



L'AMI MONTAGNARD

février 2012

votre magasin spécialisé et bureau de guide



**PASSE
MONTAGNE**

Lausanne-Monthey-Genève-Les Diablerets
www.passemontagne.ch

Programme

Février

jeudi 9

– Initiation à l'escalade, à la MAM (MAM)

samedi 11

– Cours d'alpinisme hivernal 6, au Salève

samedi 11 à dimanche 19

– Semaine de ski au chalet pour familles et enfants (ski et snowboard et chalet)

dimanche 12

– Tête des Muets, 2075 m (raquette)

dimanche 12 à samedi 18

– Camp de poudeuse de la Cordée (rando à ski et jeunesse)

dimanche 19

– Col de Fenestral, 2400 m (rando à ski)

– Mont de l'Arpille, 2085 m (raquette)

samedi 25

– Le Charvet, 2938 m (rando à ski)

– La Tournette, 2351 m

(rando à ski et jeunesse)

– Entraînement slalom (ski et snowboard)

samedi 25 et dimanche 26

– Combes du Haut-Jura (fond et raquette)

dimanche 26

– La Pointe du Midi, 2364 m (rando à ski)

– Cours 4 de ski et snowboard

mardi 28

– Concours nocturne (ski et snowboard)
changement de date

mercredi 29

– Cours d'escalade à la MAM - perfectionnement 1 (escalade)

Mars

samedi 3

– Col de la Floria - Col de Salenton Mont-Buet, 3096 m (rando à ski)

– Entraînement slalom (ski et snowboard)

– Toule et Vallée Blanche (ski et snowboard)

samedi 3 et dimanche 4

– Cascade de glace pour les chefs de course (alpinisme)

– Week-end dans la région de Finhaut et Trient (rando à ski)

– Week-end dans les Bauges (ski de fond et raquette)

dimanche 4

– Rando Gastro (rando à ski)

– Cours 5 de ski et snowboard

mercredi 7

– Cours d'escalade à la MAM
perfectionnement 2 (escalade)

samedi 10

– Les Cornettes de Bise, 2432 m (rando à ski)

– Croisse Baulet, 2236 m (rando à ski)

dimanche 11

– La Tournette, 2351 m (rando à ski)

– Combe des Nants (rando à ski et jeunesse)

– Concours interne (ski et snowboard)

– Chalet de Loriaz (ski de fond et raquette)

mercredi 14

– Cours d'escalade à la MAM
perfectionnement 3 (escalade)

AG DU 22 NOVEMBRE 2011

Chères Amies, chers Amis,

L'année passée, Denis a terminé son rapport de présidence en formulant un vœu à charge de ses successeurs: celui d'aller de l'avant en conservant l'héritage d'amitié et de convivialité qui est précieux aux Amis Montagnards. Ce vœu, mon cher Denis, je l'ai immédiatement fait mien, car il correspond parfaitement à ma vision du club et à la ligne que j'entends donner à ma présidence. Notre association a toutefois connu une importante évolution ces dernières années, et il ne suffit pas de se dire que l'on va continuer comme avant pour que tout aille bien. Déjà au niveau du nombre de membres: nous sommes aujourd'hui près de 1200 membres, et la gestion du club correspond, sous bien des aspects, à celle d'une entreprise. Difficile, dans ces conditions, de tout régler en se fondant uniquement sur la convivialité, à la bonne franquette comme dirait l'autre. Nous avons été obligés de formaliser un certain nombre de démarches, d'établir des règlements de commissions et de poser quelques règles pour les courses, notamment en ce qui concerne la sécurité.

La mentalité des gens a aussi évolué. Lors de la sortie des anciens l'année passée, je me souviens de discussions que nous avons eues à table, en mangeant une fondue. Les anciens m'expliquaient que lorsqu'ils étaient actifs aux Amis Montagnards, le Club était pour ainsi dire leur seule occupation extra-professionnelle et qu'il faisait donc partie intégrante de leur vie. Les Amis Montagnards étaient leurs amis dans la vie, et s'ils décidaient par exemple d'aller un soir au cinéma, c'était forcément à un Ami Montagnard qu'ils demandaient de les accompagner.

Aujourd'hui, les membres des Amis sont toujours très attachés au club, mais celui-ci ne représente qu'une acti-

Sommaire

Billet de la présidente	3
Membres d'honneur	7
Communications	11
Récits	12

Ont participé à ce numéro: P. Cottier Pellegrin, L. Crivelli, C. Maffioli-Aebi, J.-P. Oberson, I. Terrier, P. Trunz

Crédit photographique: M. Schaerrer (couv.), P. Trunz (p. 7, 8, 11 et 12), C. Maffioli-Aebi (p. 18)

Couverture: L'ivresse de la poudeuse...

vité parmi d'autres. Cela se traduit par un mouvement de membres assez important : les gens s'inscrivent au club, participent aux activités de façon plus ou moins régulière pendant une tranche de vie qui est en adéquation avec ce type d'activités, puis ils disparaissent et, pour un certain nombre d'entre eux, démissionnent.

