



ECHO RANDO

Mars 2015

N°80



Dans ce numéro :

- Le mot du président
- Le Conseil d'administration et l'AG du 30 novembre
- Les z'ARBBIstes en vadrouille
- Les z'ARBBIstes ont fait la fête
- Leçon de choses
- Humour des randonneurs

Le mot du Président

Je n'y pensais pas, mais Dominique me l'a rappelé : le Président se doit de faire l'éditorial d'Echo-Rando. Je le fais donc pour la première fois.

En effet il y a eu à la dernière assemblée générale une révolution : Robert Mureau ne s'est pas re-présenté et j'ai été élu Calife à la place du Calife ! La tradition veut que je fasse l'éloge de mon prédécesseur et je le fais d'autant plus volontiers que je le pense vraiment : Robert a été un grand Président. Il abandonne cette fonction, mais il reste bien présent et va continuer à animer des randonnées trans-frontalières, et aussi il va rester l'âme du groupe de VTT sans moteur (les vrais, les purs!). Et puis il propose, comme vous l'avez constaté encore des séjours, cette année en baie de Somme pour voir les phoques et les canards.

Les séjours, justement, parlons en : cette année encore une belle variété : les Calanques, la Camargue, le Lake District en Angleterre, la musique à Belfort, le Mercantour, l'Oisans, les Vosges à VTT, la baie de Somme et l'incontournable week-end à Prats Haut, qui vient d'avoir lieu, avec pour une fois dans le Queyras un temps presque beau (!), et qui a révélé de nouveaux talents prometteurs. Merci aux différents animateurs de ces séjours et à Michel Soisson qui s'est chargé de les coordonner.

La saison d'hiver s'achève ainsi, perturbée cette année par le manque de neige initial, et le fort risque d'avalanche ensuite. Place à la saison d'été qui s'annonce belle. Le programme du deuxième trimestre est paru. Il y aura des randonnées variées. Nous continuerons à proposer des randonnées à la demi journée, qui semblent appréciées, mais qui, bien entendu ne se substituent pas aux randonnées sur la journée complète, avec des difficultés pour tous les goûts. Le VTT reprend, sans assistance pour les amateurs d'effort (je n'ai pas osé écrire les masochistes...) et, nouveauté de l'année, avec assistance électrique pour les épicuriens. Dès que les cols seront ouverts, on peut compter sur Damien pour relancer le vélo de route.

A tous je souhaite de belles randonnées, dans la bonne humeur, et dans la sécurité.

Claude CASENAVE

Fais bien attention, si tu ne sais pas où tu veux aller, tu risques de te retrouver ailleurs et de ne même pas le savoir !

Le 24 octobre 2014, le CA s'est réuni pour préparer l'Assemblée générale :

Un point a été fait sur les adhésions, la présentation des éléments de l'AG.

Nous avons aussi parlé du mémento de l'animateur qui va subir un relookage de fond.

Les devises Shadok



IL VAUT MIEUX POMPER MÊME S'IL NE SE PASSE
RIEN QUE RISQUER QU'IL SE PASSE QUELQUE CHOSE
DE PIKE EN NE. POMPANT PAS.

× Nous savons que la trésorerie se porte bien. Cédric présente les autocollants qu'il a réalisés.

Les dates des prochaines festivités sont annoncées, c'est le jour de la galettes des rois que les séjours seront présentés et que les inscriptions deviendront effectives.

Il est décidé également que les panneaux photos qui sont utilisés pour les forums seront refaits et qu'il faudra remplacer les batteries des postes de radios.

Ca ne chôme pas dans les conseils

Le 30 novembre 2014, au CIPPA (centre d'oxygénation) s'est déroulée l'Assemblée Générale, avec, comme d'habitude un très grand nombre d'adhérents (131).

C'est la dernière AG qu'ouvrira notre président Robert MUREAU. Il remercie de leur présence, Mr Bruno D'AVENTURE représentant Mr le Maire de Briançon et Mr Jean FAVRE du journal le Dauphiné Libéré.

1. Rapport moral et d'activités : Le président Robert MUREAU rappelle brièvement l'historique et les objectifs de l'association, insistant sur l'aspect convivial et varié de ses activités et sur la quantité de travail fournie par les baliseurs officiels, au bénéfice de la collectivité. Il passe ensuite la parole aux responsables des diverses commissions pour le rapport d'activités.

- * Aline BERGE, au nom de la **commission « Randonnées »** indique que au cours de l'année écoulée, 2 364 participants ont réalisé 130 949 m de dénivelé cumulé, au cours de 149 randonnées pédestres, 34 randonnées à raquettes, 9 sorties de ski de fond, 6 sorties de ski alpin, 11 sorties de ski de randonnées et 23 de VTT. Elle rappelle les 14 séjours organisés et en remercie les animateurs. Elle souligne aussi le succès rencontré par les randonnées à thème : rencontre avec la Chorale Altitude, randonnées à la demi journée, randonnées observation des oiseaux, grillades à la cabane des Lauzes, randonnée et pizza au Ponteil, lever du soleil au Grand Aréa.



