

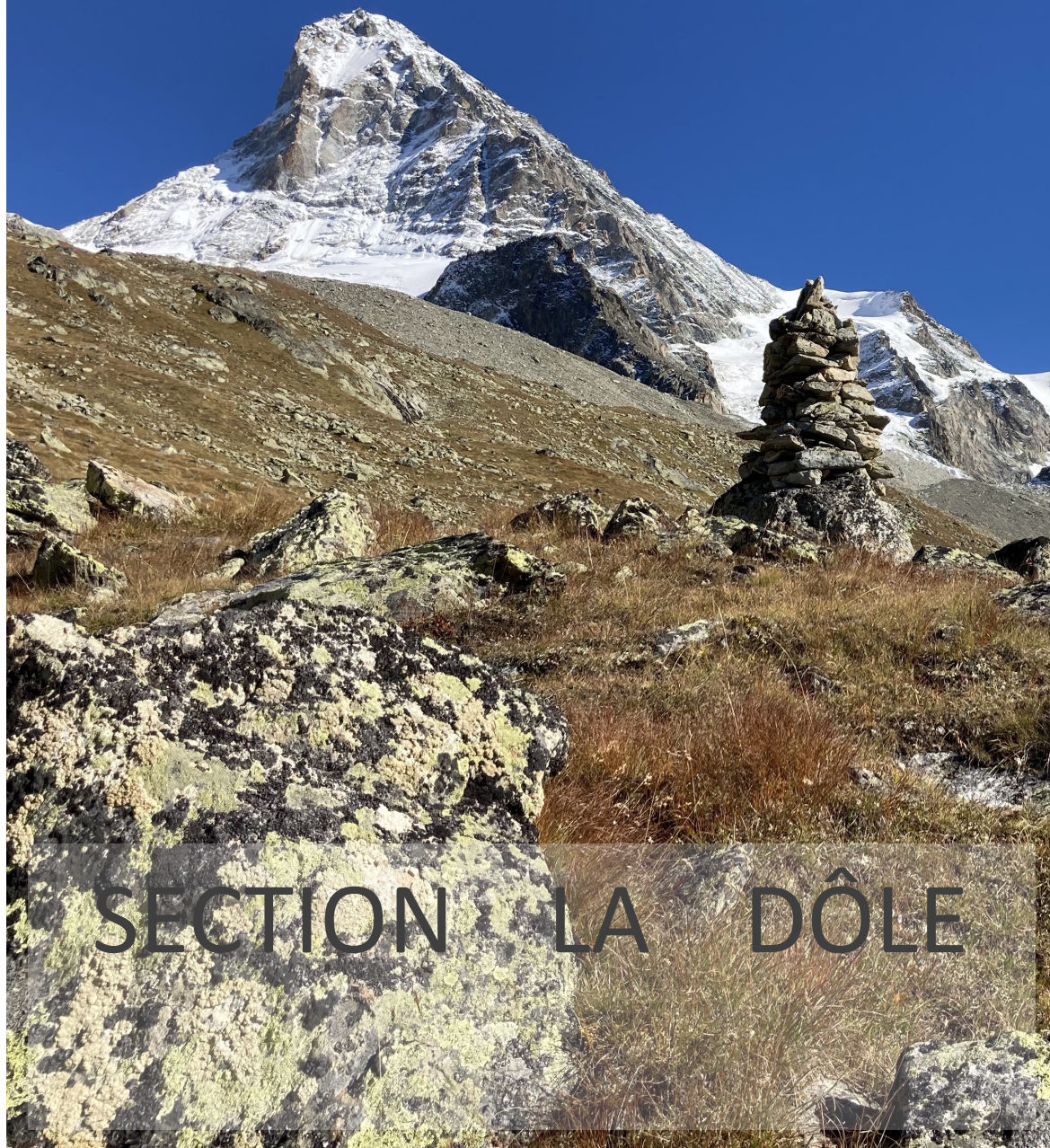
BULLETIN

No 4/2021

Club Alpin Suisse
section La Dôle



Dent-Blanche côté Bricola (photo R. Ruchet)



SECTION LA DÔLE

pharmacie**plus** du marché **aubonne**

Solange Barbay - Linda Creteigny - Pharmaciennes



A l'écoute de votre santé

**Médicaments traditionnels
Médecines alternatives**

Conseils et assortiment en homéopathie,
huiles essentielles,
fleurs de Bach, spagyrie

Ouvert tous les jours : Lu-Ve: 8h-12h /13h30 -18 h 30 - Sa: 8h -12h/13h30 -16h

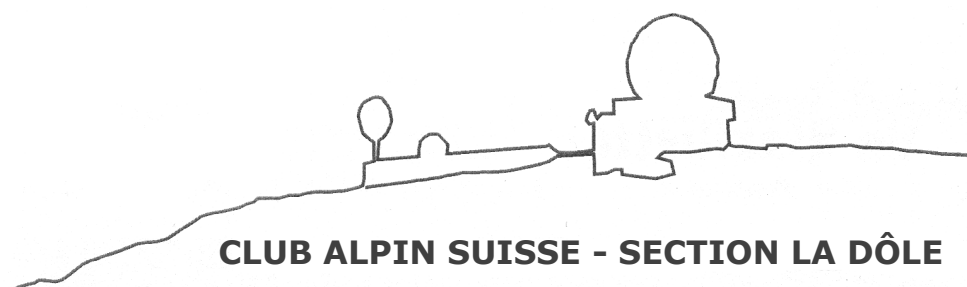
Tél.: 021 808 50 43 - pharmaciemarche@ovan.ch

www.raoulsport.ch

Raoul Sport
Nyon

**Location
& Vente**

T +41 (0)22 361 38 35
info@raoulsport.ch



CLUB ALPIN SUISSE - SECTION LA DÔLE

Editorial

Une association doit être continuellement nourrie de gens motivés. Ce sont les idées et les envies que chacun exprime et réalise qui la font vivre. Si elle arrive à traverser les hauts et les bas, comme ceux de cette période de « pause » sociale et sportive que nous venons de vivre, c'est grâce à ses membres.

Au sein de la section « La Dôle », j'ai toujours aimé découvrir les visages des nouveaux membres, autant que de voir des têtes familières et chaleureuses. Cela me fascine toujours de parler de leur parcours et de savoir ce qui a fait qu'ils ont franchi la porte de notre section. Dans tous les cas, ces personnes motivées ont soif d'expériences, de paysages, d'efforts, d'apprentissages. En tant que membre de la commission des courses et cheffe de course été depuis 2015, j'ai pu tranquillement me rendre compte du travail de fourmi qu'il fallait fournir pour compléter et renouveler sans cesse notre équipe de chefs de course.

Car ces chefs de course, ce sont nous, ce sont vous, ce sont les anciens et les nouveaux qui sont mordus et ont envie d'apprendre pour progresser eux-mêmes mais en plus transmettre et partager avec les membres de la section. Le succès du CAS La Dôle passe par le programme de sorties que nous allons proposer.

