

L'écho du petit randonneur

Le mot de la présidente

Numéro 63

Mois de parution :
Septembre 2008

Sommaire :

- le mot de la présidente
- votre conseil d'administration
- la vie des commissions
- la fête de l'Arbb
- la prose des Arbbistes
- les carnets de l'aventure
- appel à candidature

l'Agenda



L'été est trop vite passé! – N'auriez-vous pas aussi aimé faire encore plein de randonnées, aller découvrir une alpe, une crête, un sommet par là, répéter une balade bucolique par ci ? Et déjà il faut, à cause des conditions atmosphériques, limiter nos ambitions aventureuses. – Nos attentes vont maintenant vers un mois d'octobre sec et ensoleillé, plein de belles couleurs.

Joint à ce bulletin vous trouverez le programme de nos randonnées pour les 3 prochains mois; préparé, comme toujours, avec attention et soins par nos animateurs. Je ne voudrais pas manquer de les remercier ici de tout mon cœur pour leur dévouement; sans eux l'ARBB n'existerait pas. Sans les baliseurs, les administrateurs, les responsables et membres des commissions et vous non plus d'ailleurs. Un grand merci à tout ce monde qui contribue ensemble avec efficacité et gentillesse à la réussite de notre association.

Notre dynamisme et notre convivialité à tous nous ont valu de nombreux nouveaux adhérents cette année. Nous comptons actuellement 176 membres. À cette occasion, je voudrais souhaiter à tous les nouveaux la bienvenue à l'ARBB.



Qu'ils s'intègrent vite et bien. En tous cas, nous nous ferons un plaisir de les aider et soutenir en cas de difficultés.

Le Bureau et le Conseil d'Administration sont en train de préparer l'Assemblée Générale prévue pour le 9 novembre 2008 et je vous invite tous chaleureusement à y participer. C'est un moment de rencontre important dans la vie des Arbbistes. – Venez nombreux à l'AG; des décisions sérieuses sont à prendre cette année. Vous y prendrez part en élisant les nouveaux membres du Conseil d'Administration qui à leur tour choisiront ensuite le nouveau président (ou la nouvelle présidente)!

Parce que vous l'avez compris ou vous le savez déjà, c'est la dernière fois que je m'adresse à vous dans ce bulletin comme Présidente. Après 3 années très riches en souvenirs, d'émotions et de travail, je me retire du Conseil d'Administration et ainsi de la présidence de l'ARBB. Je resterai comme adhérente, animatrice et baliseur encore quelque temps, ensuite je déménagerai début d'été 2009 dans le Champsaur – pays quand même voisin du Briançonnais et facile à visiter.

Je vous souhaite à vous tous de jolies balades d'automne.

Helga Polzin

Votre Conseil d'Administration... s'est réuni le 4 juillet

La situation financière à la date du 30 juin 2008 : le budget est équilibré et correspond aux prévisions. L'achat d'un ordinateur pour l'ARBB (déjà 500 € provisionnés en 2007) était décidé. Le CA a donné mandat à Daniel Mignot, Damien Duprez et Bernard Roque de réaliser cet achat.

Point sur les adhésions : au moment de la réunion, l'ARBB comptait 161 adhérents (101 femmes pour 60 hommes).

Date de la prochaine Assemblée Générale : pour des raisons de disponibilité du Centre d'Oxygénation la date de l'AG a été fixée par le CA au 9 novembre 2008.

Point sur les formations : 31 formations vont avoir eu lieu durant l'année 2008 (les détails seront communiqués lors de l'AG). Le coût de ces formations est de 1835 € dont 707,50 € seront remboursés par le CDRP. À la charge de l'ARBB resteront 1127,50 €.

Le rôle du serre-file d'un groupe de randonneurs a été débattu au CA. Un texte supplémentaire sera proposé pour approbation au prochain CA afin de l'ajouter au « Mémento de l'Animateur ».

Helga Polzin (présidente démissionnaire à l'AG 2008) demande au CA de réfléchir à sa succession.

Le Pas de la Cavale...