- * **Commission Balisage** : Robert MUREAU (en l'absence excusée de Jean JACQUES le responsable de cette commission), remercie les 35 baliseurs officiels et les 2 baliseurs stagiaires pour l'important travail fourni au cours de l'année sur les 733,434 km (dont 252,740 pour le Queyras).
- * Bernard ROQUE pour la **Commission Formation – Sécurité** fait état des diverses actions de formation réalisées au cours de l'année : Balisage, 2 participants; PSC1 (Premier Secours Citoyen), 11 participants; Animateur Certifié (MDB + SA 1), 5 participants; Sécurité terrain (Neige), 16 participants; Sécurité terrain (Été), 12 participants; Séances ARVA, 20 participants.
- * Brigitte PASQUALI pour la **Commission Festivités** rappelle les événements festifs de l'année : la Galette des Rois (environ 80 personnes), sortie nocturne raquettes et repas à Pallon (18 personnes), la Fête de l' ARBB au Chalet des Guibertes (65 personnes), repas de l' AG 2013 (40 personnes).

Elle indique par ailleurs que d'autres animations ont été organisées en dehors de la commission des fêtes : grillades nocturnes en cabane, pizzas au four banal du Ponteil, Week-End en Queyras à Prats Hauts, rencontre avec la Chorale Altitude, projection de films de voyages. Elle exprime sa satisfaction pour la bonne organisation de ces divers événements.

- * Dominique BUHOT–LAUNAY pour la **commission Communication**, remercie tous les chroniqueuses et chroniqueurs qui lui permettent d'élaborer avec succès et talent, ce trait d'union qui est notre ECHO RANDO. Le dernier qui porte le n° 79 a été diffusé en 30 exemplaires papier et 180 via internet. Dans le cadre de la commission Communication, nous étions également présents au Forum des Associations le 6 septembre à Briançon.
- * Roger LEGUAY et Bernard ROQUE pour la **commission Internet**. Nos amis ont beaucoup œuvré à l'élaboration de notre nouveau site : www.arbb05.fr et nous les en remercions, ce dernier est maintenant opérationnel à 100 % et rencontre un franc succès auprès de nos adhérents : 685 visiteurs et 3945 pages vues en octobre, 8982 pages photos et 3916 pages programmes vues depuis janvier 2014. Ce qui a permis de simplifier la diffusion de notre programme hebdomadaire puisque maintenant, notre secrétaire reçoit de nos animateurs, le détail des sorties proposées, établit le programme et le transmet à nos « webmaster » pour insertion sur le site, parallèlement ce document est affiché à la MJC. Ainsi, chaque internaute peut consulter le site en direct. Cette nouvelle procédure évite au secrétaire, l'envoi de plus de 200 messages personnels. Une réunion d'information sur le site a été programmée le lundi 5 Janvier à la MJC.



2. Le rapport financier :

Le trésorier Cédric COOPMAN nous dévoile avec talent le bilan financier de l'association, l'ensemble des documents témoignent du sérieux et de la rigueur de la tenue de notre comptabilité.

Tarif des licences 2015 : La cotisation à l' ARBB pour 2014 /2015 sera inchangée. On répercutera seulement l'augmentation de 0,40 € de l' assurance FFRP.

Le rapport financier et le tarif des licences 2015 est adopté à l' unanimité et l' assemblée générale donne quitus au trésorier

3. Bilan des adhésions :

Le secrétaire, Daniel MIGNOT témoigne de l'augmentation continue du nombre d'adhérents, il rappelle qu'en 2006 l'association comptait 156 adhérents et que cette année l'effectif est passé à 251 répartis comme suit :

ARBB 216
Randos cartes 5
Clubs extérieurs 23
Sympathisants 7

nous, les aînés, nous avons beaucoup plus de valeurs que tout autre groupe d'âge...



*-nous avons de l'argent dans les cheveux.
-de l'or dans les dents.
-des pierres dans le foie.
-du plomb dans les pieds.
-du fer dans les articulations.
-et nous sommes une source intarissable de gaz naturel. !!!
...je ne croyais pas avoir autant de valeur...*

La répartition par sexe montre une écrasante majorité féminine : 155 femmes pour 96 hommes. Les sexagénaires sont également en majorité écrasante !

4. Mise à jour du règlement intérieur :

Tout comme la révision des statuts qui a fait l'objet d'une assemblée générale extraordinaire l'année passée, il convenait de mettre à jour notre règlement intérieur.

Une commission présidée par Robert MUREAU à procédé à cette mise à jour dont vous trouverez le détail sur le site de l'ARBB.

5. Renouvellement des membres du CA

Jean Paul ALBERTIN, Aline BERGE, Françoise BERRIOT, François BRUNEAU, Dominique BUHOT LAUNAY, Claude CASENAVE, Michel COLLIN, Cédric COOPMAN, Michel DA CRUZ, Damien DUPREZ, Bernadette LALAUT, Dominique LEGUAY, Roger LEGUAY, Daniel MIGNOT, Nicole MIGNOT, Brigitte PASQUALI, Claude ROBERT, Bernard ROQUE, Michel SALAUN, Michel SOISSONS, Colette VALETTE.

