

N° 1 | 99° année janvier-février 2023

DOSSIER

L'épopée des trains d'altitude

IDÉE DE COURSE

La Vouardette en circuit 2462 m (Valais)

PORTRAIT

Perrine Grand: en parfaite harmonie à 2800 m



Journal de la section des Diablerets



Editeur et rédaction

Club Alpin Suisse CAS

1002 Lausanne

Section des Diablerets

www.cas-diablerets.ch

Locaux de la section

rue Charles-Monnard

Président de la section Nicolas Lemmin

du chef de course

079 720 31 94

021 320 70 79

021 320 70 70

Rédaction

PostFinance

1006 Lausanne

4200 exemplaires

1083 Mézières

Impression

1020 Renens

www.ideesse.ch

Conception graphique et mise en page idéesse, Steve Guenat

021 903 44 22 - sg@ideesse.ch

Secrétaire général

Jean-Christophe Rossand

direction@cas-diablerets.ch

Gestion des membres

Catherine Mager Arnoux

Les matins de 8h à 12h

Secrétariat et administration

secretariat@cas-diablerets.ch

membres@cas-diablerets.ch

redaction@cas-diablerets.ch

Annonces publicitaires

URBANIC Régie publicitaire

Avenue Edouard-Dapples 54

079 278 05 94 - info@urbanic.ch

IBAN CH38 0900 0000 1000 1645 3

Stamm selon instructions

Tous les vendredis, dès 18h30.

à la grande salle/Entrée côté

presidence@cas-diablerets.ch

Rue Beau-Séiour 24, CP 5569



2023, expérience et évolution

Nicolas Lemmin | Président de la section

L'assemblée générale (AG) de cet automne a accepté à la quasi-unanimité toutes les propositions du comité, des commissions et groupes de la section, dont vous trouverez le résumé dans ce numéro. Ceci témoigne de votre confiance et de votre reconnaissance. Le comité tient à remercier tous les participants de l'AG qui, grâce à leur vote, permettent à l'association de poursuivre ses activités en 2023.

Bon nombre de commissions et groupes ont connu des renouvellements de membres. Je remercie tous nos bénévoles, au passé, au présent et au futur, sans lesquels notre association ne peut exister.

Le comité a été aussi renouvelé en partie. et de Jean-Christophe au secrétariat.

Le budget de 2023 donne à toutes nos entités les moyens de réaliser leurs propres objectifs. Les engagements financiers identifient

notamment l'importance de nos infrastructures. Une réflexion dans le long terme sur la gestion de ce patrimoine sera engagée. Les activités sportives et culturelles sont une porte d'entrée

essentielle du club et offrent également la possibilité de faire de belles rencontres et de vivre des expériences fortes, entre passionnés. Aux côtés des chefs de course et adjoints, les commissions de la communication et de l'environnement, entre autres, y participent très activement. Il nous importe donc de tous les soutenir.

Assurer la relève

Depuis sa création, le 13 novembre 1863 (160 ans en 2023!), l'association a pu évoluer grâce à l'engagement des bénévoles qui ont mis leur temps et leurs compétences au service de tous. Aujourd'hui, le site internet publie une bourse des postes de bénévoles recherchés (cas-diablerets.ch/benevoles/).

Bien que le nombre de nos membres continue de progresser, le Covid a accéléré une mutation de la vie associative. Pour la faire évoluer, nous avons besoin de la participation des «jeunes» afin que le club d'aujourd'hui et de demain soit celui que vous souhaitez.

Enfin, je me réjouis de poursuivre notre collaboration très constructive avec nos quatre sous-sections, qui elles aussi se préparent activement pour l'avenir, sans oublier leurs racines. Château-d'Œx fêtera ainsi ses 75 ans en 2023, tandis que Morges, Payerne et Vallorbe se préparent à devenir centenaires en 2025.

Pour finir, avec le comité et le secrétariat, nous vous souhaitons le meilleur pour 2023, à commencer par une magnifique saison hivernale!

Poursuite de l'action

A ce titre, je salue vivement Fabienne et Yann, membres sortants, pour notre collaboration marquée par le plaisir, la confiance et des valeurs partagées, les mêmes que celles de notre section. Je me réjouis aussi d'engager ce nouveau mandat avec Coraline, Antoine et Arthur ainsi que les nouveaux, André et Nicolas, sans oublier le soutien essentiel de Catherine

Priorités claires

SOMMAIRE

ACTUALITÉS

L'épopée des trains d'altitude

Descente dans le Turtmanntal VS, Georges Sanga

Délai rédactionnel N°2 2023 02.02.2023

PCL Presses Centrales SA

Photo de couverture

CONSEIL Sécurité dans la pratique des

sports d'hiver en hors-piste

IDÉE DE COURSE La Vouardette en circuit 2462 m (Valais)

ENVIRONNEMENT Projet «10 sorties en montagne

PORTFOLIO

Les bobos pour le

randonneur vieillissant?





Magasin Lausanne | Avenue d'Ouchy 6 | 1006 Lausanne Magasin Conthey | Route des Rottes 48 | 1964 Conthey



Villars accueille le dimanche 22 janvier prochain la deuxième édition du Trophée de Coufin. Il s'agit d'une compétition de ski de fond multi-styles ouverte à tous les niveaux, des ama-

teurs aux compétiteurs. Les organisateurs ont prévu deux parcours, de 12 ou 20 km, au départ de la Vernevre, dont la buvette sera ouverte pour servir boissons



et restauration. Les prix d'inscription, allant de 20 à 30 francs selon les catégories, seront majorés de 5 francs pour l'inscription tardive sur place.





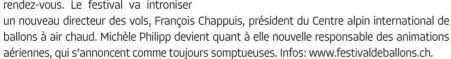
dame

La Fédération internationale de ski-alpinisme (ISMF) a une nouvelle présidente. C'est l'Oberlandaise Regula Meier (57 ans) qui a été élue à l'unanimité à la tête de l'ISMF à la fin de l'année. Elle est ainsi devenue la première Suissesse à présider une association sportive internationale dans les disciplines olympiques. Regula Meier, véritable passionnée de montagne, avait auparavant été arbitre de ski-alpinisme durant de nombreuses années, déléguée technique lors de compétitions nationales et internationales et membre de la commission technique Ski Mountaineering du CAS.

Après deux années de blocage en raison de la crise sanitaire. le Festival international de ballons est enfin de retour à Château-d'Œx. L'événement.

43e du nom, aura lieu du 21 au 29 janvier 2023 pour donner une nouvelle fois un tourbillon de couleurs

au ciel du Pays-d'Enhaut. Près de 100 aérostiers venus de 20 pays seront du rendez-vous. Le festival va introniser



Ils reviennent

Le majestueux mont Blanc a récemment été le théâtre d'un nouvel exploit sportif historique. Mais ni les flancs ni le sommet de la montagne n'ont cette fois été foulés pour l'accomplir. Largués depuis le ciel, trois «hommes volants» - Fred Fugen, Vincent Cotte et Aurélien

> Chatard -, alias les Soul Flyers, ont réalisé le vol de relief le plus long de l'histoire en

> > wingsuits. Plongeant à près de 200 km/h, ces acrobates ont plané durant plus de

3 minutes sur près de 7,5 km, en descendant de 3650 m depuis leur saut de l'hélicoptère jusqu'à l'ouverture 回認滿回 de leurs parachutes. Vertigineux.





«Nous, les ministres de l'environnement et des transports des pays alpins, nous engageons à atteindre une mobilité neutre pour le climat dans la région alpine d'ici à 2050 au plus tard.» C'est par cette promesse que s'ouvre l'accord signé à Brigue par les autorités concernées des pays formant l'Alliance du Simplon, qui réunit la Suisse, l'Allemagne, l'Autriche, la France, l'Italie, le Liechtenstein, Monaco et la Slovénie. Les transports marchandises et voyageurs consti-

tuent près de 30% des émissions de gaz à effet de serre de la planète. Dans les Alpes, le réchauffement climatique se manifeste deux fois plus fortement qu'en moyenne mondiale.



Il y a du changement au sein de l'équipe des entraîneurs du Swiss Team CAS de skialpinisme. Les cadres Elites et M23 sont ainsi repris par le Valaisan Jean-Philippe Fartaria, qui est épaulé par André Müller, précédemment second entraîneur du groupe depuis 2019. Cette redistribution des rôles fait suite au départ au

printemps dernier d'Oscar Angeloni, entraîneur durant cinq ans, parti relever un nouveau défi professionnel au sein de l'Association chinoise de montagne. Deux autres entraîneurs, Esteban Hofer et William Déglise, viennent par ailleurs renforcer le Swiss Team CAS.

NOUVEAUTÉS LIVRES

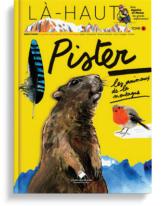
Passion MONTAGNE

Autour du sommet des dieux

D'abord manga célèbre au Japon sous la plume et les crayons de Jirô Taniguchi, puis long métrage d'animation réalisé par Patrick Imbert, le Sommet des dieux a tenté de restituer les aventures et tentatives de conquête de l'Everest, plus haut sommet du monde, en cherchant à comprendre ce qui pouvait pousser des hommes et des femmes à en défier les redoutables pièges. Auteur de plusieurs



récits de montagne, Thomas Vennin a enquêté pour explorer une saga de trente ans, celle d'un roman voyageant entre Orient et Occident, du Japon au Népal, en passant par les Alpes, afin de proposer son livre de 192 pages du domaine Guérin aux éditions Paulsen. Pendant que l'auteur suit les traces du reporter Fukamachi, héros du manga culte de Taniguchi, le réalisateur Imbert raconte pour sa part la création de son film d'animation. Son équipe et lui retracent les grandes étapes d'une aventure artistique suscitant l'émotion dans des scènes d'un réalisme saisissant. Les épisodes bien réels de l'histoire de l'alpinisme qui ont nourri la fiction sont aussi minutieusement reconstitués à la manière d'un «bonus».



