

L'AMI MONTAGNARD

septembre 2022



Assemblée générale

Le troc

Le tour des comitards

le ski c'est

**UNIVERS
SPORTS**

Le choix • Le conseil • Le service

10% de réduction pour les membres



P 52, rue de la Servette
CH - 1202 Genève
Tél.: 022 733 33 58
univers-sports@bluewin.ch
www.univers-sports.ch

Nouvelles brèves

Cours de grimpe, il reste des places

Les cours d'escalade ont élargi leur offre. En conséquence il reste des places disponibles. Voici quelques informations à ce sujet:

- Un cours supplémentaire pour les ados (dès 14 ans), le lundi soir.
- Un cours supplémentaire pour les enfants (de 6 à 13 ans), le mercredi de 18h00 à 19h30 et le samedi de 10h30 à 12h00.
- Il reste encore de la place pour tous les cours, sauf ceux du jeudi soir.

Pour tout renseignement, prière de vous adresser à Sylvie, au 079 792 72 74.

● La commission alpinisme et escalade

Chalet et travaux

La traditionnelle montée-travaux au Chalet aura lieu les samedi 22 et dimanche 23 octobre 2022. Si vous voulez donner un coup de main, les bonnes volontés sont les bienvenues. Inscrivez-vous auprès de Jean-Daniel Grangier, président de la commission Chalet, au 079 598 67 05.

Invitation

Assemblée Générale du mardi 15 novembre 2022

Ordre du jour

1. Rapport du président
2. Approbation du rapport du président
3. Rapport du trésorier
4. Rapport des vérificateurs aux comptes
5. Approbation des comptes et des rapports
6. Élection des membres du comité
7. Élection des vérificateurs aux comptes
8. Rapports des commissions
9. Hommage aux membres
10. Divers

Élection des membres du comité

Art. 35, al. 3 des statuts des Amis Montagnards du 5 mai 2009.

Roger Buehler et Michel Philipp, élus en 2020 Président et Vice-Président, sont candidats à leur propre succession pour deux nouvelles années. Il conviendra de les soumettre à votre approbation lors de l'élection.

Comme nous l'avons déjà annoncé dans le bulletin de cet été, Cédric Huwiler se retire de la commission de ski alpin et snowboard. Le poste est donc vacant. Toute personne membre des Amis depuis plus d'un an peut se porter candidat-e à cette fonction. Les postulations doivent être soumises par écrit au président. Le comité sera très heureux d'accueillir vos candidatures et se tient volontiers à disposition pour toute explication utile.

Vous trouverez ci-dessous le cahier des charges de cette fonction, ainsi que le programme que Cédric et son équipe ont arrêté pour la fin 2022 et l'année 2023.

Vous le constatez également à la vue de la liste du comité soumis au vote, le poste de la commission Jeunesse est également vacant. Les postulations sont soumises aux mêmes conditions que le poste précédent et le comité reste à votre entière disposition pour tout

sommaire

Les Brèves	2
Assemblée générale	3
La vie après un AVC	5
Commission de ski	6
Sondage 125 ans	7
Réchauffement	9
Le troc	10
Le tour des comitards	11

Rédaction Manu Rossi 079 772 98 16
emmanuel.rossi@bluewin.ch – délai de
remise des textes et des images pour la
prochaine édition: 10 octobre

Annonces Fabien Neuhaus 078 605 38 91
Impression Imprimerie des Bergues SA
www.bergues.ch

Ont participé à ce numéro R. Buehler,
M. Buehler-Spitz, P. Chevalier,
C. Huwiler, F. Neuhaus, E. Roth Cave,
A. et JD. Grangier

Crédit photo A. et JD. Grangier (p. 5),
P. Chevalier (p. 9), P. Roschy (p. 9),
E. Roth Cave (p. 11), R. Buehler (p. 15)

Couverture P. Chevalier, Lumières
d'automne sur les Alpes bernoises



Nos membres

Admissions

- PALEY Arthur, présenté par Michaela Schmeer Dupont et Catherine Mange
- PALEY Pierre, présenté par Michaela Schmeer Dupont et Catherine Mange

Démissions

- DE GRECK Jean-Pierre
- GLUTZ Sylvie ● MARTIN José ● WORTHINGTON Keith
- CHATILLON Eliora

complément d'information. À noter qu'il s'agit d'un poste transversal très enrichissant, où les qualités relationnelles et les capacités d'analyse et de synthèse sont importantes.