6. Clôture :

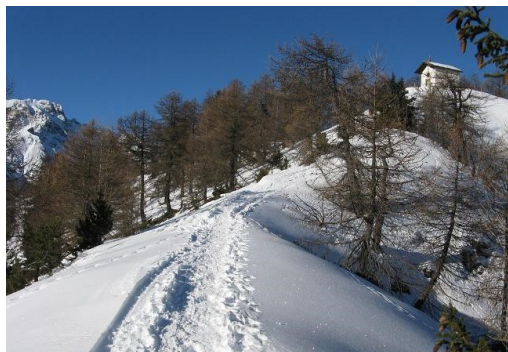
Le président clôt l'assemblée générale et remercie les participants en les invitant à partager l'apéritif offert par l' ARBB. Ce sera également l' occasion de fêter et de remercier Robert MUREAU pour les 6 années passées à la tête de l' ARBB.

L'ombre de Robert n'est pas près de s'effacer...

Rando italienne des 1er et 2 février 2015

On va vous confier un secret...de Polichinelle ! Robert Mureau est amoureux de l'Italie, et elle le lui rend bien. La preuve, nous avons quitté Briançon sous un ciel gris, et, entre Cesana et Oulx, le soleil déchirait déjà les nuages pour un dimanche plutôt ensoleillé et un lundi à vider les tubes de crème solaire. Bref, la rando s'annonçait bien jusqu'à ce que Nadette se fasse remarquer : alors que nous chaussions nos raquettes, que Geneviève et Lucien enveloppaient amoureusement leur voiture d'une couverture pour qu'elle ne prenne pas froid, un cri retentit. « Robert, la pharmacie, vite ! ». Sa chère moitié venait de s'ouvrir (ou plutôt de s'entrouvrir...) la main en tombant sur sa raquette ! Il fallait le faire, Nadette l'a fait. Après notre passage, certains ont dû fantasmer en découvrant la scène du crime. « La neige était rouge...du sang...17 silhouettes se profilaient vers le village de Balbière... »

C'est effectivement à Balbière que nous avons fait notre 1ère halte ; un beau village, autrefois moribond, qui a été restauré selon la tradition comme l'ont été d'autres villages que nous traverserons au cours de cette rando : Soubras, Pierre-Menaud, et Vazon où nous attendait notre gîte « La Chardouse ». L'accueil fut royal ! Nous étions les seuls hôtes et avons donc le choix des chambres et des lits superposés ou matrimoniales. La table fut également un régal : apéritif, antipasti, primi, secondi, dolce et tutti quanti émerveillèrent nos papilles, ravirent nos estomacs et nous assurèrent une bonne nuit ; il paraît même que personne ne ronfla.....



Le lendemain matin, direction la « Madonna del Cotelivier » et ses 550 m de dénivellée sous un ciel aussi immaculé que la Madonne. Là-haut, une vue à 360° à vous couper le souffle...si ce n'était déjà fait. La descente fut plus rapide et le pique-nique au soleil sur les tables et bancs de la terrasse de Vazon nous permit de recharger les batteries avant d'amorcer la boucle du retour ; un itinéraire aérien de beaux paysages, de montées et de descentes, de « petits quarts d'heures » et de « plats montants » qui nous menèrent au superbe village de Désertes. Ce fut ensuite la descente dans le vallon du même nom et nos retrouvailles avec la nationale.

La voiture de Geneviève et Lucien n'avait pas pris froid et Nadette découvrit qu'elle avait oublié un bâton à Vazon...Sacré Nadette, quand tu retourneras le chercher, préviens-nous, on ira avec toi, c'était trop beau !

Les 3J.



ESCAPADE PARISIENNE (26 au 30 septembre 2014)

Terminer les séjours de 2014 par une « escapade parisienne », voilà une idée originale que nous devons à Robert et Alice Bernadette MUREAU qui ont vécu et travaillé un temps dans la Capitale. Notre groupe de vingt personnes a pu aussi apprécier la connaissance des lieux et itinéraires de la part de deux accompagnateurs parisiens membres de l' ARBB : Marie-Jo et Michel GENDRON.



Après un premier aperçu général des lieux historiques de la Capitale effectué en bus découvert, doublé en soirée par une croisière en bateau-mouche, de la tour Eiffel à l'île Saint-Louis, la journée suivante fut consacrée à une traversée de Paris d'ouest en est, du Bois de Boulogne à la Bibliothèque Nationale de France, soit environ 17 Km.

L'occasion de découvrir que Paris ne manque pas d'espaces naturels et de jardins d'agrément. Une mention spéciale pour le parc des Buttes-Chaumont avec sa grande grotte et sa cascade, le « pont des suicidés » enjambant le lac, le tout dominé par le temple de Vesta que nous avons découvert le lendemain à l'occasion d'une deuxième randonnée partant du nord-est avec, comme point de départ, les quartiers de La Villette et le cours de l'Ourcq creusé au début du 19^e siècle pour approvisionner Paris en eau potable.

