trois histoires, s'aère les pieds. Dans 2 km à flanc de coteau nous entrerons dans le vif du sujet : la montée au refuge de la Vogealle. Ceux qui ont cédé à la tentation du sandwich de trop le regretteront... Quasi 900 m de dénivellation pour trouver repas et couche ! Et ça monte presque tout le temps ! Le début de la grimpe digestive se trouve dans une barre rocheuse, le Pas du Boret. La concentration demandée permet d'oublier un peu l'effort. La vue splendide sur le Fer à Cheval et ses sublimes cascades aussi. Puis longue portion dans la forêt jusqu'au pâturage des Chalets du Boret (env. 1400m). Reste encore 500 m de champs, forêts et pierriers pour arriver au Refuge flambant neuf de La Vogealle. Sur la toute fin de parcours, la pluie et le brouillard décident de s'en mêler, comme si ça n'était pas déjà assez pénible... Mais toute la troupe arrive de bonne humeur sur place. Il y a presque 9h que nous sommes partis, plus de 7h que nous marchons. Quel bonheur de se poser et d'aller prendre une douche revigorante ! L'accueil et le repas sont impeccable. Les petits essais de digestifs maison aussi... Notre joyeuse petite troupe fête dignement le premier Août en allumant un lam-pion à croix suisse et 2 vésuves, pour le plus grand plaisir de nos amis français. Quant aux paroles de notre hymne national ... il y a encore du pain sur la planche ! (Jacques Flückiger)

Le Tour du Ruan, 3^e jour : Refuge de la Vogealle à Salanfe

Départ comme d'hab. à 7h. Il reste quelques nuages qui nous offrent une certaine fraîcheur et nous donnent plus d'énergie pour nous mettre en route. Après quelques minutes, nous apercevons sur notre gauche le lac de la Vogealle dans lequel Marie-Jeanne voulait absolument prendre un bain (nous attendons encore...). Nous prenons rapidement de la hauteur



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

WILD ROSES
EIDER, GARMIN
PETZL, OSPREY
THE NORTH FACE
MAMMUT, SUUNTO
LA SPORTIVA
GUIDE CAS

Raoul Sport

-10% membres CAS

Raoul Sport | Rue neuve 4 | 1260 Nyon | www.raoulsport.ch

SOUVENIRS PARTAGES

sur un sentier qui est assez raide (comme d'hab.). Puis celui-ci part à flanc de coteau pour nous faire parcourir tout le vallon jusqu'au col de Sage-roux. Le décor est très sauvage, les pentes raides, les hauteurs sans végétation : paysage tantôt riant, avec encore de multiples espèces de fleurs, tantôt extrêmement minéral et austère. Quelques passages de ravins sur des dalles glissantes requièrent toute notre attention : il ne s'agit pas de descendre en toboggan jusqu'au bas de la pente.

Arrivés au col (2395m), le vent souffle en rafales (comme d'hab.) et nous ne nous attardons pas. Il nous reste encore un monticule à gravir avant de pouvoir nous mettre quelque chose sous la dent. Arrivés en haut après un dernier bout raide (Tête des Ottans, 2549m), nous redescendons un peu, franchissons un petit névé et nous installons à l'abri du vent pour pique-niquer. Nous sommes à nouveau du côté suisse et pouvons apercevoir (pour ceux qui ont des bons yeux ou qui savent où chercher, n'est-ce pas M-J....) la cabane de Susanfe. très loin et surtout très bas... En face, la Haute-Cime se détache sur un ciel sans nuage ; sur la droite, nous voyons déjà le glacier du Ruan, suspendu au-dessus des rochers. Partout, de magnifiques cascades bien alimentées, qui ont été un attrait constant sur tout le parcours.

Puis nous reprenons un sentier qui nous fait descendre sur la crête jusqu'au col des Ottans (2496m). C'est là que commence le morceau de choix de la journée : les échelles. En fait, il s'agit d'une cheminée de 80m équipée d'échelles, d'étriers et de chaînes. Le départ est à couper le souffle : un trou au-dessus du vide ; nous arrivons à peine à nous glisser dans la faille qui mène à la première échelle, le sac restant accroché soit d'un côté, soit de l'autre. Et puis, il faut aussi partir du bon pied, sinon nous ne pouvons pas atteindre l'étrier qui donne accès à l'échelle. En fait, il n'y a pas de difficulté insurmontable (bien sûr, il ne faut pas glisser), mais c'est impressionnant! Après avoir franchi ce passage assez sportif, nous atterrissons sur un névé. Lorsque tout le monde a repris son souffle, nous finissons la descente jusqu'au ruisseau, puis remontons à la cabane de Susanfe (2102m) où nous avons droit à une pause : cake pour certains, soupe pour d'autres, nous profitons d'améliorer notre pique-nique.