Comité soumis au vote de l'AG 2022

- Présidence: Roger Buehler
- Vice-présidence: Michel Philipp
- Trésorier: Fabien Neuhaus
- Randonnée à ski: Nicolas Wyssmann
- Alpinisme et escalade: Andrea Picco
- Randonnée pédestre: Catherine Torrent
- Raquette: Josef Loetscher
- Ski et snowboard: vacant
- Jeunesse: vacant
- Gym: Evelyne Cave
- Chalet: Jean-Daniel Grangier
- Local-loisirs: Nicole Fuchs
- Formation: Denis Dal Molin
- Information: Emmanuel Rossi
- Procès-verbal: Antje Schmitt

Fabien Neuhaus se tient à votre disposition pour que vous puissiez examiner les comptes et poser des questions y relatives.

Médailles de fidélité:

25 ans de sociétariat

Sylvie ALLEMANN, Lucienne CRETEGNY-DUPRAZ, Willy CRETEGNY, Pascale DETHURENS, Stéphane FUCHS, Guillaume GERDIL, Markus GNADINGER, Fabio HEER, Pierre MAECHLER, Philippe MARTI, Dominique PERRIN, Chantal RENAUD, Claude ROSSI-STRYIENSKI, Cosette SCILACCI-VARIDEL

50 ans de sociétariat

Denise BIRRAUX, Marc VIGNY

Je me réjouis de vous retrouver nombreux le 15 novembre prochain.

Avec toutes mes montagnardes amitiés .

- Roger Buehler



Chaque minute compte...

La MAM propose : Un moment de vie après un AVC

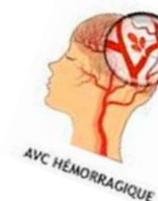
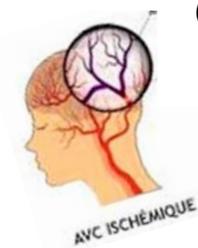
Mardi 18 Octobre 2022, 20h30

Deux expériences pour tenter de
Comprendre une réalité



Aline GRANGIER
et
Jean-Daniel GRANGIER

Nous n'avons aucun lien familial (dingue, non ?), nous sommes cependant frère et sœur de cœur... et de cerveau !



AVC, A Vos Citrons !
Bande annonce

Au programme :
Court-métrage « [AVC, A Vos Citrons !](#) » (Aline)
Récit « Ça va l'chalet ?! » (Jean-Daniel)
Témoignage et partage d'un soutien mutuel
Joie et bonne humeur !

Nouvelles importantes de la commission ski

Nous cherchons, pour la Commission ski, un nouveau président et un responsable des abonnements.

Descriptif du poste de président de la commission ski alpin et snowboard :

- Participer au comité des Amis Montagnards environ une fois par mois
- Proposer un programme pour la saison qui traditionnellement inclut :
 - 5 cours de ski les dimanches
 - 1 ou 2 concours de ski
 - 3 week-ends moniteurs
- Organiser une réunion de début et de fin saison pour répartir les différentes tâches au sein de la commission
- Les différentes tâches à répartir au sein de la commission sont les suivantes :
 - 1 organisateur pour chaque week-end moniteur
 - 1 organisateur du concours
 - 1 organisateur pour les cours de ski, qui gère la répartition des classes de ski et snowboard
 - 1 personne responsable des abonnements lors des cours de ski

Descriptif pour la personne responsable des abonnements pour les cours de ski du dimanche et du concours interne

