

Passion MONTAGNE

N° 6 | 98^e année
novembre-décembre
2022

DOSSIER

Secours en montagne:
un système fédéral efficace

IDÉE DE COURSE

Cascade de glace, Métro,
Alpes bernoises

PORTRAIT

Lene Heller



Suis ta propre trace.



Là-haut, le monde est si beau. Chaque pas et chaque virage réchauffent ton cœur. Et tu as la certitude que ton matériel est à la hauteur de tes objectifs. À chaque sortie. Quelles que soient les conditions. La montagne, notre passion.

baechli-bergsport.ch/fr

Magasin Lausanne | Avenue d'Ouchy 6 | 1006 Lausanne

Magasin Conthey | Route des Rottes 48 | 1964 Conthey



IMPRESSUM

Editeur et rédaction
Club Alpin Suisse CAS
Section des Diablerets
Rue Beau-Séjour 24, CP 5569
1002 Lausanne
www.cas-diablerets.ch

Locaux de la section
Stamm
Tous les vendredis, dès 18h30,
à la grande salle/Entrée côté
rue Charles-Monnard

Président de la section
Nicolas Lemmin
079 720 31 94
presidence@cas-diablerets.ch

Secrétaire général
Jean-Christophe Rossand
021 320 70 79
direction@cas-diablerets.ch

Secrétariat et administration
Gestion des membres
Catherine Mager Arnoux
Les matins de 8h à 12h
021 320 70 70
secretariat@cas-diablerets.ch
membres@cas-diablerets.ch

Rédaction
redaction@cas-diablerets.ch

PostFinance
Compte postal: 10-1645-3
IBAN CH38 0900 0000 1000 1645 3

Annonces publicitaires
URBANIC Régie publicitaire
Avenue Edouard-Dapples 54
1006 Lausanne
079 278 05 94 - info@urbanic.ch

Tirage
4200 exemplaires

Conception graphique et mise en page
idéesse, Steve Guenat
1083 Mézières
021 903 44 22 - sg@ideesse.ch
www.ideesse.ch

Impression
PCL Presses Centrales SA
1020 Renens

Photo de couverture
Photo: Yves Rémy
Reise in Reich - Oeschinenwald

Délai rédactionnel N°1 2023
30 novembre 2022



ÉDITO

novembre-décembre 2022 3

Commencer est facile, achever l'est moins



Nicolas Lemmin

Président de la section Diablerets-Lausanne

Mon actuel mandat de président de la section des Diablerets se conclura normalement à la fin de cette année. Durant ces trois années de présidence, nous avons su aussi bien entreprendre des réformes de fond qu'engager des projets concrets. Une énumération étant rébarbative, je rappellerai simplement que la section centrale a reconnu en partie ce travail d'ouverture et de transparence sur les procédures que nous avons mises en place.

De ce mandat, je garderai avant tout le souvenir de toutes les personnes compétentes, engagées et respectueuses des valeurs de notre association avec lesquelles j'ai eu le plaisir d'interagir. Grâce à elles, la vie associative au jour le jour, les projets, et la mémoire de notre club se poursuivent d'année en année depuis maintenant 159 ans.

Le climat caniculaire et sec de cet été, qui s'inscrit dans une longue série d'événements extrêmes, a marqué un tournant pour moi. Ces prochaines années, le club tout comme la société en général devront faire face à des enjeux majeurs. Des solutions et des changements d'attitude pour s'adapter seront nécessaires. Ainsi, le dépliant «10 sorties en montagne sans voiture», remis avec ce numéro, propose des moyens concrets pour s'adapter à ces évolutions. Ce projet, comme de nombreux autres, démontre la capacité de notre club à faire bouger les lignes en pratique. Je remercie les membres de la commission environnement et mobilité qui se sont investis pour créer ce document utile à tous.

Sans notre engagement de bénévole, sans notre volonté de collaborer en se faisant confiance, et sans notre envie de porter les valeurs de notre association, cette dernière s'éteindrait très rapidement. Nous avons besoin de personnes engagées et passionnées. C'est grâce à celles-ci que nous faisons face aux obstacles qui se présentent car nous savons qu'il n'est jamais facile d'aller jusqu'au bout de ce que l'on a commencé.

En parlant de fin, j'ai bien sûr réfléchi à la reconduction de mon mandat pour une année supplémentaire. La fonction de président de notre section représente une responsabilité, une charge de travail et une source d'énergie importantes. Après réflexion, j'ai donc choisi de soumettre ma candidature pour 2023 à la prochaine Assemblée générale fin novembre. J'en profite pour vous inviter à y venir nombreux!

Ainsi, je vous dis à très bientôt à la prochaine Assemblée générale.

SOMMAIRE

4 ACTUALITÉS

DOSSIER
Secours en montagne

6

10 CONSEIL MATOS

Les traversées du grand froid

IDÉE DE COURSE

Métro,
Alpes bernoises

12

14 ENVIRONNEMENT
Zones de tranquillité 2022

PORTRAIT

Lene Heller

15

16 PORTFOLIO

CONSEIL SANTÉ

Refroidissement et
bonnes pratiques

18

19 la Vie DU CLUB

Sommaire détaillé

Il est l'heure pour la nouvelle génération de grimpeurs de se manifester. Le team d'expédition du CAS s'ouvre pour la 5^e fois aux candidatures des jeunes alpinistes en quête d'une place de formation si convoitée. L'hiver prochain, 12 jeunes lauréats entameront un cycle de trois ans d'apprentissages en montagne, avant de partir en expédition organisée par les sélectionnés eux-mêmes. Ouvert aux jeunes femmes et hommes nés entre 1998 et 2005 et actifs dans une OJ du CAS. Informations et inscriptions via www.sac-cas.ch.

Grimpez jeunesse!



Souterrains

Situés sur la frontière entre Vaud et Fribourg, les forts de la Tine offrent une visite en profondeur qui flaire bon l'aventure. C'est ici que la vallée du Pays-d'Enhaut se referme et laisse uniquement passer une route et la Sarine. Avec un guide, partez à la découverte de ce dédale

de galeries de la Seconde Guerre mondiale et extasiez-vous devant les meules de fromages qui y sont désormais affinées. Visite unique le 9 novembre. Inscriptions auprès de Pays-d'Enhaut Région (+41 26 924 25 25 / info@paysdenhaut.ch).

Le Pôle Santé du Pays-d'Enhaut lance une campagne de récolte de fonds pour mener à bien la modernisation de son hélisation. La place d'atterrissage de l'hôpital nécessite en effet d'importants travaux, notamment en matière de taille, de signalisation et d'éclairage, afin qu'elle puisse être mise en conformité avec les normes en vigueur. Avec la volonté d'offrir les meilleurs services à sa communauté, le Pôle Santé accueille à bras ouverts tout partenaire prêt à apporter sa contribution au projet. www.pspe.ch

Appel aux dons



la pratique des sports de montagne. Le CAS exige que les mesures soient moins nombreuses, plus ciblées et qu'elles s'appliquent à plus petite échelle.

Accès réduits



Ultimes médailles

La saison des compétitions nationales d'escalade s'est conclue en septembre à Taverner (TI). C'est au centre d'escalade Evolution qu'ont été décernés les titres de champions de Suisse de difficulté. Les meilleurs spécialistes du pays se sont menés la vie dure dans la discipline. En Elite dames, la victoire est revenue à la Bernoise Zoé Egli (20 ans), seule athlète à atteindre le sommet du mur. Dans la catégorie Elite messieurs, c'est également un Bernois, Sascha Lehmann (24 ans), qui s'est offert le titre national en étant lui aussi seul à grimper jusqu'en haut.



Hiver de toiles

Pour ceux qui aiment rester au chaud lorsque la saison froide s'impose dans nos montagnes, les séances de cinéma sont une option idéale. Et grâce à l'édition hiver du festival Montagne en scène, on peut même s'offrir une expédition sur les plus hauts sommets sans bouger de son fauteuil. Avec des frissons à peine moins intenses que si vous y étiez pour de vrai. Dès le 12 novembre, l'événement passera par 200 villes européennes dont Bulle, Fribourg, Genève, Lausanne, Martigny, Morges, Neuchâtel, Vevey, Yverdon et la Vallée de Joux. Programmes et billets via montagne-en-scene.com.

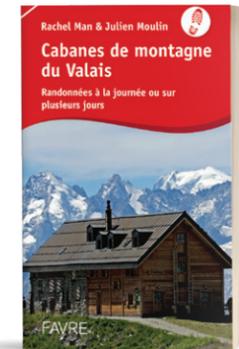
NOUVEAUTÉS LIVRES



Le seigneur des Ecrins

«Les liens entre un roman et la réalité sont si complexes qu'il est parfois difficile de les démêler.» Voilà pour la mise en garde placée en préface de ce roman, dixième ouvrage de l'écrivain-marcheur Gérard Guerrier, aux Editions du Mont-Blanc. L'auteur s'y plaît à jouer avec les ressemblances entre certains de ses personnages et de potentiels alter ego, dans des décors des plus authentiques. L'existence d'un vieux guide misanthrope reconverti en chevrier est perturbée par l'arrivée impromptue du célèbre écrivain-voyageur Sylvestre Talon,

en panne d'inspiration, qui a choisi de passer l'hiver dans le massif des Ecrins. Alors qu'un froid polaire s'installe dans la région et que les loups se rapprochent, un passé oublié de tous ressurgit dans les mémoires et dans la vallée. Guerrier nous entraîne sur les traces de bêtes sauvages dont la plus dangereuse entre toutes n'est peut-être pas celle que l'on croyait.



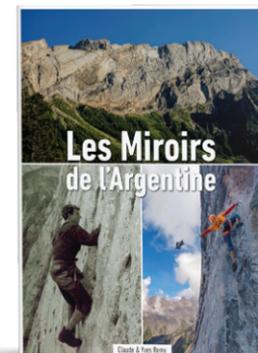
Cabanes de montagne du Valais

Les Editions Favre vous proposent de découvrir le canton du Valais par le biais

de ses cabanes de montagne. Prêts à avaler des kilomètres de sentiers aussitôt que la saison propice sera revenue? Ce topo-guide réalisé par Rachel Man et Julien Moulin vous emmène à la découverte de la vie et des ambiances au sein de 89 gîtes, refuges et hébergements d'altitude, dont cinq dans des endroits limitrophes du Valais. Des randonnées adaptées à chaque niveau, de T1 à T4, vous sont suggérées pour occuper une journée ou même deux sur les hauteurs valaisannes. Les cabanes sont présentées par région. En prime, une carte du parcours détaille chaque itinéraire et un QR-code permet également de renvoyer vers l'application Suisse Mobile. Le descriptif détaillé de l'itinéraire, la cotation, les dénivelés et les temps de marche sont autant de caractéristiques utiles de votre guide. Et les illustrations étalées ne font qu'améliorer le plaisir visuel.

Les Miroirs de l'Argentine

Nous l'évoquons dans le dernier numéro de *Passion Montagne*: voici la nouvelle édition, par l'association Morcles Diablerets Moverans, du livre jusqu'alors épuisé, *Les Miroirs de l'Argentine*. Un ouvrage qui plus est complété par de nouvelles illustrations et des chapitres mis à jour. Claude et Yves Remy, légendes de l'alpinisme et membres d'honneur du CAS, ont largement contribué à populariser l'escalade de la fameuse paroi qui doit son nom aux reflets d'argent lui donnant un aspect aussi lisse qu'une glace. Le 28 mai 1922, trois étudiants de Lausanne, André Bugnion, Jean-Pierre Vittoz et Henri Moreillon réalisèrent la première ascension de la face du Miroir de l'Argentine. Cent ans après cette formidable aventure, le moment est propice pour rendre hommage à ces pionniers. Grâce à leur détermination, l'histoire autour de ce massif ne cesse depuis de marquer les esprits de nombreux grimpeurs. Deux nouvelles voies redoutables, Sully et Sabaton, y ont d'ailleurs été récemment ouvertes.





© Pius Furger

Secours en montagne: un système fédéral efficace

3680 personnes pratiquant une activité de montagne ont reçu l'assistance d'une organisation de secours en Suisse, dans les Alpes ou le Jura, en 2021. Derrière ces chiffres se cachent des systèmes performants de coordination des interventions. Ce numéro de *Passion Montagne* se penche sur l'organisation des secours en montagne dans notre pays.

par Vincent Gillioz

Les sports de montagne comptent parmi les hobbies préférés des Suisses, mais ils sont aussi les plus accidentogènes (en valeur absolue; ce n'est pas le cas en valeur relative qui prend le compte le nombre de pratiquants). Une trentaine de milliers d'accidents sont à déplorer chaque année, de la simple foulure à la chute mortelle. 131 personnes sont décédées en pratiquant un sport de montagne l'an dernier.