Là-haut - Pister les animaux de la montagne

Savez-vous distinguer le mâle de la femelle chez le rouge-gorge? Reconnaître une empreinte de lynx? Déterminer dans quel sens un lièvre a couru en fonction des traces qu'il a laissées dans la neige? Si ce n'est pas le cas, cet ouvrage de la collection La petite encyclopédie de la montagne, aux éditions du Mont-Blanc, pourrait vous être utile. Du moins pour les enfants. Dans ce livre rédigé par Hervé Frumy et faisant la part belle aux illustrations, réalisées par l'auteur lui-même, ainsi gu'aux

photos, nous suivons à nouveau Agathe et Momo, deux jeunes personnages qui mènent à la découverte de la faune des hauteurs. Conçu pour des enfants dès 6 ans à l'aide de textes simples, ce 4º tome de la collection nous montre que les empreintes dans la neige, les excréments, les reliefs de repas, les plumes, le poil ou les cornes sont autant de signes de la présence d'animaux cachés non loin de nous mais si difficiles à apercevoir.

Mieux connaître la neige

Vous avez toujours rêvé de tout savoir sur la neige, ou presque? Le dernier-né des livres de la Collection Florineige, aux éditions Le Vent des Cimes, est pour vous. Robert Bolognesi, nivologue, docteur ès sciences de l'EPFL et fondateur du bureau d'études Meteorisk, a créé le premier livre entièrement consacré au manteau blanc, avec les collaborations de Christophe Salamin, Mikhaël Schwander et Aude



Untersee, de MétéoSuisse. ainsi que de Jean-Jacques Thillet. fondateur et ancien chef du centre météo de Chamonix. On y apprend notamment le processus

de formation et de dépôt de la neige, les évolutions subies au sol et on y trouve même un cahier météo unique avec des cartes synoptiques et des images radars montrant les contextes météorologiques propices aux chutes de neige en Suisse. Le tout est richement illustré de dessins et photos. «Le livre est conçu pour aider à mieux appréhender le manteau neigeux et, partant, le danger d'avalanche, explique Robert Bolognesi. Le but est de communiquer des connaissances transposables plutôt qu'une méthode. Le livre reste accessible à tous, les notions utiles de physique étant expliquées simplement.»

L'épopée des trains d'altitude

Incontournables du patrimoine montagnard et étroitement liées au développement du tourisme alpin, les lignes ferroviaires d'altitude sont un héritage de l'audace de nos ancêtres. Une belle occasion de faire une escapade insolite, sur des rails.

par Vincent Gillioz

Jungfraubahn, train du Gornergrat, Glacier Express, et plus proches Le pays, qui s'est longtemps borné à construire des routes en plaine de la Romandie Golden Pass, lignes Montreux - Rochers de Nave et et fond de vallée et à exploiter des voies navigables, a initialement accusé du retard sur le sujet par rapport au Villars-Bretaye sont quelques-unes des voies de chemin de fer qui évoquent l'époque de la conquête des Alpes et du début du tourisme reste de l'Europe. La Grande-Bretagne dans nos régions. Malgré le développement du réseau routier, les lignes a commencé à étaler son réseau d'altitude ont su s'adapter à la demande des voyageurs et sont auferroviaire dès 1820. jourd'hui plus que jamais des attractions touristiques convoitées. Elles l'Allemagne et sont devenues une partie de notre patrimoine. Plusieurs de ces lignes sont par ailleurs intéressantes pour accéder à des départs de courses alpines, avec un bilan CO₂ bien meilleur que celui des automobiles. Un peu d'histoire Si la Suisse dispose d'un des meilleurs réseaux ferroviaires du monde, avec ses 5300 km de voies, il n'en a pas toujours été ainsi.



la France quelques années plus tard. Des projets ont bien été proposés en Suisse dans les années 1820, mais une certaine instabilité politique, le manque de structures fédérales, et des intérêts divergents ont fait que les négociations pour poser les premiers rails ont duré vingt-cinq ans.

L'histoire du chemin de fer suisse débute même à l'étranger, avec la Compagnie de chemin de fer Strasbourg-Bâle qui a relié ces deux villes en 1844. Le premier troncon reliant deux villes suisses. Zurich et Baden. a quant à lui été construit en 1847 par la compagnie du Nord-Suisse. Il a fallu encore cinq ans pour que l'adoption d'une loi fédérale favorise enfin cet essor de manière généralisée. C'est en effet la loi sur l'établissement et l'exploitation des chemins de fer de 1852 qui a permis à des sociétés privées de construire et d'exploiter des lignes et des gares. A partir de là, de nouvelles liaisons ont été construites partout où cela s'avérait intéressant économiquement. La distribution de marchandises en a profité et d'importants nœuds ferroviaires se sont développés dans le pays, notamment à Zurich et Winterthur.

En 1860, soit seulement huit ans après l'adoption de la loi, la Suisse est devenue le pays au réseau ferroviaire le plus dense d'Europe. L'octroi des concessions relevait cependant toujours de la compétence des cantons, une situation qui a duré jusqu'en 1898, lorsque le peuple a accepté, après un premier refus en 1891, la réorganisation des chemins de fer par la Confédération. Huit Suisses sur dix ont alors plébiscité une étatisation du rail qui a débouché sur la création des CFF.

Traverser les Alpes

En revenant un peu avant ce changement, on constate que si l'axe est-ouest a été relativement bien aménagé dès le début, le développement de lignes nord-sud a par contre tardé du fait d'une topographie



complexe. L'évolution du transport international a cependant imposé aux décideurs de faire preuve d'ambition, au risque de voir la Suisse contournée par tous ses voisins. Saint-Gothard, Lukmanier, Simplon ou Grand-Saint-Bernard...: de nombreuses options ont été évoquées avant de voir un premier projet sortir du lot.

Sur l'initiative du politicien et dirigeant économique zurichois Alfred Escher, l'Union du Gothard est créée en 1863 dans le but de combler cette lacune. L'Union comptait deux grandes sociétés ferroviaires et seize cantons. Elle a réuni grâce à des investisseurs 187 millions pour construire le tunnel du Gothard. Le montant levé après d'âpres négociations provenait d'un consortium international, de fonds empruntés sur le marché des capitaux, des sociétés ferroviaires membres ainsi que de subventions d'Allemagne, d'Italie, des cantons et communes concernés par le proiet. La Confédération n'a pas, dans un premier temps, investi un franc. Il faut rappeler que celle-ci ne disposait que de peu d'influence dans le développement ferroviaire et que son intervention n'était possible qu'au seul motif de défense nationale. Elle est donc restée en retrait.

En 1872, l'entreprise du Genevois Louis Favre a remporté le concours pour le percement du tunnel. Le chantier, qui s'est déroulé à 1100 m d'altitude, était pharaonique et près de deux cents ouvriers y ont laissé leur vie. Les difficultés rencontrées tout au long des travaux ainsi que l'explosion des coûts ont fait chuter les actions des Chemins de fer du Gothard et l'achèvement de la construction a même été remis en question un temps. Mais malgré tous les écueils, le plus long tunnel ferroviaire du monde de l'époque (15 km) a été terminé en 1882. A l'occasion de son inauguration, le petit pays alpin et sa prouesse de génie civil ont été mentionnés et loués dans les journaux du monde entier.

Gravure illustrant le décès de Louis Favre, responsable du percement du tunnel du Gothard, d'une crise cardiaque le 18 iuillet 1879 sur le chantier du tunnel.

Image historique d'ouvriers de la ligne du Junfraujoch lors de son percement .

L'achèvement de la ligne du Gothard qui iouera un rôle fondamental dans le trafic de voyageurs et de marchandises européen pendant plus de 130 ans - a définitivement placé la Suisse comme leader de l'aménagement de chemins de fer d'altitude en Europe. particulièrement en conditions difficiles. La capacité à percer des tunnels représentait la maîtrise des moyens techniques, du savoir et des connaissances scientifiques nécessaires à la réalisation de tels ouvrages. Le percement du Gothard a encore favorisé la formation des ingénieurs dans les écoles polytechniques. Son achèvement a représenté un véritable tournant pour le pays, qui s'est retrouvé d'une part désenclavé, et d'autre part cité en référence.

Explosion touristique

Le cœur des Alpes était devenu accessible, en sécurité, et relativement confortablement. La révolution ferroviaire a ainsi été une condition à la révolution touristique. Les voyageurs aisés, principalement britanniques, n'ont pas manqué de profiter de ces développements et les agences de voyages en ont largement profité. La pénétration dans les montagnes était devenue possible pour une population jusque-là peu encline à l'aventure. L'historien et professeur à l'Université de Neuchâtel Laurent Tissot rappelait récemment sur les ondes de la Première: «Le chemin de fer alpin a permis une forme d'élévation réservée aux élites. Celles-ci pouvaient enfin regarder du haut vers le bas, elles pouvaient dominer, avec tous les symboles liés à ce placement. La bourgeoisie n'avait plus de limite.» Et si les populations n'ont pas toujours regardé le développement du rail d'un bon œil, le chemin de fer a globalement joué un rôle civilisateur dans des vallées reculées et pauvres. Il a apporté de l'emploi et une raison de rester dans les villages à une période pendant laquelle certains songaient à déserter.