Bulletin CAS, Section La Dôle

Octobre 2021

No 4, Année 75

Parution : 5 fois par année
Editeurs : Jac Flickiger, Daniel Baumgartner
Email : bulletin@cas-la-dole.ch

Club Alpin Suisse, Section La Dôle

Adresse : CAS Section La Dôle, 1260 Nyon
Compte : CCP 12-9664-9
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 19h
Site Internet : www.cas-la-dole.ch
Webmaster : William Morf, webmaster@cas-la-dole.ch

SOMMAIRE

Editorial	3 - 4
Comité et commissions	5
Communications	6 - 7
Arpitettaz	8
Convocation assemblée	10 - 11
Les courses: Section	12
Les courses: Jeunesse	13
Souvenirs partagés	15 - 30
Délai de remise des textes	31

Editorial



De ce fait, au sein de la commission, nous nous sommes remis en question et essayons de mettre en avant des communications plus ouvertes sur le recrutement de chefs de course avec la soirée d'information ouverte à tous, programmée en début d'année depuis maintenant trois ans : toutes les questions sont posées et certaines personnes viennent et vont ensuite réfléchir quelques temps, avant de se sentir prêt et de se lancer dans cette formation !

Cette année, nous avons préparé trois nouveaux canaux de communication : un document de bienvenue avec les informations nécessaires pour chaque nouveau chef de course une fois sa formation réussie ; un flyer pour attirer le regard des potentiels intéressés indiquant les conditions à remplir pour suivre cette formation (vous le trouverez en copie dans ce bulletin, et affiché dans le local) ; et pour finir, une petite présentation de chaque nouveau chef de course, pour découvrir qui se cache derrière ces nouveaux noms !

Cette présentation est ici dans le bulletin, et vous verrez que nous avons la chance d'accueillir autant de recrues motivées pour notre plus grand plaisir !

Maintenant je n'ai qu'à espérer que vous continuiez à amener la vie dans notre section, que notre prochain programme vous enchantera, et que des vocations de chefs de course continueront à se manifester dans les prochaines années.

Tanya Méredith



Corod Sarl

Charpente – Construction alternative

florian@corodsarl.ch – 1197 Prangins

Comité et commissions



Président:

Olivier Van Bunnan, 079 820 64 58
Chemin Prés-du-Marguiller 31
1273 Arzier-Le Muids
president@cas-la-dole.ch

Vice-président:

Rocco Rondi, 078 850 31 41
Chemin de la Repentance 3, 1279 Chavannes-de-Bogis
vice_president@cas-la-dole.ch

Secrétaire:

Annie Bréchon, 079 799 67 91
Rte de Tartegin 20, 1182 Gilly
secretariat@cas-la-dole.ch

Caissière:

Sibylle Dürst, 079 826 51 41
Ch. Des Fierays 6, 1264 St-Cergue
caissier@cas-la-dole.ch

Gestion des membres:

Barbara Aeschmann, 076 679 28 60
Rte de Lausanne 115, 1197 Prangins
membres@cas-la-dole.ch

Commission des courses:

Daniel Beffa
Chemin de la Rencontre 13, 1273 Arzier
courses@cas-la-dole.ch

Commission du bulletin:

Jac Fluckiger, 079 621 15 45
Rte de Divonne 13, 1260 Nyon
bulletin@cas-la-dole.ch

Commission de l'environnement:

A repouvoir
environnement@cas-la-dole.ch

ALPFAM:

Rodrigo Salazar, 078 871 36 28
Rue du Carroz 8, 1197 Prangins
alfam@cas-la-dole.ch

Les Jeudistes:

Sylvette Pezet, 079 648 57 28
Ch. du Jura 5a, 1270 Trélex
jeudistes@cas-la-dole.ch

Responsable OJ:

Manuel Froidevaux, 079 695 92 74
Ch. des Coteaux 3, 1188 St-George
oj@cas-la-dole.ch

Responsable AJ:

Quentin Musy, 079 375 35 50
2, ch. Sous-Gay, 1291 Commugny
aj@cas-la-dole.ch

Responsables Rochefort:

Caroline Turin, 079 761 92 38
Chemin de Fleuri 8, 1268 Begnins
Geneviève Decosterd Kerhuel, 079 458 62 30
Route du Boiron 75, 1260 Nyon
cabane_rochefort@cas-la-dole.ch

Responsable Arpitettaz:

Bernard Jeangros, 079 175 81 52
Chemin des Morettes 16
1197 Prangins, cabane@arpitettaz.ch

Responsable du local:

Rolf Russ, 022 369 00 49
Rue du Ronzier 3, 1260 Nyon
local@cas-la-dole.ch

Responsable bus::

Chantal Lauper,
Rue de la Gare 19d, 1197 Prangins
bus@cas-la-dole.ch

Colonne de secours::

Romarick Favez, 079 427 18 79
La Croix 18, 1418 Vuarrens
rom.favez@bluewin.ch

Guides de la Section

Manuel Froidevaux

079 695 92 74
Ch. des Coteaux 3, 1188 St-George
manuel.froidevaux@gmail.com

François Germain

022 368 15 19 - 079 342 52 22
Rte de Longirod 29, 1188 St-George
fgermain@bluewin.ch

Guillaume Guinault

079 596 87 18
Chemin de la Croisette 9, 1880 Bex
guillaume@guides-passemontagne.ch

Guillaume Rubin

022 368 03 73 - 079 373 68 33
La Combette 12, 1660 Château d'Oex
guillaume.rubin@gmail.com

Florian Strauss

079 647 87 70
Ch. des Planchettes 9, 1731 Ependes
strauss@aventuresalpines.ch

Simon Walbaum

079 726 85 21
Chemin du Moulin 6, 1167 Lussy sur Morges
simon.walbaum@bluewin.ch

Communications



Tu veux devenir chef(fe) de course au sein de la section CAS La Dôle ?

Tu veux en apprendre plus sur la montagne, dans ta discipline de prédilection ?

(ski de randonnée, alpinisme, escalade...)

Tu veux faire profiter les autres de tes connaissances ?

Tu es prêt(e) à investir ton temps pour la section ?



**Formation de base
HIVER I**

**Formation de base
ETE I**

**Formation
Randonnée**

VOICI LES DEMARCHES

❄ Parles-en directement à un chef de courses de la Section ou prends contact avec la commission des courses ici : courses@cas-la-dole.ch

❄ La commission des courses **validera** avec toi si tu es éligible à la formation pour la section CAS La Dôle.

⚠ La plupart des cours ont des prérequis, attention d'en tenir compte.

❄ Cherche sur le site du CAS Central le cours correspondant (HIVER I, ETE I, Randonnée,...) et inscris-toi, en choisissant bien le **prix subventionné** * !