La plupart des adeptes le savent, la pratique de la montagne n'est pas sans danger, et la prévention reste la mère de toutes les vertus. Connaître ses limites, son matériel, préparer sa course, être

attentif à la météo sont autant de précautions qu'il faut prendre avant de se lancer. Mais malgré tout le soin apporté à la préparation d'une sortie ou d'une course, il peut encore arriver d'être victime d'un imprévu dont les conséquences peuvent mener à appeler les secours. Une foulure ou luxation sur un sentier de randonnée peut déjà imposer de solliciter une assistance, de même que l'arrivée du brouillard, un mauvais grain, un gros coup de fatigue... L'appel au sacro-saint 144 n'est heureusement pas réservé aux cas graves et notre pays est doté d'un système performant, qui permet d'organiser des secours adaptés à chaque cas.

Un peu d'histoire

Jusqu'au milieu du XIX^e siècle, les sommets étaient gravis avant tout pour des raisons scientifiques et la moyenne montagne arpentée par les bergers. Il a fallu attendre que les Anglais découvrent l'alpinisme pour que la pratique de courses en montagne devienne un sport. A partir de là, les accidents se sont multipliés et les personnes en détresse sont devenues de plus en plus nombreuses. Le grand public n'était alors pas favorable à ce que le secours aux alpinistes soit du ressort des pouvoirs publics. C'est dans ce contexte que le Club Alpin Suisse a mis sur pied dès 1901 une unité de sauvetage interne, dans une perspective de solidarité entre les adeptes des activités d'altitude. L'organisation a fondé plusieurs stations de secours en charge de la prévention et de la formation de sauveteurs, réparties dans tout le pays. Ces stations disposaient de matériel approprié, tel que brancard, pharmacies, cordes... A chacune d'entre elles était affilié un groupe de spécialistes prêt à partir en cas d'alarme: la fameuse colonne de secours formée de guides, d'aspirants et d'amateurs expérimentés et formés. Au fil des ans, la structure s'est améliorée et a suivi les évolutions technologiques, notamment en termes de communication (radio, téléphone...) et d'organisation. Le développement de l'aéronautique, les premiers atterrissages sur glaciers, puis l'arrivée salvatrice de l'hélicoptère sont autant d'innovations qui ont permis des interventions de plus en plus complexes. La Garde aérienne suisse de sauvetage (rebaptisée REGA en 1979) est fondée en 1952, six ans après le sauvetage dans l'Oberland bernois par deux pilotes suisses des passagers d'un appareil américain échoué sur le glacier du Gauli. La célèbre compagnie Air Glaciers, qui réalise environ 2500 opérations de sauvetage aéroportées chaque année en Valais, est quant à elle fondée en 1965.

Fédéralisme incontournable

Aujourd'hui, le sauvetage en montagne est chapeauté dans tout le pays par le Secours alpin suisse (SAS), fondé en 2005 par le CAS et la Rega, à l'exception du Valais, où c'est l'Organisation cantonale valaisanne de secours (OCVS) qui coordonne les secours. Une disparité qui s'explique par l'histoire, puisque ce canton a été le premier à faire face au besoin d'interventions aux débuts du tourisme alpin. «Le Valais a ainsi développé son propre dispositif, en même temps que les bases légales appropriées» raconte Alexandre Briguët, chef du service opérationnel de l'OCVS. «L'organisation créée en 1995 gère l'entier des secours dans le Valais, soit la planification, le monitoring mais également la formation, la communication, de même que la centrale d'alarme unique pour tous les moyens disponibles: ambulances, SMUR, hélicoptère et milice.»

Sabine Alder, responsable de la communication du SAS rappelle quant à elle que le SAS reste une organisation typiquement fédérale. «Notre fondation est responsable de l'uniformisation de la formation des sauveteurs, du secrétariat, de la logistique et du matériel. Les associations régionales, au nombre de sept dans le pays, sont le produit du CAS et existaient avant nous: elles restent indépendantes dans leur fonctionnement et leur organisation.» On notera que des synergies sont en place entre le SAS et l'OCVS en termes de formation et que le manuel du secours en montagne qui standardise les procédures d'intervention a été créé en étroite collaboration.



© OCVS

Des sauveteurs compétents, formés et organisés

Depuis 2010, les sauveteurs sont soumis au règlement de formation du SAS. La répartition des fonctions par niveau (Sauveteur I, Sauveteur II et Sauveteur III) ainsi que par spécialité permet à tous les membres de proposer leurs services selon leurs capacités et leurs disponibilités. A chacune de ces fonctions correspondent certains prérequis, responsabilités et cours spécifiques.

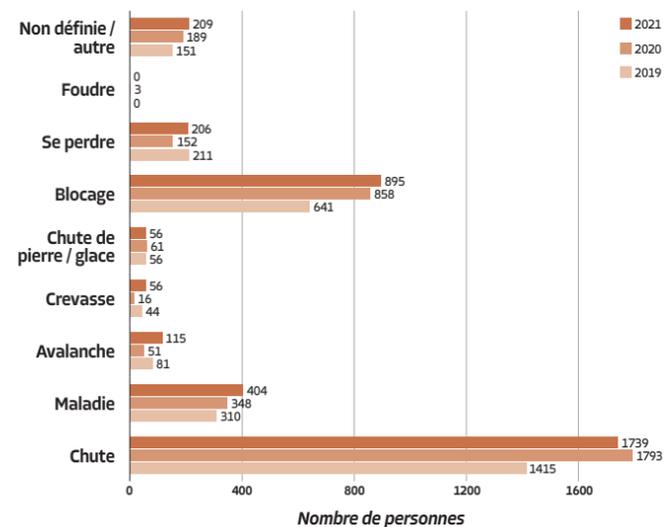
- Les Sauveteurs I sont capables d'évoluer sur le terrain hors sentiers balisés, et prennent en charge des tâches pour aider l'équipe. Ils sont sollicités pour les recherches d'envergure. Ils ne doivent pas suivre de formation.
- Les Sauveteurs II doivent être des montagnard(e)s actifs/ves et avoir suivi un cours de sauvetage de la station où ils sont affiliés ainsi qu'un cours de base médical. Ils connaissent leur territoire régional. Ils doivent au minimum participer à deux exercices de formation par an.
- Les Sauveteurs III doivent avoir été Sauveteur II ou disposer d'une équivalence de par leur expérience professionnelle ou une autre activité (ex. guide de montagne, aspirant, responsable de groupe J+S dans les disciplines alpinisme et ski de randonnée, moniteur de randonnée du CAS, pisteur, spécialiste alpin de l'armée, etc.). Ils doivent avoir suivi un cours de sauvetage hiver et été. Ces personnes participent tous les trois ans à une formation (continue) obligatoire et se rendent à nouveau aux cours régionaux été ou hiver. Ils doivent suivre deux formations organisées par leur station ou le service de sauvetage.

Il existe encore des spécialistes techniques, hélicoptère (SSH), équipe cynophile LW/GS, canyoning ou encore médecine, qui doivent au minimum avoir une formation d'ambulancier. Tous les spécialistes suivent des formations pointues, complétées de plusieurs années d'expérience pour obtenir le niveau d'aptitude requis pour des interventions complexes.



© Secours Alpin Suisse

Origine des situations d'urgence



Si l'on regarde de plus près la structure hors Valais, on trouve sept associations régionales du SAS, parmi lesquelles le SARO (Secours Alpin ROmand) qui représente les cantons de Vaud, de Neuchâtel, de Genève, de Fribourg (sans la Singine), du Jura et du Jura bernois. Les sections du CAS Argentine, Chaussy, Diablerets (avec sa sous-section Château-d'Œx), Gruyère, Dents-de-Lys, Prévotoise, Genève, Yverdon, La Dôle, Montreux, Sommartel et Neuchâteloise, qui comptent chacune une station de secours (13 au total), sont membres de cette association.

Bénévoles incontournables

A chacune de ses stations sont affiliés des bénévoles volontaires qui sont l'essence même du secours en montagne. «Nous n'avons pas de service de "piquet" proprement dit, explique Janry Morier, chef de la colonne de secours de Château-d'Œx. Ça signifie qu'on peut être appelé n'importe quand. Nous sommes équipés, en plus du téléphone mobile, d'un pager, qui peut servir dans les rares cas où le portable

Service identique partout

Il convient de retenir que cette apparente disparité cantonale n'a aucun impact perceptible pour celui qui est confronté à une situation d'urgence, où qu'il se trouve. Quelle que soit la région, le 144 reste le numéro à joindre en cas d'urgence, même si théoriquement, hors Valais, il convient d'appeler la REGA au 1414 (le 144 est partout réorienté automatiquement vers le service approprié). A noter que les détenteurs d'une radio peuvent également l'utiliser par le canal E (Emergency 161.300 MHz) dans les rares endroits où le réseau mobile ne passe pas, et que le 112, numéro d'alerte européen, peut être utilisé en zone frontalière avec l'Italie ou la France, en fonction du réseau disponible.

Ainsi, quels que soient le canton et le numéro de secours sollicités, il existe en amont un système d'alarmes performant et approprié, géré par des professionnels. Ceux-ci peuvent s'appuyer sur un réseau de bénévoles formés (voir encadré) qui peuvent intervenir à tout moment.

Zoom sur la colonne de secours du Pays-d'Enhaut

Antenne de la sous-section Château-d'Œx du CAS Diablerets, la colonne de secours du Pays-d'Enhaut a été délocalisée de Lausanne dans les années 70, à l'initiative de plusieurs membres avisés, qui ont fait le constat que la colonne intervenait dans 80% des cas justement dans cette région.

La colonne de secours compte 32 personnes, dont une quinzaine est formée Sauveteur III. Ce sont eux qui interviennent le plus souvent. Elle compte également des sauveteurs spécialistes et des conducteurs de chiens d'avalanches.

La colonne de secours intervient une dizaine de fois par an en moyenne. Il n'y a pas de pic saisonnier. Dix à douze exercices sont également organisés chaque année. Il s'agit de simulations d'interventions sur une avalanche, d'exercices généraux d'ancrages, nœuds, rappels, et d'exercices avec les autres services d'intervention... La prise en charge de blessés dans le terrain est également travaillée de même que les premiers secours. Des exercices sur les remontées mécaniques sont encore réalisés annuellement de manière que les membres de la colonne soient toujours opérationnels pour tout type d'intervention.

ne passe pas. Les chefs d'intervention sont contactés par la REGA dès qu'il s'agit d'une intervention en montagne, et c'est le premier disponible qui prend le cas en charge et coordonne l'intervention. On contacte les personnes qui vont devoir être mobilisées: spécialistes hélicoptères, conducteurs de chiens, spécialiste canyoning... selon les cas et besoins.»

Le responsable précise que, contrairement aux pompiers volontaires qui sont payés pour leurs heures de piquet, les bénévoles des stations de secours sont dédommagés financièrement uniquement pour le temps effectivement passé sur des interventions: «Le canton et les communes financent un peu la colonne de secours. Les choses ont bien évolué en dix ans. Au début, on devait s'équiper à

nos frais; aujourd'hui nous avons des vêtements d'intervention et du matériel mis à disposition. Personne ne fait ça pour l'argent, mais la reconnaissance de notre engagement est importante. C'est une source de motivation pour les sauveteurs, et qui compte pour recruter de nouveaux membres.»

Connaître le terrain

Le fort ancrage régional de chaque colonne de secours est garant de son efficacité et la division géographique assez fine des stations, notamment dans les Alpes vaudoises, le démontre. «Les chasseurs ou les forestiers sont des membres précieux de la colonne pour les recherches, souligne encore Janry Morier. Ils connaissent parfaitement le terrain, et permettent souvent de retrouver des gens là où on n'aurait pas été chercher instinctivement.» Etre du coin peut par contre rendre la tâche des sauveteurs difficile psychologiquement. «On peut se retrouver sur le décès d'une personne qu'on connaît. C'est toujours plus compliqué à gérer, même si nous disposons de cellules psychologiques pour debriefer.» Le chef de la colonne raconte cependant que tous les cas ne sont heureusement pas dramatiques. «Quand on va chercher une famille, perdue dans le mauvais temps, mais qu'on sait qu'ils ne sont pas en danger, et qu'on ramène tout le monde à la maison, c'est gratifiant.» Il explique finalement avoir appris à rester humble lors de ses interventions, et ne jamais juger les personnes qui font appel au secours. «Des fois, on va chercher un gars en basket et sous-équipé et frigorifié. On n'est pas là pour lui faire la morale, mais pour le secourir, et apporter du réconfort.»

Comme le souligne ce dossier, le Club Alpin Suisse et la colonne de secours sont étroitement liés. Et si l'organisation diffère selon les régions du pays, c'est bien la solidarité des gens de montagne qui est à l'origine de notre système. Un système qui permet à chacun de disposer partout et à tout moment quand d'une assistance appropriée en cas d'imprévu.



© airglacier

Publicité

AIR+GLACIERS

LÀ POUR VOUS, OÙ ET QUAND VOUS EN AVEZ BESOIN

Commandez votre carte de sauvetage dès CHF 35.-/an

AIR-GLACIERS.CH

© Corentin Romeyenne

Les traversées du grand froid

Au milieu des nuits froides, exposé au vent persistant qui vient nous glacer les joues, il y a cette volonté de gravir ce sommet, cette volonté d'atteindre l'objectif fixé. Les conditions nous obligent, au-delà du but, à nous surpasser.

par Mélissa Riffaut, Bächli Sports de Montagne

Pour que l'aventure reste magique, il faut garder de nombreux paramètres à l'esprit, notamment le fait que chaque degré compte. Pour vous soutenir dans la réalisation de votre expédition, nous avons fait une sélection de produits «indispensables».