A l'heure où l'on constate une tendance générale au consumérisme, il faut veiller à ce que notre association ne devienne pas un simple prestataire de services, mais qu'elle conserve son identité et l'état d'esprit qui l'anime. Avec le comité, nous avons donc décidé de marquer un temps d'arrêt et de prendre du temps pour la réflexion. Nous nous sommes dès lors dits que notre travail ne devait pas être uniquement axé sur la bonne marche du club au quotidien et sur le nombre de courses mises au programme, mais également sur une vision à plus long terme : que voulons-nous faire de notre club et quelles sont les valeurs fondamentales auxquelles nous tenons absolument ? Au début de l'année, nous avons constitué un groupe de réflexion composé des membres du comité, des membres d'honneur et de chefs de course intéressés par la question, et nous avons organisé une soirée au cours de laquelle trois grands thèmes ont été abordés dans des ateliers :

Est-ce que l'amitié et la solidarité, valeurs figurant dans nos statuts, sont toujours au centre de nos préoccupations ?

Comment combattre le vieillissement du club et attirer les jeunes ?

Le club a-t-il atteint une taille critique ?

Cette soirée a été très intéressante au niveau des discussions et extrêmement enrichissante sur le plan des rapports humains. Elle a en effet permis de confirmer que le vœu successoral émis par notre président sortant est également celui des membres et que le fait de vouloir maintenir des valeurs telles que l'amitié et la solidarité n'a rien de ringard et doit être encouragé. De telles soirées sont aussi excellentes pour la cohésion au sein d'un club. En effet, elles rapprochent les commissions, les anciens membres des actifs et rend peut-être le comité un peu moins inaccessible... Cette réflexion s'est poursuivie tout au long de l'année par l'élaboration d'une charte qui vous sera présentée plus en détails tout à l'heure par Emmanuel Rossi. Mon désir est que cette réflexion soit approfondie au sein de chaque commission et qu'au moment de l'élaboration des programmes, les chefs de course ne pensent pas uniquement à offrir le plus de prestations possibles aux participants, mais qu'ils recherchent comment faire passer le message de ce que signifie une vie de club, avec ses valeurs, son type de fonctionnement axé sur la réciprocité, à savoir que je prends, mais que je vais aussi donner un jour, que ce soit en étant chef de course, moniteur de gym, participant à une montée travaux au chalet ou cuisinier à la MAM .

Le comité a également consacré beaucoup de temps à réfléchir à la question des jeunes. Depuis quelque temps, la commission jeunesse a un énorme succès avec sa branche bizules, qui vise les tout petits qui viennent aux sorties accompagnés de leurs parents, mais elle peine un peu plus à attirer les ados. Idem pour la génération d'en dessus : le club n'a que très peu de jeunes adultes, et trouver un chef de course de moins de 35 ans relève quasiment de l'exploit.

Je tiens à saluer toute l'énergie déployée par la commission alpinisme et escalade, et en particulier par Pascale Dethurens, qui a mis sur pied des réalisations concrètes pour tenter de remédier à ce problème de vieillissement. Ainsi, tous les cours de grimpe sont désormais conçus selon un concept de progression globale qui devrait

conduire les participants aux cours de grimpe d'aujourd'hui à être les moniteurs de demain. Bravo pour ce bel effort et surtout pour cette gestion de commission visionnaire. Je tire également mon chapeau à Christian Pasquali qui, aidé de Melissa Davies, déploie une énergie incroyable pour organiser des activités consacrées aux ados et créer ainsi un noyau qui pourrait être la relève de demain. Christian a très bien compris que les ados n'aimaient pas les contraintes et qu'il fallait créer la structure la plus souple possible. Avec les Mouss'kifs, il a ainsi proposé un lieu et un jour de rencontre, à savoir le deuxième mardi du mois à la MAM, et la course du week-end s'organise alors sur place, en fonction des possibilités et des attentes de chacun. Les jeunes découvrent ainsi que même s'il y a beaucoup de vieux dans ce club, ils y ont aussi leur place et peuvent y trouver des satisfactions !

On a même vu deux jeunes participer au tournoi de jass mardi dernier, étant souligné que l'un des deux n'était autre que le petit-fils de Toni et Annick Bossart, également présents ce soir-là, et c'était vraiment sympa de voir cette nouvelle génération. Pour créer une équipe de jeunes, il faut aussi leur offrir la possibilité de participer à des activités régulières, et c'est pourquoi la structure Roc'n Pof, qui propose des cours de grimpe hebdomadaires tout au long de l'année, a été créée. La commission ski a également fait un effort particulier en faveur des ados en mettant sur pied des entraînements de compétition le samedi en plus des cours de ski du dimanche. Bref, il y a une belle énergie générale en faveur de la jeunesse, et j'espère qu'elle portera ses fruits.

Comme se plaisait à le rappeler fréquemment notre président d'honneur, la force de notre club, c'est aussi le mélange des générations qui s'enrichissent au contact des unes et des autres. Si les anciens sont moins présents sur les sommets, ils ont encore une place tout ce qu'il y a de plus active au sein du club, et c'est un plaisir de voir cette belle équipe qui vient manger à la MAM tous les premiers mardis du mois, dont bon nombre sont parmi nous ce soir, et de constater l'engouement pour la sortie des anciens que nous organisons chaque année et qui aura lieu demain.