❄ La totalité des frais de ta formation de CDC te seront remboursés (y compris les prérequis) **après ta 1ère année** d'activité en tant que CDC au sein de notre Section. *Seulement le prix subventionné sera remboursé

Une séance d'information, ouverte à tous, a lieu en début d'année, au local de la Section à Nyon.
Regarde le programme sur le site www.cas-la-dole.ch ou demande à la commission la date exacte !

La commission des courses, c'est qui ?

Daniel Beffa
Tanya Meredith
William Fankhauser
Antonio Pozo
Nicolas Lecoultré

Pour toutes questions:
courses@cas-la-dole.ch

Communications



Commission des courses

Ronen Lind, nouveau chef de course HIVER I

Ronen est actif dans le domaine de la finance depuis plus de 20 ans, et à côté de sa vie professionnelle, sa passion pour la nature et les activités sportives de plein air n'a fait que grandir. Membre actif du vélo club de Nyon (VCN), entre trail et triathlon en été, ski de fond et ski rando en hiver, il ne s'arrête jamais. Il sera aussi bientôt guide de moyenne montagne, Il est ravi de pouvoir partager ses passions avec la grande famille du CAS Dôle dès cet hiver 2021-2022.

Alain Schwab, nouveau chef de course HIVER

Alain est freerider depuis des années : snowboard, splitboard, ski de rando, télémark, il n'y pas de limite. Toutefois, il a fait la formation de Chef de course hiver avec le souhait d'emmener des participants à ski principalement. Plutôt cool à la montée, il aime les descentes qui vont vite. Apprendre à se déplacer en montagne grâce à une bonne lecture de carte, visualiser sa ligne de descente grâce à une bonne lecture de la montagne feront partie de ses courses, ainsi que les avalanches et les 1ers secours. Inédit : il voudrait aussi organiser une ou deux courses uniquement pour les femmes !

Jimena Villar de Onis, nouvelle cheffe de course HIVER et ETE ALPI

Jimena a grandi en adepte du ski de freeride et de ski de rando. Il y a 2 ans, en se mettant à la grimpe avec le CAS La Dôle, elle décide de s'engager dans la section. Après le plein d'expériences et de magnifiques rencontres, elle se motive à faire la formation de cheffe de course été et hiver pour pouvoir aussi apporter son grain de sable à cette section. Elle se réjouit donc de pouvoir proposer tout type de course, que ce soit des sorties block, ski de rando ou sorties aux différents 4000 qui nous entourent.

Manuel Staunovo, nouveau chef de course ETE ALPI

Manuel conduira humblement et avec passion, les membres qui vont le suivre dans des classiques d'alpinisme tout au long de l'été. Il a de l'expérience en montagne depuis son enfance, passée principalement dans les Dolomites, ce qui lui a permis de développer une belle lecture de la montagne, et une belle sensibilité aux éléments de la nature.

Nicole Meda, nouvelle cheffe de course ETE RANDO

Nicole, 53 ans, enseignante et maman d'un garçon de 21 ans. C'est uneoureuse de la nature qui aime profiter de la vie, partager du temps avec ses amis et être

Communications



dehors plutôt qu'entre les murs de son appartement à Etoy. Elle se réjouit de vous rencontrer et de crapahuter avec vous sur les béquets de chez nous ou d'ailleurs.

Michelle Jones, nouvelle cheffe de course ETE ALPI

Sud-africaine, Michelle habite en Suisse depuis près de 10 ans. Elle a 2 garçons âgés de 12 et 14 ans et toute la famille est active avec le CAS depuis 3 ans, principalement en faisant des activités avec ALPFAM et de l'escalade. Elle est 'Personal Trainer' et aime faire des activités en montagne, particulièrement de l'escalade, du trail, du vélo et de la randonnée. A l'aise avec l'organisation et la planification de ces belles aventures, elle a complété sa formation en juin 2021 pour être cheffe de course pour les sorties d'été.

Francesca Favario, nouvelle cheffe de course ETE RANDO

Francesca a 57 ans, d'origine italienne (Piémont), 3 enfants adultes, travaille dans le social. Très assidue en montagne ces dernières années, elle aime randonner en compagnie, mais aussi seule, sur un ou plusieurs jours, organisant régulièrement des treks d'une semaine. De nature ouverte et généreuse, elle a envie de partager sa passion et progresser dans la pratique de la randonnée estivale, et en explorant davantage une pratique de randonnée en autonomie, avec nuits sous tente ou en bivouac, feu de camp, refuges non gardiennés. Une de ses autres passions est la cuisine. Alors peut-être qu'elle pourra associer sorties montagne et gastronomie.



**SPORT
SERVICE**
www.sbsport.ch

Arpitettaz



Intéressé(e) à garder la cabane Arpitettaz ?

La cabane Arpitettaz dans le Val d'Anniviers est gardiennée par des gardiens bénévoles de la section en hiver, de fin mars à début mai, et en été, de fin juin à fin septembre. Pendant une vingtaine de semaines au total, des équipes de 2 à 3 personnes accueillent les visiteurs, font la cuisine et entretiennent la cabane. Chaque semaine, une nouvelle équipe prend la relève.

Les personnes intéressées à garder notre cabane pendant une semaine, qui ne l'ont jamais fait et qui souhaitent en savoir plus sur les tâches de gardiennage sont invitées à une séance d'information le **mardi 23 novembre 2021 à 20h00 au local de la section** (rue des Moulins 13, Nyon).

En cas d'intérêt, prière de s'annoncer au plus tard le 12 novembre auprès du soussigné, par e-mail ou par téléphone.

Bernard Jeangros
Responsable Arpitettaz
cabane@arpitettaz.ch
079 175 81 52



Photo A. Stäubli

Convocation assemblée



76^{ème} Assemblée Générale de la Section

Samedi 13 novembre 2021 à 16h30

Ecole de Changins – route de Duillier 50 – 1260 Nyon

16h30 Accueil

17h00 Assemblée générale

19h00 Apéritif

20h00 Repas (CHF 25.- / jeune CHF 15.-)

S'inscrire à l'assemblée et/ou au repas par mail auprès de
secretariat@cas-la-dole.ch au plus tard **le 31 octobre 2021**.

Attention : la **participation à l'assemblée et au souper** se fera
uniquement sur inscription, et **un certificat**
COVID sera exigé.