- Prendre contact avec les stations en avant-saison pour négocier les tarifs et les modalités de retrait des forfaits
- Organiser la distribution des abonnements de ski et tenir la caisse et sa comptabilité le matin des cours de ski
- Tenir à jour la comptabilité de la saison et la communiquer au trésorier à la fin de ladite saison

Programme de la commission ski et snowboard

- Week-end de formation 11-12 novembre 2022 à Saas-Fee.
- Cours de ski n°1, dimanche 15 janvier 2023
- Cours de ski n°2, dimanche 22 janvier 2023
- Cours de ski n°3, dimanche 29 janvier 2023
- Week-end freeride 4-5 février 2023
- Cours de ski n° 4, Dimanche 12 février 2023
- Cours de ski n°5, dimanche 5 mars 2023
- Dimanche 12 mars, concours interne 2023
- Week-end moniteurs 25-26 mars 2023

Votre avis nous intéresse

Grand sondage pour nos 125 ans

Chers Amis Montagnards, Chères Amies Montagnardes,

En 2023 notre association aura 125 ans !

C'est une bonne raison de faire le point.

Le but de ce sondage est de lancer une vaste consultation des membres et sympathisants du club afin d'identifier des tendances et être à l'écoute des suggestions.

Cela nous permettra, nous l'espérons, de procéder à des ajustements, voire qui sait, de redéfinir certaines orientations stratégiques.

Mais surtout nous souhaitons investir nos moyens humains et financiers là où cela compte pour vous.

Le comité s'engage à traiter les réponses individuelles de façon confidentielle, et publiera une synthèse des résultats et des conclusions qu'il en tire. Toutefois nous ne pouvons évidemment pas garantir que chaque idée puisse être mise en œuvre.

Ce sondage prend environ 20 minutes, peut-être un peu plus si vous nous faites profiter de vos précieux commentaires.

Merci d'avance d'y consacrer votre temps.

● Le comité

Remarque 1) : Il se peut que vous receviez ce questionnaire via plusieurs canaux, cela en particulier si vous êtes actifs dans différentes commissions du club. Nous vous prions de n'y répondre qu'une fois. En revanche n'hésitez pas à le faire suivre à toute personne susceptible d'avoir un avis sur le club (par exemple autres membres de la famille, membres ayant démissionné, participants aux activités sans être membre, etc.).

Remarque 2) : Pour des raisons de simplification, le genre masculin s'adresse autant à une femme qu'à un homme.



Scannez ce QR Code
pour accéder au sondage

Produits chimie fine et chimie industrielle – Produits piscines
Produits chimico-techniques – Produits d'entretien – Huiles minérales et synthétiques

IDEAL CHIMIC

Pierre et Marc Berthier 022 307 11 80 route de Saint-Julien 34 1227 Carouge



OLIVIER MURNER

CONSTRUCTIONS MÉTALLIQUES
SERRURERIE GÉNÉRALE
TOUS TRAVAUX INOX ALU ACIER
SERRURES ET PORTES DE HAUTE SECURITÉ

19, rue Le Royer - 1227 Acacias/Genève
Téléphone 022/342 28 72
Dépannage 079/346 28 46
<http://www.murner.ch>

chauffage
ventilation
climatisation
réfrigération
électricité
automatisme
santitaire
maintenance
optimisation

mino

gestion d'énergies depuis 1925

0848 884 000
info@mino.eu
www.mino.eu



TAILLE DE PIERRES

MELLO & FILS S.A.

Monuments funéraires

rue des Moraines 20 1227 Carouge
Tél. 022 342 22 74 Fax 022 342 77 71



**POMPES FUNÈBRES
A. MORITH S.A.**
DEPUIS 1888, AIDE LES FAMILLES EN DEUIL

Salons funéraires privés
Accueil - Visites - Recueillement

89. BD DE LA CLUSE - GENEVE
TELEPHONE 24H./24. 809 56 00

Réchauffement, vous avez dit ?