Les compagnies ferroviaires ont adapté leurs offres aux goûts et aux ressources de la clientèle. Elles ont anticipé ses besoins et se sont livrées à une course à l'innovation. L'électrification des lignes, qui a débuté au début des années 1900, s'est généralisée et l'électricité est devenue l'unique vecteur énergétique au sortir de la Deuxième Guerre mondiale. Les gares se sont développées comme nouveaux centres des villages et des villes. Entre 1888 et 1914, on dénombre la construction de quarante funiculaires et treize trains à crémaillère sur le territoire national. Le nombre d'hôtels a suivi le mouvement, passant dans la même période de 1700 à 3500.

Bouleversement idéologique

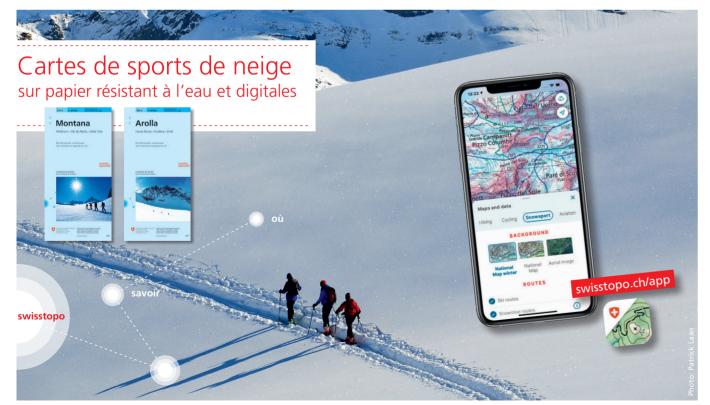
Les projets les plus fous ont vu le jour au début du XIXe, à l'image de l'emblématique train de la Jungfrau qui rejoint depuis la Petite Scheidegg le plateau du Junfraujoch situé à 3454 m, à travers la paroi de l'Eiger. Sa mise en service date de 1912. Le prolongement de la ligne jusqu'au sommet de la Jungfrau, qui était initialement prévu via plusieurs solutions techniques, n'a jamais vu le jour, au même titre qu'un projet de funiculaire jusqu'au sommet du Cervin d'ailleurs.

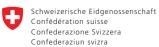
Du côté de la population locale, les gens ont vite compris les bénéfices qu'ils pouvaient tirer du chemin de fer, mais tous n'étaient pas du même avis. Laurent Tissot relève que «l'Eglise, de même que certains partis politiques, se sont opposés au développement du tourisme qui représentait un véritable bouleversement idéologique et psychologique. Voir les Alpes se transformer en Luna Park mettait pour certains en péril l'identité helvétique.»

Bastion de la méritocratie, où la montagne doit se conquérir par l'effort, le monde de l'alpinisme n'a pas vraiment vu d'un bon œil l'arrivée de dames de la haute société en jupes longues sur les glaciers. Là encore, et après quelques prises de position ambiguës, le Club Alpin Suisse a vite compris l'intérêt de disposer de ces nouveaux accès, qui facilitaient pour tout le monde la conquête des sommets, alors en plein essor.

Aujourd'hui, les trains d'altitude font la joie des touristes du monde entier et sont emblématiques de la Suisse dans les circuits proposés par les tour-opérateurs. La ligne de la Jungfrau transporte jusqu'à 4000 passagers par jour lors des grandes affluences. Le Glacier Express est fréquenté par 250 000 voyageurs chaque année.

Si les tarifs peuvent paraître relativement élevés, ils sont en relation avec la qualité des infrastructures et l'exigence technique de ces lignes: les trains de montagne ne sauraient être réduits à de simples moyens de transport, ils doivent être considérés comme vecteur d'expériences alpines insolites et fortes.





Office fédéral de topographie swisstope





Quelques incontournables

Chemin de fer Montreux Oberland bernois - MOB



La Compagnie du Chemin de fer Montreux Oberland bernois a été créée en 1899, avec comme objectif de relier l'arc lémanique avec le canton de Berne. La première section Montreux - Les Avants a été mise en service en 1901. Le trajet jusqu'à Zweisimmen est opérationnel depuis 1905. La ligne, qui fait au total 62 km, est la première du pays à être entièrement électrifiée, dès son origine. Son point culminant se trouve près de Gstaad (col de Saanenmöser) à 1275 m. La Golden Pass Line, qui permet d'aller jusqu'à Interlaken, est inaugurée en 1928. Toutefois, la différence d'écartement des voies ne permet pas de faire le trajet dans le même train depuis Zweisimmen. Ce sujet occupera les ingénieurs durant des décennies. Le projet d'ajouter un troisième rail a longtemps été étudié, avant finalement de décider de construire des bogies à écartement variable mis en service cette année. La Golden Pass Line exploite le train jusqu'à Lucerne et propose plusieurs voyages d'agrément: Belle Époque, croisière du chocolat, ou panoramique. La compagnie exploite également le fameux funiculaire des Rochers de Naye qui offre un accès à une vue panoramique remarquable sur le Léman et sa région.

Bernina Express

Le Bernina Express relie Coire dans les Grisons à Tirano en Italie, en passant par le col de la Bernina. Cette ligne est considérée comme le chemin de fer par adhérence (sans crémaillère) le plus élevé des Alpes ainsi que l'un des plus pentus du monde, avec un maximum de 7% de pente. Le train, qui part à 584 m d'altitude, monte jusqu'à 2253 m avant de redescendre à 429 m. Il traverse 55 tunnels et 196 ponts,

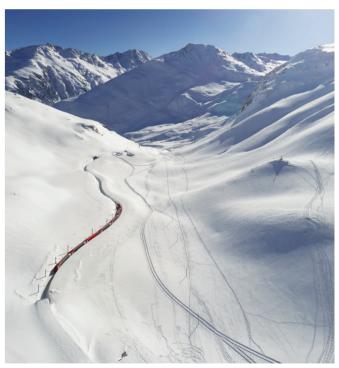


tous considérés comme des œuvres d'art. La ligne fait partie des rares chemins de fer inscrits au patrimoine mondial de l'Unesco, depuis 2008. Le Bernina Express a largement contribué au désenclavement des Grisons et à sa popularité touristique dès le début du XIX^e.

La section Albula, entre Thusis et St-Moritz, a été achevée en 1905, et la ligne a été ouverte dans son intégralité en 1910. Conçue au départ pour une utilisation estivale, la ligne est exploitée également l'hiver depuis 1914, ce qui a imposé la construction de multiples murs paravalanches. Le viaduc hélicoïdal de Brusio fait partie des nombreux points d'ingénierie remarquables de cette ligne. Le train est avant tout touristique et permet aux amateurs de sport d'hiver et de randonnée de rejoindre de nombreux départs de courses.

Le Glacier Express

Ce train, considéré comme l'express le plus lent du monde, relie Zermatt à St-Moritz. Le parcours dure sept heures et demie durant lesquelles le train franchit 291 ponts et passe à travers 91 tunnels. Le Glacier Express franchit le col de l'Oberalp, point culminant de la ligne à 2033 m d'altitude. Il passe par contre sous les cols de la Furka et de l'Albula dans deux tunnels. Un train historique spécial circule occasionnellement de nos jours sur la totalité du parcours d'origine, et franchit notamment le col de la Furka.



En hiver, le Glacier Express constitue le seul débouché possible au fond de la vallée du Rhône et permet d'accéder aux cantons d'Uri et des Grisons sans recourir à la voiture.

Le train est opérationnel depuis 1930 et la ligne a connu de nombreux aménagements depuis son inauguration. Le matériel roulant a également été adapté à la demande touristique. Un aller-simple en deuxième classe coûte CHF 180.-. Le trajet est à considérer comme une véritable croisière alpine.

Sécurité dans la pratique des sports d'hiver en hors-piste



En ski de randonnée et en ski hors-piste, le risque zéro n'existe malheureusement pas. C'est pourquoi une préparation personnelle est nécessaire et chaque pratiquant en est responsable.

par l'équipe François Sports

Une préparation physique adéquate, des compétences techniques ainsi qu'un matériel fonctionnel et adapté dont on sait se servir sont indispensables à la sécurité. A ceci s'ajoutent des connaissances concernant l'enneigement, la météo et la planification de course guand on sort sans encadrement.

Voici un petit tour d'horizon des principaux points de vigilance à prendre en compte afin de se préparer au mieux pour sa pratique.



Du côté de la préparation personnelle

Une bonne **préparation physique** peut aider à mieux vivre ses premières descentes et diminuer les risques de blessure (ex.: marche, course à pied, vélo, renforcement musculaire, proprioception).

Même si ce n'est généralement pas l'activité préférée des amateurs de plein air, le renforcement musculaire et la proprioception sont des exercices utiles pour prévenir des risques de blessure telle que la fameuse rupture du ligament croisé antérieur.

La connaissance de son matériel de sécurité peut sauver la vie. Avoir le bon matériel de sécurité (DVA, pelle, sonde, airbag), c'est très important. Mais se former de manière régulière au travers de cours donnés par des guides ou chefs de course et s'exercer entre amis à la recherche DVA, c'est tout aussi indispensable!

La **planification de la sortie** ne doit pas être prise à la légère. Se renseigner sur le degré de danger d'avalanche, la structure du manteau neigeux, la météo passée et future est essentiel. Lors d'une rando, l'étude de l'itinéraire doit être faite soigneusement: on prendra notamment en compte la longueur, le dénivelé, le degré d'inclinaison de pente, l'orientation et l'altitude. Idéalement on prévoira des options de repli si les conditions sur place diffèrent de ce qui était prévu. Il faut adapter son itinéraire en fonction de son niveau ainsi que de celui du groupe.

Du côté du matériel

Une part importante des blessures liées au ski concerne la tête et c'est pourquoi le port d'un casque de ski ou de ski de randonnée est fortement conseillé.