Pour préparer une ascension alpine, une traversée en région polaire... notre équipe de Bächli Lausanne se tient à votre disposition pour vous apporter de plus amples informations sur le matériel adéquat.



TRANGO 3 - MOUNTAIN HARDWEAR

Tente géodésique, extrêmement résistante et imperméable pour trois personnes, la Trango 3 possède une entrée à l'avant et une à l'arrière, toutes deux protégées contre la pluie. L'entrée principale dispose aussi de *snow flaps* pour éviter que la neige ne pénètre.



DURA 6R M - EXPED

Un matelas très isolant avec son garnissage en duvet RDS 700 cuin. Son épaisseur de 7 cm et sa construction assurent à l'utilisateur un confort élevé. Gonflage rapide grâce au *pumpbag*, neutre pour le climat et matériaux recyclés.

GASHERBRUM JACKET - MOUNTAIN EQUIPMENT

Cette doudoune coupe-vent, durable et légère, vous protégera efficacement pour les sorties les plus exigeantes avec sa composition en duvet à 800 cuin. Elle dispose aussi d'une doublure en Plasma respirante et de coutures élastiques sur la capuche et le dos.



POLARIS OPTIFUEL - OPTIMUS

Un réchaud multicombustible utilisable par tout temps. Deux modes d'utilisation (gaz et essence) sont disponibles en fonction de la température extérieure. Brûleur disposant d'une seule buse d'injection autonettoyante pour l'essence et le gaz. Il est aussi équipé d'un pare-vent.

COL MEMBRAIN - MARMOT

Sac de couchage en duvet RDS avec un garnissage de plumes à 800 cuin. Tissu extérieur imperméable, respirant et coupe-vent, avec collerette anti-froid. Plage d'utilisation jusqu'à -29 degrés.



SWIFT RL - PETZL

Lampe frontale compacte à 900 lumens avec capteur de luminosité pour une adaptation de l'éclairage et une économie de la batterie. Autonomie minimum de 5h. Faisceau mixte pour un éclairage performant.



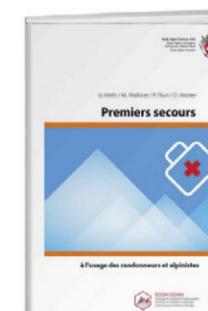
INREACH MINI 2 - GARMIN

Balise de communication par satellite ultra-compacte et intuitive pour une autonomie de presque 1 mois. Avec une couverture mondiale, cet appareil permet aussi d'envoyer un signal SOS au Garmin IERCC en cas d'urgence.



PREMIERS SECOURS - CAS

Guide permettant d'effectuer les premiers gestes de secours. Il décrit notamment les causes, symptômes et possibilité de traitement pour les problèmes liés au froid et à l'altitude. Il rappelle également le comportement à avoir en cas d'avalanche ou de chute retenue par une corde.



Métro, Alpes bernoises

Au cœur des Alpes bernoises, Kandersteg est le must de la cascade de glace en Suisse.

Texte et photos: Yves Rémy

La Breitwangflue, l'un des secteurs les plus connus pour cette activité, consiste en un mur de 300 mètres de haut. On y trouve une vingtaine d'itinéraires, tous plus incroyables les uns que les autres, dont le mythique et esthétique Crack Baby. A gauche de la paroi se cache une autre perle, certainement la cascade de glace la plus originale et la plus indécélable de l'arc alpin. En scrutant le mur, il est impossible de la distinguer. Et pour cause! Il s'agit d'un gigantesque boyau, haut de plus de cent mètres à l'intérieur de la montagne. Un trou de cinq mètres de diamètre au pied de la paroi permet d'y accéder. Cette voie unique a été ouverte par les frères Samuel et Simon Anthamatten en décembre 2004. Bravo à eux d'avoir eu l'audace de pénétrer dans l'étrange cavité noire, puis le courage de



A gauche de la paroi se cache une autre perle, certainement la cascade de glace la plus originale et la plus indécélable de l'arc alpin.



A la féerie totalement inhabituelle des lieux s'ajoutent les reflets des lampes frontales, la résonance des coups de crampons, le cliquetis du matériel ainsi que l'écho de commentaires enthousiastes.

FICHE TECHNIQUE



Situation:	Kandersteg Alpes bernoises - Breitwangflue
Accès:	Train CFF Lausanne-Berne-Spiez-Kandersteg, arrêt Blausee-Mitholz (alt. 960 m)
Horaire approche:	Tracé du sentier 2h - 3h
Orientation:	NW
Dénivellation:	840 m / 180 m
Difficultés:	VP4+ - 6+
Matériel:	Corde 60 m + équipement de cascades de glace
Retour:	Deux rappels de 50 m sur Abalakov
Guides de montagne:	Gérald Tjédor - www.geraldtejedor.ch Nicolas Zambetti - www.nicolaszambetti.ch
Internet:	www.camptocamp.org / www.ice-fall.com

découvrir un tel itinéraire. Après la première longueur, le nom de la voie, Métro, prend tout son sens car on remonte un immense tunnel vertical. En 2011, je me suis rendu à la Breitwangflue avec Didier Tâche, compagnon toujours prêt à partir très tôt afin d'être les premiers sur les lieux. En pleine nuit donc, nous quittons le parking de Mitholz, petit village situé près de Kandersteg. Après 1h40 de cheminement à la frontale par une route forestière, nous atteignons le départ de l'itinéraire. Pas un bruit, il n'y a personne. C'est toujours à la frontale que nous passons l'entrée de ce Métro qui peut nous conduire au paradis ou en enfer. Ce jour-là, ce sera le paradis car le boyau est tapissé d'une bonne glace épaisse favorisant l'usage de nos piolets en mode crochetage pour notre progression. L'enfer, c'est quand tout ruisselle, avec un risque de coulées de neige depuis les pentes supérieures. Dans ces conditions, il ne faut jamais s'y aventurer car le risque est grand d'y laisser sa peau. Trois longueurs s'effectuent dans les entrailles de la montagne. A la féerie totalement inhabituelle des lieux s'ajoutent les reflets des lampes frontales, la résonance des coups de crampons, le cliquetis du matériel ainsi que l'écho de commentaires enthousiastes. Puis la lumière naturelle revient. Nous débouchons sur une vire, face à un magnifique cigare de glace, haut de cinquante mètres qui offre une superbe dernière longueur. Au sommet, les yeux brillent d'émotion. On s'embrasse puis on entame les rappels par le même itinéraire. On regagne le sac et on pique-nique au pied de la paroi. Etant donné que notre forme et que les conditions sont excellentes, un regard entre nous suffit, nous réparons pour refaire ce Métro, cette fois sans frontale, et le redécouvrir sous un autre éclairage mais toujours aussi fascinant... Bon nombre des itinéraires de glace exigent des conditions particulières. L'atypique Métro est rarement praticable. Ce n'est qu'après une longue période de grand froid qu'elle peut se gravir en sécurité toute relative.

Zones de tranquillité 2022 - Canton de Vaud

La Chancellerie fédérale du canton de Vaud a approuvé le 22 mai 2022 les directives départementales concernant les zones de tranquillité. A ce jour, les zones ont été définies uniquement dans les Alpes.

par Georges Sanga

Les directives et les cartes des zones sont disponibles sur la page Internet du DGE-BIODIV du canton de Vaud. Les géo-données sont publiées sur le guichet cartographique du canton de Vaud. Pour le moment, pas de parution sur les portails de la Confédération Swisstopo et Swissmobile. A signaler que des mesures locales peuvent être délimitées par les communes. Exemple: la région du Molard et du Folly au-dessus de Montreux. De telles mesures locales ne sont pas reflétées sur la carte publiée par le canton de Vaud (voir image).

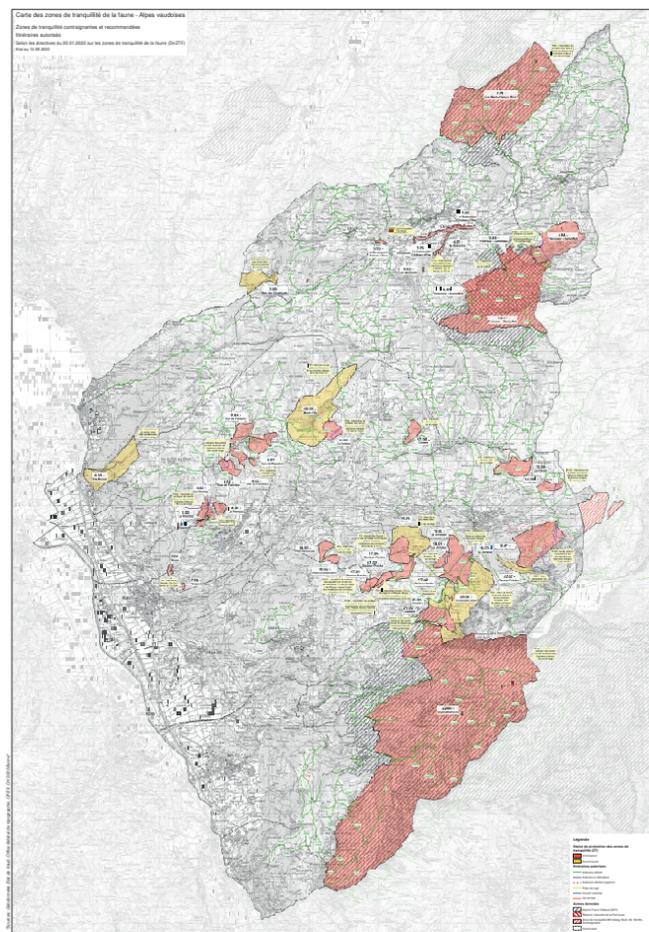
Outre les quatre districts francs fédéraux déjà existants et restant inchangés (Le Noirmont (Jura), Grand Muveran (Alpes), les Bimis-Ciernes Picat (Alpes), Pierreuse-Gummfluh), des zones sensibles ont été définies afin de protéger la faune en hiver. La directive instaure des zones de tranquillité dites contraignantes et d'autres qui sont recommandées. Elle soumet les zones de tranquillité contraignantes à des mesures de restrictions d'accès. La mise en œuvre des zones de tranquillité est placée sous la responsabilité de DGE BIODIV. Les premières mesures qui seront déployées vont être consacrées au balisage des zones et à la mise sur pied d'une campagne de sensibilisation.

En consultant la carte topographique du DGE-BIODIV, on constate que la plupart des itinéraires à ski ou en raquettes ont été conservés. 17 zones sont contraignantes et 7 font l'objet d'une recommandation.

Bases légales

L'art. 4 ter de l'ordonnance fédérale sur la chasse permet aux cantons de désigner des zones de tranquillité lorsque la protection des mammifères et oiseaux sauvages contre les dérangements dus aux activités de loisirs et au tourisme l'exige. Les cantons peuvent aussi définir les chemins et itinéraires qui peuvent être empruntés au sein de ces zones de tranquillité.

L'art. 7 de la loi cantonale sur la faune (Lfaune) prévoit que «Le Conseil d'Etat prend les mesures nécessaires pour assurer le développement optimum et la tranquillité de la faune indigène en tenant compte des conditions locales».



L'original de cette carte est disponible sur le site du canton de Vaud (lien dans le code QR ci-dessous)

Depuis le 1^{er} juillet 2019, l'art. 2 al. 4 du règlement d'application de la loi sur la faune (RLFaune) prévoit que «Le département, après avoir pris l'avis des milieux concernés, peut créer des zones de tranquillité pour la faune, afin d'assurer sa protection contre les dérangements dus aux activités de loisirs et au tourisme. Il édicte des dispositions particulières concernant ces zones».



Quatre règles pour plus de nature

-1-

Respectez les zones de tranquillité et les sites de protections de la faune

-2-

En forêt, restez sur les sentiers et suivez les itinéraires recommandés

-3-

Evitez les lisières et les surfaces non enneigées

-4-

Tenez votre chien en laisse, en particulier en forêt



Lene Heller: la famille pour clé de voûte

Cheffe de course hiver, cette mère de deux enfants a consolidé sa flamme pour l'humain et la montagne au sein du club, tout en la partageant avec les siens. Elle est aussi active professionnellement pour le club.

par Oliver Dufour

Les voitures laissées au garage

Ce que Lene Heller apprécie avant tout, c'est le partage avec les groupes, les plaisirs pris en commun. «C'est beaucoup plus facile, surtout en tant qu'étrangère, de tisser des liens avec une personne en marchant à ses côtés, plutôt qu'en étant assis sur des chaises dans une salle, souligne-t-elle. En tant qu'organisatrice, j'arrive d'ailleurs à parler un peu avec tout le monde. Et c'est l'occasion pour des gens d'horizons très différents de se côtoyer. Le groupe évolue tout le temps sans que j'aie grand-chose à faire. Le plus souvent, j'observe simplement.» L'été, c'est son compagnon, Marc Gilgen, membre de la commission d'alpinisme, qui en fait de même. «On se complète bien tous les deux. Chacun son truc et nous arrivons même à concilier une vie de famille. C'est quelque chose de très important. Et, comme quoi, c'est possible de le faire, alors que ça manque pourtant de programmes destinés au partage des activités alpines familiales», souligne-t-elle. Particularité de ce couple qui n'a jamais possédé de voiture, les courses sont toutes organisées en transports publics. «Au début, nous avons beaucoup dû composer avec des gens qui n'avaient pas compris et qui se pointaient avec leur véhicule, mais à notre époque, la demande augmente de plus en plus.»