Dans le numéro des "Alpes" du mois de septembre, le mensuel du CAS, j'ai découvert une photo du Mont Blanc de Cheillon*, une photo qui m'a replongé dans d'antiques souvenirs...

C'était ma première course de haute montagne, le 16 septembre 1961! ... Autant dire la préhistoire!

J'ai déniché dans mes archives des clichés que j'avais pris à cette date et la comparaison avec l'état actuel de la montagne, la première des trois bien sûr, m'a semblé intéressante...

* La photo parue dans les Alpes est de Pascal Roschy, que je n'ai pas eu le temps de contacter, vu le délai de production de notre bulletin. S'il lit ces quelques lignes, il peut m'atteindre à : pchevalier@hispeed.ch. Merci



amis
monta
gnards

TROC 2022

Eté - Hiver

**Achat/vente de matériel de
Montagne, Ski, Alpinisme,
Escalade, Randonnée...**

BRADERIE
DES MAGASINS
PARTENAIRES

*Cactus Sport, Lunetterie des Rois,
Univers Sports*

DEPÔT	Lundi 31 octobre de 19:30 à 20:45
VENTE	Mardi 01 novembre de 17:00 à 21:00 ET
	Jeudi 03 novembre de 17:00 à 20:00
RETRAIT DES INVENDUS	Jeudi 03 novembre de 20:30 à 21:00 ET
	Mardi 08 novembre de 19:00 à 20:00

**Maison des Amis Montagnards,
54a, avenue du Petit-Lancy, 1213 Petit-Lancy**

N'apportez que du matériel à vendre que vous seriez prêts à acheter!



Paiement à l'achat **CASH** ou **TWINT** 

Informations, règlement, feuilles vendeur à consulter sur notre site:

www.amis.ch

Evelyne Roth Cave, présidente de la commission gymnastique
Le tour des comitards



Evelyne est entrée au club en 1991; elle devient monitrice de gymnastique aux AMG déjà en 1992. Après une pause à l'étranger, de 1995 à 2006, elle réintègre notre association aussi naturellement que si elle l'avait quittée la veille. Ces onze années de séjour hors de Suisse ont conféré à notre Amie une ouverture d'esprit qui a eu beaucoup d'influence sur sa commission. De retour à Genève, on

demande à Evelyne de réintégrer sans attendre la commission gymnastique, dont elle devient la présidente en 2012. On relèvera que son attachement au club ne date pas d'hier. En effet sa grand-mère faisait déjà partie des Amis dans les années 1920. C'est une personne tout sourire, extrêmement positive et attachante que j'ai eu l'occasion d'interviewer.

— *Pour être monitrice de gymnastique, puis présidente, tu es naturellement sportive?*

— J'ai pratiqué de nombreux sports à différents niveaux. À commencer par la gymnastique artistique, puis l'équitation. J'ai fait de la compétition dans ces deux disciplines. J'ai aussi fait de la voile (lac et mer) et participé à de nombreuses régates. J'ai éga-

lement pratiqué des sports alpins comme le ski, le snowboard, et la rando à pied.

— *Les Amis Montagnards sont un club fondé sur l'amitié et la solidarité. Qu'est-ce qui te plaît particulièrement dans cette association?*

— Ce sont principalement les gens que j'y ai rencontrés et que

Imprimerie des Bergues SA

Offset · Typo · Impression digitale
Thermogravure · Dorure à chaud

Rue Saint-Joseph 18 Tél. 022 343 17 76
1227 Carouge www.bergues.ch



Duret sa
CHARPENTE
MENUISERIE

t. 022 703 40 90 | f. 022 703 40 98
Avenue de Thônex 107 - 1226 Thônex
duret.sa@duret.ch | duret.ch