Ordre du jour

1. Adoption du procès-verbal 75^{ème} AG de mars 2021
2. Minute de silence pour nos membres décédés
3. Communication du comité
4. Nomination des scrutateurs
5. Rapports annuels
du Président
de la commission des courses

Convocation assemblée



de l'intendant de la cabane Rochefort

de l'intendant de la cabane Arpitettaz

de la Jeunesse OJ / AJ

de l'Alpfam

du groupe des Jeudistes

de la commission du local

de la commission du bulletin

6. Comptes 2021

rapport du trésorier

rapport des vérificateurs aux comptes

acceptation des comptes et décharge au comité

7. Cotisations 2022

8. Budget 2022

9. Élections

du Vice-président *

des autres membres du comité

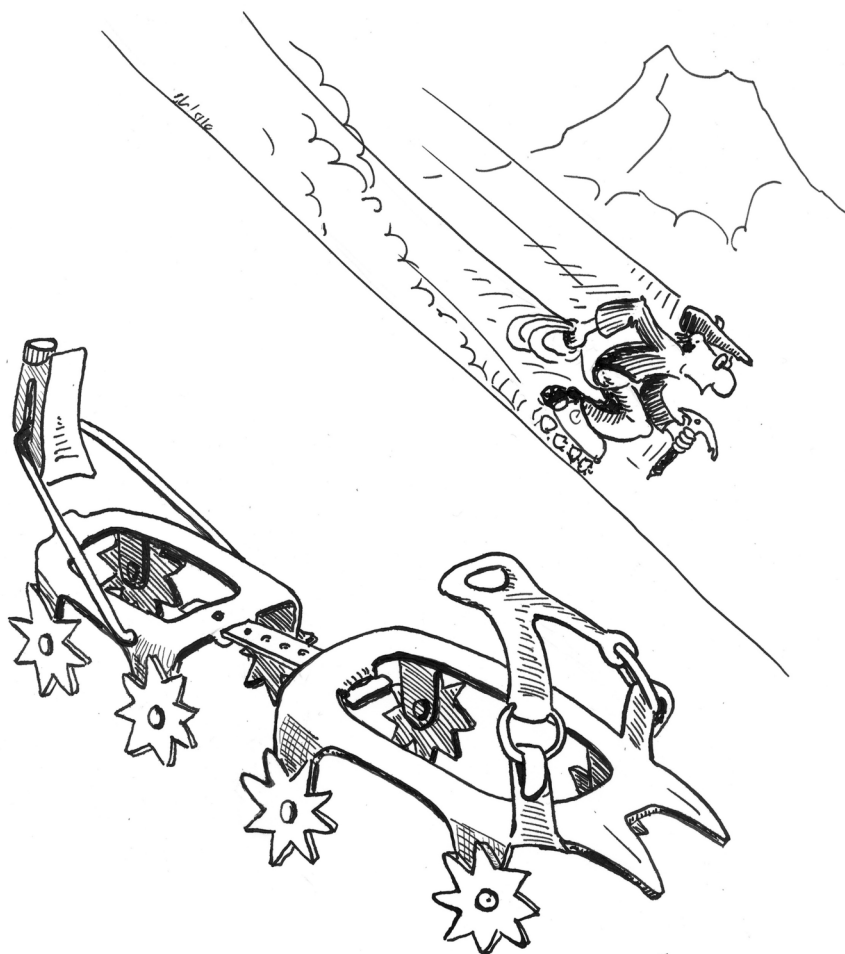
des vérificateurs aux comptes

10. Avenir du bulletin de la section

11. Propositions individuelles et divers

* Nous sommes à la recherche de candidat-e-s ! Parlez-en autour de vous ou, encore mieux, présentez votre candidature !

Pour accélérer vos descentes



Le crampon à roulettes

évidemment chez

CACTUS SPORTS

6 rue du Pont Neuf, 1227 Carouge, 022.300.3001

atelier : 022.301.74.33, lu-ve : 9-19h., sa.:10-16h.

Les courses - Section



13.11 Cours perfectionnement assurage

PD

Contenu du cours: bases théoriques, contrôle des fondamentaux de l'assurage, entraînement à l'assurage dynamique, anticipation de l'espace de chute, ateliers de chute. Ce cours sera donné par un moniteur d'escalade de la salle Rocspot à Echandens.

Durée du cours: 2h

Inscription: Inscription via le site. Coût: 50 CHF/pers. dès le 13.09.2021 avant le 13.10.2021 Limité à 6 participants

non

Chef de course: Antonio Pozo (078 866 02 33)

WWW.MYMP.CH / RTE DE L'ETRAZ 6 / 1267 VICH / 022.364.05.38



- ✓ **GRAND CHOIX**
- ✓ **CONSEIL**
- ✓ **PRIX ATTRACTIF**
- ✓ **SERVICE RAPIDE**

meeting point
mymp.ch

LOCATION SKI, SNOWBOARD ET RAQUETTE / SERVICE ET ENTRETIEN

VELO / REPARATIONS TOUTES MARQUES

EQUIPEMENT ET ACCESSOIRES VELO

SPECIALISTE UNIHOCKEY

du ski de rando

de l'alpinisme

de la grimpe....

et du voyage...

Florian Strauss guide de montagne strauss@aventuresalpines.ch 079 647 87 70



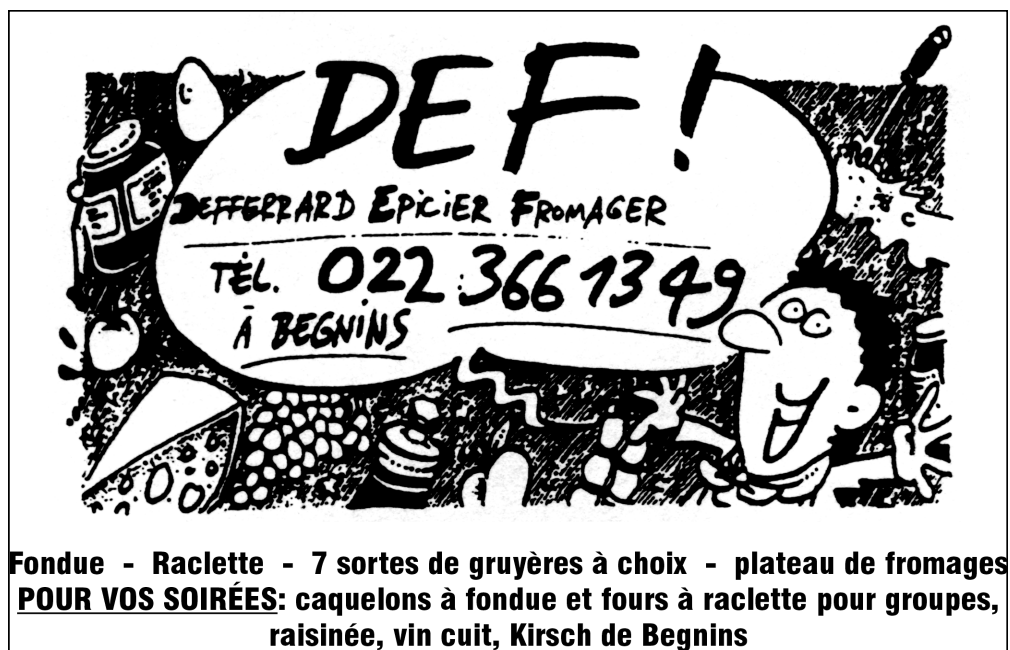
DEF!