L'après-midi réservé à la visite de la Butte-Montmartre avec la Basilique du Sacré-Cœur, symbole de Paris comme la tour Eiffel, la place du Tertre où les tableaux sont des productions à la chaîne. Retenons plutôt le spectacle incongru des moulins à vent (Moulin





de la Galette) dans un site urbain, surtout la place Marcel-Aymé avec le mur d'où jaillissent un demi buste, une jambe et un bras, personnage du « Passe Muraille » et œuvre de Jean Marais; le cabaret « le Lapin Agile », avec une peinture murale due à André Gill en 1880 et rendez-vous de la bohème de Montmartre à l'époque.



Une journée libre au domaine du château de Versailles fut aussi organisée qui laissa libre chacun de se consacrer à la visite du château, du Petit Trianon de Marie-Antoinette ou bien des jardins avec l'attrait des grandes eaux musicales : allées, cascades, bassins, fontaines, grottes associées aux statues et sculptures de la

mythologie grecque sur un fond musical emprunté à Lully et à Rameau.



Le séjour se termina par une matinée de visite du quartier Vivienne et du faubourg Montmartre par les Passages Couverts : les devantures pittoresques des collectionneurs et marchands d'art, les librairies spécialisées accompagnent le Musée Grévin dans le 9^e arrondissement.

L'accueil et le service offert au centre d'hébergement «FIAP Jean Monnet » (30 rue Cabanis -75014 Paris) est à signaler pour ceux et celles qui

souhaiteraient visiter Paris dans des conditions confortables et peu onéreuses.

Gérard AGNIAU



Séjour dans les Calanques de Marseille, les massifs de la Sainte-Victoire et de la Sainte-Baume (du 16 au 19 mars 2015).

A l'initiative de Damien Duprez, un groupe de 13 randonneurs a entrepris de découvrir les charmes de la Provence, ceux des calanques de Marseille et Cassis ainsi que les massifs de la Sainte-Victoire et de la Sainte-Baume.

1ère étape : **la montagne Sainte-Victoire**. Partis du barrage Bimont - que l'on doit à l'architecte François Zola, père d'Emile Zola, en 1847 - nous avons suivi un sentier accidenté fait de roches calcaires jusqu'à la Croix de Provence (alt : 945 m). Vue sur le



pays d' Aix et les villages environnants. Après un rapide repas sur le site du Prieuré en contrebas, nous sommes redescendus sous une pluie intermittente jusqu'au point de départ.

La 2ème étape, avec une matinée pluvieuse, nous a permis à Marseille, de visiter **Notre-Dame de la Garde** et de voir l'architecture moderne du musée des civilisations de l'Europe et de la Méditerranée, (le **MUCEM**).



L'après-midi, sous forme d'un aller-retour, a été consacrée à un itinéraire côtier des calanques, de Callelongue aux cabanons typiques de pêcheurs pour arriver à Marseilleveyre.





Le point fort du séjour fut une randonnée d'une quinzaine de kilomètres de Luminy à Cassis sur un GR surplombant toute une suite de calanques qui chaque fois nous offrait des vues magnifiques sur le modelé rocheux, les falaises à pic battues à la base par les vagues déferlantes, la mer, les îles proches.

Successivement Morgiou, Sugiton, Devenson, l'Oule et surtout les grandes calanques voisines d'En Vau et Port-Pin. Paysages à la végétation composée de pins d'Alep, de chênes Kermès, de genêts au début de leur floraison, de romarin et de chèvre-feuilles. Arrivés près du but après 9h de marche, la calanque de Port-Miou a permis aux plus courageux de se baigner.



La dernière étape : l'ascension de la **Sainte-Baume** en partant de l'hostellerie pour arriver, par la forêt, au col Saint-Pilon (alt : 950 m.). Descente par le sentier qui mène à la grotte Sainte Marie-Madeleine devenue un sanctuaire avec la présence de 3 moines.

Un séjour agréable riche en paysages magnifiques dans une ambiance chaleureuse et amicale que nous devons à notre Gentil Organisateur Damien. Gérard A.

...Les z'ARBBistes ont fait la fête... ça vous étonne ?

D'abord aux **Guibertès**...le 5 octobre 2014. C'est la traditionnelle fête de l'ARBB. Imagination féroce des organisateurs qui nous ont proposé cette année de fêter



la montagne d'autrefois... sans oublier miss cake et son magnifique gâteau, le somptueux buffet, patchwork de tous les talents culinaires des z'arbbistes et les bagnards préposés aux grillades. Merci à tous, c'était très coloré et très réussi.

Notre nouveau président va-t-il nous imposer un nouveau look ?



Puis il y a eu les **pizzas au PONTEIL**. Comme les années précédentes, Ghislaine, Maréin, Michel et Nicolas nous avaient organisé une rando-pizz.