Lene Heller entretient également depuis peu des liens professionnels avec le CAS. Architecte à son propre compte, c'est en effet elle qui a obtenu le mandat pour le travail de rénovation partielle que devra subir le bâtiment abritant la section Diablerets, à Lausanne, au terme d'un appel d'offres sur invitation. «Un magnifique édifice de la fin du XIXe, propriété de la section depuis les années 1930. Nous en sommes encore au début des discussions autour du projet, mais il y a notamment une volonté de transformer la zone d'entrée, les vestiaires, de moderniser la cuisine et de réanimer les salles moins utilisées depuis quelques années.» Un beau projet dont on se réjouit de suivre l'évolution.



J'ai toujours eu envie de redonner un peu de ce que j'ai reçu depuis mon arrivée au Club Alpin.»

Née dans la région de Stuttgart, Lene Heller a un jour fait le choix peu commun pour une Allemande de s'installer en Suisse romande. «Les Allemands n'aiment en général pas trop parler le français, qu'ils jugent difficile à maîtriser, et trouvent plus volontiers refuge du côté alémanique de ce pays. Mais c'est une des langues étrangères que j'avais obligatoirement dû apprendre et elle m'avait plu», raconte cette femme de 48 ans dans une maîtrise parfaite de la langue de Molière, avec un accent germanique à peine perceptible. «Je suis arrivée à Lausanne en 2001 et je ne suis plus jamais repartie», ajoute Lene Heller.

Les sorties d'un jour: une révélation

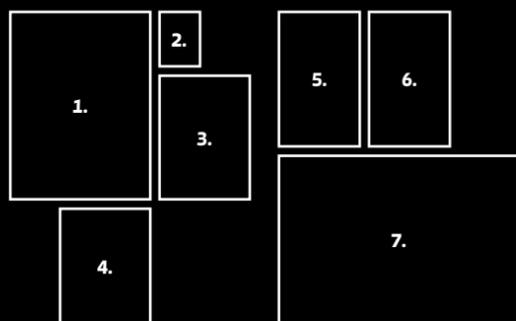
La montagne, cette mère de deux garçons âgés de 11 et 9 ans l'a principalement découverte en Bavière, en vacances avec ses parents et son frère aîné. «Mes parents n'étaient pas vraiment des adeptes de la montagne, et quand nous partions en famille, c'était un peu plus au sud. A deux heures de route, nous nous trouvions dans les Préalpes bavaroises, très calcaires, proposant des endroits vraiment très beaux.» Ce n'est qu'une fois installée en Suisse que les visites des cimes sont devenues beaucoup plus fréquentes. «La révélation est venue d'un copain qui était en séjour d'échange, aussi à Lausanne, relate Lene Heller. Il m'a entraînée dans une sortie à skis d'un jour. Avant ça je n'avais jamais envisagé qu'on puisse décider de partir comme ça, juste pour la journée. En Allemagne nous n'étions pourtant pas loin des montagnes. Ça m'a beaucoup plu: traverser la ville avec les skis sur l'épaule et sauter dans le train...»

Environ deux ans après s'être établie dans le canton de Vaud, la jeune femme a rejoint le CAS. «Je n'étais pas membre du club en Allemagne - l'occasion ne s'était jamais présentée - et je me méfiais un peu ici, parce qu'on m'avait prévenue qu'il fallait se faire parrainer pour intégrer le club, donc connaître les bonnes personnes. Heureusement, cette pratique avait été abolie peu avant que je me sois présentée. Je m'y suis très vite fait des amis.» Dès 2010, elle devient même cheffe de course hiver, après quelques saisons à officier comme adjointe. «J'ai toujours eu envie de redonner un peu de ce que j'ai reçu depuis mon arrivée au Club Alpin.»



Matériau complexe et éphémère d'une beauté inégalable. Délicat aux formes diverses, tantôt horizontal aux allures surprenantes; tantôt vertical aux lignes définies par des obstacles. Modelé, galbé dans un univers de roche, il est d'une élégance et d'une fragilité déconcertantes.

Photos: Yves Rémy
Texte: Georges Sanga



1. La Dame du Lac - Montriond Haute Savoie
2. La Massue Fer à Cheval - Sixt
3. Staubbach Rübezahl - Kandersteg
4. Tränen der Eisprinzessin - Breitwangflue Kandersteg
5. Staubbach Finderlohn - Kandersteg
6. Vis à vis - Val d'Anniviers
7. Crack Baby - Breitwangflue Kandersteg



Refroidissement et bonnes pratiques

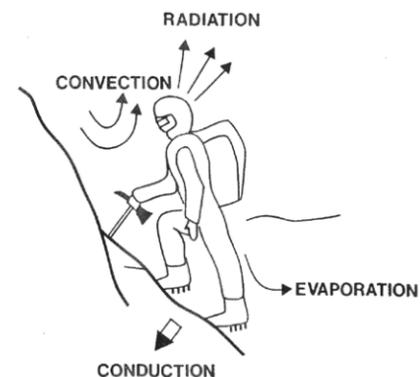
par Dr Bobo

Sources: Petit manuel de médecine de montagne E. Cauchy; Tout savoir sur la santé en montagne Prof. J.-P. Richalet

L'Homme est un homéotherme, c'est-à-dire que la température centrale de son corps ne doit pas trop s'éloigner d'une valeur fixée à 37°C, sous peine de compromettre ses fonctions vitales. Celle-ci dépend du bilan entre les gains de chaleur (celle que l'organisme reçoit de l'extérieur ou de l'intérieur) et les pertes de chaleur vers l'extérieur.

Les pertes de chaleur se produisent par:

- conduction: contact de la peau avec la neige, la glace ou l'eau (sudation)
- convection: flux d'air arrachant les calories au contact de la peau
- radiation: tout corps vivant rayonne et perd de l'énergie quand le rayonnement externe (soleil) disparaît
- évaporation: pour se refroidir, l'homme consomme des calories en transformant l'eau de la sudation en vapeur d'eau. Il perd ainsi de la chaleur.



L'être humain possède très peu de moyens physiologiques pour s'adapter au froid: ce sont les réactions thermorégulatrices, mais elles sont très vite dépassées si l'écart thermique avec l'extérieur est trop important. Il devra donc compenser ce déficit naturel par une adaptation comportementale (chauffage, climatisation, vêtements, etc.).

Ainsi, si l'on est pris dans une tempête en montagne et que l'on n'est pas certain de rejoindre un refuge rapidement, sans risque d'avalanches ou d'autres dangers naturels, il faut choisir d'attendre en se protégeant du vent dans un abri de fortune (igloo, trou dans la neige, anfractuosités de paroi, etc.). Le tableau des températures ressenties ci-dessous rend compte du danger représenté par l'exposition au vent lorsque la température réelle descend sous 0°C. En gris clair la zone dangereuse où un vêtement de type polaire est nécessaire, en orange la zone très dangereuse où l'exposition doit être la plus courte possible (Première ligne: Température sous abri).

Et chez la femme? La notion de confort thermique résulte d'une analyse des sensations entre le front, point le plus chaud du corps, et les doigts (mains et orteils), points les plus froids. Quand la température descend, la contraction des vaisseaux sanguins limite les pertes de chaleur. Or chez la femme, cette fonction physiologique est moins efficace que chez l'homme; elles ressentent davantage la différence de température entre le front et les extrémités. Mais ce n'est qu'une sensation locale. L'hypothalamus qui contrôle la température du corps ne s'y trompe pas. Pour lui, cette sensation n'est qu'un «mirage» et ne déclenche ni tremblements ni production d'énergie supplémentaire. La présence d'œstrogènes dans le corps augmente aussi la sensibilité des vaisseaux au froid.

Enfin, le métabolisme de base est 5 à 8% plus élevé chez l'homme (qui produit donc plus de calories), à poids, taille et âge égaux. La différence tient à une proportion plus élevée de masse musculaire chez l'homme, qui produit donc davantage de chaleur.

Tableau Wind Chill Index

Température > Vent v	4°C	-1°C	-7°C	-12°C	-18°C	-23°C	-29°C	-34°C
8 km/h	3	-3	-9	-14	-21	-26	-32	-37
22 km/h	-6	-12	-21	-28	-35	-43	-50	-57
40 km/h	-9	-18	-26	-34	-42	-51	-59	-67
58 km/h	-12	-20	-29	-37	-45	-55	-64	-72

Exemple: par une température à l'abri de -12°C, si le vent souffle à 40 km/h, la température «ressentie physiologiquement» est de -34°C.

Publicité

L'EAU C'EST LIAUDET PIAL

Bonnet électricité SA
Installations électriques et télématiques
Installateur électricien diplômé
Membre de la section

Chemin de Fontanettaz 14
1009 Pully
Tél. 021 729 78 88
Fax 021 729 82 95
info@bonnet-electricite.ch



Lac de Isofeiret

INFOS

Prochains événements	20
Assemblée générale d'automne	20
Nouvelles du chantier de Trient	21
Nouveaux membres	22
Réflexions	24
Dernières acquisitions de la bibliothèque	25
Sous-sections	26

RAPPORTS DE COURSE

Amicale des mercredistes: Excursion à Macugnaga	27
Amicale des jeudistes: Klosters GR	27
Rencontre du jumelage CAI Rivarolo	28
Camp groupe jeunesse août 2022	29
Mont Avril: en circuit par Chanrion	30

CONNAIS-TU TA SECTION?

31


Agenda nov.-déc. 2022

04.11 vendredi
19h30

Soirée des bénévoles, chefs de course et amis
sur invitation

23.11 mercredi
19h15

Présentation des aquarelles exposées dans
la grande salle par son auteur Jean-François Kälin

23.11 mercredi
20h

Assemblée générale d'automne (voir ci-contre)

10.12 samedi
14h

Noël des jeudistes
organisé par et pour le groupe des jeudistes

Carnet noir

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par le décès de **Willy Flaction**, membre de la sous-section de Vallorbe depuis 1973, **Marie Leu-Biber**, membre du CSFA puis de la section depuis 1967, **Jean-Charles Pilet**, membre de la section depuis 1966 et **Mikhail Krylov**, membre de la section depuis 2020.


Hommage à Robert Lardet

Né en 1931, Robert nous a quittés discrètement le 29 août 2022. Fidèle au club durant près de 70 ans, il s'est engagé avec générosité pour le groupe de skieurs, puis pour la section des Diablerets. Durant plus de trente ans, tour à tour membre de la commission des chalets, de celle des courses, des postes de secours, préposé de la cabane Barraud et préposé adjoint de la cabane du Mountet de 1981 à 1992. En 1995, cet amoureux de paysages et de la montagne s'est affilié à l'amicale des jeudistes. Simple et jovial, Robert laisse le souvenir de quelqu'un de bon et super sympa qui aimait offrir la raclette dans son chalet de Grimontz.

François Gindroz
Assemblée générale d'automne
Mercredi 23 novembre 2022 à 20h00
Grande salle du CAS-Diablerets,
entrée rue Charles-Monnard
Section des Diablerets
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer

Préambule

L'Assemblée générale d'automne 2022 se tiendra dans le respect des directives sanitaires en vigueur.

Ordre du jour

1. Accueil, désignation des scrutateurs, adoption ordre du jour (informatif et décisionnel)
2. Adoption du procès-verbal de l'Assemblée générale du 27 avril 2022 (décisionnel)
3. Communications diverses du comité (informatif)
4. Informations et présentation des sous-sections, de certaines commissions et groupes (informatif)
5. Présentation et adoption du budget 2023 (décisionnel)
6. Mise en conformité des statuts de la section avec la réglementation du registre du commerce (décisionnel)
7. Election au scrutin de liste des comités des commissions (décisionnel)
8. Election du président et du comité (décisionnel)
9. Divers et propositions individuelles (informatif). Les propositions individuelles doivent parvenir au comité au moins 10 jours avant l'assemblée générale (art 9.3).

Le verre de l'amitié sera offert à l'issue de l'assemblée.

Le comité invite les membres de la section à participer nombreux à cette réunion clé de la vie du club!

Les documents concernant cette Assemblée générale d'automne, notamment le budget, sont à disposition au secrétariat et sur le site www.cas-diablets.ch/vie-du-club.htm

Publicité

Nos fidèles annonceurs soutiennent votre Club, SOUTENEZ-LES !