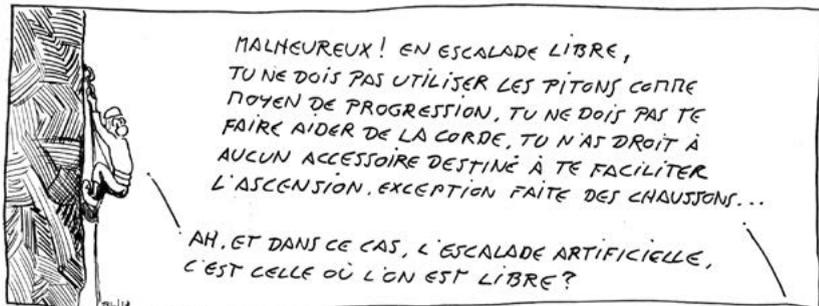
BOSSON
Combustibles SA

**La chaleur
sous toutes ses formes**

Mazout, diesel, carburants,
station service 24/24 et
révision de citernes.

Ch. de la Marbrerie 6
CH - 1227 Carouge
Tél: 022.343.89.50
Fax: 022.343.14.41
Mail: info@bosson.ch
Web: www.bosson.ch

CACTUS SPORTS
Pour tous les amateurs d'escalade
de belles falaises et de grand air
6 rue du Pont-Neuf à Carouge, 022.300.3001
atelier 022.301.74.33, lu-ve:9-19h, sa: 10-17h



BOULANGERIE - PÂTISSERIE

CAROUGE - GENÈVE - ROLLE

WOLFISBERG

WWW.WOLFISBERG.ORG

Le plaisir des saveurs authentiques

je rencontre encore dans le club en général. J'ai aussi bien apprécié les dimanches de ski en famille lorsque mes enfants étaient plus jeunes. Mais ce que j'aime le plus, c'est mon groupe de gym; c'est une super équipe. Il y a une bonne ambiance, on rigole bien et il y a un vrai sens de l'amitié.

— *Il y a forcément un bémol, quelque chose que tu aimes moins?*

...la longueur des séances de comité! (rires).

— *On a déjà effleuré ta commission, dis-m'en davantage!*

— Elle est composée de quatre personnes au sein du monitorat (trois monitrices, y compris moi-même, et un moniteur.) C'est la formule magique; on fait un tournus, chacun a son style, ce qui amène de la diversité aux cours et comme ça, personne ne se lasse. La commission est particulièrement dynamique. En effet chaque semaine, il y a plus de 20 participants aux cours. Hommes et femmes, parmi lesquels des participants à la Patrouille des Glaciers, et ex-marathoniens. En termes d'évolution, on vient d'ouvrir un nouveau cours pour les jeunes de 18 à 24 ans; parcours Vita par

beau temps ou unihockey en salle. J'espère que ce groupe découvrira les joies de se retrouver régulièrement pour bouger ensemble et former des amitiés. Idéalement, je compte sur les jeunes pour reprendre le flambeau; ils pérenniseront la gym des Amis. J'y garde un si bon souvenir de mes jeunes années; j'espère qu'ils pourront en vivre de semblables.

— *La gymnastique n'est a priori pas un sport de montagne. Comment vois-tu l'importance de cette activité dans ce club, sachant que ces cours de gym datent de nombreuses décennies?*

— Initialement la gymnastique a été mise sur pied pour la préparation au ski, il y a cinquante ans. En ce sens ceux qui l'ont fait ont été des précurseurs. En dehors de l'importance de se maintenir en forme tout au long de l'année et de garder une certaine souplesse, cette activité permet de prévenir les accidents. On y travaille tout; du cardio à l'équilibre en passant par le renforcement musculaire et la coordination. Afin de pouvoir profiter pleinement de sports praticables à certaines saisons, à l'instar de la grimpe, de la rando, etc. il est important d'entretenir son physique afin de pouvoir en pro-

fitier pleinement le temps venu. La gymnastique devient ainsi une activité inhérente aux sports de montagne, voire nécessaire.