DEFFERRARD EPICIER FROMAGER

TÈL. 022 366 13 49

À BEGNINS

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



Les courses - Jeunesse



08.11 Escalade

AJ/OJ

Chef de course: Quentin Musy (quentinmontagne@yahoo.fr; 079 375 35 50)



14.11 Escalade sur Berne

AJ/OJ

Chef de course: Pietro

11.12 Punch !

OJ

Chef de course: Manuel Froidevaux (manuel.froidevaux@gmail.com; 079 695 92 74)



Souvenirs partagés



18.07.2021 - La Grande Jumelle (2215 m)

Chef de course: Tanya Meredith

Participants: Catherine, Francesca, Jennifer, Maïté, Olivier, Silvia et moi-même.

C'est ma toute première sortie avec le CAS ; un grand beau et une chaleur agréable nous accueillent le dimanche 18 juillet à notre arrivée à Vouvry, en Valais. Malgré l'heure matinale, le parking du Flon est déjà plein et nous posons notre bus quelques centaines de mètres plus en bas. Cela nous offre la possibilité de profiter de l'accueil très chaleureux et des conseils avisés du gérant de l'Auberge du Char-don Bleu qui est aussi guide de montagne en formation. Après la montée à travers la forêt sur le sentier des chèvres qui nous met bien en jambe, le superbe spectacle du Lac Taney qui brille dans son écrin de montagnes et de verdure nous récompense pour ce premier effort. Notre objectif – la Grande Jumelle – nous salue de loin et il me paraît presque impossible de penser que je vais me retrouver à son sommet dans quelques heures !

Après avoir laissé derrière nous le hameau de Taney, nous entamons un sentier qui monte doucement en longeant un torrent et une végétation riche et colorée. Nous rejoignons à nouveau la route d'alpage et montons jusqu'aux *Anciens Chalets de Loz* (1760 m) dont il ne reste que quelques traces des murs. C'est là que nous nous posons pour un petit goûter avant d'affronter la partie la plus exigeante de l'ascension de notre sommet du jour. Avant de choisir nos places, Tanya nous met bien en garde des serpents qui aiment se poser sur ces pierres chaudes !

Après la pause, nous bifurquons sur un sentier herbeux qui monte jusqu'au Chalet de la Combe. Cette montée s'effectue par un très joli chemin taillé dans la roche, renforcé côté aval par des murs de pierre. Après l'alpage nous voyons de loin un lac, ou plutôt une mare dont la couleur n'invite pas vraiment à la baignade mais qui doit faire plaisir aux vaches qui broutent autour. Nous laissons la Combe à notre gauche pour bifurquer à droite sur un sentier étroit et non-balisé qu'il ne faut pas rater ! Nous accomplissons une longue traversée ascendante dans cette face sud de la Grande Jumelle, entourée par de belles tours rocheuses d'où nous sommes observés par un chamois. Depuis un bon moment nous voyons ce que nous pensons être la croix alors qu'il s'agit d'une station météo, peu éloignée quand même du sommet. Le soleil tape et la montée est plus longue qu'elle semble depuis le bas, alors Tanya nous motive en annonçant plusieurs fois qu'il ne manque que 50m jusqu'à l'arrivée, la coquine ! Nous ne lâchons rien et arrivons finalement à l'arête qui libère une vue à couper le souffle sur presque tout le bassin lémanique et le Grammont en contrebas ! En 3h30 environ, nous avons gravi plus de 1000 m de dénivelé pour atteindre les 2215 m de la Grande Jumelle. Depuis la Côte où j'habite, je regarde souvent les sommets de l'autre côté du Léman en m'imaginant la vue qu'ils offrent.

Souvenirs partagés



Alors, un rêve se réalise et je suis comblée et reconnaissante au CAS de nous offrir de telles sensations.

En voyant la suite de l'arête rocheuse qu'il faut grimper pour gagner l'antenne météo et puis la croix au sommet, j'hésite un peu. Le vide du côté nord est assez impressionnant... mais Tanya me rassure et me motive et j'accomplis aussi cette partie finale sans problèmes, quelle fierté ! Comme nous avons la chance d'avoir avec nous des participantes qui ont suivi l'initiation à l'Alpinisme récemment, nous pouvons aussi profiter de l'aide supplémentaire d'une corde pour les passages les plus insidieux.

Nous nous posons dans l'herbe en bas de l'arête pour le picnic et un repos bien mérité. A ce point, plus de timidités et les discussions vont bon train, nommer les sommets qui nous entourent ou discuter de l'âge des stars du cinéma, tout passe ! Nous descendons par le même chemin et saluons à nouveau notre mascotte, le chamois en haut de la falaise, juste pour réaliser qu'il n'est en effet pas seul mais il y a un petit qui se cache sous ses jambes et nous observe également ! Nous atteignons les chalets de Taney par le sentier de l'autre rive du torrent, bien ombragée. Pour la descente finale vers le Flon, nous choisissons la route au lieu du sentier. Une très jolie cascade, gonflée d'eau après la pluie interminable des jours passés nous offre de la fraîcheur et une conclusion digne pour cette magnifique sortie. Pour nous ressourcer avant de reprendre la route, nous nous retrouvons à notre point de départ, l'Auberge du Chardon Bleu, pour une boisson fraîche et une bonne tarte aux abricots. Merci à Tanya et à tous les participants pour cette première sortie grandiose !

Eva Gori



Souvenirs partagés



13. – 15.08.2021- Kandersteg (BE) – Randonnée en boucle

Rien de mieux que s'octroyer 3 jours dans les montagnes entre Kandersteg et le Kiental pour se déconnecter du monde. Merci Pierrot de nous proposer ce périple !

1^{er} jour

Nous rejoignons Kandersteg en voiture. La télécabine nous fait gagner quelques centaines de mètres de dénivelé et après le café et des délicieux « Nussgipfel », nous sommes prêts pour bien affronter la montée à la Blümlisalphütte. Nous démarrons avec la foule qui se dirige vers l'Oeschinensee, mais bifurquons rapidement sur un sentier qui reste en hauteur pour jouir de la vue du lac en contrebas. Un peu plus loin, il y a un autre lac, moins connu et plus solitaire et sauvage, le Rossbodesee ; je crois qu'il méritera une petite escapade, quand nous repasserons par ici.

La montée est soutenue (1160m de dénivelé) et constante. Des cairns marquent les derniers lacets avant d'arriver à la cabane. Après les fortes pluies des jours précédents, le soleil est au rendez-vous et nous restons sur la terrasse jusqu'au dîner, du goûter à l'apéro, en passant par des parties de jass.

La journée s'achève sur un magnifique coucher de soleil

2^{ème} jour

Longue et magnifique journée de marche. Nous commençons par une variante au programme et au lieu d'entamer de suite la descente depuis Hohtürli, nous contournons le Schwarzhorn par la gauche pour approcher le Bundstock. Le programme de marche est bien long et nous nous contentons de son premier sommet. Nous entamons la descente vers Oberer Bundalp en chantant. Depuis les sommets, mes compagnons de marche rêvent de neige et de ski de rando. Moi, je préfère l'été, j'aime les roches nues qui nous entourent et même la caillasse ! et la poésie des rarissimes fleurs qui osent la vie dans ce désert minéral. En perdant en altitude, nous gagnons en prairies fleuries et, avant d'arriver à Bundalp, nous coupons par les prés direction Obere Dünde. C'est midi et nous nous régaloons d'un grand verre de lait frais.