Des chaussures de ski de randonnée adaptées au niveau de ski, au gabarit et à la forme de vos pieds vous donneront à la fois un meilleur contrôle des skis et du confort. Les chaussures doivent aussi être cohérentes avec les skis.

Par exemple, la combinaison de chaussures légères avec des skis lourds type freeride est typiquement difficile à maîtriser.

La compatibilité du couple chaussures-fixations est également un paramètre important de la sécurité. Il existe actuellement trois formes de semelles décrites par une norme ISO (alpin, gripwalk et rando) et

> certaines chaussures de ski de randonnée à insert ont des semelles qui ne répondent à aucune norme.

Votre semelle doit être compatible avec votre fixation pour assurer un déclenchement optimal

et ce n'est pas parce que la chaussure s'insère dans la fixation que la compatibilité est assurée.

Les fixations doivent être réglées en fonction du rapport poids-puissance, du niveau de ski, de l'âge et de la longueur des chaussures. Autrement dit le poids n'est pas l'unique paramètre.

Un test BPA vous permettra de vérifier que la valeur de déclenchement réelle de la fixation corresponde à sa valeur théorique (valeur indiquée sur la fixation). Ce test peut

vous permettre d'être plus sûr de la fiabilité de votre équipement et d'éviter des déclenchements intempestifs. Ce genre de test s'effectue principalement sur des fixations alpines mais également sur quelques



modèles de fixation rando qui ont un niveau de sécurité avancé. En revanche, ce test ne pourra pas être exécuté sur une fixation à inserts légère.

La trilogie **DVA / pelle / sonde** fait partie de l'équipement de base. Pour toutes sorties en dehors des zones sécurisées, ces trois outils vous seront indispensables. Sachant que les chances de survie d'une victime d'avalanche diminuent fortement à partir de 18 minutes, la rapidité est un critère primordial. Un matériel performant est donc nécessaire.

Un DVA nécessite un test de fonction tous les trois ans et, pour certains modèles, une mise à jour lorsque le fabriquant le propose, afin d'optimiser le fonctionnement de l'appareil. Nous vous recommandons

également d'utiliser des pelles et sondes portant la norme UIAA pour une efficaci-

Un sac airbag peut clairement vous apporter une sécurité supplémentaire. C'est un outil utile pour diminuer en-

core plus le risque en cas d'avalanche. Les chiffres peuvent varier selon la méthode mais il est certain qu'avec un airbag gonflé, le risque de décès en cas d'avalanche diminue sensiblement. Il est important de vérifier le bon fonctionnement de votre matériel, idéalement au début de chaque saison. Après 40 déclenchements, une révision est obligatoire.

Et comme vous l'aurez compris en lisant ces quelques recommandations de base, s'équiper dans un magasin spécialisé est sans doute un avantage!



Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir dans la pratique de vos sports d'hiver préférés.



A la sortie de la forêt au-dessus de Liddes

La Vouardette en circuit **2462 m (Valais)**

Texte et photos: Georges Sanga

Les pentes herbeuses de ses versants permettent de profiter de bonnes conditions de ski. surtout par faible enneigement.

Sommet à la forme d'une coupole situé sur la rive droite du Val d'Entremont, au-dessus de Liddes. Il est largement dominé par les sommets du Mont Rogneux et de la Pointe de Boveire. Les pentes herbeuses de ses versants permettent de profiter de bonnes conditions de ski, surtout par faible enneigement. La descente SW d'un seul tenant, par l'alpage de Le Cœur sur la route du col du Grand-St-Bernard, est juste magnifique. Avec le changement climatique, l'enneigement est souvent plus faible; par contre, avec les températures hivernales faisant le yo-yo, les conditions du manteau neigeux sont aussi plus sûres sur les versants exposés au Sud.

Montée: De l'arrêt TP de Liddes (1320 m environ), emprunter la route du village. Bifurquer à gauche à la deuxième rue et monter directement en direction de la prairie de La Lantsette. Gravir cette dernière jusqu'à son extrémité supérieure à 1700 m d'altitude, à Le Clou. Avant le chalet, partir franchement à droite pour rejoindre la route d'alpage de La Vouardette. Suivre cette route sur une courte distance. Au P. 1767, selon l'enneigement, bifurquer à gauche sur le tracé du sentier pédestre qui donne accès aux vastes pâturages supérieurs, en passant aux P. 1902 et 2098. Poursuivre par la route vers le P. 2152. De là, terminer l'ascension par les larges pentes S, qui permettent d'atteindre la vaste coupole sommitale au P. 2462.



Descente: Du sommet, selon les conditions, descendre directement la pente S jusqu'à pouvoir, par une longue traversée, rejoindre le chalet d'alpage de Le Coeur (2238 m). Descendre en traversée les pentes soutenues, exposées au SW et S, afin de franchir une section légèrement boisée, plus raide. Traverser le Bisse de la Dreudze et suivre approximativement le lit d'un ruisseau, pour bifurquer sur la droite par un passage évident, qui évite la barre rocheuse La Tsaponneire en amont, et la forêt en aval. Au P. 1645 (chalet), atteindre directement la route du col du Grand-St-Bernard, à 1500 m d'altitude. Ou du P. 1645, traverser le pâturage vers le NW en laissant à main gauche les chalets de Combe, pour arriver au P. 1421 sur la route du col. De là, l'arrêt TP se situe à quelques centaines de mètres, à la croisée des routes (1375 m).

FICHE TECHNIQUE



La Vouardette en circuit (2462 m) - Région Liddes-Val d'Entremont

Transports publics CFF, jusqu'à Martigny - Train Accès:

> RegionAlps Sembrancher-Orsières - Bus TMR Liddes 282S Martigny 1345 Orsières / Application Swisstopo

Ski de randonnée Bas-Valais, 2008 CAS Georges Sanga Topo-guides:

www.camptocamp.org/outings/1280813/fr/

la-vuardette-versant-sud-

Dénivellation: 1140 mètres Horaire global: 4h00 - 4h30

Orientation: Difficultés:

Cartes topo:

Période favorable: janvier-mars

Descente Sud de La Vouardette Arrivée au sommet La traversée en direction de Le Coeur La descente de Toules



La descente SW d'un seul tenant. par l'alpage de Le Coeur sur la route du col du Grand-St-Bernard. est juste magnifique.



Remarque: Du sommet de La Vouardette, il est possible de prolonger la course en direction du Mont Rogneux, par Plan Sevéreu et la combe de La Chaudière. 100 m de descente et 700 m de montée supplémentaires.





Projet «10 sorties en montagne sans voiture»

La plaquette «10 sorties en montagne sans voiture au départ de Lausanne» (ski de randonnée) a été envoyée aux membres de la section des Diablerets et de ses sous-sections avec le Passion Montagne de novembredécembre 2022. Elle est aussi disponible en téléchargement sur le site de la section.

par Alexandre Saunier

L'enquête de mobilité menée auprès des membres en 2020 a souligné l'importance de mettre à disposition un catalogue de courses faisables en transports publics (TP). L'application Go2Top avait alors été modifiée afin de mettre en évidence et filtrer les activités prévues en TP. Les données TP y sont également progressivement complétées.

Sur le modèle d'une collection de brochures publiées par Mountain Wilderness en France, la commission environnement a de plus souhaité proposer une petite sélection d'itinéraires de ski facilement réalisables à la journée à moins de 2h de TP depuis la gare de Lausanne.

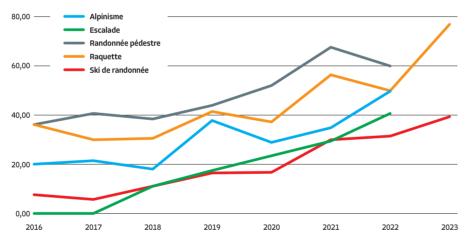
Mené de mars à octobre 2022, le projet a commencé par la constitution d'une liste de 33 itinéraires, réduite ensuite à 10 en essayant de proposer une certaine variété de régions, de dénivelés et de difficultés. Les bénévoles de la commission ont alors collecté les données, rédigé les textes, sélectionné les illustrations et enfin participé à la conception graphique du document, réalisée par Steve Guenat, le graphiste de Passion Montagne.

Cette plaquette a pour ambition de montrer que les sorties en montagne en TP sont assez faciles et pratiques, sans augmenter drastiquement le temps de parcours, l'utilisation des TP étant souvent plus reposante, conviviale et sûre. Pour chaque itinéraire sont indiqués les points de départ et d'arrivée, les trajets pour s'y rendre ainsi qu'une comparaison du temps de parcours en TP et en voiture.

Une comparaison des émissions de CO₂ a également été réalisée pour montrer que l'impact environnemental de sorties en montagne peut être considérablement réduit en utilisant les TP plutôt que la voiture. Ces données ont été calculées à l'aide de l'outil



Evolution de la proportion des sorties réalisées en TP répertoriées par Go2Top:



Mobility Impact, disponible en ligne, sur la base d'hypothèses les plus réalistes possible: voiture de taille moyenne à essence avec 3 passagers (movenne suisse: 1,6) d'un côté, taux de remplissage des TP de 33% (moyenne suisse) de l'autre. A noter qu'il ne s'agit de toute façon que d'ordres de grandeur. L'éco-comparateur CFF, disponible en sélectionnant un trajet dans l'interface web des horaires CFF, donne d'ailleurs des résultats un peu différents mais aussi nettement à l'avantage des TP, en moyenne 20 fois moins émetteurs de CO₂ par personne transportée.

Les retours concernant le projet sont très encourageants et la commission envi-

sage de réaliser des plaquettes similaires pour d'autres activités de montagne.

N'hésitez pas à partager sur les réseaux sociaux vos sorties en montagne sans voiture avec le hashtag #laventuresansvoiture!