Section des Diablerets
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer

Mise en conformité des statuts

Le point 6 de l'AG d'automne 2022 prévoit un vote concernant la mise en conformité des statuts de la section avec la réglementation du registre du commerce. De quoi est-il question?

Comme mentionné lors de l'AG de printemps 2022, des contraintes réglementaires relevées par la fiduciaire de la section rendent obligatoire l'inscription de la section au registre du commerce. Les statuts de la section ne sont toutefois pas compatibles avec certaines règles de ce registre. Considérant que les statuts actuels sont récents (dernière révision en 2019), le comité propose à l'AG une modification minimale des statuts limitée au strict nécessaire pour rendre possible l'enregistrement au registre du commerce: il s'agit donc seulement d'une mise en conformité des statuts de la section. Les changements proposés sont les suivants:

- Le principal changement concerne la mention «des Diablerets» dans le nom de la section: la règle générale du registre du commerce est que le nom ne peut pas mentionner un lieu sans y être établi. Or, la section est basée à Lausanne. Le nom actuel de la section a une origine historique, puisque quand la section a été créée en 1863, il était d'usage de nommer la section d'après le plus haut sommet du canton. Le compromis suivant a été négocié avec les autorités compétentes, qui ont accepté de prendre en compte les raisons historiques du nom actuel: le nom de la section passe de «section des Diablerets du Club Alpin Suisse» à «section des Diablerets du Club Alpin Suisse, Lausanne». Le logo du club restera inchangé.
- Un article 6.5 doit être ajouté, identifiant les ressources de la section (principalement les cotisations et les revenus générés par les partenariats et les actifs de la section tels que les cabanes, chalets, immeuble).
- L'article 10.2 doit être ajusté pour reprendre la terminologie attendue par le registre du commerce: la phrase «Le comité est composé de 5 à 9 membres» devient «Le comité est composé de minimum 5 membres à maximum 9 membres». Le changement est donc purement formel.

La version des statuts sujette au vote, dans laquelle les modifications résultant de la mise en conformité sont mises en évidence, est disponible au secrétariat et sur le site www.cas-diablets.ch/vie-du-club.htm.

Le comité remercie l'AG d'accepter cette mise en conformité. Une fois les statuts ajustés, l'inscription au registre du commerce sera faite dans les meilleurs délais.

Nouvelles du chantier de Trient


Comme annoncé dans le dernier *Passion Montagne*, le chantier a débuté le 1^{er} août 2022 et a bien avancé depuis, bénéficiant de conditions climatiques majoritairement clémentes. Le jeudi 22 septembre a marqué une étape importante, avec la dépose par hélicoptère de la nouvelle charpente. Maintenant que la nouvelle toiture est en place, le chantier est moins sujet aux aléas climatiques.

En novembre et décembre, la priorité sera la pose des nouvelles fenêtres, des installations sanitaires, ainsi que des cloisons, doublages et isolations entre les nouveaux dortoirs, les nouveaux planchers et escaliers ayant été montés en octobre. Le système de chauffage sera installé lui aussi: la cabane sera essentiellement chauffée via des panneaux solaires thermiques alimentant des radiateurs basse température.

Le comité renouvelle son invitation aux membres de la section à soutenir ce projet important pour la section, en faisant une donation, exonérée fiscalement, via notre fondation Patrimoine Cabanes Alpines. Comme annoncé fin 2021, la section a mis en place un programme de remerciements pour ses donateurs, avec les statuts de Bienfaiteur (don au-delà de CHF 10'000.-), Sponsor (de 1000.- à 10'000.-) et Donateur (en deçà de CHF 1000.-). Chaque donation compte! D'avance, un grand merci! La liste de nos contributeurs est publiée sur la page de la cabane du Trient du site du club, le code QR donne le lien direct.


 Soutenez notre fondation
Patrimoine Cabanes Alpines

 A la demande de lecteurs
de *Passion Montagne*,
nous insérons un QR code de
paiement pour la Fondation

 Notre mission :
entretenir et rénover nos
cabanes

 Nous contacter : 021 320 70 79
IBAN: CH71 0900 0000 1229 1397 0


Nouveaux membres

SECTION LAUSANNOISE

F	Alessio Auguet	Lise	Lausanne
I	Angolini	Lisa	Lausanne
I	Arlaud	Maxime	Lausanne
F	Auguet Alessio	Julien	Lausanne
I	Bergamaschi	Paolo	Lausanne
I	Besson	Benjamin	Morges
I	Binci	Luca	Lausanne
J	Blanchard	David	Lausanne
I	Boand	Philippe	Onex
I	Bouland	Alexandra	Nyon
I	Bourseau	Delphine	Lausanne
I	Bretaudeau	Sophie	Chardonne
I	Brosse	Quentin	Lausanne
I	Bruder	Maxime	Lausanne
I	Cabaud	Zacharie	Lausanne
I	Calvo	Lilias	Renens
I	Casale Goetschi	Suzanne	Villette
I	Chambers Brocard	Martine	Lausanne
I	Chevalley	Patricia	Epalinges
I	Chèvre	Michael	Prilly
F	Combemale	Thomas	Lausanne
F	Combemale	Laurence	Lausanne
EF	Combemale	Louise	Lausanne
EF	Combemale	Sauvanne	Lausanne
I	Contel	Raphael	Jouxens-Mézery
I	Cordey	Noémie	Bussigny
I	Cordey	Michael	Lausanne
F	Demissy Cazeilles	Olivier	Gilly
F	Demissy Cazeilles	Gesa	Gilly
EF	Demissy Cazeilles	Elisa	Gilly
EF	Demissy Cazeilles	Johan	Gilly
I	Deruisseau	Manon	Poliez-le-Grand
F	Dutoit	Valérie	Copponex - F
I	Essig	Barbara	Lausanne
I	Fagone	Marco	Lausanne
I	Favre	Philippine	Renens
I	Fayard Dody	Alexandra	Montreux
F	Fivaz	Salma	Orbe
F	Fivaz	Nicolas	Orbe
EF	Fivaz	Ilias	Orbe
EF	Fivaz	Sophia	Orbe
I	Gayler	Oliver	Lausanne
I	Geiser	Lorraine	Lausanne
I	Georges	Thomas	Lausanne
I	Gouin	Judith	Renens
I	Guidou	Alexandre	Lausanne
I	Hämmerli	Alex	Genolier
I	Hecher	Maria Anna	Bussigny

I	Heise	Felix	Echandens
I	Henry	Raphaëlle	Lausanne
F	Hoarau	Thomas	Chavannes-près-Renens
I	Humbert-Claude	Marie	Grandvaux
I	Ijzerman	Cornelia	Lausanne
I	Ionel	Andreea	Saint-Prex
I	Jacob Silva	Paulo	Denges
I	Jousset	Bertrand	Lausanne
I	Kany	Leïla	Le Mont-sur-Lausanne
I	Kover	Anita	Lausanne
J	Kutalik	Nolan	Lausanne
I	Laufer	Grégoire	Cugy
I	Laurent	Pierrick	Sugnens
I	Lavenex	Didier	Lausanne
I	Lehmann	Alexandre	Le Mont-sur-Lausanne
I	Locher	Valérie	Lausanne
I	Meid	Florian	Villette
I	Montendon	Amelie	Leysin
F	Oberholster	Larise	Lausanne
I	Ogrodzki	Pierre	Lausanne
I	Paone	Antonio	Lausanne
I	Pecoraro	Cyril	Zurich
J	Penney	Alexander	Lausanne
I	Piaux	Clémence	Epalinges
I	Pochon	Carole	Villars-le-Terroir
I	Rey-Thibault	Henri	Pully
I	Robin	Christophe	Lausanne
F	Sapozhnik	Alexey	Lausanne
F	Servant	Juliette	Lausanne
J	Stemfeld	Alexander	Lausanne
I	Stradomska-Szymczak Anna		Préverenges
I	Techer	Anthony	Chavannes-près-Renens
I	Thelliez	Stéphanie	Pully

Publicité

Guides et accompagnateurs de montagne

Cet espace pourrait être le vôtre, pour annoncer vos programmes et activités à nos 4500 membres !

Contactez-nous sans tarder pour une offre :

urbanic
Régie publicitaire

Avenue Edouard-Dapples 54, 1006 Lausanne
079 278 05 94 – info@urbanic.ch

CATÉGORIES I = Individuel EF = Enfant famille
F = Famille J = Jeunesse

I	Thierrin	Laurent	Pully
I	Tran	Alex	Matran
F	Vallotton	Laurent	Copponex - F
EF	Vallotton	Lou	Copponex - F
EF	Vallotton	Antonin	Copponex - F
EF	Vallotton	Anouchka	Copponex - F
F	Vitali	Valentina	Lausanne
J	Wenger	Alejandro	Lausanne
F	Wyss	Flora	Chavannes-près-Renens

SOUS-SECTION DE MORGES

J	Käppeli	Hugo	Sévery
F	Kappus	Juergen	Montricher
I	Pointet	Bernard	Echandens
F	Poupon	Lucienne	Montricher
I	Romanello	Matteo	Morges

SOUS-SECTION DE PAYERNE

F	Cook	Véronique	Estavayer-le-Lac
F	Cook	Stéphane	Estavayer-le-Lac
J	Estoppey	Leanne	Trey
I	In-Albon	René	Payerne
I	Torche	Améline	Le Mouret

SOUS-SECTION DE CHÂTEAU-D'ŒX

I	Allegri	Balthazar	Bussigny-sur-Oron
F	Jacot-Guillamod	Loïc	Zurich
F	Ludescher	Aldric	Pully
F	Ludescher	Nikola	Pully
EF	Ludescher	Mila	Pully
F	Zulauff	Anita	Zurich
EF	Zulauff	Mila Dolma	Zurich
EF	Zulauff	Benson	Zurich

Publicité

« Allegra e bainvgnü » dans la réserve de la Biosphère de l'UNESCO du Val Müstair

Découvrez les plus belles randonnées de ski et de raquette dans notre vallée et profitez de notre hospitalité. Les groupes sont également les bienvenus.

HOTEL CENTRAL LA FAINERA
Claudia Bättig, hôtesse d'accueil
CH - 7535 Valchava
Tel +41 (0)81 858 51 61
www.centralvalchava.ch

Cours techniques de ski hors-piste 2023



Tu souhaites améliorer ta technique de ski hors-piste? Tu veux prendre confiance en toi et être plus à l'aise en descentes à skis et dans toutes les conditions de neige?

En partenariat avec les guides de Leysin, ces cours auront à nouveau lieu en 2023 durant 3 dimanches consécutifs du mois de janvier, les 15, 22 et 29 janvier. Un dimanche de réserve est prévu en cas de mauvais temps. Le prix par personne est de CHF 330.- pour les 3 dimanches. Une bonne condition physique est nécessaire ainsi qu'un niveau de ski acceptable (niveau pistes rouges).

- Les inscriptions sont obligatoires et se font en ligne sur le site www.guideservice.ch, à partir du 5 novembre 2022
- Les cours sont exclusivement réservés aux membres de la section des Diablerets et des sous-sections.

CAVE DE LA CRAUSAZ FÉCHY

Buttems frères S.A.
Chemin de la Crausaz 3
1173 Féchy
021 808 53 54
www.cavedelacrausaz.ch
Ouvert du lundi au samedi

Cave de la Crausaz
Féchy AOC La Côte
CHF 8.70 la bouteille

Première sortie en cabane, en 1968

Deuxième et dernier épisode de notre feuilleton relatant la première course avec le CAS d'Anne-Lise Dufey, la première partie ayant été publiée dans l'édition de juillet-août de *Passion Montagne*. Nous la retrouvons en fâcheuse posture sur le chemin de la cabane Rambert...

Par Anne-Lise Dufey

Suite du récit commencé dans le numéro de juillet-août!

Soudain, un rasoir: deux mètres de rocher sur le fil. A gauche, le névé où nous sommes montés, c'est-à-dire les 60 degrés vus depuis le haut, sur cent mètres de glissade, une bascule vertigineuse. A droite, un vide de deux cents mètres à la verticale. Ma langue fait demi-tour et se colle au palais. Mes oreilles se bouchent. Mes yeux se donnent la main. J'annonce forfait, je n'ai plus un dé de souffle. Une main se tend vers moi. Il s'appelle Séraphin. Un nom de paradis. Déjà?

- Vous gardez bien votre équilibre et vous enlevez lentement votre sac. Maintenant vous me le passez. Calmement. Vous allez monter en opposition, sans vous énerver.
- En opposition?
- Claude, tu lui montres! Maintenant à vous... Ben alors, vous voyez, ça va tout seul!
- Merci Monsieur.

Je retrouve mon souffle et mon équilibre. Sur le sentier des vaches. Ouf! Il me rend mon sac, mais, tandis qu'il m'aide à l'enfiler, le ton de sa voix trahit un reproche sans réplique.

- Nom de bleu! C'est pas possible. Qu'est-ce que vous avez bien pu foutre là-dedans? Vos petites crèmes pour la nuit? Vous êtes cinglée de vous payer un tel chargement.
- Ah non! Je n'ai vraiment rien de spécial, seulement les deux litres réglementaires quand on sort pour la première fois avec ces messieurs du Club alpin. C'est ça qui pèse le plus.
- Quoi? Vous avez monté des bouteilles?
- Oui. Il paraît que c'est l'usage quand on vient en cabane avec vous. Je n'ai pas voulu manquer à la tradition, mais j'avoue que c'est ça qui me crève.