Un petit groupe de 5 avec Françoise B pour nous guider. Une longue marche sans difficultés particulières. Le Pas de la Cavale a mauvaise réputation : réputé long et monotone car pas très dénivelé... Eh bien, j'ai eu envie de vous dire combien ce n'est pas ça ! Une marche longue, certes... mais au milieu d'une vallée superbe et variée. Peut-être que le pas tonique mais mesuré et respectueux de Françoise a contribué à l'harmonie de cette marche, à la possibilité de longs échanges, nous étions bien et la rando a été superbe. Merci, j'en avais besoin... Dominique



Pèlerinage au mont Thabor... avec Damien,

On était nombreux, randonneurs de l'ARBB, randonneurs en familles... entre amis... Rando accidentée, dénivelée, sportive... et belle dans un superbe secteur...

Le 17 août, nous partons de Valpreveyre pour aller au col Bouchet, au bivouac Nino Souardi, où nous prenons une petite boisson. Notre nouvel ami qui pensait être arrivé au sommet, a bu un petit verre de grappa... Mal lui en a pris car, pour nous rendre au refuge où nous attendait une bonne « pasta-chianti », il fallait remonter au col de Valpreveyre et, pour lui, ce fut assez difficile.

Repas convivial que nous avait réservé Daniel « chef de file » ce jour là. Excellent repas avec la petite goutte « rincette » à la fin ! On remonte au col St Martin en pensant revenir à la fin du mois pour la fête de la musique au refuge de Lago Verde.

Nous étions 15 gais randonneurs à rentrer sur le hameau de Valpreveyre Jean-Paul



Appel à candidature

Comme chaque année, je fais appel pour vous inciter à vous présenter au Conseil d'Administration. - Actuellement notre CA se compose de 17 membres ; 6 sont en fin de mandat dont 4 sont prêts à se représenter; un membre est démissionnaire. - Donc, pour arriver à 21 membres (nombre max. prévu par les statuts) il reste au total 7 postes à pourvoir.

Membres en fin de mandat :

Dominique Buhot-Launay, Damien Duprez, Michel Masson, Nicole Mignot, Valérie Pinet, Bernard Roque.

Membres ne souhaitant pas se représenter :

Michel Masson - Valérie Pinet

Membre démissionnaire connu à ce jour :

Helga Polzin

Tous les volontaires seront les bienvenus (max. 4 réunions par an + AG). Si cela vous tente, parlez-en dès à présent à un membre du Bureau. Le nouveau Conseil d'Administration sera élu lors de l'Assemblée Générale le 9 novembre 2008.

AGENDA

9 novembre - Assemblée Générale
2008 de l'ARBB au Centre
d'Oxygénation de Briançon... suivi d'un
apéritif offert par l'ARBB

Repas au Centre d'Oxygénation après l'AG

Menu à 23 euros

- Salade de chèvre chaud
- Cuissot de Chevreuil /sauce aux poivres
- Gratin dauphinois en pommes sautées et ses petits légumes tournés
- Plateau de fromages
- Omelette Norvégienne
- Café

Ce menu sera accompagné d'un Côte du Rhône

Inscription auprès de Valérie ou de Helga

avant le 17 octobre 2008

Chèque à l'ordre de CIPPA

La vie des commissions

La commission des Fêtes cherche sa nouvelle ou son nouveau responsable - Valérie Pinet, après s'être pendant plusieurs années consacrée avec dynamisme et bonne humeur à cette tâche, souhaite passer le flambeau, et cette fois-ci définitivement.

La commission est actuellement composée de Michéline Faure-Geors, Annick Fischer et Nicole Mignot.

Peut-être entre les nouveaux adhérents se trouve-t-il des intéressés ? Une âme organisatrice ?

C'est sûr, la commission des Fêtes est la plus importante de l'ARBB avec une fréquentation croissante à chaque manifestation !

Sont à organiser : La Galette des Rois, soirées repas, la Fête de l'ARBB, l'Assemblée Générale en coopération avec le Bureau et ensuite tout ce qui vous viendra à l'idée

Faites-vous connaître auprès de Helga Polzin ou de Daniel Mignot.

La commission Balisage (responsable Jean Jacques) s'est réunie le 12 septembre. 18 baliseurs ont été présents. Les fiches de travaux ont été collectées par Jean Jacques afin d'être transmises au CDRP. Grosso modo, il n'y pas de problème concernant le balisage.

L'actualité de la commission Formation-Sécurité!

Nous espérons que l'été se terminera sans que personne se soit égaré dans nos montagnes...