Quand on fait un rapport, il faut forcément faire des choix et mettre en évidence une ou deux activités phares de l'année. J'ai mis en exergue quelques commissions particulières, mais cela ne veut pas dire que rien ne s'est fait dans les autres, et j'aimerais ce soir remercier infiniment les membres du comité dans leur ensemble pour toute l'énergie qu'ils déploient au sein de leurs commissions. Le bilan de cette première année de présidence est très positif, car je sens que j'ai une équipe derrière moi et que tout le monde a envie de bouger. La seule ombre au tableau est notre échec dans nos démarches pour trouver un nouveau responsable de la commission local. Très égoïstement, j'aimerais bien avoir mon vice-président rien que pour moi, et il serait légitime qu'il puisse passer la main au sein de sa commission. Le comité va évidemment faire en sorte que la MAM continue d'exister même si elle n'a plus de responsable, mais ce n'est pas satisfaisant, et il faut absolument que nous trouvions une solution dans un proche avenir. Nous allons entamer une réflexion globale sur les commissions, sur leur éventuel redécoupage et/ou création de nouvelles commissions. Cela ne va évidemment pas résoudre tous les problèmes de recrutement, mais cela va peut-être créer une nouvelle dynamique qui donnera envie à des personnes de participer au processus et de s'investir. Il faudra aussi que nous réfléchissions à notre politique budgétaire, car nous nous trouvons actuellement dans une situation où nous ne pouvons plus nous passer de subventions si nous voulons conti-

Produits chimie fine et industrielle - Produits piscines

IDEAL CHIMIC

Produits chimico-techniques et d'entretien - Huiles minérales et synthétiques

Pierre et Marc Berthier

Tél. 022 307 11 80

Route de Saint-Julien 34 - 1227 Carouge

Fax 022 343 38 68

CONSTRUCTIONS BOIS
CHARPENTE - ISOLATIONS
LAMBRISSEMENTS

Entreprise Duret sa



MENUISERIES INTÉRIEURES
AGENCEMENTS - RÉNOVATIONS
ESCALIERS

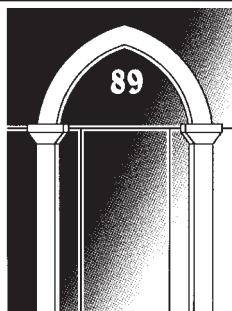
107, avenue de Thônex
CH-1231 Conches/Genève
Tél. 022 703 40 90 - Fax 022 703 40 98



GARIN FRÈRES

Installation sanitaire - Dépannage
Couverture ferblanterie - Entretien toiture

9C, ch. Mouille-Galand
1214 VERNIER/GE
Tél. & fax 022 341 12 25
Natef 07960 60 555



POMPES FUNÈBRES
A. MURITH 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

BDD & Cie
Régisseurs Privés
— depuis 1871 —

Agence Principale Generali Assurances
Membre Fondateur SR & GRPG

5, bd du Théâtre · Case postale 5745 · CH-1211 Genève II
Tél. 022 545 66 66 · Fax 022 545 66 99 · E-m. info@bdd.ch · Web www.bdd.ch

— Besson, Dumont, Delaunay & Cie SA · Agence Immobilière



nuer à offrir des formations de qualité sans en mettre la charge financière sur les membres. La comptabilité devient de plus en plus complexe, et je n'ose même pas imaginer ce que nous allons faire le jour où Roger voudra se retirer de la trésorerie...

Pour conclure ce rapport, j'aimerais vous dire que je suis pleine d'énergie pour attaquer cette deuxième année de présidence. Nous avons la chance d'avoir un club qui se porte bien et qui est dynamique. Le comité est toutefois conscient qu'il ne doit pas s'endormir sur ses acquis et qu'il doit continuer à se remettre en question, à chercher des améliorations possibles et à œuvrer pour que cet état d'esprit si cher aux Amis Montagnards soit maintenu.

Merci à vous tous de votre fidélité au club et de la confiance que vous accordez au comité.▲▲

Isabelle

MEMBRES D'HONNEUR

Lors de l'assemblée générale du 22 novembre 2011, le comité a proposé de conférer la qualité de membres d'honneur à deux de ses membres ayant rendu des services éminents à l'association.

Pascale Dethurens et Damien Mabut rejoignent ainsi le prestigieux club des membres d'honneur des Amis Montagnards, et nous les en félicitons chaleureusement!

Voici le texte des hommages qui leur ont été rendus lors de l'assemblée générale.

Damien Mabut

Dans les années soixante, un groupe d'infatigables Amis Montagnards a travaillé d'arrache-pied pour que notre chalet de Pierre-Plate devienne habitable, et depuis son inauguration, le 29 septembre 1968, ce chalet est une des fiertés de notre club. Entretenir un tel bâtiment n'est pas une mince affaire, et nous avons la chance d'avoir une équipe non seulement dynamique, mais extrêmement compétente pour s'en occuper. Vous vous demandez peut-être pourquoi je vous parle de tout ça alors que Nathalie vous a déjà fait un rapport



sur la commission chalet. C'est parce que nous voulons ce soir saluer et honorer un de nos membres qui est une véritable cheville ouvrière du chalet.

Vous l'aurez sans doute compris: il s'agit de Damien Mabut. Damien est quelqu'un de modeste, qui ne se fait pas trop remarquer, mais quelle efficacité! Entré au club en 1993, il a, dès 1995, participé à la semaine de février de ski en famille au chalet, et c'est comme ça qu'il est entré à la commission chalet. Au départ de Walther Frauchiger, en 1998, il a repris la présidence de la commission qu'il a dirigée pendant dix ans. Durant toutes ces années, on peut dire qu'il l'a bichonné son chalet! Il a réalisé un nombre de travaux incroyable, et en plus il

ne s'en vante pas, comme si c'était normal de donner autant de temps et d'énergie au service d'autrui. Il faut dire qu'il a su s'entourer d'une solide équipe et, avec André Philipp, ils forment une sacré paire au niveau de l'efficacité. Ces derniers temps, il s'est également énormément investi avec Michel Philipp pour réaliser les aménagements extérieurs, et notamment refaire une terrasse adaptée à la nouvelle configuration du terrain après construction du chemin d'accès à la parcelle Biville. Damien, des gens comme toi sont un véritable cadeau pour un club, et il nous appartient aujourd'hui de te faire nous aussi un cadeau à notre manière en te désignant membre d'honneur. J'ai mis en avant tes compétences techniques et ton dévouement envers le club, mais je ne voudrais pas négliger le fait que tu es avant tout un montagnard, et que ce n'est certainement pas pour t'occuper du chalet que tu es entré au club!