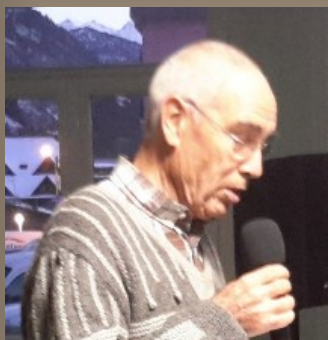
Dans la jolie cave voutée, nous avons mangé, bu, ri, joué, chanté, dansé...



Elle est pas bête la vie ?



Et puis **la Galette**, à la salle des Cros, l'occasion pour notre président d'ouvrir cette année 2015 et présenter les nombreux séjours concoctés par nos chers animateurs



- * *WE raquettes en Italie*
- * *Les Calanques, Ste Victoire et Ste Baume*
- * *WE à Prats Hauts*
- * *Séjour en Camargue*
- * *Séjour en Angleterre dans le parc national de LAKE DISTRICT*
- * *Rando musique dans le Jura (Belfort)*
- * *Séjour autour du lac d'Allos*
- * *L'Oisans, au refuge de la Lavey*
- * *Séjour VTT dans les Vosges*
- * *Séjour en Baie de Somme*
- * *Séjour dans les gorges du Verdon*

Les séjours ont déjà bien démarré : Jacqueline nous a narré les aventures de Nadette en Italie, Gérard nous a fait partager les beautés de Provence et de Marseille.



Le WE dernier, des 21 et 22 mars 2015... c'était à **Prats Hauts**... la quatrième !, c'est devenu une habitude, fêter la fin de l'hiver chez Marc





ARABESQUES

La nouvelle revue de la Garbure

Lors des derniers WE de mars il y a maintenant une habitude, c'est celle de passer quelques heures dans le Queyras et plus précisément face au Sommet Bucher dans un gîte fort agréable celui de la Vie Sauvage à Prats Haut. Cette adresse, bien connue des randonneurs hauts alpins, nous accueille pour que nous puissions vaquer à nos 4 activités préférées :

Samedi 21 Mars c'est par le ski de randonnée que commence la journée, 5 vaillants sportifs emmenés par notre spécialiste Michel s'attaquent à la Gardiole. Enfin c'est ce que tout le monde croyait, mais à l'ARBB rien n'est jamais définitif et les aléas de la neige ont obligé ce groupe de 6 de se transférer plus haut vers le Col Agnel pour atteindre, peaux de phoque sous les skis, le Col Longet. Aux dires de toutes et de tous (oui la parité en cette période est respectée 3 hommes, 3 femmes) la randonnée a été remarquable.

Même jour avec quelques minutes de décalage un 2ème groupe se forme pour aller titiller la même neige mais en utilisant non pas la peau de phoque mais le télésiège (c'est beaucoup moins fatigant) sur les pistes d'Abriés. 4 vaillants s'y collent donc et avec leur encadrant Michel soutenu par un Jean Paul en pleine forme ont effectué nombre descentes sur une excellente neige.

Au même moment ce sont les raquetteurs qui sous la conduite de notre animateur Claude R se garent au hameau de Rua pour aller rendre visite à Simon. Simon il a construit une chapelle là haut dans les bois où les promeneurs, randonneurs viennent lui rendre visite. Et c'est 22 (non pas les flics) mais nous randonneurs qui attaquons tranquillement cette montée. Les raquettes au départ sont sur le sac, les crampons sous les chaussures et dès le Col des Prés de Fromage les raquettes sont sollicitées. Pour le retour les raquettes retournent vite sur le sac et la descente s'effectue dans la joie et la bonne humeur.

C'est alors le moment pour tous de se rendre là haut au gîte où nous attendent impatiemment Claudine et Marc les propriétaires. L'activité gîte jusqu'au repas du soir est tout à fait classique, ce n'est qu'après le repas que la quatrième activité commence.

Assis sur les bancs, sur les banquettes ou sur les tabourets les spectateurs attendent l'animation de la soirée. Celle-ci, préparée dans le plus grand secret va voir enfin se concrétiser une année de travail. Il faut, pour introduire les acteurs, un fil rouge et c'est avec talent que notre cher Roger officie. Il fait présenter tour à tour par un spectateur choisi au hasard les interventions à savoir :

Le sketch de Ghislaine et Gabrielle,
Aventure Ottomane par Claude (lui),
Jacqueline ensuite interprète Devos,





Michel et Claude font chanter la salle,
Dominique BL en joignant les index fait apparaître une saucisse,
Jacqueline nous raconte Cendrillon et Claude le désir.

Ces différentes interventions précèdent un spectacle venu du Moulin Rouge à moins que ce ne soit des Folies Bergères qu'ont interprété nos huit danseuses chanteuses les Miss Tinguettes en Folie accompagnées par Yvette Marrein. Nos huit protagonistes répondant aux doux prénoms de Blanche (Dominique BL), Riquita (Claude), Marinette (Aline), Valentine (Babette), Carmen (Bernadette), Louison (Gabrielle), Lotus (Monique) et enfin Roseline (Dominique L) ont exé-



cuté pour nos yeux et nos oreilles de magnifiques pas de danse en interprétant les belles chansons des années 20. Les robes charleston et les décorations qu'elles y avaient apportées furent du plus bel effet et que dire des plumes des boas.