Pour en être plus sûrs, nous avons mis à profit la saison pour améliorer ou rafraîchir notre niveau de compétence en lecture de carte et orientation grâce à deux actions de formation menées par François avec l'aide de quelques autres adhérents expérimentés :

- une matinée en salle le 23 juin a permis de rappeler aux participants les bases de la cartographie IGN et de l'utilisation de la boussole et de l'altimètre,
- une randonnée d'exercices le 30 août a vu nos randonneurs sillonner le versant sud du Granon, à la recherche d'azimuts, de croupes (en tout bien tout honneur!), de thalwegs, de points cotés, de lieux caractéristiques, de ligne réelles ou virtuelles et autres indices permettant de se situer sur la carte ou d'atteindre sur le terrain un point prédéterminé sur celle-ci. Puis par groupe de deux, ils sont allés déposer une balise et en rechercher une autre : un peu de suspense, quelques coups de téléphone et finalement toutes les balises ont été récupérées... et surtout tous les participants!

... tout cela avec une devise en tête: "**Bien s'orienter, ce n'est pas ne jamais se tromper : c'est s'apercevoir le plus vite possible quand et où l'on s'est trompé afin de préserver sa fatigue et sa sécurité, ainsi que celles du groupe auquel on appartient**".

Par ailleurs 3 d'entre nous sont d'ores et déjà inscrits pour entamer la formation "Animateur FFR 1er niveau" dans le Vercors, cet automne. En dépit de l'annulation de stages dans notre département, il reste peut-être possible de trouver quelques places dans les départements voisins pour **cette formation, particulièrement adaptée à nos besoins : elle comprend 1 week-end de lecture de carte et d'orientation, suivi de la pratique de quelques animations au sein de l'ARBB, puis d'un week-end de perfectionnement et d'évaluation.** Le tout rappelons-le entièrement pris en charge financièrement par le CDRP et l'ARBB. N'hésitez donc pas à vous lancer en vous manifestant auprès de François!

Rappelons enfin quelques recommandations, en cette saison où l'humidité et la fraîcheur peuvent renforcer certains risques :

- une pente marquée en herbe peu devenir très dangereuse si elle est mouillée, assez longue ou se termine au-dessus de barres rocheuses
- de même le givre matinal (gelée blanche) peut persister toute la journée en face nord et rendre les rochers et l'herbe extrêmement glissants. Il en est de même bien sûr pour de petites zones résiduelles de neige précoce. Même chose après une averse de grêle : on randonne parfois sur des roulements à bille!
- le passage d'une zone ensoleillée à une zone de brouillard peut entraîner en altitude une chute de température brutale, parfois supérieure à 10°C. La polaire, les gants et le bonnet, qui ne doivent jamais quitter le fond du sac, seront alors les bienvenus. A fortiori si l'on traverse une averse de grésil ou de neige.
- la nuit tombe beaucoup plus tôt: se retrouver de nuit en montagne (égarement, entorse, etc.) n'est jamais très confortable. Mais ce qui est ~~une~~ seulement une aventure lorsque l'isotherme 0°C est au-dessus de 4000 m peut devenir une épreuve, voire un drame, quand la température nocturne devient négative. Outre la polaire, les gants, le bonnet et bien sûr le coupe-vent, vous devez aussi avoir au fond du sac une frontale, une couverture de survie, une bougie et un briquet.

Pensez enfin à vérifier vos ARVA en temps utile : le mieux est de le faire deux par deux à l'occasion d'un petit exercice improvisé par beau temps (par exemple dans les feuilles mortes d'un sous-bois ou dans une zone de buissons de raisins d'ours ou de rhododendrons), sans attendre d'être dans 1 m de neige et de trépigner de froid...

La fête de l'ARBB... le 14 septembre aux Guibertes

Allez voir les photos sur le site... elles vous parleront de l'ambiance, de la joie et du bon moment que nous avons partagé ensemble !

La prose des arbbistes

Petit panorama de la faune des Hautes Alpes

Le haut alpin estival que je suis a tenté de s'y retrouver parmi toutes les bêtes que nous pouvons rencontrer au cours de nos randonnées. Pour ce faire, je suis allé écouter plusieurs exposés à la maison du Parc de Val-louise, faits par les gardes du Parc ainsi que par le responsable de l'association FERUS pour le loup.

J'espère ne pas avoir trop déformé leur discours dont je vous livre quelques extraits qui m'ont frappé. Cette liste n'est bien sûr pas exhaustive...

Les papillons : on recense 195 papillons de jour et 500 de nuit... mais il faut savoir que les papillons de nuit volent aussi le jour !