Tu pratiques le ski, la randonnée à ski, le VTT, et pour chacune de ces disciplines tu as également mis tes compétences au service du club en fonctionnant comme chef de course et en organisant des sorties pour les membres. Tu es même actif dans la commission loisirs puisque depuis des années, tu te charges, avec l'aide de ta famille, de préparer tous les sachets surprise qui sont remis aux enfants lors de la Saint-Nicolas. Saint-Nicolas, Saint-Damien, te voilà prêt pour la canonisation!

Comme tu n'es pas quelqu'un qui aime se mettre en avant, je vais m'arrêter là, car je ne voudrais pas te mettre mal à l'aise, mais je voudrais te dire, mon cher Damien, au nom du comité et de tout le club, un immense merci pour ton dévouement sans faille au service de notre association. Nous espérons que tu auras encore longtemps l'énergie de gérer les travaux du chalet et nous réjouissons de te retrouver à quelques occasions avec le comité, cette fois-ci en ta nouvelle qualité de membre d'honneur. En 1997, c'est ta tante Monique Babel qui avait été nommée membre d'honneur; 14 ans après, c'est ton tour et qui sait si nous n'avons pas là une grande lignée de membres d'honneur qui s'annonce? Tes enfants ont en effet déjà démontré qu'ils savent ce que signifie l'engagement envers le club... Je vous propose dès lors de nommer Damien Mabut membre d'honneur et de l'applaudir chaleureusement!▲▲

Isabelle

Pascale Dethurens

La personne que nous vous proposons de nommer membre d'honneur a commencé son activité sportive en faisant du saut d'obstacle. Elle a ensuite découvert la montagne par la pratique du ski de randonnée en faisant plusieurs hautes routes. D'emblée, dans ce cadre, elle a été séduite par ce milieu naturel extraordinaire et surtout par la qualité des relations que partageaient entre eux les montagnards. Même si, ou peut-être parce qu'elle aime ça, ses relations avec les montagnards sont le plus souvent exigeantes voire parfois un peu rugueuses. Elle a ensuite découvert l'escalade. Ceci l'a amené en 1997 à s'inscrire aux Amis Montagnards pour participer aux cours d'escalade, aux sorties alpinisme et ski de rando.



Cette personne, très attentive à ce que peuvent apporter les uns et les autres à la collectivité, est très consciente de la chance qu'elle a eue de découvrir ce monde de la montagne avec des personnes qui ont consacré du temps à lui faire découvrir leur passion. Elle a en conséquence, et avec la cohérence qu'on lui reconnaît tous, voulu s'engager pour partager ce qui, pour elle, a été un immense cadeau. Elle s'est donc impliquée sans compter pour le club. Elle s'est d'abord engagée dans la publication du programme du club qu'elle a cherché à perfectionner, ce qu'elle a réussi, en le mettant au niveau d'une publication très soignée. Puis vint la MAM; là encore elle offre au projet des ailes avec de magnifiques réalisations, je pense notamment à la plaquette qui nous a servi pour la recherche de fonds. Ensuite elle s'est engagée, dans le cadre d'une collaboration très intense avec Dominique Dupont, dans la création du site du club qui est une référence en la matière. Le résultat de ce travail est remarquable. Il est le fruit de nombreuses heures au téléphone ainsi que d'un nombre incalculable de courriels échangés à toutes heures du jour et parfois d'heures qui auraient dû être réservées au sommeil.

En même temps elle s'est engagée comme cheffe de course dans la commission alpinisme. Elle a ainsi organisé de nombreuses courses d'escalade et d'alpinisme. C'est dans ce cadre qu'une réflexion a commencé à germer dans son esprit: comment rendre les débutants et les participants aux courses autonomes, comment leur donner envie de devenir chefs de course et ainsi, comme elle, partager ce qu'ils ont reçu et parallèlement leur permettre de perfectionner leur pratique? Elle a donc sollicité la commission alpinisme et le comité afin que le club se donne les moyens d'atteindre ces objectifs et ainsi, ce qui lui est très cher, de fidéliser les membres et d'assurer la relève en attirant dans les activités du club des membres plus jeunes. Elle a pour ce faire développé un concept très subtil de formation où les personnes deviennent graduellement des co-formateurs, des chefs de course accompagnés puis enfin des chefs de course. Les résultats ne se sont pas fait attendre. Les cours donnés et la participation à ces cours le démontrent. Donc, pour toutes ces raisons et cet esprit visionnaire, nous vous proposons d'élire Pascale Dethurens membre d'Honneur.

Merci à Maurice sans qui ce billet n'aurait pas été ce qu'il est.▲

Paul Trunz

Réservation du chalet

Libre Place disponible Occupé

Les inscriptions se font seulement via le site [www.amis.ch / chalet / demande de réservation](http://www.amis.ch/chalet/demande_de_reservation).