Ensuite, c'est à nouveau une montée, jusqu'au col de Susanfe (2494m). Un vent glacial nous y accueille (comme d'hab.) et nous oblige à redescendre avant de nous arrêter un instant, vers un refuge en tôle. Nous sommes dominés par la Tour Sallière. Puis le sentier passe dans une faille (comme d'hab.) assez spectaculaire, longe assez longtemps le lac sur les hauteurs et finit par redescendre pour nous amener jusqu'à Salanfe (1935m). Le monde assis sur la terrasse nous rappelle que nous sommes à un endroit facilement atteignable; cela ne nous empêche pas de nous hydrater le gosier sur la terrasse avant d'aller nous hydrater la peau sous la douche ! (Arlette Winkler)

SOUVENIRS PARTAGES

4eme journée : Salanfe – Emosson

La journée commence par la contemplation du soleil qui se lève sur Tour Salière, puis sur le lac de Salanfe ; la journée s'annonce radieuse. Nous démarrons à 7 heures, et deux heures plus tard, nous sommes accueillis au col d'Emaney par un vent très rafraîchissant. La descente nous fait traverser des pentes magnifiquement fleuries.

Une pause à l'alpage d'Emaney nous permet de nous désaltérer et pour certains, de faire provision de fromages.

Puis nous abordons la rude montée au col de Fenestral. D'abord perdu dans la végétation étouffante, le sentier se faufile ensuite dans des bancs de rochers et des pierriers : parcours intéressant et varié, mais assez exigeant. Au col, nous nous régaloons de notre pique-nique, mais aussi de la vue époustouflante. Au terme d'une descente diablement raide pour nos genoux fatigués, nous arrivons à Fenestral et pensons être arrivés, ou presque. Erreur ! Il nous faut encore contourner le Bel Oiseau cher à Christian, notre président, pour rejoindre la Gueulaz, et ça monte encore, et encore !

Quand enfin nous débouchons à Emosson, c'est pour nous retrouver dans la foule d'un beau dimanche d'été. Le contraste est frappant entre cette cohue et les belles journées que nous venons de passer en montagne. Encore un grand merci à nos organisateurs. (Claire Lise Velan)

La Super-équipe : Lydia et Roland Meyer, Britta Tepoorten et Jacques Flückiger, Arlette Winkler, Martine dormond, Mary-Jane Socchi, Claire-Lise Velan, Sylvette Pezet, Michael Casson, Marianne et André Stäubli

2-3 août 08: La Ruinette

Une arrête... avec un os!

Pour motiver les webophobes, voici un petit compte rendu à lire en regardant les photos (chiffres) sur notre site www.cas-la-dole.ch pour encore plus de plaisir!

Samedi matin radieux, mise en jambe par quelques moulinettes à Sembrancher avant de rejoindre le barrage Mauvoisin (1). Puis c'est une promenade bucolique entre anémones (2), joubarbe (3), cascades rafraichissantes (4). Une orchidée (5) rivalise de couleurs avec quelques aster (6). De la botanique, nous passons à la botte à gymnastique de notre président (7) peut-être parti à la chasse au mouton noir (8), suivi des des trois mousquetaires (9). Alors que les cimes s'embrument (10, 11), d'autres s'enfument (12) au mileux des Edelweiss (13). Après avoir renoncé à une

SOUVENIRS PARTAGES

séance d'hydrospeed (15), Chanrion et ses ressources apéritive s'offre à nous (16) devant un crépuscule plus apaisant (17, 18) que les ronflements à venir. Dimanche, jour des randonneurs (19), nous traversons des balcons gavés d'edelweiss qui pourraient faire la couverture des boîte de chocolat (20) pour s'attaquer à la première arrête (21, 22) débouchant sur un cairn méprisant les Dents du Midi (23). Interlude sur glacier de la Ruinette (24) faisant face à la porte cochère du glacier du Brenay (25). Richard (26, 27) et toute la smala (28) rejoignent fièrement El Presidente au sommet. 3875m (29, 31) face au Mt Blanc de Cheillon (30). Désescalade plein gaz (31) et pause solaire (32).

Après l'arrête, l'os! Voulant prendre quelque raccourcis, le cordées quittent le chemin pour un soi-disant raccouci droit en bas la dérupe (35), laissant loin derrière le chef de course. Là commence une erreence dans un pierrier dont les éléments nous passent à côté en sifflant (...là-haut sur la coline). Chaque pas est une menace pour la cordée. Heureusement, la montagne pardonne beaucoup et ne nous sanctionnera que par une bonne leçon! Marcel est resté d'un flegme exemplaire malgré la situation (34). Toute cette poussière pousse le troupeau à l'abreuvoir (36) avant un retour au romantique coucher de soleil (37, 38) après passé 13h de rando! Votre dévoué reporter (39).

Participants: Christian, Anne, Marcel, Christophe, Philippe, Patrick, Paul, Andreas, Richard et Fabrice



R. MISCHELER
TROLLE

FERBLANTERIE - COUVERTURE

Grand'Rue 96 • 1180 ROLLE • tél. 021-825 15 29



EAU PLOMBERIE FERBLANTERIE

FOUNEX / VD
VERSOIX / GE

tél.: 022 - 776 75 83
Natel: 079 - 202 20 03
Email: efp@bluewin.ch



CHAUFFAGE

**Remise des textes pour le prochain bulletin N°5 octobre-
novembre**

12 septembre 2008

**L'adresse électronique pour les articles ainsi que toutes les
adresses du comité et des commissions ont changé !!!!!**

Merci de respecter **impérativement** le délai de remise et de nous
faire parvenir ces éléments au format électronique de préférence
(Word ou fichier texte) à **bulletin@cas-la-dole.ch**

MERCI POUR VOTRE AIMABLE COLLABORATION !