Autour de moi, l'éclat de rire est indescriptible.

- Roger, t'es un beau salaud, mais vous alors, vous êtes bonnarde!

Cela signifie que je suis adoptée, je le sais, malgré la lanterne rouge ou plus sûrement à cause d'elle. Le Papa Mabillard s'étouffe de rire. Il apprécie le gag car pour les farces, il n'est en retard sur personne. Sa dernière? La salade C.A.S.: une salade pommée, bien croquante, dans laquelle il a débité en rondelles... la vipère qu'il a ramassée sur le sentier et qu'il a tuée avant de la mettre au fond du sac.

Pour l'instant, un *smolitz* général marque mon adoption. Roger. Yvette. Séraphin. André. Marcel. Claude. Franz. Paul. Les autres, ce sera pour ce soir à la cabane.



1918 - Rambert. Le gardien, pour la première fois... reçoit les dames du C.S.F.A.



Cabane Rambert - 2580 m - Me voilà donc en cabane. Je retrouve l'odeur, et l'ambiance, et cette fois-ci j'y participe. Impression de redécouvrir du connu. J'écoute la résonance du bois au réfectoire, mon rire parmi les rires, mon pas parmi les pas. Cette fois-ci, j'ai l'autorisation de monter au dortoir. Ma première nuit en cabane: une paillasse m'est attribuée, elle sent la pous-

sière; deux couvertures, elles sentent les pieds. Qu'importe! Je suis heureuse de la journée, de la camaraderie, de l'altitude, et je m'endors, mieux encore, je dors, malgré les stères de bois qui se préparent à mes côtés.

Trois heures du matin, diane générale. Branle-bas de combat. Départ pour le Grand Muveran... les mâles seulement, question d'assurance! Yvette et moi, dans l'attente de leur retour, contemplerons le lever du soleil, mon premier en altitude.

Spectacle féérique. Mystère du fond des âges. Du Monte Leone au Mont-Blanc. Le bleu de la nuit s'éclaircit, imperceptiblement, sans qu'il soit possible de mesurer la lumière qui naît. La chaîne des valaisannes détache ses silhouettes. L'air est vif. Il mord le nez, les oreilles, les lèvres, le menton, ça réveille. Bleu plus clair, turquoise teintée de rose, palettes de tous les pastels. Un point lumineux éclate dans le massif du Mont-Blanc: le toit du Refuge Vallot renvoie les premiers rayons du soleil. Et soudain, tout brille autour de moi et au-dedans de moi. Tout se réchauffe, le virus s'est réveillé. Je revis du ressentir du Gornegrat. Dans le silence, je sais. Aujourd'hui, je sais que je reviendrai, que je remonterai pour faire mienne la montagne, l'Alpe. Mon admission est signée à l'école de là-haut.

Après un petit-déjeuner des grands jours, Yvette et moi plions les couvertures et remettons de l'ordre au dortoir. Devant la cabane, nous préparons nos sacs. Il fait bon, il fait chaud. Tout est calme, serein. Le gardien sort et repère à la jumelle ceux qui sont au Muveran.

- Et merde!

Que se passe-t-il? Une équipe s'est arrêtée. Trop longtemps. Nous attendons, le regard rivé à toute cette caillasse.

Les autres continuent. Ce ne doit pas être grave puisqu'il revient, seul, par ses propres moyens. Nouvelle attente. C'est Paul.

- J'ai pris un énorme caillou sur la cuisse. Ça ira, mais il est préférable que je continue pendant que c'est chaud; alors je ne m'arrête pas, je descends. Vous me retrouverez au village.
- Je descends avec toi.

Hier j'étais seule et inconnue. Aujourd'hui, je redescends avec Paul et lui avec moi. Le rasoir? Pris calmement, sans s'énerver, ça ira. Le névé? Sans prendre de risque, ça ira. Un pas après l'autre. Au bord du torrent, nous respirons un instant. Il a mal et traîne la jambe.

- Paul, s'il te plaît, laisse-moi prendre ton sac. Je te le rendrai avant les premières maisons du village.

D'arrêt en arrêt, nous atteignons Ovronnaz. Enfin, dit Paul, car il est épuisé. Les autres ne sont d'ailleurs pas loin derrière nous, ils nous rattrapent peu à peu. Dans moins de dix minutes, ils nous auront rejoints. A la terrasse du café, la serveuse prend notre commande.

- Vingt bières.
- Hein?
- Oui vingt bières... ou même trente si vous voulez bien?

Elle nous dévisage avec horreur et nous éclatons de rire. Quand les premiers des viennent-ensuite nous rejoignent, les commandes continuent, à la moyenne de cinq par personne. Quelle équipée! Aie! Aie! Aie!

Les illustrations proviennent de l'ouvrage Livres de Cabanes, aux Editions de la section des Diablerets du Club Alpin Suisse, un recueil d'Anne-Lise Dufey qui y illustre ses poèmes avec une sélection de dessins et aquarelles extraits des nombreux livres de cabanes des archives de la section

Publicité

**Favorisez
le développement durable,
choisissez une imprimerie
locale et certifiée!**

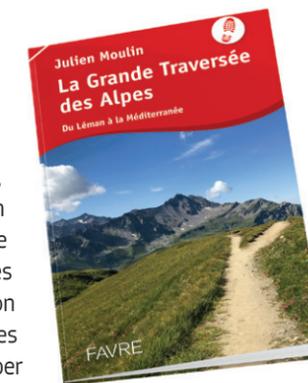
*** PCL**
TOUTE
L'IMPRIMERIE



Dernières acquisitions de la bibliothèque

La Grande Traversée des Alpes

Moulin Julien
Editions Favre



Du Léman à la Méditerranée, de Saint-Gingolph à Menton, un itinéraire de moyenne montagne de cinq semaines sur des sentiers balisés principalement sous l'appellation GR5 ou GR52, ponctué de rencontres lumineuses et de paysages à couper le souffle, une aventure humaine incroyable. A travers quatre parcs naturels, 600 kilomètres de parcours, découvrez le Mont Blanc, le Beaufortain, la Vanoise, la Maurienne, le Queyras, le Mercantour, la vallée des Merveilles et enfin la mer. Près de 60 cols franchis et plus de 60 villages traversés. La Grande Traversée des Alpes est en vogue et est en passe de devenir à son échelle le Saint-Jacques de Compostelle des Alpes. «J'ai parcouru des kilomètres de sentiers; la Grande Traversée des Alpes est une aventure hors normes de par sa longueur, de par la diversité des paysages, de par ses multiples rencontres, de par les nombreuses régions visitées. Dans la descente du Col du Berceau, face à la mer, des larmes mouillaient mon visage. Réjouissez-vous et rêvez de Menton dès votre premier pas à Saint-Gingolph, c'est le secret de la réussite!» Julien Moulin



Des Dents du Midi au Mont Blanc

Moulin Julien
Editions Favre

Des paysages à couper le souffle sur les Alpes, des cols à franchir, des points hauts parfois si alpins, des barrages qui tracent l'histoire de la région, la réserve naturelle des Aiguilles Rouges avec sa riche faune et flore, rien ne vous laissera indifférent

quel que soit l'itinéraire que vous choisirez! Partir en randonnée sur plusieurs jours, préparer son matériel, son itinéraire, scruter la météo et s'élaner pour une aventure en altitude avec nuits en cabanes. Ce topoguide vous propose sept itinéraires de difficultés différentes entre les Dents du Midi, portes d'entrée du Valais et des Alpes, et Chamonix, la célèbre, au pied du Mont Blanc. Sur des sentiers entre la Suisse et la France, partez à la découverte d'itinéraires variés: Tour des Dents du Midi, Tour des Dents Blanches, Tour du Ruan, Tour de la Vallée du Trient et sa variante avec des enfants, Tour des Aiguilles Rouges, De Champéry à Chamonix en traversée. Avec pour chaque tour des informations générales, les hébergements et les étapes sur une carte détaillée.

Payerne

Pour ses 10 ans, le mur de grimpe s'offre un coup de jeune

Il y a 10 ans, la sous-section de Payerne contribuait financièrement à la construction du mur de grimpe de la Halle des Fêtes, réalisé par l'association des anciens élèves du collège de Payerne, notamment grâce à un don d'un de ses membres, M. Rolf Mehr. Le mur était inauguré en novembre 2012. Aujourd'hui propriété de la commune de Payerne, il a été contrôlé et révisé conformément aux normes en vigueur et la sous-section s'est chargée de renouveler une partie des voies d'escalade.

Une équipe de membres motivés s'est mise à la tâche de fin août à octobre pour démonter des prises et les nettoyer, puis a consacré une journée entière à la création de nouvelles voies. Les grimpeurs du club étaient épaulés ce jour-là par un ouvrier du centre Gecko Escalade de Sottens. Techniques de cordes spécifiques pour



hisser les caisses de prises, mesures de sécurité pour les personnes œuvrant sur la paroi, principes de base d'une voie d'escalade attractive et sûre, la journée fut riche et productive, puisque suivie de la création concrète d'un bon nombre de voies. Le ravitaillement assuré par Cédric a été à la hauteur des efforts consentis.

Le Club alpin de Payerne se réjouit que les utilisateurs du mur puissent profiter de ces nouvelles voies, qu'ils soient membres du club enfants ou adultes lors des après-midis ou soirées d'escalade, ou élèves des écoles de Payerne.

Un vif remerciement est adressé à l'équipe s'étant occupée bénévolement des travaux (Cédric, Claude, Laurent, Loïc, Philippe, Sylvie, Thierry, Yvan), à Nico de Gecko Escalade pour son encadrement, ainsi qu'à la commune de Payerne pour le financement des nouvelles prises.

Sylvie Piquilloud, septembre 2022

Hommage à Marie-Jeanne: elle quitte la Reine Berthe

Le café de la Reine Berthe, c'est LE bistrot emblématique de Payerne: son intérieur, sa terrasse, sa cuisine traditionnelle, sa patronne à nulle autre pareille, ses fidèles et habitués. Un lieu de rencontres. Pour les membres du CAS Payerne, depuis belle lurette, il représente un endroit qui rassemble: **les stamms des vendredis soir, les comités, la commission des courses, des repas partagés, la traditionnelle soirée choucroute de février et les rendez-vous ponctuels et improvisés.**

Par ces quelques lignes, emplies de nostalgie assumée, nous tenons à manifester notre reconnaissance à celle qui a su donner et développer cette chaleur humaine et cette couleur si particulière à ce petit coin si accueillant, dont nous toutes et tous avons profité et apprécié le cachet.

Bonne retraite à notre Reine à nous: prends soin de toi et réalise tes projets. Nous sommes remplis de souvenirs si positifs envers toi: notre mémoire collective de montagnards s'accrochera à cet endroit broyard si authentique.

Dominique Grobéty

Morges

Annonce

Nous sommes toujours à la recherche d'un local à Morges d'une surface de 8-10 m² pour accueillir notre matériel. Celui-ci doit être au sec, équipé d'électricité et fermé à clé tout en restant accessible en tout temps par plusieurs responsables de notre club. Idéalement, il doit être situé proche de la ville de Morges. Si vous avez connaissance d'un tel local, faites-nous en part en écrivant un courriel à admincasorges@bluewin.ch ou en contactant Sandra Hünsch par téléphone au 079 506 38 89.

Stamms

Dès le vendredi 7 octobre, nous introduisons une nouvelle formule pour les stamms. Les stamms auront lieu une fois par mois – le premier vendredi du mois. Les prochaines dates seront le 4 novembre et le 2 décembre. Le lieu du stamm sera affiché sur le site.



Les joyeux Jeudistes présents posent au sommet du Weissfluhjoch

Klosters GR

Amicale des jeudistes | 22-27 août 2022

par Pierre Allenbach

Pour une fois que les jeudistes allaient tutoyer des chefs d'Etats et têtes couronnées qui façonnent notre monde à Davos, nos organisateurs Fritz Burgener et Horst Schaaf avaient prévu les choses en grand: nous allions emprunter le chemin des écoliers par la vallée de Goms, la Furka en tunnel et l'Oberalp par la voie sommitale, puis la haute vallée du Rhin, Disentis et son abbaye, ainsi que les gorges de ce fleuve jusqu'à Landquart, avec le «Glacier Express» et les Chemins de fer rhétiques pour la fin du trajet, à Klosters. Mais à peine arrivés, il nous faut déjà partir explorer les lieux: contrairement à Davos, Klosters a su garder son caractère villageois bâti dans le style walsler.