Mars						
L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Avril						
L	M	M	J	V	S	D
30						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

Mai						
L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

L'ÉQUIPEMENT DE VOS LOISIRS



Terres d'Aventures

ÉQUIPEMENT DE VOYAGE ET DE MONTAGNE

5 rue Pré-Jérôme 1205 Genève

Tél: 022 320 67 29

www.terresdaventures.ch

Lu: 13h-19h Ma-Ve: 10h-19h Sa: 10h-18h

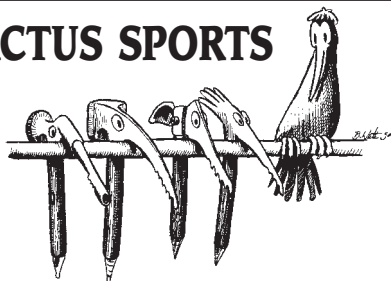
TOUT POUR LE SPORT

4, ch. de la Fontaine 1224 Chêne-Bougeries

Tél. 022 349 26 87

MB sports
MARCEL BRUNNER

CACTUS SPORTS



Bernard WIETLISBACH

Rue du Pont-Neuf 6

1227 Carouge

Téléphone 022 300 30 01

Téléfax 022 300 30 09

Lu, Ma, Je: de 9 h à 19 h

Me et Ve: de 8 h à 18 h 30

Samedi: de 10 h à 16 h

Combustibles et chauffages

6, ch. de la Marbrerie - 1227 Carouge

Téléphone 022 343 89 50

RÉVISION DE CITERNES - MAZOUT - BOIS DE CHEMINÉE

BOSSON



BOULANGERIE-PÂTISSERIE TEA-ROOM
WOLFISBERG

CHAMPION D'EUROPE
DE LA BOULANGERIE
MATRISE FÉDÉRALE

5, PLACE DU TEMPLE 1227 CAROUGE

TÉL 022 342 32 19

61, RTE DE FLORISSANT, 1206 GENÈVE

TÉL 022 346 26 26



Info membres

présenté(e)s par

Aline Grangier et Jean-Marc Croisier
 David Magnin et Benoît Cazenave
 David Magnin et Benoît Cazenave
 David Magnin et Benoît Cazenave
 Manuel Sancosme et Sonia Philipp
 Markus Gnädinger et Christophe Peretti
 Markus Gnädinger et Christophe Peretti

Karim Aboun
 Muriel Magnin
 Théo Magnin
 Thalia Magnin
 Cédric Huwiler
 Sophie Longchamp
 Ethian Longchamp

Réintégrations :

Ann Blomberg, Cyril Waeber

Démissions :

François Kremmer, Hélène Cormon, Ilse Kern

Concours interne

Pensez à vous inscrire au Concours interne des Amis

**Il aura lieu le dimanche 11 mars 2012,
à Saint-Gervais.**

Organisé par Roger, Robert, Sonia, Danièle et André rendez-vous incontournable de notre club. Toutes les informations y relatives paraîtront prochainement sur le site des Amis.▲



Le Saint-Nicolas a changé de voix !

Ce fut à nouveau une sympathique soirée très attendue par les enfants du club. Une trentaine d'enfants et autant d'adultes ont retrouvé un Saint-Nicolas qui avait gardé son immuable costume mais avait une nouvelle voix ! Les jouets apportés par les enfants ont été emportés pour l'association «un enfant un cadeau», qui nous remercie vivement, pour le plus grand bonheur des enfants défavorisés de Genève. Un grand merci à tous les Bizules et à tous les organisateurs grâce auxquels se perpétue cette jolie tradition.▲

Patricia Cottier Pellegrin

Besoin de vous mettre en forme, besoin de vous relaxer?



OU? C.O. de Pinchat • **QUAND?** Mercredis 18h45 à 19h45

POURQUOI? Se mettre en forme pour l'escalade et les marches en montagne

COMMENT? On vient avec sa bonne humeur et on fait du cardio, du renforcement musculaire et de l'assouplissement!

QUI? Vous, vos amis et nous Evelyne, Sandra, Fabrizio et Nathalie

INFO? www.amis.ch/activite/gym



Sortie des Anciens du mercredi 23 novembre 2011

Ce sont près de 40 Anciens Amis qui se sont rendus, par une froide et magnifique journée de novembre, dans la capitale valaisanne, pour un voyage historique et gastronomique de la région sédunoise.

On a bien vu que nos Anciens sont tous des Montagnards. En effet, alors qu'on pouvait croire arriver en car juste en dessous du Château-église de Valère, pour en visiter le musée historique, las, notre bavard chauffeur laissa toute la courageuse troupe au milieu de la ville. Si bien que, lancés malgré eux dans une longue équipée, tous les Anciens, aidés par nos nombreux «jeunes», mirent entre vingt et quarante-cinq minutes à traverser la Vieille-Ville de Sion, et grimper la raide rue qui menait aux escaliers conduisant enfin au château. Nulle plainte, ni de protestation, encore moins de tentative de rébellion. Tous parvinrent au musée où attendaient encore nombre d'escaliers escarpés et dépourvus de garde-corps. Après une visite bien commentée de l'histoire culturelle valaisanne, une descente sans encombre ni casse, Anciens et plus jeunes s'assirent sous les voûtes du XIV^e siècle de La Cave de Tous-Vents, pour y déguster la fondue Bacchus, manière de fondue bourguignonne à base de bœuf et de cerf - à volonté - et dont le bouillon est composé de vin rouge.