Petite montée sur le Dündegrat et descente dans la sauvage vallée du Chüegwindli. Le torrent nous invite à une pause pique-nique et surtout à une baignade rafraîchissante. Nous continuons à descendre et rejoignons la bifurcation pour Ramslauenen ; un peu plus loin, le chemin est fermé (chutes de pierre) et nous oblige à rejoindre le Talweg et la route qui vient de Kiental.

Kiental est à 4 km. Nous avons déjà parcouru 17 km, 480m de dénivelé positif et, surtout ! 2200m négatif et la tentation de faire du stop est irrésistible. Qui a bord d'une jolie voiture, qui dans l'arrière d'un fourgon partageant l'espace avec des râtaux et des fourches, nous arrivons à Kiental juste à temps pour prendre le télésiège pour Ramslauenen. Jolie auberge,

Souvenirs partagés



énorme dortoir tout pour nous, douches, bières et repas en terrasse... qui dit mieux ? Et surtout, surtout la bonne humeur est le cœur de cette deuxième soirée que nous partageons. Sans oublier la visite de nos bavards voisins de tables, qui tentent de nous convertir aux chakras et au pendule...

3^{ème} jour

Il est temps de boucler la boucle. 18 km de faux plat (+ 500m et -700m) nous séparent de Kandersteg. Nous hésitons un instant à rentrer par le Gehrihore et les crêtes, mais le chemin en balcon sur le Kandertal gagnera. On devait déjà revenir dans la région pour le lac sauvage au pied de la Bluemlisalp, on reviendra aussi pour ce chemin des crêtes.

La variante du jour est la cueillette de champignons (Nicole trouvera un magnifique bolet et un « champ » de chanterelles), mais surtout la très longue pause le long d'un torrent impétueux, où nous n'en finissons plus de nous baigner et nous sécher au soleil et nous rebaigner et nous resécher au soleil.

La vita é bella !

Merci Nicole, Silvia, Walter pour votre bonne humeur, votre esprit d'équipe, votre belle présence. Et un immense merci de nous 4 à Pierrot pour avoir permis l'alchimie d'une sortie plus que réussie !

Francesca



AFIN DE NE RIEN LOUPER DU PAYSAGE

jumelles Swarovski et son adaptateur smartphone



SWAROVSKI
OPTIK

-10%
MEMBRES CAS



Nicolas Lecoultré Opticien diplômé
Rue de la Morâche 6 - 1260 Nyon
022 361 59 55
www.maxivue.ch/lacombe

OPTIQUE
DE LA
COMBE



EAU PLOMBERIE FERBLANTERIE

FOUNEX / VD
VERSOIX / GE

tél.: 022 - 776 75 83

Natel: 079 - 202 20 03

Email: efp@bluewin.ch



CHAUFFAGE

La Barillette Café-Restaurant

Ses nouveaux propriétaires, Daniel et Olivier
seront là pour vous accueillir du
Mercredi au Dimanche de 11h00 à 23h00.



Restaurant La Barillette
Route de la Dôle (tout, tout, tout au bout du chemin!)
1276 Gingins
Tél. 022 360 12 33 Email : barillette@gmail.com
<http://www.restaurant-barillette.ch>

Souvenirs partagés



21. - 22.08.2021 - Mont Blanc de Cheilon (3870 m)

Il y a 4,5 milliards d'années, naissait notre belle planète. Pour connaître la suite, rien de tel que de se laisser guider par Thierry et c'est ce que nous avons fait ce doux matin en direction du lac des Dix avec pour objectif : Le Mont Blanc de Cheilon.

Accueillis à l'hôtel du barrage pour le petit déjeuner. c'est sans trainer que nous avons serré nos lacets et grimpé sur la couronne. De là, le sommet nous observait déjà. Afin de parvenir au bout de ce long lac des Dix, il avait été décidé de pimenter le chemin par Prafleuri et de profiter de ce détour pour admirer la flore et les aspects géologiques des environs.

A peine quelques pas et un joli couple d'Edelweiss nous sourit parmi tant d'autres couleurs, quelques autres pas et nous voilà dans le vallon de Prafleuri, idéal pour la parenthèse pédagogique de notre chef de course.

Evidemment, j'ai tout retenu dans les moindres détails mais c'est tellement plus intéressant quand c'est lui qui vous raconte la formation de nos montagnes ! La promenade reprend et c'est au col des Roux que l'on profite de la vue sur le lac pour manger un bout. Les discussions sont chouettes, on est bien au Club Alpin !

S'en suit une longue descente pour rejoindre le chemin qui nous mènera au bout du lac parmi les sifflements des marmottes et c'est là, au pas du Chat, que le paysage change progressivement pour devenir de plus en plus envoutant.

Nous suivons la moraine entre les torrents du glacier de la Luette et la fin du glacier de Cheilon, un dernier effort pour contourner la Tête Noire et je tombe nez à nez (ou à museau) avec le gardien des cimes. Surement nous observait-il, lui aussi, depuis déjà un moment, allongé là sur les cailloux, les pattes en avant, avec sa patience et sa confiance légendaire.

Quelques minutes de plus et nous voici à la cabane des Dix, le temps de nous déchausser et de nous installer sur la terrasse, l'équipe nous propose cocktails et bières belges, pour le plus grand bonheur de notre président qui s'empresse de nous faire goûter ses préférées. L'heure du souper arrive déjà et la bonne humeur envahit encore plus la cabane lorsque que nous chantons pour souhaiter l'anniversaire d'un homme à la table d'à côté qui ne se privera pas de préciser sa 80^{ème} année et la 54^{ème} année de mariage avec sa belle qu'il avait alors rencontré ici même un soir d'hiver.

Malheureusement, les inquiétudes grandissent et se lisent sur le visage de Thierry, épaulé par Jimena. La météo change beaucoup mais le réveil est quand même programmé. C'est donc sans grande surprise, sous la pluie et dans la nuit noire que l'on prend la direction du col de Cheilon première étape pour décider si l'on s'engage sur l'arête. Le chemin s'arrêtera là. Le temps reste menaçant et la décision ne fait aucun doute.

Souvenirs partagés



Après tout, il reste des tartes à la cabane ! Et c'est ainsi sur une touche sucrée qu'on amorce notre retour, le temps se dégage finalement et c'est le moment de promettre un nouveau rendez-vous à ce beau sommet.

Le temps finira par s'éclaircir et le lac des Dix s'offre à nouveau à nous. Le fond de l'air se réchauffe et c'est avec le son des sonnettes que le barrage se rapproche. Un peu de mousse et beaucoup d'autres discussions, toutes très intéressantes, et nous sommes de nouveau à bord du van.