Le 2^e jour, **mardi 23 août**, un soleil éclatant nous incite au départ pour le «Chemin panoramique» qui va du Gotschnagrat au funiculaire de Parsenn. Le groupe A s'arrêtera à la station intermédiaire, alors que les B continueront jusqu'au sommet et emprunteront l'itinéraire du balcon. La vue est époustouflante avec le Piz Palù et le Piz Bernina en toile de fond, alors que le Jakobshorn semble à portée de main, juste en face. La jonction des deux groupes se fait à la Parsennhütte. Au vu du beau temps, nos chefs de course décident de prendre le funiculaire à la station intermédiaire et de monter au Weissfluhjoch (2844 m) où se trouve l'Institut fédéral pour l'étude de la neige et des avalanches.

Le 3^e jour, **mercredi 24 août**, nous entraîne dans la vallée latérale du Sertig. Le groupe A monte en direction du Jakobshorn et descend à la station intermédiaire de Jschalp, alors que les B montent du côté du Rinerhorn. Arrivés au fond du Sertigtal, les jeudistes A et B font leur jonction et admirent le hameau de Sertig, pur joyau de l'architecture walsler.

Le lendemain, **jeudi 25 août**, les groupes A et B prennent ensemble le bus pour Dürrboden, hameau du fond de la vallée du Dischma. Les A grimpent à la cabane du Grialetsch tout en admirant la vue fantastique sur le Piz Grialetsch, le Piz Vadret et le Piz Sarsura. Malheureusement, le glacier du Vadret de Grialetsch recule fortement et n'est plus que l'ombre de ce qu'il fut, avant le réchauffement généralisé. Quant au Dischmatal, alpage préféré des vaches grisonnes, il offre le naturel d'un espace très peu bâti.

Pour le dernier et 5^e jour, **vendredi 26 août**, les jeudistes vont explorer la vallée-alpage d'Aeuja, le long de laquelle coule la rivière Landquart, affluent du Rhin. Pendant ce temps, les participants du groupe A rejoignent presque la frontière de la Suisse avec l'Autriche en passant sous le Madrisahorn et entament une descente de 400 m sur une distance de 1500 m, descente heureusement marquée par la présence d'une buvette Chez Erika où ils se restaurent. Ce viatique leur permet d'aborder avec plus de sérénité les 700 m de descente le long du Schlappinbach qu'ils doivent affronter après la pause.

Le dernier soir, à l'hôtel, les jeudistes ont traditionnellement débattu et voté pour le lieu de la semaine jeudistique 2023: ce sera la Lenk!

Retrouvez toutes les photos en scannant le QR code ou sur: <https://cas-diablerets.ch/rapports-de-courses-et-photographies-de-lamicale-des-jeudistes/>



Sur la terrasse de la cabane Maroli

Excursion à Macugnaga

Amicale des mercredistes | 8-11 août 2022

par Françoise

Que faire de mieux lors d'une canicule prolongée que d'aller voir le réchauffement climatique à l'œuvre sur l'un des plus impressionnants glaciers des Alpes? Au menu de cette course, entreprise par un groupe de 16 mercredistes, et placée sous la houlette experte et bienveillante de Silvio et Pierre (Jo.), des chemins alpestres, de la gastronomie italienne, des moments inoubliables d'échange mais aussi des surprises instructives.

Le départ est fixé au barrage de Mattmark, site idéal pour sensibiliser le groupe aux dangers des effondrements de glaciers. La montée vers le col du Monte Moro s'effectue donc dans un certain recueillement alors que sa formidable paroi rocheuse et ses pierriers en dévers ne manquent pas d'impressionner. Au sommet, la vue y est impressionnante sur les deux langues du glacier du Belvédère et leurs moraines au pied du Mont Rose. Les dernières marches métalliques sont franchies sans encombre mais non sans vertige. Il n'y a que quelques pas jusqu'au refuge Oberto Maroli dont la terrasse offre un repos bienfaisant et une vue grandiose.

Départ le lendemain en cabine pour la vallée de l'Anzasca et Macugnaga, puis remontée en télésiège vers l'Alpe Burki. Le groupe entame alors un long parcours d'approche d'abord escarpé et raide mais à l'ombre, puis en pente douce sous le dur soleil. Le refuge Zamboni-Zappa est atteint à l'heure de l'apéro. Les bruits menaçants des chutes de rocs libérés par la fonte des glaces se font entendre sans discontinuer, nuit et jour. La découverte du *Lago delle Locce*, proche du refuge, est au programme du 3^e jour. Le groupe y passe de longs moments subjugué par le spectacle des séracs en train de fondre. Au retour, le groupe explore la moraine qui s'est malheureusement déjà en partie effondrée, emportant avec elle les chemins pédestres. Au passage devant l'*Oratorio de Saussure*, bivouac du savant genevois en 1789, un participant gratifie le groupe de poèmes romantiques de Baudelaire et Hugo. La dernière soirée, bien arrosée grâce à la générosité *dei capi*, se charge cependant de remettre la bonne humeur.

Le dernier jour est festif et gastronomique. Le retour vers Macugnaga se fait sur un chemin agréablement frais. Le trajet en transports publics réserve encore quelques imprévus: assaut du car avec barda complet et sprint final en gare de Domodossola. Pourtant, tout se termine bien et les participants heureux arrivent à bon port essouffés mais sains et saufs. Merci à Silvio et Pierre pour cette escapade didactique.



Rencontre du jumelage CAI Rivarolo

Sous-section Payerne | 04-07.08.2022

par Sylvie Piquilloud

Existe-t-il une randonnée idéale répondant aux critères suivants:

- possible en 3 jours et demi,
- avec un point de départ et d'arrivée orienté Valais et accessible en transports publics,
- avec hébergements pouvant accueillir un groupe de plus de 20 personnes,
- réalisable par tous les temps ou au moins adaptable en cas de conditions météo défavorables pour ne pas devoir annuler,
- pour un public très varié de participants, allant de marcheurs de longue date aux nouveaux membres jeunes et fringants,
- de difficulté maximale T3, mais offrant des variantes jusqu'à T5 incluant l'ascension de sommets,
- aux paysages attractifs et dépaysants, notamment pour des visiteurs transalpins?

Nous avons trouvé la solution en concoctant un programme sur mesure, nommé «Autour du Wildhorn». Grâce à l'implication de trois chefs de courses, Sylvie, Alain et Philippe, 23 personnes ont pu participer, dont 15 membres de la sous-section de Payerne, rejoints par 8 de la section italienne Rivarolo Canavese, invités dans le cadre du jumelage qui réunit ces deux clubs alpins depuis de nombreuses années. Le défi supplémentaire de présenter le programme en deux langues et de donner les explications journalières en français et italien, dans une région suisse allemande, a aussi été relevé.

Chaque jour, les participants pouvaient choisir une variante «tranquille» ou une autre plus «sportive» voire «alpine».

Lac du Plan des Roses -
entre le Col du Rawyl et Schnidejoch
Le groupe au départ de la Wildstrubelhütte



Un programme bilingue avec trois variantes quotidiennes.

Jour 1: de Montana à la cabane Wildstrubel

Les plus «tranquilles» ont rejoint la cabane Wildstrubel depuis la station de la Plaine Morte, alors que les «sportifs» partaient de la station des Violettes et s'offraient comme bonus l'ascension du Rohrbachstein.

Jour 2: de la cabane Wildstrubel à la cabane Wildhorn

Les deux groupes ont parcouru le vallon sauvage du Col du Rawyl au Schnidejoch, passant près des lacs magiques du Plan des Roses et de Téné. Le sommet du jour, le Schnidehorne, n'a pas suffisamment rassasié les plus assidus, qui sont encore descendus se baigner à l'Iffigsee, 300 m plus bas que la cabane.

Jour 3: de la cabane Wildhorn à la cabane Gelten

Après le Tungelpass, la pause à l'alpage de Stieretungel a constitué incontestablement le clou de la journée. Dans un paysage verdoyant de carte postale, le groupe a été reçu en italien pour savourer les fromages et cafés bernois. De quoi donner l'énergie aux plus sportifs de passer encore par le Lauenensee pour remonter le vallon du Gältebach et admirer l'impressionnante cascade du Gälteschutz, avant l'arrivée à la cabane Gelten, réputée pour ses assiettes de rösti.

Jour 4: de la cabane Gelten au col du Sanetsch

La traversée de l'Arpelstock fut réservée aux randonneurs «alpins». La descente versant sud a demandé un pied sûr, avant de pouvoir relâcher sa concentration sur l'arête de l'Arpille et finalement se rafraîchir dans le lac du Sanetsch. Pendant ce temps, les autres marcheurs traversaient la crête de Wispile et s'aidaient du téléphérique pour remonter de Gsteig à l'auberge du Sanetsch. C'est une course spéciale de Car postal, réservée tout spécialement pour notre grand groupe, qui a permis de fermer la boucle «Autour du Wildhorn» et rejoindre la gare de Sion. Les Payernois se réjouissent d'ores et déjà de rejoindre leurs amis italiens lors de la prochaine rencontre du jumelage CAS Payerne-CAI Rivarolo.



Camp groupe jeunesse août 2022

Par Olivier Messerli

C'est Arthur qui m'accueille sur le seuil de sa porte, avec un large sourire, les bras encombrés par un fagot de piolets et une pile de casques qu'il maintient tant bien que mal à l'aide de son menton. Nous partons pour six jours d'alpinisme et d'escalade dans le Saastal, en Haut-Valais. Nous retrouverons d'ici 30 minutes, dans le train, les sept participant-e-s du groupe jeunesse de la section des Diablerets. A la taille du sourire d'Arthur, je sais déjà qu'on va passer une semaine inoubliable. Même la météo, annoncée capricieuse, ne pourra rien y changer!

Nous attrapons encore crampons, baudriers et sept cordes et nous filons à la gare. C'est lourdement chargés que nous sautons (avec peine) dans le train à Aigle. Généralement le poids du sac est inférieurement proportionnel aux doutes d'avoir oublié quelque chose. Malgré tout, une petite incertitude subsiste, avons-nous vraiment tout pris?

A Saas-Grund, l'équipe est au complet: Emilie, Marine, Victoire, Paloma, Samuel, Paul, Daniele, Sonia, notre monitrice, ainsi que Arthur et moi, les «guidos». C'est l'heure de vérité: nous distribuons le matériel et nous pouvons nous féliciter de n'avoir rien oublié. Ouf! Après une courte montée jusqu'à la Weissmiesshütte, nous profitons de l'après-midi ensoleillé pour revoir les bases techniques en grim pant sur la belle falaise de gneiss qui surplombe la cabane.

Deuxième jour: nous jouons déjà notre atout! Aujourd'hui c'est la seule journée de beau temps annoncée pour la semaine, alors on en profite! Yyyyyiaaaahhhhh! Nos cris de joie résonnent dans la vallée et pour cause, toute l'équipe se dresse au sommet du Lagginhorn. Une première expérience à 4000 m d'altitude pour tous ces jeunes! Bravo!

Troisième jour: nous nous réveillons bien avant le chant du lagopède (certains jeunes ne s'en sont jamais remis!) pour faire des voies de plusieurs longueurs. Nous sommes six à partir pour le Jägihorn, par la voie Alpindurst et ses 14 longueurs. Les quatre autres s'initieront à la longue voie au Vorbau, le sommet voisin. L'après-midi, dans la cabane, à l'abri de la pluie, nous jouons à des parties de «Meier» endiablées! C'est un jeu de dés et de bluff. Les jeunes sont



Salutations du sommet des Dri Horlini

devenus des adversaires redoutables et depuis notre retour, leurs parents ont sans doute pu en juger par eux-mêmes! Le soir, Roberto (gardien de la cabane) nous présente ses tours de magie. Tout le monde est attentif, nous attendons qu'il trébuche, qu'il se trahisse afin de comprendre le «truc» et crier à l'imposture. Mais il a bien fallu se faire une raison, Roberto est un vrai magicien.

Quatrième jour déjà! Le temps file! Nous quittons la Weissmiesshütte et son équipe avec un petit pincement au cœur, nous y étions comme à la maison. Le temps est maussade et ne va guère en s'améliorant, il ne faut pas traîner. Une longue marche nous sépare de l'Almagellerhütte où nous passerons les deux prochaines nuits.

Cinquième journée, c'était annoncé, la pluie tambourine sur le toit de la cabane à notre réveil. C'est dans une ambiance de marais hanté que nous faisons un rallye sur les manipulations de cordes. Tout y passe, le passage de la moulinette, le nœud d'amarre à une main et le prussik avec les dents. L'après-midi, nous nous changeons en cristallier et, malgré une pluie tenace, nous partons à la recherche des plus beaux cailloux de la région. Nous finissons la journée à bluffer autour d'un pot de thé et de nos dés.

Dernier jour! Nous sommes en pleine forme et le ciel est étoilé lorsque, en chansons, nous nous dirigeons vers les Dri Horlini. C'est une arête rocheuse qui offre une superbe escalade dans une belle ambiance. Le vent est soutenu et il fait froid. Tout le monde l'accepte, il en faudrait plus pour nous décourager! A 11h00, toute l'équipe rejoint le sommet. Nous sommes heureux et fatigués! Le temps d'une photo de groupe et il est déjà l'heure de descendre vers la vallée où le car postal ne nous attendra pas.

Nous avons eu énormément de plaisir à partager notre passion avec ces jeunes (désormais) alpinistes et nous nous réjouissons des prochaines sorties avec le groupe jeunesse de la section!