Belle et honorable ripaille, force conversation et grande amitié. Bravo à nos Anciens et merci à nos 7 «jeunes encadrants», tous membres ou ex-membres du comité.▲▲

Mann .



winterthur

Agent principal Patrick Bouvier

Ch. de la Distillerie 2, 1233 Bernex, tél.022 727 04 00

Week-end 100% Amis Montagnards !

En ce premier week-end de juillet, deux magnifiques sorties étaient proposées par les Amis. Du coup, Julien et moi avons décidé de faire les deux ; le samedi à la Pointe Percée, le sommet culminant des Aravis, près du Grand Bornand (Haute Savoie), et le dimanche à la Dent d'Oche pour une sortie «mobilité douce».

La Pointe Percée

Tout frais, tout beaux, nous* nous retrouvons le samedi matin à 6h à la Mairie de Thônex pour le départ en voiture vers le col des Annes. Il fait très frisquet pour une Tessinoise, et on peut dire que je commence fort pour ma première sortie avec les Amis Montagnards en laissant ma veste polaire à la maison ! Bella figura... (Merci Jean-Pierre, ta veste polaire m'a sauvée ☺). Après une approche rapide sur un joli sentier, nous bifurquons sur la gauche en direction de la base de l'arête N de la Pointe Percée et coupons à travers les lapiaz et les pierriers. Le commentaire de David «Mais on joue aux bouquetins là?» est explicite.

☺ Au pied des voies, nous décidons de nous séparer en trois cordées. Christophe, Herbert et Robert optent pour la voie «Jeu de Paume», tandis que Julien et David empruntent la Voix du Trou, située plus à droite du pilier. Quant à nous, Julia, Jean-Pierre et moi-même, nous nous préparons à faire la voie de «l'Arête du Doigt intégrale». Le vent froid du matin nous gèle quelque peu les mains et les pieds, mais ne gâche rien au plaisir de grimper les douze longueurs nous séparant du sommet. La vue est magnifique ; le Jalouvre et ses acolytes (Pointe Blanche, Pointe de Balafresse, col du Rasoir et le Buclon) au Nord Ouest, et côté Sud le Mont Blanc, l'Aiguille Verte et l'Aiguille du Midi. Encore peu familière avec le jargon des grimpeurs, j'écoute, le sourire en coin, les commentaires des «experts» qui me décrivent le caillou comme



étant un peu «pêteurs»¹ dans la troisième longueur juste avant un joli rappel de 20 mètres. A la moitié de l'ascension, après le «Doigt», et notamment sur le Rasoir, j'ai compris ce que voulait dire Jean-Pierre par «Tu verras, après ça devient vraiment très gazeux» 🍷.

Après nous être un peu perdus dans la longueur 7 (nous avons trouvé seulement deux plaquettes!), nous progressons sans trop de difficultés jusqu'au sommet, où une partie du groupe nous attend en faisant la sieste. (Il faut dire que nous n'étions pas seuls dans la voie et qu'il nous a fallu attendre un peu après le Rasoir, là où les différentes voies se rejoignent.) Après la traditionnelle photo de groupe au sommet, nous entamons la descente à travers de belles cheminées en direction du refuge de Gramusset. Malheureusement, le temps presse et nous ne nous arrêtons pas pour boire un verre au refuge. Ce sera pour une prochaine fois, accompagné de Reblochon, de Tomme de Savoie ou de beurre d'alpage, les spécialités du Col des Annes. 🍷 Nous nous mettons donc directement en route pour Genève, où nous arriverons à 22h30. La nuit est courte, mais comblée de magnifiques images de la veille, et de belles perspectives pour la journée de dimanche.

*Participants à la Pointe Percée: Julia, Jean-Pierre, Herbert, Julien, David, Robert, Christophe et Laura.

La Dent d'Oche

6h18, Gare Cornavin: «Voie 4, entrée du train régional à destination de Coppet, Nyon, ..., Lausanne.» Guillaume: «Hé salut, vous avez pris le billet pour votre vélo aussi?» Eh oui, une sortie «mobilité douce», se fait en train, en bateau, à vélo, à pied, en escalade et à la nage! Après un court trajet en train, nous dévalons la pente à vélo vers les quais d'Ouchy pour embarquer sur notre mini-croisière à destination d'Evian. La journée s'annonce magnifique, l'air est frais mais doux, le soleil se lève dans un ciel déjà bleu, les montagnes se reflètent dans les belles eaux du Lac Léman, nous apprécions cette tranquillité. Arrivés à Evian-les-Bains, la journée commence vraiment. 🍷 C'est parti pour une montée à vélo de 13 km pour un dénivelé de 1520 mètres (de 380 à 1900 mètres). Roland en tête donne le rythme, nous le suivons - (moi plutôt difficilement avec mon vélo à panier... je fais le dernier bout en zigzaguant sur la petite route gravillonnée qui mène au Restaurant de la Fétivière, où nous laisserons nos vélos 🍷 ouf!).