Les poissons : apparemment ils n'existaient pas naturellement dans les lacs d'altitude et ont été introduits par les sociétés de pêche. C'est pourquoi la pêche est autorisée librement dans le parc national.

Les tritons et les salamandres : le triton alpestre qui vit dans les mares est mangé par les truites. On le trouve dans le Champsaur et le Valgaudemar.

La salamandre de Lanza ne se rencontre qu'autour du Viso en raison des conditions climatiques favorables (brouillard)



Tous ceux qui peuplent notre planète sont nos compagnons. Ils font partie de notre monde, nous le partageons avec eux – Le XIVème Dalai Lama

Les oiseaux

Le *vautour fauve* se rencontre dans les Ecrins, venant des Cévennes et de la Drôme. Les normes sanitaires européennes imposent le ramassage des carcasses de mouton et les pauvres vautours affamés doivent émigrer.

L'*aigle royal* comporte au moins 50 couples dans le parc national. Son territoire couvre 100 km². L'été il se nourrit principalement de marmottes, l'hiver, il devient charognard. Il faut bien vivre !

Le *gypaète barbu* se nourrit d'os qu'il lâche en vol pour les casser. En 1986 a débuté un programme de réintroduction, difficile car le gypaète ne se reproduit qu'après 7 à 8 ans. Son ventre peut être roux : il s'agit d'une coloration du plumage due à son affection pour les sources ferrugineuses. On décolore une partie des plumes d'une aile afin de l'identifier.

Le *grand duc* niche dans les falaises, ce qui pose le problème de la cohabitation avec les grimpeurs. Des conventions sont établies avec les équipiers de voies pour éviter les lieux où se trouvent grands ducs ou aigles.

Le *lagopède* est une espèce arctico-alpine qui a le retrait des glaciers. Les plumes de ses pattes office de raquettes à neige. Il creuse des igloos neige poudreuse dans les ubacs. Il pond ses œufs l'herbe, ce qui pose un problème par rapport au pastoralisme. De toutes façons, le malheureux volatile, emblème des oiseaux du cœur du parc que bien de disparaître avec la fonte des glaciers.

Le les



La

petit coq de bruyère ou *tétras lyre* a mêmes soucis que le lagopède.

Alain Cossu

taille du journal ne permet pas d'insérer l'article entier...
prochaine partie au mois de janvier !



suivi font en dans ris-

Les carnets de l'aventure

Randonner dans les Hautes-Alpes face à la mer... ou presque!

Félix et François ont reconnu mi-septembre un itinéraire fabuleux en balcon au-dessus du lac de Serre-Ponçon. Il n'apparaît pas sur la carte IGN et semble peu répertorié. Il s'agit de l'ascension du Pic de Morgon (2324m) par sa face Nord-Ouest, la plus impressionnante au-dessus de Savines, en passant par le col du Morgonnet et le sentier des Traverses. Vu du bas comme du sommet, personne ne croirait qu'on peut "sortir", et pourtant...

Certainement pas pour randonneur débutant ou impressionnable (cotation ARBB entre 2 et 3 chamois), cette randonnée ne présente en réalité aucune difficulté technique objective car elle se déroule sur un sentier bien marqué et balisé en jaune (même s'il faut à un moment passer outre un grillage métallique). Mais il vaut mieux avoir le cœur et les pieds bien accrochés, car sans qu'il y ait d'escalade ni de vire vertigineuse, l'itinéraire est par endroit exposé et nécessite prudence et sûreté.

A tenter uniquement par bonne visibilité, pour la sécurité comme pour la vue prodigieuse; à exclure absolument par temps humide et à préférer en montant. On privilégiera donc un retour par un autre itinéraire - sentier des Echelles ou l'un des 2 sentiers à l'Est au-dessus de Boscodon, ce qui nécessite 2 voitures. En partant comme nous de la Fontaine aux Miracles et en bouclant par le sentier des Echelles, il faut compter, outre les 1250 m de dénivelé, une distance de 20 km et donc plus de 6h de marche à allure soutenue.

Si vous utilisez 2 voitures, un accès plus rapide peut faire gagner 300 m de dénivelé, en arrivant par l'Ouest au-delà de Savines, via Pontis et son col puis une route/piste forestière jusque près du col du Morgonnet.

Si vous êtes tentés, bonne chance mais soyez très prudents!