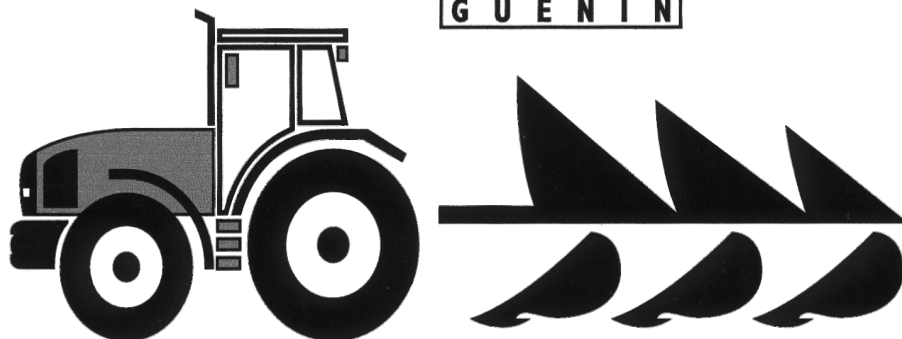
Un weekend incroyable dans un décor majestueux avec des gens formidables. Merci à tous.

Nous avons retrouvé nos routines mais mon esprit, lui, restera là-haut.

Chris



ASSOCIATION GENEVAY
GUENIN



**ABATTAGE · ÉLAGAGE
BOIS DE CHEMINÉE**

LA RAVIÈRE · 1269 BASSINS

022 / 366 15 46 · 022 / 366 46 43



DECOUVERTE ET RANDONNEE

Soif d'évasion ? de Grands Espaces ? Le dépaysement est là, tout près de chez vous. A pied ou en raquettes, Jura-Trek vous emmène en randonnée à la découverte de la faune, la flore et des gens qui peuplent le Jura et les Alpes, contactez-nous !

Jura-Trek
Michel Ruffieux
Ch. de la Fin d'Enhaut 23
CH-1269 Bassins / Switzerland

Tel. +41 79 7751024
E-mail: michel.ruffieux@jura-trek.ch
site web : www.jura-trek.ch

Souvenirs partagés



20. – 21.08.2021 - Gspaltenhorn (3436 m)

Vendredi matin, quatre motivés (François, Filip, Mickael et CDC Florian) sont partis direction l'Oberland Bernois.

Un terrain inconnu et parfois ignoré par les Romands, mais Florian nous a planifié une belle course d'alpinisme depuis Griesalp (un village à 1'408m et c'est le dernier village après Kiental).

Une route très étroite et raide nous y mène ; tellement étroite qu'il est impossible de monter quand que le car postal descend... mais que c'est idyllique !

Une fois arrivés au parking, on s'est mis en marche pour rejoindre la Gspaltenhornhütte (2454 m). Une cabane très sympa et refaite à neuf en 2016. Alors qu'on nous indique qu'il faudra 3h30 pour parcourir les 7 km et monter les mille mètres, les quatre motivés que nous sommes, nous les avons bouclé en moins de 2h15.

Etant donné que nous sommes arrivés tôt à la cabane, on a bien pu profiter de la terrasse, sécher nos affaires et surtout bien se reposer pour le réveil à 4h du matin le lendemain. En plus, depuis la terrasse on a pu admirer le majestueux « Gamchigletscher », ou du moins ce qu'il en reste, étant donné qu'il a tellement rétréci, il n'en restera probablement que des souvenirs dans 5 à 10 ans.

Le lendemain matin, on a entamé la route depuis l'Ouest vers le col de Bütlassesattel (3'019m). Une fois arrivés au col, on est encore montés 200m, puis on s'est divisés en deux équipés et on s'est encordés afin de faire l'arête.

Il n'y avait plus de neige, ce qui nous a permis de bien avancer et être au sommet vers 9h. Une fois arrivés en haut il y a eu un peu d'animation étant donné que des locaux sont arrivés juste après nous, pour installer la première croix sur le Gspaltenhorn !

Après avoir admiré la magnifique vue sur l'Eiger, le Moench et la Jungfrau, on est redescendus direction la cabane pour récupérer notre matériel et s'hydrater afin de continuer notre chemin vers Griesalp. Donc, ce jour-là, on a fait une montée de 1'000m, puis nous sommes descendus un peu plus de 2'000 mètres.

Bien évidemment une bonne bière fraîche nous attendait sur une terrasse à Griesalp. En plein cagnard, on a refait le point sur cette belle sortie d'alpinisme et dit un grand merci à Florian pour le parfait encadrement.

Filip



**Ski, neige et soleil :
savourer votre journée
à la montagne.**

Christophe Domenig, Spécialiste d'entreprise
T 022 775 05 52, christophe.domenig@mobiliere.ch

Agence Versoix
Denis Hostettler

Rue des Moulins 25
1290 Versoix
T 022 775 05 50
geneve@mobiliere.ch
mobiliere.ch

la Mobilière

1320771

bandieri.ch
Votre garage à Bassins

Voitures de tourisme - Remorques - Utilitaires
Préparation expertise - Réparation
Service et entretien toutes marques
Vente véhicules neufs et occasions
Lavage - Station-service 24/24

Agences Toyota et Subaru - Partenaire Le Garage



Bandieri Sàrl – Rue du Pelaz 13/15 – CH-1269 Bassins – 022 366 18 22 - contact@bandieri.ch

Souvenirs partagés



27. - 29.08.2021 - Traversée Visperterminen - Ochsehorn - Hospice du Simplon

Cheffe de course : Elsbeth Koehli

Participantes : Patricia Deléamont, Sylvette Pezet, Marie-Antoinette Fasel, Annie Bréchon, Jeanne-Chantal Macherel, Maïté Gegu, Céline Beaulieu, Elsbeth Koehli, Catherine Delteil Cocoual, Anne-Lise Theurillat, Silvia Aeschlimann Mahon

Le 7 février 1971, le peuple accordait aux Suissesses le droit de vote et d'éligibilité sur le plan national. Cinquante ans plus tard, Alliance F a réuni 600 femmes sur le Grütli le 1er août et Suisse tourisme a proposé le 100% Women Peak Challenge à toutes les passionnées de montagne - 1 des 48 plus hauts sommets de Suisse à gravir - dans la foulée des 150 ans de la première ascension féminine du Cervin.

C'est dans cette mouvance que nous étions dix femmes à être inscrites à la traversée de trois jours Visperterminen - Ochsehorn - Bistinenpass - Simplon (hospice) organisée par Elsbeth et, ainsi à fêter ce jubilé à notre petite échelle.

Vendredi, nous avons pris le train pour le Haut-Valais. Nous savions que Gspon nous attendait. A partir de Visperterminen, nous sommes allées par la forêt, par la montagne, nous y avons vu des paysages verdoyants, des hameaux déserts et des géraniums aux balcons. A Gspon, sur les marches de la petite église, sous un soleil radieux, nous avons déjeuné les yeux fixés sur le Weisshorn et le massif des Mischabels. A 2000m, nous avons vu le terrain de football le plus haut d'Europe.