Une soirée se termine toujours par un Bouquet Final et c'est sur l'air de la Ronde des Heures et de Casse Noisette que 3 couples vont interpréter un ballet absolument sensationnel. Ces couples formés à l'école de danse de Villar Saint Pancrace pendant de nombreuses semaines et vêtus de tutus pour les danseuses et de collants pour les danseurs, vont effectuer alors un ballet d'une rare intensité dramatico comique. Robert, Bernard M, Claude C en danseuses, Michel, Nicolaas, Bernard R en danseurs vont évoluer pendant quelques minutes aériennement pour le plus grand bonheur de tous les spectateurs.

Et c'est alors autour d'une bonne tisane que chacune et chacun rejoindront les chambres pour





attendre le spectacle du lendemain.

Dimanche 22 Mars réveil à 7H30 pour un excellent petit déjeuner qui va précéder la longue balade du matin. Direction Pierre Grosse par le canal de Pierre Dimanche, visite des belles maisons et des beaux chalets de ce village sur la route du Col Agnel. 33 personnes s'étireront à la queue leu leu sur ce sentier fort agréable et retrouveront les 8 restées au chalet pour le repas dominical.

Ce repas sera suivi par une série de chansons accompagnée par Marreïn à l'accordéon, Michel et



Claude R à la guitare et c'est par « Ce n'est qu'un au revoir » que nous quitterons Claudine et Marc qui, peut être, l'année prochaine nous accueilleront encore.

Une remarque pour terminer concernant Marc, en effet Marc est le président du comité départemental de la randonnée pédestre du département, nous ne savons pas s'il va continuer à accueillir au Comité d'Administration les 3 membres de l'ARBB qui ont, devant ses yeux ébahis, participé à cette folle danse du bouquet

final. Peut être va-t-il leur demander de venir habillés comme ils l'étaient lors de cette fameuse danse. ?

Un WE sportif ? A l'ARBB, c'est l'entretien des zygomatiques. Un WE à l'ARBB, c'est un régal pour les papilles. Un WE à l'ARBB c'est un délice pour les tympanes... C'est à refaire tous les ans.

On ne peut que féliciter les organisateurs pour la réussite totale de ce WE. Merci aux animateurs pour les jolies randos, une bouffée de félicitations pour les présentations des spectacles. Bravo aux dames magnifiquement vêtues et que dire du final, les danseurs et danseuses nous ont enchantés. Ce fut une soirée digne d'un grand spectacle.



Chacun des participants a glissé une pensée, un mot, une anecdote, même un poème dont je vous livre les secrets !!!

Nous avons cherché le bleu Queyras mais la rando était flante, la soirée ! L'ARBB a de très at-tendons impa-l'an-

La danse dans tous ses états !

Je ne savais pas que l'ARBB comptait des danseurs « étoilés » et COCORICO du matin, BONJOUR ! pour un réveil du bon pied...

création inédite et décalée, déjantée, et loufoque

agréable. Epoustoubons artistes. Nous née prochaine avec

Les dames des années 20 ont cassé les noisettes des hommes des années 40 !

Accueil, gîte, Marc, Tous les ans, neige et soleil...

On n'a pas tous les jours 20 ans. Si, si, à Prats Hauts on est toujours jeune !

Je préfère marcher à plat le dimanche (les pieds dans le plat) que de monter le

Quel spectacle... sans oublier la danse classique et tourne tourne tutu par ci, tutu par là...

Fabuleux, vivement l'année prochaine.

Natacha n'attacha pas son chat. A Prats Hauts, on se lève trop tôt. Les miss Tinguettes et le groupe Casse Noisette sont les deux mamelles de l'ARBB...

Randonneur
Baliseur
Acteur
Auteur
Danseur
Lecteur
Un très grand cœur
Bonheur

Mon menuisier est en prison, il avait mis une petite affiche sur la porte de sa maison « je pars à la scierie »

Un pur moment de divertissement

Six danseurs nous entraînent dans un maelstrom visuel effréné et plein d'humour. C'est une ode à la danse, où la dérision côtoie l'exigence.

Je n'oublie pas le refuge, toujours aussi accueillant et généreux dans ce que les propriétaires nous servent. Un WE à ne pas regretter.

neige (pas que les œufs) !

Rien d'autre à ajouter... A L'ANNEE PROCHAINE pour d'autres ARABESQUES

Conjugué moi le verbe
« je randonne » aux 4
temps :
Je randonne au prin-
temps
Je randonne en été
Je randonne en automne
Je randonne en hiver

Randos, raquettes,
ski, fromage fondu,
chants, danses, cos-
tumes, gîte... humeur
joyeuse, comme d'ha-
bitude ! ARBB super.