Après cette (petite) mise en train, nous partons à pied à l'attaque de la Dent D'Oche (2222 mètres). La randonnée est charmante. Elle commence par un sentier forestier jusqu'aux chalets d'Oche, réputés pour leurs fromages fermiers au lait cru, de l'Abondance à la Tommette, en passant par le Sérac, ou la Raclette poivre vert et le fameux Crottin au lait de vache... Après une courte pause, nous poursuivons notre montée vers le Col de Planchamps par un joli sentier en lacets dans les prés, avant de bifurquer sur la gauche vers le Col de Rebolion pour rejoindre le pied des voies. Un pique-nique au soleil avant d'entamer la Voie Ravel sur la face Nord de la Dent d'Oche s'impose, et c'est remplis d'énergie que nous nous apprêtons à escalader la roche. L'ascension est plutôt facile et peut se faire en grande partie avec de bonnes baskets. Nous nous arrêtons peu avant le sommet pour admirer la vue. Puis, nous repartons pour la dernière longueur. Et là, petite frayeur pour nous tous! Un bout de rocher sur lequel s'appuyait Julien avec son pied se détache provoquant la chute de plusieurs autres pierres dans le vide, provoquant un bruit retentissant au pied de la falaise. Heureusement, à part une petite bascule dans le vide et une petite dose d'adrénaline pour Julien, rien de grave! Nous continuons jusqu'au sommet sans problème. Une fois en haut, nous savourons quelques instants en admirant la vue à 360° qu'elle offre sur les Alpes vaudoises, bernoises, valaisannes et françaises. Nous descendons jusqu'au refuge pour boire un pot, où le gardien népalais prépare des «momos» pour le repas du soir. Nous n'aurons pas la chance de les goûter.

Après une courte halte aux chalets d'Oche pour acheter leurs fromages fermiers, nous descendons jusqu'à La Fétivière récupérer nos vélos. C'est un vrai bonheur de dévaler la route en



direction d'Evian. Arrivés au port d'embarquement, nous nous rendons compte que nous avons loupé de justesse le bateau pour Lausanne. Il ne nous reste plus qu'à attendre le prochain en mangeant une bonne glace avant de se rafraîchir en sautant dans le lac. Le soleil se couche lorsque nous naviguons vers Lausanne. Le ciel s'emplit de magnifiques couleurs, qui se reflètent sur le lac. Heureux, nous terminons cette superbe journée en discutant joyeusement dans le train. A quand la sortie mobilité douce d'hiver?

*Participants à la Dent d'Oche: Julien, Roland, Guillaume, Carina, Stéphane et Laura.

¹ (Petite précision pour les lecteurs débutants en «jargon grimpe», le mot pêteux décrit un passage comprenant beaucoup de pierres délitées ainsi qu'un risque de chute de cailloux.) ⚠▲▲

Laura Crivelli



Préserver

gérer, vendre, construire
de manière responsable

www.regierhone.ch

L'IMMOBILIER RESPONSABLE





CLINIQUE
LA COLLINE

GENEVE

tradition & modernité

Avenue de Beau-Séjour 6
Tél. 022 7 022 022
www.lacolline.ch

Deville Sanitaire s.a.

Eau - Gaz

30 bis, rue des Grottes - 1201 Genève - Tél. 022 733 88 27 - Fax 022 733 87 30

Imprimerie des Bergues SA

Offset, Typo, Thermogravure,
Impression numérique



Rue Saint-Joseph 18 Tél. 022 343 17 76 www.bergues.ch
1227 Carouge Fax 022 300 17 76 info@bergues.ch

mino

gestion d'énergies

depuis 1925 www.mino.eu

Chemin du Pré-Fleuri 14 Case postale 143 1228 Plan-les-Quates/Ge TVA N° 144 441

T +41 22 884 52 00 info@mino.eu Service +41 22 884 52 52 F +41 22 884 52 99

**Favorisez
nos
annonceurs**

ENTREPRISE TAILLE DE PIERRES

MELLO & FILS S.A.

Monuments funéraires

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

Rando: le WE des cheffes

Non, je ne me suis pas trompé, «cheffes» a été correctement orthographié malgré le fait que nous étions quelques participants mâles à cette virée automnale. En effet, nous (les mecs) n'étions qu'une petite minorité et je ne vois pas pourquoi, avec l'aide de l'Académie française, nous nous accaparerions sournoisement le masculin pluriel en écrivant «chefs». Il est grand temps de changer les règles (c'est mon côté féministe, profitez-en, ça ne va pas durer). Désormais nous utiliserons le genre qui correspond à la majorité des présents: masculin pluriel pour tous s'il y a plus d'hommes que de femmes, féminin pluriel pour tous s'il y a plus de femmes que d'hommes. C'est simple, élégant, égalitaire (je me demande d'ailleurs pourquoi je n'y ai pas pensé avant!).

Je reviens à mon sujet. Samedi 15 octobre, nous voilà partis pour le tour du Miroir d'Argentine. Montée sur le plateau. Raide la montée, il y a même par endroits des chaînes pour se hisser. Ce n'est cependant pas l'effort qui va empêcher nos Amies de partager entre elles les derniers potins. Où vont-elles, dans ces circonstances, chercher l'air qui permet de faire fonctionner les cordes vocales? Mystère. Arrivée sur le plateau, étude des fossiles. Malheureusement nous avons oublié de nous munir d'une loupe. Dès lors, pour les porteurs de lunettes, c'était plutôt: circulez, y a rien à voir! Comme on était là pour marcher, on a fait en passant la pointe de la Haute Corde. Le soir, miam miam au refuge Giacobini. Excellent repas animé par les causeries des uns et des autres (je rectifie: des unes et des autres pour respecter à la fois la règle et la réalité des faits). Le lendemain, départ pour le Col de la Croix et le sentier des Crêtes jusqu'au sommet de la Chaux Ronde. Magnifique sentier aérien et très étroit qui nous oblige à marcher en file indienne, ce qui, vous pourriez le penser, est un obstacle majeur à la conversation. Vous avez tout faux! Vous n'y êtes pas du tout. En effet, rien ne peut faire obstacle à la vaillance mandibulaire de nos cheffes. On ne peut pas leur en vouloir, à mon avis cela faisait au moins dix ans qu'elles ne s'étaient pas revues... Temps superbe, pique-nique bien mérité, silence de la nature; enfin, quand je dis silence, c'est tout relatif, c'est une figure de style. Pour certaines participantes, parler en mangeant ne pose pas le moindre problème, surtout lorsque l'on s'aperçoit que le temps va nous manquer. Dans ces circonstances, elles sont admirables et solidaires face à l'adversité: plus que quelques heures et nous devons nous séparer avec toutes les conséquences et frustrations que cela implique. Cependant, rien ne les arrête et, l'imagination aidant, elles ont trouvé le truc: puisque nous avons encore tant de choses à nous dire et qu'il nous reste si peu de temps, il suffit d'augmenter le débit! On passe à la vitesse «avance rapide» et on parvient au même résultat, cqfd.