«10 sorties en montagnes





parfaite harmonie à 2800 m Alsacienne de naissance, cette gardienne de cabane

Perrine Grand: en

enthousiaste est tombée amoureuse de la montagne, où elle a trouvé son équilibre de vie. Depuis 2018, c'est sur les visiteurs de la cabane du Grand Mountet qu'elle veille avec grand soin durant tout le printemps et l'été.

Par Oliver Dufour

Née à Strasbourg avant de suivre sa famille en Normandie, où son père avait trouvé du travail, Perrine Grand n'avait de prime abord que très peu de chances d'être gagnée par la montagne. Il a pourtant suffi de vacances de neige régulières au cours de sa jeunesse - «c'est quand même dans les Vosges, non loin de mon Alsace natale, que j'ai appris à skier!» - pour que son cœur soit définitivement imprégné des plaisirs alpins.

«N'ayant pas été épanouie dans le cursus scolaire que je suivais, j'ai eu envie de partir au frais pour gagner ma vie», se remémore l'actuelle gardienne de la cabane du Grand Mountet (2886 m), dans le val d'Anniviers. Ses premières expériences l'emmèneront alors dans diverses stations françaises de montagne. Méribel, Notre-Dame-de-Bellecombe, Les Saisies... «J'ai principalement œuvré dans la restauration, ce qui m'a beaucoup apporté pour mes activités actuelles», souligne Perrine Grand.

Le déclic de la cabane des Vignettes

D'autres découvertes suivront également de l'autre côté de la frontière. A Arolla pour commencer, puis à Champex-Lac, à Grimentz ou au Lac des Joncs. «Je suis ensuite revenue à Arolla, où i'ai travaillé durant quatre ans à la cabane des Vignettes, relève-t-elle. C'est comme ça que j'ai mis un pied dans l'univers des cabanes. J'avais postulé lors d'un voyage à l'autre bout du monde et j'avais été engagée. J'y ai été à bonne école avec les Bournissen (ndlr: les gardiens des Vignettes à l'époque)!»

De quoi provoquer un véritable déclic. «J'étais arrivée à un âge où j'avais envie de travailler pour mon compte, observe celle qui accuse aujourd'hui 39 printemps. Je suis donc repartie en France pour y suivre la formation du diplôme universitaire de gardienne de refuge, avant de me mettre à chercher une place dans une cabane,

Ce que j'aime particulièrement c'est la notion d'accueil. Je suis à ma petite place, là, dans la montagne, et ie fais au mieux pour v accueillir les gens.



en Suisse ou en France. Et ça n'a pas traîné. Environ un mois. J'avais dû envoyer quatre candidatures et i'ai été recrutée par le CAS Les Diablerets pour le Grand Mountet.»

Accueillir et informer, des plaisirs de gardienne

C'était en 2018. Juste le temps de prendre ses marques en deux saisons avant de vivre les années particulières de la pandémie de Covid. «On s'est adaptés, philosophe Perrine Grand. Le plus surprenant a quand même été la fermeture en mars 2020. On ne l'avait vraiment pas imaginée.» Depuis, la vie en cabane a bien entendu repris son cours. Au Grand Mountet, la gardienne gère sa moyenne de 2500 nuitées annuelles avec ses aides, «Ce que i'aime particulièrement c'est la notion d'accueil, clame-t-elle avec un enthousiasme contagieux. Je suis à ma petite place, là, dans la montagne, et je fais au mieux pour y accueillir les gens. Une autre chose qui me tient à cœur, c'est la transmission des informations utiles. J'aime écouter les guides à leur retour et pouvoir restituer ce que je sais aux équipes suivantes.»

Etablie pour de bon depuis six ans en Suisse, à Fribourg, Perrine Grand a trouvé le parfait équilibre entre sa vie à la ville et son travail au milieu des glaciers. «Je suis toujours impatiente de monter au début de la saison, mais aussi contente de redescendre à la fin de l'été. J'essaie de profiter de cet endroit magnifique et sauvage. Je ne suis pas alpiniste, mais j'aime sortir en randonnée ou faire un peu de ski lorsque j'en ai le temps. C'est important de délaisser les fourneaux de temps en temps et de sortir un peu de la cabane! Les environs de la cabane n'ont presque plus de secrets pour moi!»



Le Jura

Formé de plissements arrondis successifs, il est constitué de prairies et de forêts de conifères. D'un aspect plutôt doux en été, il prend un tout autre visage en hiver. Les chutes de neige et le froid mordant rappellent le Grand Nord. Un rayon de soleil dans ces lieux et tout s'émerveille. De plus, la solitude de ces contrées offre un paysage étonnant.

Photos: Kurt Bürgin, texte: Georges Sanga



















Quel comportement devant les bobos de l'âge pour le randonneur vieillissant?

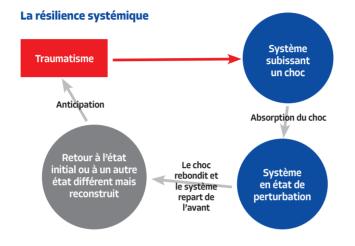
par Dr Bobo

Pour un individu dans la force de l'âge (20 à 49 ans par exemple), l'apparition d'une pathologie quelconque conduit en général la personne affectée à une consultation médicale. Le médecin fera un examen physique complété par des examens sanguins, radiologiques ou autres. Le but est l'obtention d'un diagnostic et de permettre le choix d'un traitement adéquat visant la guérison. Ce traitement, si le sujet est par ailleurs en bonne santé, rendra possible un retour complet à la situation de bonne santé antérieure, sans séquelles...

Toute autre est la situation de la personne vieillissante: les étapes préliminaires restent les mêmes, SAUF que les choses vont mieux après traitement, sans toutefois vraiment obtenir la guérison complète attendue qui n'est malheureusement plus à l'ordre du jour, l'âge étant là! Pas grave direz-vous, mais dans les mois ou années qui suivent, d'autres problèmes de santé vont apparaître, dont l'évolution sans véritable guérison sera la règle.

Rien qui vous envoie directement dans la boîte en sapin mais une série de handicaps qui vous pourrissent la vie...





Quelle attitude adopter devant cette situation?

Tout d'abord un piège à éviter: mettre le corps médical consulté sous pression maximale pour obtenir une guérison, la plupart du temps inatteignable. Votre thérapeute, pour vous satisfaire, va alors utiliser des traitements toujours plus puissants et souvent dangereux qui vont plutôt aggraver les choses que les améliorer...

Pour être positif, il faut plutôt se prendre en charge avec les moyens du bord, en respectant les recommandations habituelles d'hygiène de vie (bouger le plus possible, maintenir un poids normal, limiter l'alcool, arrêt du tabac, etc.), tout en entretenant des liens sociaux et en gérant le «plaisir», si efficace pour le maintien de la joie de vivre!

Tout un programme! Bonne suite. A bientôt.

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





INIEOC

Prochains événements	20
Assemblée générale d'automne 2022	20
Nouvelles du chantier de Trient	21
Nouveaux membres	22
Sous-sections	23
Jubilaires	24

RAPPORTS DE COURSE

Grosses Grünhorn: Arête SW par le Grünegghorn Le Linleu: Lézards agiles	.2/ 28
Eggishorn, Bettmerhorn: En circuit de Fiescheralp	29
Pfadflüe: Voie Salü Jan	30
CONNAIS-TU TA SECTION?	31

Agenda jan.-fév. 2023



vendredi **13.01** 19h00

Apéro d'ouverture de la saison hivernale

Organisé par le comité (Coraline Godelle)

09.02 *jeudi Cully*

AG des jeudistes

soirée

Chalet Lacombe: sortie pleine lune et fondue (nuit sur place)

samedi



21.02 *mercredi* 19h30

Comité et AG des photographes

22.02 *mercredi* 19h30

Soirée des jubilaires (selon liste pages 24-25)

Nos fidèles annonceurs soutiennent votre Club. **SOUTENEZ-LES!**



Assemblée générale d'automne 2022

Avec le président, le comité remercie les plus de 70 membres venus participer et contribuer à l'assemblée générale du 23 novembre 2022. Le comité a dressé un bilan du travail effectué au sein de la section en 2022.

Les commissions des cabanes, de l'immeuble et des chalets ont présenté leurs activités principales en 2022, et leurs besoins de financement pour 2023. Ainsi, un point d'avancement a été fait concernant le chantier de la rénovation de la cabane du Trient et le projet de reconstruction du bivouac de Mittelaletsch. Hors Trient, la commission des cabanes prévoit d'investir CHF 151'000,- en 2023 dans l'entretien et des études préparatoires.

La commission immeuble continue la mise en œuvre du plan de rénovation pluriannuel du bâtiment défini en 2019, avec la mise aux normes des garde-corps, le changement des quelques fenêtres monovitrage et la finalisation de l'avant-projet pour la rénovation des vestiaires, soit un investissement en 2023 de CHF 212'000,-.

La commission des chalets progresse également dans la mise en œuvre de son plan pluriannuel avec un budget d'investissement de CHF 27'000.- en 2023.

La commission environnement et mobilité a également présenté ses activités en 2022: la publication de l'encart «10 sorties ski de randonnée sans voiture» a suscité énormément d'intérêt au sein et en dehors de la section. Elle s'inscrit dans le cadre du projet pilote du CAS de bilan carbone par section, et positionne la section des Diablerets parmi les plus actives de Suisse sur le thème de la durabilité.

Malgré le plan d'investissement ambitieux précité, l'impact de l'inflation et l'augmentation du coût de l'énergie, le budget 2023 prévoit une allocation positive aux fonds en 2023 (CHF 85'000.-). Le budget a été accepté par l'AG. Celle-ci a remercié tous les bénévoles qui ont travaillé à sa définition et qui vont en 2023 le mettre en œuvre.