Les miss Tinguettes m'ont
vraiment éblouie par leur
beauté et leur vivacité.
L'ensemble des bonnes vo-
lontés qui a permis une si
belle soirée et puis la volonté
et la ténacité de notre rédac-
trice dans l'effort.... Et puis
l'accueil chaleureux parfait
de Marc et sa gentillesse... A
revenir

Et Saint
Simon
en
tutu

Je connaissais la réputation des
coqs du Queyras, mais celui de
Prats Hauts doit être un coq qui
mue ! A 7h environ, il s'est mis à
hurler un chant indéfinissable
entre le meuglement, la hulule-
ment... cela dit, les poules ne
valaient pas mieux !

Les petits rats, étoiles
montantes de l'opéra
de la Garbure nous
ont enchantés avec
leurs entrechats... à
suivre !!!

Je suis complètement maso de
venir à ce WE pour rencontrer des
gens dont la tête ne me revient
pas et qui en plus ont des mœurs
bizarres. Mais il paraît que mainte-
nant c'est normal que des hommes
soient en tutu. Quand aux miss Tin-
guettes, franchement, elles avaient 60
50 ans de trop. Le temps moche
comme d'habitude.... Bref un vrai WE
de cons !!!

chan-
ta
« Riquita,
jolie fleur de Ja-
va »

Ski alpin à Abries
avec Jean Paul dans
son fief des années 72.
Arrêts fréquents, rencontre
avec des anciennes connais-
sances, monitrices de ski,
Brigitte.... La journée fut
longue !

Après les miss
Tinguettes arrivè-
rent les miss
« Gambettes » qu'on
aurait pu appeler aussi
« perruques en folie » et
qui dit folie dit ber-
gères... ! A nos moutons

Ils étaient
beaux les
acteurs, le gîte
super et les
proprios gentils.

Partis pour faire des ra-
quettes, nous voici transpor-
tés en pays ottoman, mais en
passant par le cabaret des
années 20 et loin de se re-
poser, nous sommes happés
dans un tortillon de dan-
seurs et danseuses.... Le
voyage fut court mais in-



La processionnaire du pin.

Claude Casenave. Décembre 2014

L'année 2014 a été marquée par l'apparition de nombreux cocons blancs dans les pins. On en a remarqué beaucoup autour du lac de Serre-Ponçon, mais aussi jusque dans les rampes de l'Argentière. Ces cocons sont construits par les chenilles d'un papillon de nuit, la processionnaire du pin (*Thaumetopoea pityocampa*), qui se mettent ainsi à l'abri du froid de l'hiver. Grâce à cette protection, les chenilles de processionnaires du pin résistent à des froids intenses, jusqu'à -16°C . Le réchauffement climatique fait que ces températures sont maintenant rarement atteintes, même en altitude et de ce fait la processionnaire du pin peut proliférer et remonter vers le nord de la France, atteignant maintenant la région parisienne, et aussi s'étendre en altitude jusqu'à plus de 1000 m.

Or cette prolifération pose deux ordres de problèmes :

- * d'abord sur le plan forestier, en entraînant un ralentissement de la croissance des arbres infestés, et une dégradation esthétique dans les parcs et jardins.
- * ensuite un problème de santé humaine et animale, lié au caractère urticant et allergisant des poils des chenilles.

Le cycle de vie des processionnaires du pin :

Les papillons sortent de leurs chrysalides à la fin de l'été et s'accouplent immédiatement. Le mâle meurt tout de suite. La femelle ne survit que deux ou trois jours, le temps de pondre ses œufs en fourreau autour de rameaux de pins. L'éclosion a lieu cinq à six semaines plus tard. Les jeunes chenilles se nourrissent la nuit des aiguilles de pin proches et s'abritent le jour dans des cocons provisoires peu visibles. Quand la nourriture vient à manquer la colonie de chenille émigre. Elles se déplacent toujours en procession, la tête de l'une touchant la queue de la précédente, en se guidant sur un fil de soie dévidé au fur et à mesure du déplacement. Les chenilles muent trois fois avant l'hiver. A ce stade elles ne sont pas encore urticantes. A la quatrième mue les chenilles construisent un abri plus solide, le cocon blanc que l'on remarque bien dans les arbres. Au printemps, les chenilles qui ont survécu à l'hiver se rendent, en procession, vers le sol, où elles creusent pour s'enterrer à quelques centimètres de profondeur et se transformer en chrysalides. A l'été le cycle recommence, à moins que les conditions climatiques soient mauvaises. Dans ce cas les chrysalides peuvent rester enterrées et vivantes plusieurs années.



Pathologies liées à la processionnaire du pin :

Les chenilles deviennent urticantes après la troisième mue. Ce sont des poils fins et nombreux de l'extrémité caudale qui se détachent facilement de la chenille, et qu'elles peuvent même projeter si elles sont agressées, et qui peuvent être emportés par le vent qui sont responsables (les poils longs, bien visibles sont inoffensifs). Ces poils sont dentelés comme des harpons et se fixent donc facilement sur la peau et les muqueuses. Très fragiles ils se brisent et libèrent une substance, la thaumatopoeine, qui est irritante et allergisante. Ceci entraîne divers troubles chez l'homme et plus souvent encore chez les animaux : Urticaire et démangeaisons au niveau de la peau ; au niveau de la bouche œdème inflammatoire de la langue, pouvant aller jusqu'à la nécrose de celle-ci ; au niveau des yeux, conjonctivite, voire, si des poils ont pénétré profondément, uvéite qui peut aboutir à une diminution importante de la vision, voire une cécité ; au niveau des voies respiratoires, démangeaisons, toux, bronchospasme.