Pour différencier les hommes des femmes, des écrivaines ont utilisé des expressions du genre: le beau sexe ou le deuxième sexe. C'est joli et assurément exact. Je me demande cependant si ma copine Simone, fine connaisseuse de la gent féminine, n'aurait pas pu trouver une expression plus précise, une expression qui prenne en compte un organe situé quelque septante centimètres au-dessus de l'autre et qui, me semble-t-il, constitue la réelle différence entre hommes et femmes (j'aurais bien écrit que ledit organe était moins développé chez les hommes mais je crains la méprise.)

A ce stade je me trouve face à une question quasi existentielle: comment font-elles pour avoir autant de choses à se dire et surtout comment réussissent-elles à articuler autant de fois en quarante-huit heures? A mon avis elles doivent prendre, à titre préventif, des anti-inflammatoires spécifiques aux muscles de la mâchoire. La mode étant aux randos à thème, j'aurais bien proposé pour l'an prochain une rando silence, mais tout compte fait j'y ai renoncé, une sortie entre hommes ça ne serait pas drôle.

Bon voilà, je crois que je me suis fait quelques copines supplémentaires... mais non les filles, je ne suis pas misogyne, je ne suis qu'un homme, c'est-à-dire une femme avec quelque chose en moins. Surtout ne changez pas, on vous aime comme vous êtes et, ne l'oublions pas, vous êtes la moitié du ciel, la plus belle. ▲▲

Jean-Pierre Oberson

Participantes (eh oui, j'assume): Bernadette, Dominique, Elvira, Geneviève, Sandra G., Françoise, Denise, Sandra L., Evelyne, Michaela, Olivier W., Claude, Claire-Lise, Giulia, Patrice, Olivier P.



Balade au Salève du 16 octobre 2011

Ils étaient 8 bizules tous plus motivés les uns que les autres... par la perspective des grillades de midi! Avec les enfants, il faut toujours une carotte et avec les saucisses, nous tenions le bon bout! Montée en télécabine sous les brumes, arrivée dans le brouillard ! qui peu à peu laissa place à un soleil radieux.

Petite étape de marche dans la bonne humeur, puis pause pizza... Re-petite étape et voilà déjà la vraie pause. Tout le monde s'active à la recherche du bois pour le



feu. On grille, on mange, on re-grille et on mange encore. Puis Michel sort ses cordes; «qui veut grimper?» Tous les bizules sont partants, même Cyril, 19 mois, n'est pas en reste!!!

Retour à la case départ. Les enfants sont fatigués mais heureux! «On revient quand?...» me lance Gaetano!

Merci Markus,
Gabi et Michel!▲▲

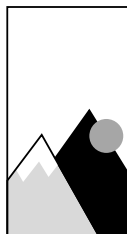
Corinne Maffioli Aebi



AMIS MONTAGNARDS

Club fondé en 1898
Section de ski affiliée à Swiss Ski

CP 5247 · 1211 Genève 11 · CCP 12-1799-1 · Internet : www.amis.ch - Réunions le mardi
dès 19 h à la Maison des Amis Montagnards, Av. du Petit-Lancy 54a, 1213 Petit-Lancy



.....

Présidente: Isabelle Terrier, Route de Choulex 3,
1253 Vandœuvres, 022 750 12 80

Vice-président: Paul Trunz, 75 bd de Saint-Georges,
1205 Genève, 022 329 75 95

Rédacteur: Emmanuel Rossi, Route d'Annecy 56A,
1256 Troinex, 022 346 44 63 (privé),
022 388 44 36 (prof.)

.....

Trésorier: Roger Buehler, 022 740 35 52

Procès-verbaliste: Antje Schmitt, 022 784 67 37

Loisirs: Patricia Cottier Pellegrin, 022 753 15 13

Ski alpin et snowboard: Manuel Sancosme, 022 753 40 09

Jeunesse: Christian Pasquali, 022 300 14 44

Alpinisme et escalade: Christophe Chanson, 076 382 30 62

Chalet et Gymnastique: Nathalie Meier, 076 371 28 07

Rando pédestre: Olivier Pavesi, 022 756 00 36

Raquette: Fabien Wermeille, 022 786 21 91

Rando à ski: Stéphane Werthmüller, 022 300 69 65

même pas ébloui !



Julbo **J**
écran photochromique
protection 2 à 4 en 22 secondes



Lunetterie  des Rois

Paul Trunz boulevard Saint-Georges 75 Genève 022 329 75 95