L'ensemble des points statutaires a été approuvé à une très large majorité: OJ de la séance, PV de l'AG du printemps et budget 2023, ainsi que les changements au sein des commissions et groupes. Ces changements sont trop nombreux pour être tous listés ici, mais ils sont disponibles en ligne.



L'AG a également accepté à l'unanimité un ajustement des statuts de la section pour les mettre en conformité avec les exigences du registre du commerce. Changement principal: la raison sociale de la section est dorénavant «section des Diablerets du Club Alpin Suisse CAS, Lausanne». Le logo de la section reste inchangé.

Concernant le comité, les changements suivants ont été approuvés par l'AG:

- Renouvellement pour un an des mandats de Nicolas Lemmin, président, Antoine Weber, président de la commission des cabanes, et Arthur Bucher, président de la commission de la ieunesse.
- Election pour 3 ans d'un nouveau trésorier, André Simon, et d'un nouveau vice-président, Nicolas Shelton.

L'AG a remercié vivement les membres sortants du comité. Fabienne Walzer et

Le comité a également annoncé la dissolution à compter de janvier 2023 de la commission de la buvette, remplacée par une structure informelle «le bar». Les modalités de fonctionnement du bar ont été présentées.

Le comité vous remercie pour votre soutien à la vie de la section et espère vous retrouver à l'AG de printemps le 26.04.2023.

Nouvelles du chantier de Trient



L'hiver est arrivé sur le chantier, mais les panneaux solaires sont installés

Le chantier se poursuit et, après la pose de la nouvelle charpente et toiture, est maintenant hors d'eau. Ou plutôt hors neige, car l'hiver est arrivé sur le chantier entre-temps, avec son lot de pelletage après chaque front de précipitations.

A la fin décembre, le chantier a beaucoup progressé: un nouvel escalier de secours a été posé au nord et les nouveaux panneaux photovoltaïques sont



maintenant montés sur le toit. L'isolation intérieure a été mise en place. Le parquet du réfectoire a été posé et la salle de bain du gardien installée. Le système de distribution du chauffage est en place. Le chantier fait quelques semaines de pause bien méritées pendant la période des fêtes de fin d'année et reprendra fin janvier avec la pose des radiateurs basse température et des installations électriques ainsi que le début du montage des nouvelles fenêtres.

La section remercie ses nombreux donateurs qui rendent ce chantier possible, et invite ses membres à soutenir ce projet important, en faisant une donation, exonérée fiscalement, via notre fondation Patrimoine Cabanes Alpines. Chaque donation compte! D'avance, un grand merci!



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



Courrier des lecteurs

A la commission d'alpinisme de la section,

Je devais écrire cette lettre depuis bien longtemps... plus le temps a passé et plus le message devenait évident: MERCI... à tous les chefs et cheffes de course, adjoint(e)s et autres bénévoles de transmettre votre savoir, donner votre temps par passion, et bien souvent sans compter.

J'ai toujours pensé avoir un profil atypique: une solitaire se ressourçant essentiellement dans le silence de la montagne et loin de toute activité humaine jusqu'à ce que je découvre la vue de la cabane Bertol, l'infini des glaciers mais aussi mes peurs... la route continuait donc encore plus loin?... J'ai alors cherché les movens de la poursuivre... Comment me former? Comment affronter mes faiblesses? Et de bouche-àoreille me voilà orientée vers les initiations de la section des Diablerets: escalade, alpinisme, lecture de carte et orientation, mais surtout, surtout je découvre une seconde famille. De «atypique» voilà que je me fonds désormais dans une masse addicte de sensations et de sommets, de levers matinaux.

Comme beaucoup j'y rencontre un partenaire de cordée, un partenaire de vie, je confronte accidents et frustrations que cela implique. J'y retrouverai ensuite du réconfort après des leçons de vie douloureuses. Le CAS m'aide à trouver une certaine force de persévérer, la montagne un fil directeur.

Merci, merci pour votre accueil sans distinction, votre partage et votre fidélité, quelle que soit la situation. la transmission des valeurs tant sociales qu'environnementales.

Aux membres, j'aurais envie de dire... si vous vous êtes inscrits(es) à une course, allez-y. C'est un honneur! Ne gaspillez pas une place qui pourrait être d'une grande aide à quelqu'un qui cherche à continuer sa route.

En espérant que cette famille perdure encore longtemps, sincères salutations.

> Anonyme Le 13 juillet 2022



Nouveaux membres

SI	SECTION LAUSANNOISE				
F	Babot	Nicolas	St-Prex		
	Bailey	David	Lutry		
F	Bationo Tillon	Anne	Lausanne		
F	Berry	Jeffrey	Lausanne		
	Carnac	Romain	Lausanne		
J	Christinet	Nathan	Reverolle		
F	Claessens	John	Leysin		
	Demont	Patrick	Lausanne		
F	Dricot	Floriane	Leysin		
	Drouhard	Antoine	Lausanne		
	Duperret	Diane	Pully		
J	Elmiger	Ambroise	Lausanne		
J	Elmiger	Alexandre	Lausanne		
	Estoppey	Kelly	Lausanne		
	Falcone	Laetitia	Vevey		
	Floyd	Рорру	Lausanne		
F	Gaffney	Eleanor	St-Prex		
F	Gauvin	Neal	Chavannes-près-Renens		
F	Gauvin	Laurence	Chavannes-près-Renens		
EF	Gauvin	Loïc	Chavannes-près-Renens		
EF	Gauvin	Cécile	Chavannes-près-Renens		
F	Gennevee	Lucie	Lausanne		
	Godayol Gené	Jordi	Pully		
F	Graille	Solène	Lausanne		
	Grelot	Myriam	Lausanne		
	Guex	Jean-Michel	Echichens		
	Harach Huillet	Isabelle	Chavannes-près-Renens		
	Henderson	Caroline	Lausanne		
	Henry	Guillaume	Lausanne		
	Jammet	Floriane	Lausanne		
F	Kleinke	Mascha	Lausanne		
	Lamberger	Justine	Lausanne		
F	Lasserre	Aurélie	Lausanne		
F	Lemoine	Céline	Lausanne		
	Li	Jingyi	Lausanne		
F	Monney	Valentin	Savigny		
F	Murris	Maxime	Savigny		
F	Naullet	Clément	Gland		
	Neal	Christopher	Lausanne		

	Oros	Sophie	Gland
	Ozdoganlar	Dilara	Renens
F	Parry	Guillaume	St-Prex
	Pedrotti	Benjamin	Lausanne
	Quist	Otto	Lausanne
	Renaud	Vincent	La Conversion
	Renevey	Josiane	Le Mont-sur-Lausanne
	Rosset	Thomas	Lausanne
	Sapina Santiago	Sergio	Lausanne
	Schild	Thomas	Lausanne
F	Schild	Adèle	Lausanne
	Schroeder	Ellen	Lausanne
	Stienne	Loïck	Puidoux
	Sudres	Jean-Raphaël	Lausanne
	Tillon	Fabien	Lausanne
F	Tillon	Cassandre	Lausanne
F	Tillon	Cassiopée	Lausanne
	Vannotti	Leonardo	Lausanne
	Vérant	Ella	Lausanne
	Vogler	Laura	Genève
	Woll	Stéphane	Ecublens
	Younge	Bettina	Echandens
	Younge	Kenneth	Echandens

SOUS-SECTION DE MORGES			
Dubosson	Sophie	Lausanne	
SOUS-SECTION	DE PAYERNE		
Joye	Odile	Châtonnaye	

SOUS-SECTION DE VALLORBE		
J Corminboeuf	Hugo	Les Charbonnières

9	SOUS-SECTION DE CHÂTEAU-D'ŒX			
1	Annet	Sylvie	Rossinière	
I	Chapalay	Jean-Luc	Château-d'Oex	
	Taillard	Grégory	Jehay - Belgique	

CATÉGORIES EF = Enfant famille

Hommage à Albert Bozzini

par François Gindroz



Albert Bozzini, de sortie avec les jeudistes

C'est avec émotion que ses amis du Club alpin ont appris son décès. Albert nous a quittés à la suite d'une crise cardiaque le 9 octobre 2022, dans sa 90° année.

Depuis son adhésion à la section des Diablerets en 1980, il a été très actif au GSD groupe de skieurs et à la section. On a toujours pu compter sur son engagement enthousiaste et efficace.

Lors des cours de gym et de l'école de ski sur piste et hors-piste du GSD,

il préparait avec d'autres sa saison de randonnées à skis avec le groupe qui était responsable de l'activité hivernale de la section.

Albert a été prévôt et membre de la commission d'alpinisme de 1987 à 1989, avant d'entrer à la commission des chalets du GSD en tant que préposé du chalet Lacombe à la Pierre du Moëllé.

Depuis 1999, Albert a participé régulièrement aux randonnées pédestres avec les mercredistes. Entré aux jeudistes en 2004, il a effectué 285 courses avec cette amicale. Suite à la dissolution du GSD en 2009, il a pris part aux sorties mensuelles des anciens de la gym.

Albert aimait cueillir les champignons avec les siens. Il aimait aussi les voyages lointains et les sorties en montagne. Ce passionné de nature et de paysages se faisait plaisir en prenant de magnifiques

De nombreux clubistes ont suivi la cérémonie d'adieu au centre funéraire de Montoie. Nous garderons dans notre cœur le souvenir d'un ami toujours souriant.

Une brassée de réconfort à Marie-France sa compagne, à sa famille et ses amis.