Les animaux les plus exposés sont les jeunes chiens et les chevaux. Chez les ovins qui ont brouté de l'herbe contenant des poils de chenille, on peut observer des lésions buccales pouvant être confondues avec celles de la fièvre aphteuse.

Le traitement repose d'abord sur la prévention du contact avec les poils des chenilles : protection vestimentaire quand on cherche à détruire les nids. Pas de séchage du linge à l'extérieur dans les zones très infestées.

Lorsque le contact a eu lieu il ne faut pas frotter, mais laver pour enlever les poils sans les briser, ou les enlever avec du papier collant.

En cas d'atteinte oculaire l'avis d'un ophtalmologiste est indispensable : il pratiquera un lavage de l'œil très prolongé après anesthésie locale et pourra repérer et enlever les poils restants sous microscope.

Enfin lorsque les lésions sont constituées, on utilise des antihistaminiques et des anti-inflammatoires stéroïdiens.

La lutte contre les processionnaires du pin est difficile.

En cas d'infestation localisée, dans un jardin par exemple, le plus simple est de couper et brûler les branches atteintes, en prenant les précautions nécessaires pendant l'opération : vêtements couvrants, masque, lunettes.

La lutte biologique est basée sur des pièges à phéromones, attirant les papillons mâles et diminuant de ce fait les accouplements. On a aussi utilisé les pulvérisations aériennes de produits à base de *Bacillus thuringiensis*. Ce produit est respectueux de l'environnement car il persiste très peu après application, et, s'il n'est pas spécifique des processionnaires du pin, si l'application se fait en hiver où la chenille processionnaire est pratiquement la seule active, il ne tue pas les autres papillons.

La lutte écologique apparaît la plus intéressante : diversification des plantations forestières afin d'éviter la monoculture des pins ; mise en place de très nombreux nichoirs à mésange, un des principaux prédateurs des chenilles.

Cette lutte doit être très persévérante pour obtenir des résultats.

En ce qui concerne notre région, la solution la plus efficace, mais non contrôlable, serait la survenue d'une période prolongée de grand froid qui tuerait les chenilles dans leurs cocons.



L'humour des randonneurs....

Vous vous souvenez ?

*Après avoir dansé presque toute la nuit
Bernard s'est réveillé, le corps endolori
« Faut que j'aille dérouiller de corps tout délabré »
Aussitôt il emmène ses am(e)s se promener
Certaines étaient déjà perdues dans leurs pensées
Bernard va, songeaient-elles, encore se sacrifier
Et comme l'an dernier nous offrir son beau corps
Sur lui on est passées, on en demande encore
Mais l'Bernard 2015 n'était pas décidé
Et la Bérésina il n'a pas retrouvé
Les dames étaient déçues et faisaient grise mine
Mais Bernard l'an prochain n'aura pas pris une ride
Vous pourrez bien encore passer sur son échine
Et assouvir enfin tous vos désirs torrides*

Claude

Flash info

Un petit groupe de licencié(e)s de l'ARBB, des plus sympathiques bien entendu, a eu la providentielle idée de jouer au Loto, histoire de tenter la chance en compagnie d'un soir de "sortie-restau", comme nous aimons bien le faire de temps à autre. Bilan de la chose : un joli chèque bien grassouillet à se partager en ... (chut nous ne dirons pas combien). Mais comme nos amis ont le sens associatif, ils ont décidé d'en faire profiter l'ARBB. Tenez-vous bien! Ils nous offrent un joli quad de 450cm³, à quatre roues motrices, avec une petite remorque, pour faciliter le travail de portage des balises sur leurs chantiers et permettre des reconnaissances d'itinéraire. Et comme il faut toujours croire un "Père Noël", ils offrent également à l'association un scooter de neige de même cylindrée, qui permettra d'assurer la sécurité de nos sacs (les litrons). Nous recherchons donc, un petit garage pour ranger ces deux engins. Si vous avez de la place et/ou êtes intéressés, faites nous signe. D'avance merci.

Heureusement que vous avez retrouvé des capitaux ! car mettre la clé sous la porte et déposer le vous failîtes !

Est-ce dans le but de lui subtiliser quelques pommes de terre que, jouant de votre charme vous l'appâtâtes ? Et que par votre beauté vous l'épatâtes...!

Extrait dans l'écho n°5 d'avril 1999

Où sont donc passés ces 2 engins ?

La beauté du «Passé Simple» au hasard de textes rigoureusement français ...

Les moines brassèrent la bière et la burent.

Est-ce dans le but de lui subtiliser quelques pommes de terre que, jouant de votre charme vous l'appâtâtes ? Et que par votre beauté vous l'épatâtes...!