Les activités sont ouvertes à tous les membres de la section, de 10 à 22 ans. Le programme est à retrouver sur Go2top.





Non tu n'es pas le seul ringard : on aime lire les récits de course.

Glacier du Mont Durand depuis le sommet du Mont Avril
La vie en terre minérale



Mont Avril: en circuit par Chanrion

03-04.09.2022 | Chef de course: Damien Sainmont | Adjoint: Valentin Bersier

Alt. 3347 m – Dénivelé 1940 m – 10 heures – T3

par Damien



La rédaction d'un rapport de course convivial est-elle encore opportune? A l'heure des réseaux sociaux, des comptes Instagram, des stories Whatsapp, qui peut encore bien avoir le temps de lire des rapports alors qu'on entrevoit déjà toute la beauté d'une course au travers de simples photos?

Chaque fois c'est la même chose, les participants baissent la tête à l'évocation de la contrainte, que dis-je de l'incommensurable corvée d'écrire quelques lignes («que de toute façon pratiquement personne ne lira»)... Alors que moi, je suis un ringard qui se souvient des soirées de stamm au local où l'on venait s'inscrire sur des feuilles punaisées sur un tableau, retrouver des compères, prendre un verre à la buvette et organiser une course en privé faute d'officielle. Bref, un joyeux et sympathique vendredi soir.

Go2Top a retiré cela, ouvrant positivement l'accès aux courses pour les membres qui ne pouvaient se déplacer ces soirs-là. Puis Covid oblige, même les stamms en présentiel ont disparu.

Pourtant, ce sont justement ces sourires et ces échanges qui nous ont manqué pendant les confinements. Alors, nostalgique, je continue de convier les membres au local pour le stamm. Ambiance désertique tout autre.

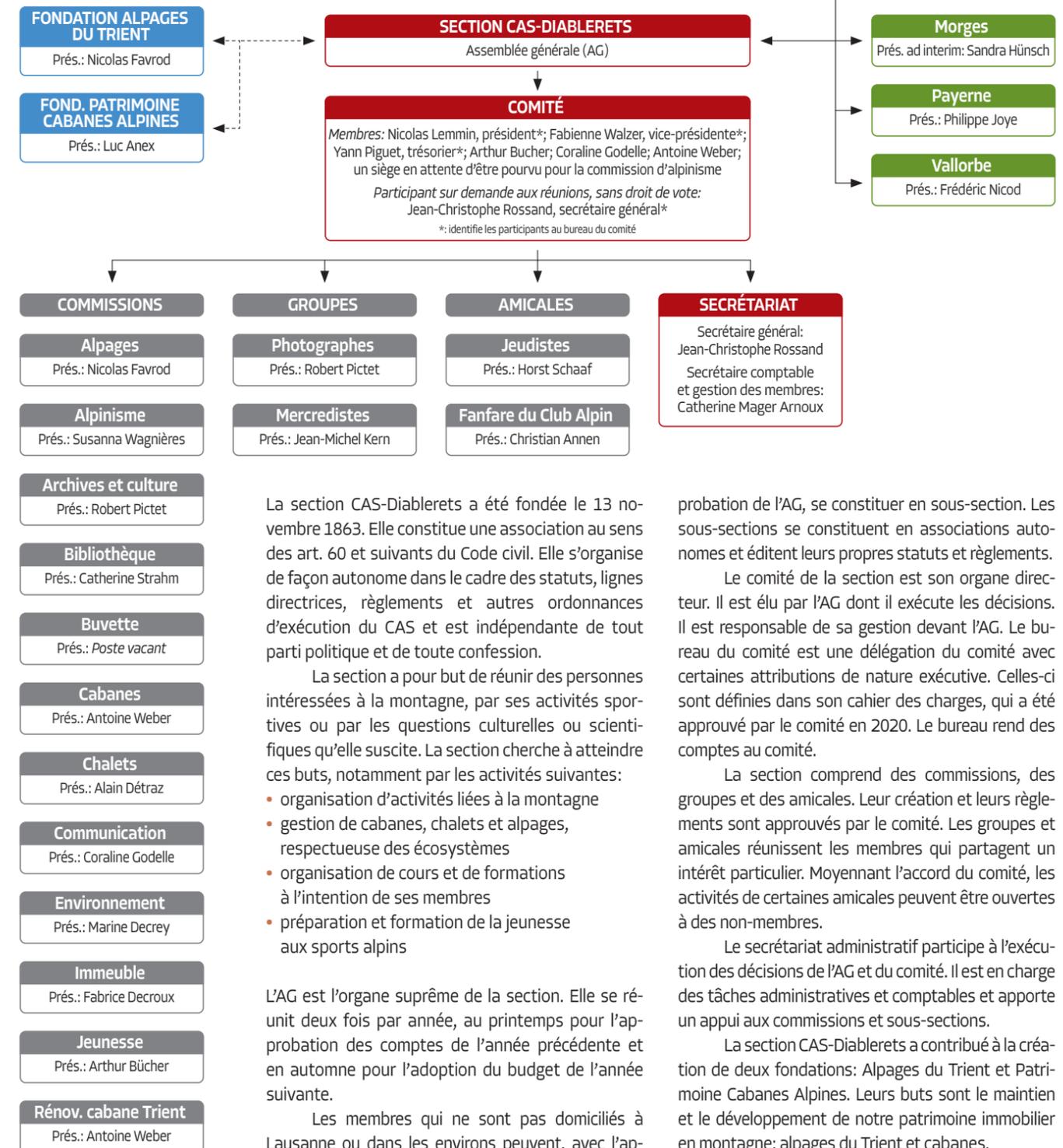
Et c'est pourtant au stamm que commence la course. Elle se finit encore heureusement – mais pas toujours – par un verre de l'amitié et le partage de photos plus belles les unes des autres. Mais le rapport convivial, c'est à remiser à l'ancien temps! N'insistons pas, ça met tout le monde mal à l'aise.

Alors je fais comme Nicolas, c'est le chef de course qui écrit quelques lignes. Mais puisque ça ne sert pas à grand-chose, vous ne saurez rien de ces deux petites chèvres blanches qui nous ont accompagnés un bout de chemin, rien des écuries en pierres sèches du val de Bagnes, du lac idyllique de Tsofeiret, de la cabane de Chanrion rénovée... Et encore moins de ce que l'on voit depuis le Mont Avril!

Allez, prenez vos souliers et allez découvrir vous-mêmes si les photos vous accrochent...

Organisation CAS-Diablerets

L'édition juillet-août 2021 de *Passion Montagne* a déjà présenté l'organisation de la section des Diablerets. Toutefois, des membres de la section ont demandé de clarifier l'article. La publication de cette clarification est l'occasion d'actualiser l'organigramme de la section.



La section CAS-Diablerets a été fondée le 13 novembre 1863. Elle constitue une association au sens des art. 60 et suivants du Code civil. Elle s'organise de façon autonome dans le cadre des statuts, lignes directrices, règlements et autres ordonnances d'exécution du CAS et est indépendante de tout parti politique et de toute confession.

La section a pour but de réunir des personnes intéressées à la montagne, par ses activités sportives ou par les questions culturelles ou scientifiques qu'elle suscite. La section cherche à atteindre ces buts, notamment par les activités suivantes:

- organisation d'activités liées à la montagne
- gestion de cabanes, chalets et alpages, respectueuse des écosystèmes
- organisation de cours et de formations à l'intention de ses membres
- préparation et formation de la jeunesse aux sports alpins

L'AG est l'organe suprême de la section. Elle se réunit deux fois par année, au printemps pour l'approbation des comptes de l'année précédente et en automne pour l'adoption du budget de l'année suivante.

Les membres qui ne sont pas domiciliés à Lausanne ou dans les environs peuvent, avec l'ap-

probation de l'AG, se constituer en sous-section. Les sous-sections se constituent en associations autonomes et éditent leurs propres statuts et règlements.

Le comité de la section est son organe directeur. Il est élu par l'AG dont il exécute les décisions. Il est responsable de sa gestion devant l'AG. Le bureau du comité est une délégation du comité avec certaines attributions de nature exécutive. Celles-ci sont définies dans son cahier des charges, qui a été approuvé par le comité en 2020. Le bureau rend des comptes au comité.

La section comprend des commissions, des groupes et des amicales. Leur création et leurs règlements sont approuvés par le comité. Les groupes et amicales réunissent les membres qui partagent un intérêt particulier. Moyennant l'accord du comité, les activités de certaines amicales peuvent être ouvertes à des non-membres.

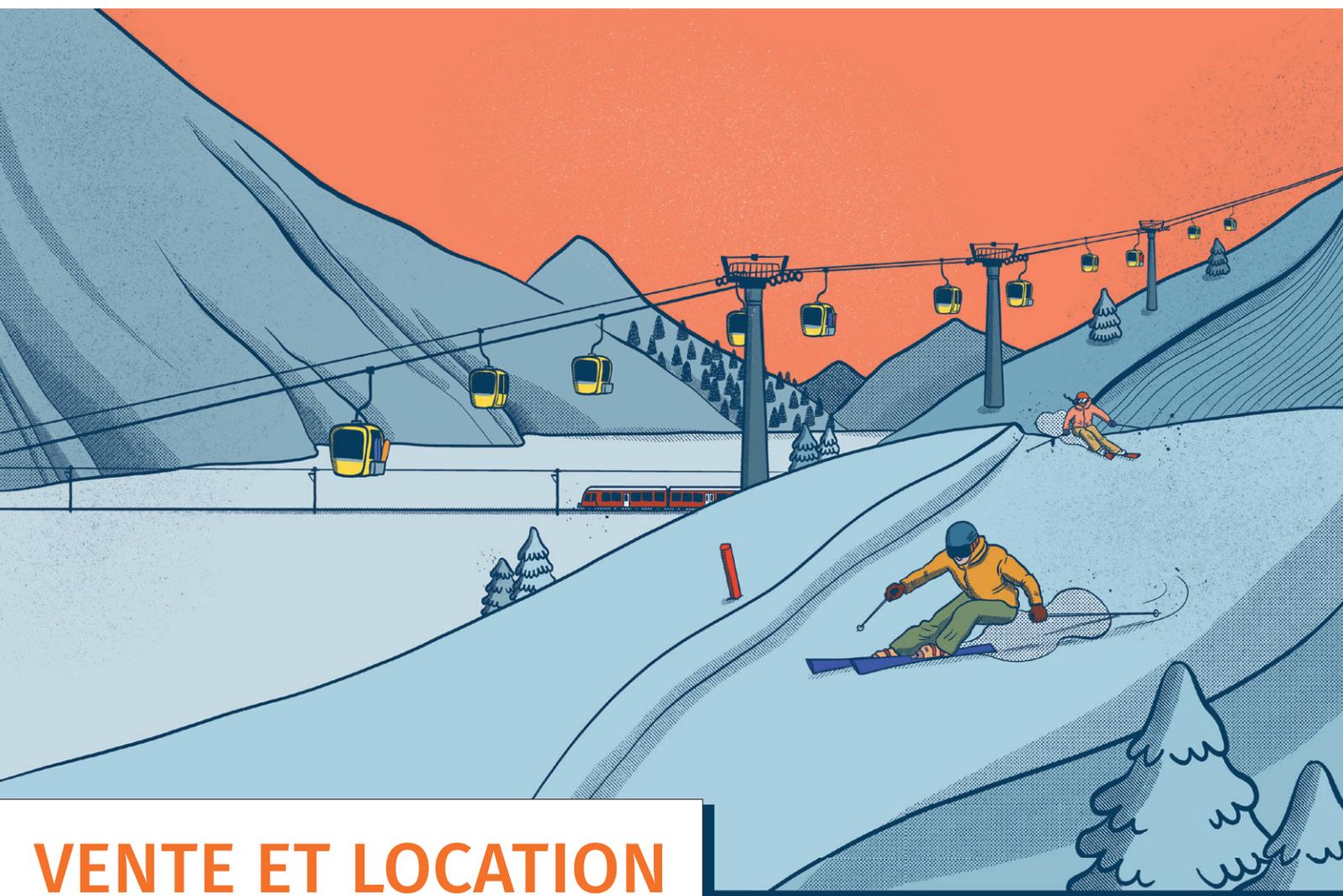
Le secrétariat administratif participe à l'exécution des décisions de l'AG et du comité. Il est en charge des tâches administratives et comptables et apporte un appui aux commissions et sous-sections.

La section CAS-Diablerets a contribué à la création de deux fondations: Alpages du Trient et Patrimoine Cabanes Alpines. Leurs buts sont le maintien et le développement de notre patrimoine immobilier en montagne: alpages du Trient et cabanes.



FRANÇOIS SPORTS

PARTENAIRE DE VOTRE VIE SPORTIVE DEPUIS 1985



VENTE ET LOCATION

SKI ALPIN - SKI DE RANDONNÉE - SKI DE FOND - SNOWBOARD

FRANÇOIS SPORTS - WINTER SHOP | ROUTE DE ROMANEL 15 | 1121 BREMBLENS