Dernière acquisition de la bibliothèque

par Catherine Strahm

Mémoires sous-glaciaires

Découverte d'un univers éphémère

MAYERAT ETIENNE

Slatkine, 2022

Guitariste de profession, membre de la sous-section du CAS de Morges, Etienne Mayerat partageait la passion du flamenco avec celle de la montagne, ce qui lui valut le surnom artistique d'El Niño de los Alpes. Captivé très jeune par le monde souterrain, il pratiquait la spéléologie avec assiduité. Fasciné par le monde sous-glaciaire, lors d'explorations en haute montagne, il faisait de

sa passion première: la spéléologie. Le cancer l'a emporté le 26 mars 2021 à 63 ans.

nombreux repérages de cavités et revint à

Si les alpinistes connaissent généralement les glaciers de la surface, Etienne Mayerat les convie à une exploration de l'intérieur, voire de dessous. Ses photos spectaculaires et ses textes digestes révèlent le monde tout en blanc-gris-bleu de la glaciospéléologie avec ses «bédières», ces rivières que l'on voit disparaître dans les profondeurs et ses «moulins», gouffres dans la glace. Il propose une

plongée pour le moins rafraîchissante au cœur de 14 glaciers valaisans peuplés de cascades gelées, de torrents glaciaires et de stalactites de glace. L'auteur entrouvre ainsi la porte d'un monde aussi fascinant que méconnu et aussi dynamique qu'éphémère. Comme le relève l'auteur, alors que les grottes calcaires mettent des millénaires à se former, les grottes sous-glaciaires se modifient presque de jour en jour. Les clichés d'un même endroit, pris à quelques années, voire quelques mois d'intervalle constituent un témoignage puissant - même si déprimant - de la fonte des glaciers.

Sous-section Morges

Avis

Les stamms ont lieu désormais 1x/mois, chaque 1er vendredi du mois. Notre sous-section étant toujours activement à la recherche d'un lieu pour effectuer ses stamms et d'un local matériel, le lieu des stamms sera communiqué, en temps voulu, sur le site internet www.cas-morges.ch.

Agenda

31 janvier: réunion ordinaire du Club 28 mars: assemblée générale

Nous vous souhaitons, ainsi qu'à vos proches, une bonne et heureuse année 2023!

Jubilaires 2023

25 ANS	
LAUSANNE	
Abderhalden	Seth
Arnaud	Sophie
Besson	Charles-Louis
Buchs	Nicolas
Carey Berner	Isabelle
Chautems	Julien
Corbett	Peter
De Alencastro	Luiz Felippe
Epple	Maximilian
Galmiche Rindisbacher	· Marie
Ganz	Jörg
Genet	Olivier
Graf	Denis
Krüger	Jessica
Medinger Bossel	Patricia
Medinger Sadowski	Carole

Meyer	Stefan
Michaud	Alain
Micol	Jean
Pache	Thierry
Prade	Josiane
Prella-Bianchi	Maura
Randin	Jean-Pierre
Reinhard	Dietrich
Rindisbacher	Lorenz
Schmidt	Andrea
Schmidt	Sabine
Schwyzer	Catherine
Seriot	Patrick
Vedani Pasche	Christine
Xanthopoulos	Nicolas

Nathalie

Christiane

MORGES

Chauvet

Bilger

Chollet	Tiffanie
Ferrini Tinguely	Enrica
Pury	Roland
Tinguely	Frank
PAYERNE	
Joye	Eric
Kaeser	Jean-Pierre
Loup	Philippe
Perret	Willy
VALLORBE	
Le Vilain-Monnier	Manusa
Le viiain-Monnier	Maryse
Masset	Jacques
CHÂTEAU-D'ŒX	
De Haas	Huib
Ramel-Prin	Carole

Publicité



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





40 ANS LAUSANNE Bender Chantal Chappaz Bruno Philippe Chopard Curchod Pierre Demenga Claire Desarzens Jacques Faure Laurence Français Danièle Français Olivier Godoy Florence Angela Claude Joseph Kohler Pierre Diana Lazzarotto Neff Roland Ott Marcel Pfefferli Peter Pictet-Balmat Jeanine Rime Gilbert Trandafir Martine Weber Robert **MORGES** André

AIIIEII	Allule	
Beier	Daniel	
Bennett	Christopher	
Juillerat	Pierre	
PAYERNE		
Grobéty	Dominique	
Marchand	Marc André	
VALLORBE		
Blanc	Olivier	

CHÂTEAU-D'ŒX		
Zulauff	Julia	

Yvette

Maguelin

50 ANS	
LAUSANNE	
Baeriswyl	Dominique
Bovay	Olivier
Burki-Rochat	Jeannette

Burlet	Oscar
Delantsheere	Jaak
Dizérens	Lionel
Dolivo	Jean-Christian
Flückiger	Claude
Gabioud	Bernard
Gindroz	Charles
Lambelet	Gérald
Maillefer	Paul
Mathyer	Pierre
Mercier	Jean-Philippe
Pidoux	Jean-François
Sulliger	Patrick

MORGES		
Gfeller	Walter	
Pochelon	Antoine	
DAVEDNE		

PAYERNE	
Bähni	Jean-Daniel
Gaiani	Michel
Nicod	Jean-Pierre

VALLURBE	
Monnin	Raymond

60 ANS

PAYERNE

Renaud

LAUSANNE	
Gaudard	Michel
Moretti	Gianni
Mösle	Ernest
Muller	Jean-François
Perrottet	Michel
Scheller	Erwin
Schreve	Frank-Herbert
Tröhler	Roger
Vuille	Jean-Pierre
Woodtli	Hans

VALLORBE	
Althaus	Jean-Pierre
Guisiano-Gebhart	Alfred
Locher	Jean-Jacques
Saudan	Claude

Dominique

65 ANS	
LAUSANNE	
Comte	Willy
Cossy	Charles-Alfred
Gasser	Jean-Louis
Guex	Jean-Claude
Hagi	Suzanne
VALLORBE	
Cavin	Roger

70 ANS		
LAUSANNE		
Hampton	John	
Jallut	Claude	

75 ANS		
PAYERNE		
Cornu	René-André	
CHÂTEAU-D'ŒX		
Jacot	André	

AIR GLACIERS



RÉNOVATION DE LA CABANE DU TRIENT

MERCI DE VOTRE **CONFIANCE!**

Commandez votre carte de sauvetage



AIR-GLACIERS.CH

LES RAPPORTS

Attaque du glacier d'Aletsch près de Märjelen Arrivée de la 2º cordée au sommet Sur l'arête du Grünegghorn

Le Grüneggfirn, qui ressemble désormais plus à un pierrier très instable qu'à un glacier.



Grosses Grünhorn: Arête SW par le Grünegghorn

30.7-1.8.2022 | Chef de course: Severin Leven | Adjointe: Marine Decrey

Alt. 4044 m – Dénivelé 1300 m – 12 heures – PD+/peu difficile



par Frédéric





Pour cette longue course de 3 jours, une bonne météo était essentielle! Afin d'en profiter au mieux, Severin, notre chef de course, nous propose de décaler la sortie d'un jour, choix qui s'avérera judicieux.

Après le train, le bus, la télécabine pour Fiescheralp, et une marche à travers un tunnel, nous nous trouvons devant le grand glacier d'Aletsch. On chausse les crampons et c'est parti pour une longue remontée du glacier jusqu'à la cabane Konkordia. Vu depuis plus haut, le glacier semble tout plat, mais une fois dessus, il y a quelques zones assez tourmentées à franchir, surtout au début et à la fin, tandis qu'on chemine assez confortablement en son milieu.

La cabane est pleine à craquer! Mais il s'agit d'une majorité de randonneurs sur glacier semblet-il, car le lendemain nous sommes apparemment seuls à partir à 4h du matin en direction du Grosses

Après avoir redescendu, dans le noir, les échelles menant au glacier, on remonte le Grüneggfirn, qui ressemble désormais plus à un pierrier très instable qu'à un glacier... Malgré cela, notre chef de course trouve du premier coup le petit couloir qui nous amène vers la partie supérieure de ce glacier, puis à la crête rocheuse du Grünegghorn (3863 m), le premier sommet du jour!

Sous l'arête finale menant au sommet, une rimaye bien ouverte sur toute sa longueur nous barre le passage. Après quelques recherches et quelques hésitations, nous trouvons un passage tout en bas (normalement, cette rimaye se passe à mi-hauteur de l'arête finale). Nous passons une petite pente en glace, après laquelle on peut laisser piolets et crampons pour remonter l'arête rocheuse du Grosses Grünhorn. Nous devons fournir un dernier effort pour enfin arriver au sommet!

La vue est magnifique sur les plus grands glaciers de Suisse, les Alpes bernoises, valaisannes et au-delà. Pour certains, c'est leur premier 4000! Mais nous devons vite redescendre, une descente aussi longue que la montée, où nous devons franchir à nouveau de larges crevasses, une pente en glace vive, et retrouver notre chemin dans les pierriers instables du bas du glacier. Et surtout remonter les interminables escaliers qui mènent à la cabane, ultime effort avant de pouvoir enfin déguster une tarte, ou une bière, sur la terrasse ensoleillée devant la Konkordiaplatz.

Le lendemain matin, lever tôt pour redescendre le glacier d'Aletsch à une vitesse record malgré quelques passages délicats sur la fin. Nous arrivons en début d'après-midi à Lausanne, à temps pour profiter des célébrations de la fête nationale!

Un grand merci à Severin et Marine de nous avoir accompagnés lors de cette ambitieuse et magnifique sortie!

Le Linleu: Lézards agiles

Chef de course: Serge Naoux | Adjointe: Emmanuelle Anex

Alt. 2093 m − Dénivelé 300 m − 6 heures

par Nicolas

Le départ depuis les Croisettes à Lausanne est fixé à 8h et nous privilégions le covoiturage. Les conditions météo sont bonnes en ce deuxième week-end d'octobre et la température très agréable. Nous arrivons au parking de Sevan Devant à environ 9h30.