Sur le télésiège au départ de Giw, nous avons senti la fraîcheur à nos pieds et le vent baigner notre tête nue. Un itinéraire coté T2 et T3, 12km, un petit dénivelé de + 1000m, un verre de Heida et, la nuit venue, une visite guidée de Visperterminen pour comprendre que ce village est marqué par l'histoire des Walser et par la culture viticole.

Samedi, nous sommes parties à l'assaut d'un sommet. Nous savions que l'Ochsehorn nous attendait. Nous sommes allées dans les sentiers, fouler l'herbe menue, concentrées sur les quelques courts passages exposés. Nous avons crapahuté avec joie. Au sommet, nous avons lu «Menschen die auf Berge steigen, strahlen wie das Sonnenlicht. Menschen die im Tal bleiben, verstehen ihre Sprache nicht.». A 2912m, l'amour infini nous est monté dans l'âme. Rêveuses, nous sommes descendues par le lac Bleu et avons traversé le Nanztal le long du

Souvenirs partagés



légendaire bisse «Haido». Sur le télésiège au départ de Giw, nous avons ressenti les mêmes sensations que la veille. Un itinéraire coté T2, T3 et T4, 16km, un dénivelé + 1000m, un verre de Heida et une douce nuit.

Dimanche, nous sommes allées loin par la nature. Nous savions que le Simplon nous attendait. A partir de Giw, nous avons franchi le col de Gibidum 2208m, parcouru le fond de la vallée du Nanztal, passé le col de Bistinen 2417m et entamé la descente sur le Simplon (hospice) où nous avons admiré les rhododendrons qui, contre les rocs penchés, semblaient endormis et couchés. Nous avons toutes alors pensé à l'automne. Un itinéraire coté T2 et T3, 14km, un dénivelé + 1000m, une bière et un retour en train.

A Elsbeth et Sylvette, avec tous mes remerciements,

A vous toutes, au plaisir d'avoir partagé cette course avec vous,

Silvia



Souvenirs partagés



4. – 5.09.2021 - Moay – la cabane des Mille – Bourg - St-Pierre (2642 m)

Cheffe de course : Sylvette

Participants : Jeanne-Chantal, Muriel, Maryline, Céline, Jean-Daniel,
Julien et Michèle

Samedi 4

Du Châble, nous prenons un petit bus qui nous amène à Moay , au-dessus de Bruson, d'où nous démarrons notre marche après un petit café-terrasse bienvenu !

Une très belle montée dans les pâturages et les forêts...nous permet de découvrir des paysages enchanteurs par les couleurs rose des bruyères et rouge des myrtilles chargés de fruits succulents qui nous invitent à ralentir notre rythme... bonheur !!!!

Nous arrivons à la cabane après avoir admiré le Six Blanc, la tête de Payanne et le Mont Brûlé . A peine arrivés dans cette jolie cabane....le brouillard nous a rejoints aussi et nous a invités à une petite sieste bienvenue avant l'apéro et la soirée sympathique !

Dimanche 5

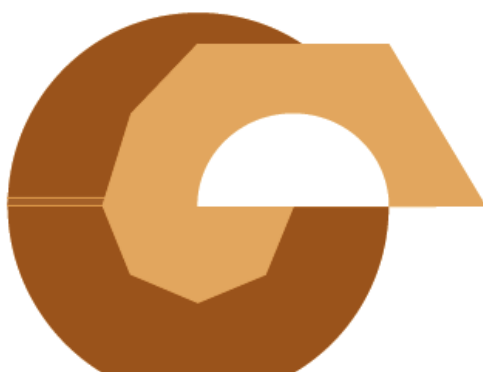
Le soleil est au rendez-vous et nous admirons les lumières du matin et le panorama superbe qui nous entoure (Mille sommets ?) avant de partir par un chemin d'altitude magnifique. Nous nous engageons sous le Mont Rogneux, marchons jusqu'à la Vouardette . Le panorama est juste époustouflant ! du glacier d'Orny au Dolent avec le Mont Blanc au fond d'un côté, le glacier d'un des Combins de l'autre, et en fond de vallée, le Vêlan et Bourg-St-Pierre. On admire mais on ne traîne pas....nous grimpons un chemin bien raide pour aller jusqu'à la bifurcation pour le col de Lâne, afin de contourner la Pointe de Toule. C'est isolés dans ces hauts pâturages silencieux et magiques que nous faisons une bonne pause avant de rejoindre Boveire....les framboisiers généreux le long du chemin, et Bourg-St-Pierre...où boissons fraîches et coupes glacées nous attendent !

Terrasse à l'ombre....température délicieuse....des étoiles dans les yeux et dans le cœur...nous nous souviendrons longtemps de ces paysages, des deux apparitions de l'aigle...et surtout du bonheur de partager ensemble ces heures si harmonieuses.

Merci à Sylvette !

Michèle

Souvenirs partagés



Chabloz, Chiovini
et Associés Sàrl

1183 Bursins
021 824 15 47
info@pikbois.ch

Charpente Isolation(isofloc) Sous-couverture Ferblanterie – Couverture Rénovation

Isolant éco-responsable



Remise des textes

pour le prochain bulletin (n° 5/2021 - parution mi-janvier 2022)

19 novembre 2021

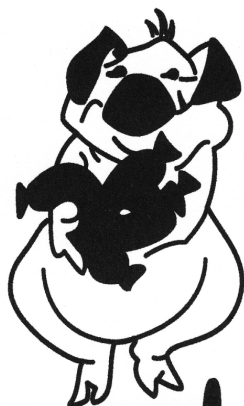
Merci de respecter ce délai afin que nous puissions les y inclure!

bulletin@cas-la-dole.ch

Idéalement :

- le texte dans un fichier « Word », aussi en pièce jointe,
- police Times New Roman 11
- n'oubliez pas le nom de celui qui a écrit le rapport (pour la signature)
- 1-2 photos haute résolution en pièce jointe séparée

Merci pour votre collaboration !



**BOUCHERIE
CHARCUTERIE
TRAITEUR**

Chez Philou

Philippe GRANGE

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



Retour:
Case postale 1017
1260 Nyon 1

ROCHEFORT



1'390 m - coord. 500.720/146.870

1 h à pied de St-Cergue

1/4 h de la place de parc

ARPITETTAZ



2'786 m - coord. 618.600/105.560

4 h à pied de Zinal

Tél. cabane 027/ 475 40 28

Visitez nos cabanes!

Visitez nos cabanes!



IMPRIMERIE DE BEAULIEU SA

Successeur de Favre et Pittet SA

Visitez notre nouveau site internet
www.imprimerie-beaulieu.ch

Rte de Lausanne 4 - 1180 Rolle - Tél. 021 824 32 40
info@imprimerie-beaulieu.ch