— *On parle de la commémoration des 125 ans du club, l'an prochain, mais peu des 50 ans de la commission gymnastique. Quelles activités particulières y sont prévues?*

— En effet, la commission fête ses 50 ans d'existence. Ce chiffre n'est pas anodin puisqu'il y a 30 ans j'ai commencé à donner des cours de gymnastique aux Amis et cela fait 10 ans que je suis présidente de cette commission; ce sont tous des chiffres ronds. Mais pour répondre plus précisément à ta question, cela fait un moment que je pense à ce jubilé et ma liste d'idées s'allonge de plus en plus. Plusieurs événements auront lieu au cours de la saison 2022-2023. Nous avons commencé par un week-end gym au chalet, nous terminerons les célébrations par une grande fête au printemps. Je profite de cette interview pour dire à toute personne ayant fréquenté la gym d'envoyer son adresse courriel à gym@amis.ch afin de pouvoir la convier à cette célébration.

— *Quelle évolution vois-tu pour un club comme le nôtre, avec les défis qui nous attendent?*

— Evidemment, je souhaite qu'il y ait une relève par nos jeunes. Mon but, et mon action également, est de transmettre à mes enfants, et aux jeunes, nos valeurs et nos souvenirs. Ces derniers, expérience faite, se transmettent également d'une génération à l'autre, et cela crée une continuité qui n'exclut pas l'innovation mais l'enrichit. J'attache beaucoup d'importance à l'accueil, afin de mettre les gens à l'aise, et qu'ils se sentent inclus dans le groupe. Dernièrement j'ai proposé à mes grands ados, qui sont jeunes adultes, de s'occuper du nouveau cours que j'avais en tête. Après avoir légèrement rechigné, ils ont accepté. Je crois que ce qui les a motivés, c'est la bonne ambiance et l'énergie du groupe actuel.

— *Voudrais-tu dire un dernier mot pour clore cet entretien?*

— Que vive la gym des Amis! Et je souhaite une longue vie au club!

• **Propos recueillis par Manu**



Venez découvrir la
NOUVELLE
ACTIVITÉ du club,
LE VTT !



club fondé en 1898
Section de ski affiliée à Swiss Ski

Inscriptions le mardi entre 19 h et 20 h 30 
à la Maison des Amis montagnards,
avenue du Petit-Lancy 54a, Petit-Lancy

Adresse postale, Amis montagnards, 1200 Genève
CCP 12-1799-1

président Roger Buehler 022 740 35 52
rue Sonnex 23 1218 Grand-Saconnex

vice-président Michel Philipp 022 342 97 10
chemin des Serres 6 1234 Vessy

trésorier Fabien Neuhaus 078 605 38 91

procès-verbaliste Antje Schmitt 022 784 67 37

information Emmanuel Rossi 079 772 98 16

local Nicole Fuchs 079 363 22 07

chalet Jean-Daniel Grangier 079 598 67 05

formation Denis Dal Molin +33 767 75 54 58

jeunesse Vacant

alpinisme et escalade Andrea Picco 079 904 59 52

rando pédestre Catherine Torrent 079 637 52 86

randonnée à ski Nicolas Wyssmann 022 321 18 75

ski alpin et snowboard Cédric Huwiler 076 552 05 06

raquette Jo Loetscher 079 822 57 33

gymnastique Evelyne Cave 076 296 47 16

Lunetterie  des Rois



SEE MORE.
DO MORE.

EYES
WILL
NOT
TIRE.*



Paul Trunz
bd St-Georges 75, Genève
T 022 329 75 95
lunetteriedesrois.ch
info@lunetteriedesrois.ch

Eyezen™

LE VERRE CONÇU POUR LA VIE CONNECTÉE



*WITH EYEZEN™ 0.4 EYES WILL NOT TIRE BY COMPENSATING ACCOMMODATIVE POWER DROP DURING AT LEAST 20 MINUTES OF NEAR WORK.
©ESSILOR INTERNATIONAL - FEBRUARY 2018. ESSILOR® AND EYEZEN™ ARE TRADEMARKS OF ESSILOR INTERNATIONAL. FRAME: FACE A FACE.