L'approche se fait en deux temps: d'abord très accessible et dégagé, le chemin bifurque ensuite sur un pierrier parfois instable et peu marqué. Nous arrivons toutefois sans encombre devant la plaque nominative «Lézards Agiles» peu après 10h.

L'ensemble de la voie (300 m, AD+ 5a>4c, 15L) est réalisé par les trois duos sans difficulté notable. A relever que les cordées, partant à la suite les unes des autres, ont parfois souffert de chutes de cailloux malgré les précautions d'usage. La voie est belle, la vue magnifique avec ces couleurs d'automne et le soleil avec nous. Nous progressons en tirant des longueurs pour les 7 premiers relais puis en corde tendue sur la suite de la voie à l'exception de la dernière longueur. Nous atteignons le Linleu, aussi appelé Mont Lenla (2093 m), vers 14h après une marche de 15 minutes depuis la sortie de la voie.

Nous profitons de la vue pour prendre notre pique-nique en compagnie des chocards à bec jaune avant de redescendre par Breitaz. Le retour à notre point de départ se fait sans encombre et nous arrivons au parking en une quarantaine de minutes. Cette belle sortie se conclut par une verrée à Châtel sur une terrasse avec l'ensemble des participants.

Lac d'Arvouin depuis le départ de la voie





Prise du pin bienvenue Visite opportuniste Piaue-niaue au sommet ean-Yves dans le pas de sortie

Pique-nique en compagnie des chocards à bec iaune







Comme Blaise l'a si bien dit, le réveil a piqué le matin du 15 octobre. Le rendez-vous était donné à 6h15 à la gare de Lausanne, pour prendre le train direction Milan... Bon d'accord, nous, nous sommes descendus à Brig et sommes allés à l'Eggishorn, loin des boutiques milanaises.

En prenant les œufs de Fiescheralp jusqu'à Eggishorn, les majestueux 4000 se présentent à nous et nous récompensent grandement pour le réveil matinal. Malgré une fine couche de neige, nous nous aventurons jusqu'en haut de l'Eggishorn. Et là, le panorama grandiose du glacier d'Aletsch nous laisse ébahis. Les vestiges des moraines passées nous laissent songeurs quant à l'ampleur de la disparition du glacier.

En revenant sur nos pas, prêts pour l'arête, le chef de course nous annonce, pour notre plus grand malheur, que nous n'effectuerons pas la traversée de l'Eggishorn jusqu'au Bettmerhorn, et ce en raison de la neige.

La boussole pointe alors vers une grotte du glacier d'Aletsch, en aval des lacs de Märjelen. Les couleurs bleues dans la grotte sont époustouflantes! Un piquenique bien mérité nous laisse méditatifs en admirant l'étendue du glacier d'Aletsch.



Eggishorn, Bettmerhorn: En circuit de Fiescheralp

15.10.2022 | Chef de course: Damien Sainmont | Adjoint: Henri Zbinden

Alt. 2927 m – Dénivelé 1300 m – 6 heures – T4/itinéraire alpin



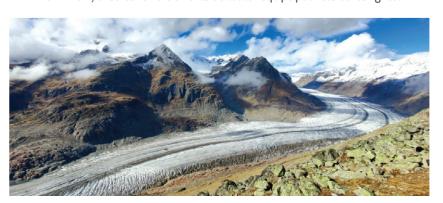
par Miriam



Lors de notre retour à pied le long du glacier, sur un joli chemin en balcon, le brouillard nous envahit doucement, puis la pluie s'invite également.

En écoutant les pieds de certains, et l'appel de la mousse venant d'autres, le choix se porte sur un retour en télécabine afin de s'abreuver au tea-room au plus vite. Nous rentrons enchantés à Lausanne, avec de précieux souvenirs de glaciers.

Par Miriam, avec les remerciements de toute l'équipe pour ces belles lignes.





L'équipe au pied de l'Eggishorn Märielensee Dernier regard L'eau coule sous le glacier

La boussole pointe alors vers une grotte du glacier d'Aletsch.



La force n'est pas la solution ici!





Pfadflüe: Voie Salü Jan

18.10.2022 | Chef de course: Massimo Sandri | Adjoint: Maxime Rouillard

Alt. 2066 m − Dénivelé 500 m − 1 jour − 6a

par Leila

Nous nous organisons pour venir en covoiturage et nous retrouvons aux Gastlosen vers 7h30. Le soleil se lève et la vue est déjà magnifique.

Après une courte marche d'approche de moins d'une heure, nous arrivons au pied de la voie Salü Jan et nous organisons en trois cordées de deux. Le soleil est au rendez-vous, c'est une belle journée qui s'annonce.

Nous commençons notre ascension sur cette roche calcaire en dalle, avec de belles cannelures. Il faut faire confiance à ses pieds, les coincer dans les cannelures et bien observer la voie pour trouver les prises. La force n'est pas la solution ici!

La voie est bien équipée, nous n'avons pas besoin de coinceurs et tous les relais sont reliés. Après la 7^e longueur, nous nous arrêtons pour reprendre des forces. C'est

judicieux car la longueur suivante n'est pas la plus facile, mais il s'agit de la plus belle. «On frôle le chef-d'œuvre» selon

Après 12 longueurs, nous arrivons au sommet vers 15h15. La vue est grandiose. Mais il reste la descente, et nous ne devons pas traîner si nous voulons rentrer avant la nuit! Nous nous organisons pour effectuer les 9 rappels le plus efficacement possible.

Avec la marche, nous arrivons aux voitures tout juste au coucher du soleil et n'avons pas besoin de sortir les frontales.

Nous rentrons dans nos foyers respectifs avec de beaux souvenirs dans la tête, et quelques courbatures dans les muscles pour ma part!



Rappel vers le bas

La fanfare du Club Alpin **Qui sommes-nous?**

CONNAIS-TU TA SECTION?

Fondé le 3 juin 1935 (1^{re} AG) par quelques alpinistes mélomanes de la région de Morges, ce groupe musical est baptisé à la toute nouvelle cabane René Barraud le 8 septembre 1935 et porte le nom symbolique de «Musique d'Anzeindaz».

par André Laurent, directeur de la fanfare



Le chemin parcouru

A ses débuts, les membres fondateurs forment un orchestre constitué principalement d'instruments à cordes, de clarinettes et de flûtes. L'ouverture de Guillaume Tell de Rossini. interprétée lors d'une soirée-banquet de la section des Diablerets au Lausanne-Palace, donne une idée du choix musical de l'époque.

Au fil du temps, le style de musique change. En 1980, lors

de la fusion du Groupe de Lausanne du Club Suisse des Femmes Alpinistes et de la Section des Diablerets du Club Alpin Suisse, Philippe Subilia, saxophoniste de l'ensemble, compose, pour l'occasion, la marche «Bienvenue».

Aujourd'hui, notre ensemble musical porte le nom de Fanfare du Club Alpin de la section des Diablerets de Lausanne. Ce changement de nom est validé lors de l'AG du 29 janvier 2018 et correspond mieux à notre formation et à nos choix musicaux.

Nos activités

Nous avons plaisir à animer les manifestations de la section et des sous-sections du CAS-Diablerets, notamment la soirée des jubilaires et le Noël des jeudistes.



de la Palud. le 13 iuin 2013.

A l'extérieur, nous sommes fiers de représenter les couleurs du Club Alpin lors de nos prestations. Les marchés folkloriques d'Echallens et de Vevey, le festival des musiques populaires de Moudon et guelques EMS nous donnent l'occasion de nous produire.

N'hésitez pas à nous contacter pour vos prochaines fêtes!

Nous sommes très heureux de répéter à Cugy, le lundi de 14h30 à 16h30, dans un local où l'acoustique est excellente avec des places de parc gratuites à proximité.

La formation actuelle se compose de 5 cornets/trompettes, 2 clarinettes, 4 barytons, 1 alto et une basse Sib. Nous recherchons des trompettes et/ou des cornets et un batteur, pour pallier les départs annoncés. En cas d'intérêt, adressez-vous au directeur André Laurent au 079 205 34 92 ou par e-mail: fanfare@cas-diablerets.ch

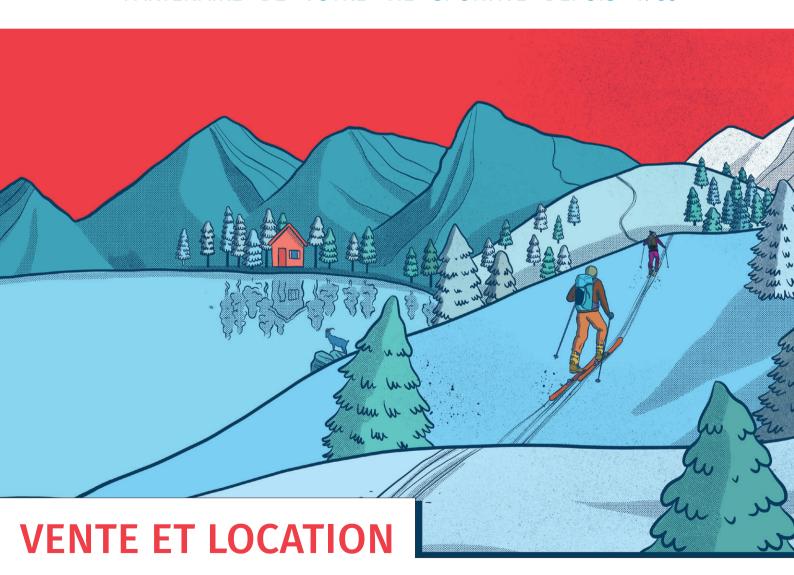






François Sports

PARTENAIRE DE VOTRE VIE SPORTIVE DEPUIS 1985



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