



## N° 57 – Dimanche 1<sup>er</sup> août 2010

### La perle des Guions

Ces quinze derniers jours ont été ensoleillés par la présence joyeuse, motivée, dansante et riante de Virginie, Emma et Eléna, nos petites parisiennes au grand cœur . Après deux jours de stupéfaction totale - on ne passe pas innocemment de la banlieue parisienne à un hameau de haute montagne perché et coupé de la civilisation (pas de télé, pas de magasin...) – Virginie s'est révélée une animatrice de soirée musicale et dansante pleine de feu, une vacancière charmante et soucieuse des autres, une marcheuse motivée et courageuse, au même titre que ses deux adorables fillettes ! Un grand merci à toi Virginie, ton grand rire résonnera longtemps dans la vallée et dans nos cœurs...



## Petit précis d'alpinisme

En souvenir d'une bonne journée passée sur les pentes de la Font Sancte, cette vulgarisation de quelques termes m'est apparue nécessaire pour préparer les sorties à venir.

Alfan : cri poussé par le randonneur guyonnais assoiffé apercevant le panneau « Vallouise ». Synonymes : blonde, rousse, ambrée, blanche.

Amont : côté de la montagne d'où arrivent les pierres

Arvi : au revoir en patois montagnard

Corde : lien physique entre les compagnons de cordée, elle est placée côté aval quand le piolet est en amont. Son utilisation optimale est un casse-tête mais s'acquiert au fil des ans. On ne marche pas sur la corde avec les crampons, c'est une mauvaise habitude dont il convient de se débarrasser.

Corde tendue : obsession du premier de cordée

Crampon : plaque métallique pourvue de 12 dents et de lanières se fixant sous la chaussure. Les crampons ont un sens de montage, les boucles des lanières vers l'extérieur et les dents de devant vers l'avant, pas le contraire.

Névé : plaque de neige dure de densité proche de 800 kg par mètre cube recouvrant le pierrier. Le névé a la particularité d'être dur le matin, mou à 10H, très mou à midi et inconsistant le soir. De comportement changeant, il peut être sympathique ou dangereux.

Nœud d'encordement : le plus souvent de forme dite en « huit » mais il y a aussi le nœud de cœur, de cabestan, de bouline.

Premier de cordée : c'est celui qui monte en premier et descend en dernier. Son rôle n'est pas seulement de tracter ses compagnons vers le sommet.

Piolet : sorte de pioche dont la fonction première est paradoxalement de servir de bâton. Il se tient côté amont (voir la définition de ce mot).

S'assurer : c'est se mettre en sécurité relative, en confectionnant un lien solide avec la montagne pour être retenu en cas de déséquilibre, par exemple en s'asseyant sur son piolet.

Percuter la planète : expression provenant des aviateurs peu utilisée par le montagnard, synonyme de dévisser ou chuter, ce que l'on s'efforce de ne pas faire.

Vaché ! : très utilisé pour signaler que l'on s'est assuré « béton ». L'origine de ce terme m'est inconnue.

Remerciements à Kiki, Gérard, Alexandre, Hélène, Bob Ruffot, Philippe sans oublier Lucette

A compléter ...

Bob

## CARNETS DE ROUTE

**Samedi 24 juillet**. — Ce soir, le n° 56 vient d'être distribué. Cependant, un retour sur la visite de la mine d'argent — sur proposition de Catherine, en compagnie d'Alexandre, Hélène et Matis — s'avère nécessaire. J'avais effectué une première visite de cette mine il y a quinze, voire vingt ans ; j'avais le souvenir d'une expédition, où il fallait se courber dans la galerie qui relevait du Moyen-Âge, coiffé heureusement (!) d'un casque. Or, aujourd'hui, toujours coiffé d'un casque, plus besoin de se courber : au cours de fouilles qui se poursuivent chaque année, ils en ont dégagé des mètres cubes... de sable, de boues, drainés par les torrents qui ont envahi les galeries. Étonnant, le travail effectué par les archéologues ! Après la visite d'une exposition et le visionnement d'une vidéo au Musée de la mine, descente dans les galeries, où le guide nous explique ce qu'était la vie des mineurs et leur mode d'extraction du métal : la mine a

été exploitée au cours de deux périodes, le Moyen-Âge (X<sup>e</sup>-XII<sup>e</sup> siècles) et la période

industrielle (XIX<sup>e</sup> siècle, jusqu'en 1908, date de la fermeture de la mine). Tout ça pour vous dire que **ça vaut le coup**, par exemple par temps couvert (comme hier), d'une visite au musée et à la mine d'argent de l'Argentière-la-Bessée.

Aujourd'hui, une collective — départ du hameau des Grangettes et montée dans la forêt, pique-nique au bord du torrent — : trois familles (les familles Barbier, Grange et Pruvot) voulaient passer ensemble la dernière journée du séjour ; ils ont invité Virginie et ses deux filles Emma et Eléna. Bel esprit d'accompagnement des moins expérimentés : Virginie (« la Parisienne », comme elle se nomme) s'étonne... découvrir la randonnée et la montagne ! Et ses filles progressent avec la complicité des autres enfants...

**Dimanche 25 juillet** . – Apéritif du dimanche soir... et première salve de recommandations !



**Lundi 26 juillet** . – Rando au lac de l'Eychauda (800 m de dénivelé) avec Alex, Bob, Kiki, Lucette. Quelle surprise de trouver d'énormes blocs de neige glacée dans les eaux du lac !

Bob, Kiki et Alex souhaitent pique-niquer au col des Grangettes (200 m plus haut) ; on les suit au col. Ils souhaitent poursuivre de l'autre côté du col et continuer sur le pas de l'Âne et le col de l'Eychauda ; je réagis fermement en disant que je ne le passerai plus le col dans ce sens, la descente est très dangereuse (« une vraie savonnette ! », me dit un randonneur). Avec Lucette, nous rebroussons chemin ; une heure plus tard, le trio nous rejoint : « Hubert avait raison ! », nous disent-ils.



NB : **Eychauda** (eau chaude) par opposition à **Ailefroide** (eau froide) ; racine latine : aqua, l'eau, qui a donné dans un cas « ey » et dans l'autre « aile ».

**Mardi 27 juillet** . – Le directeur général de Ternélia se déplace depuis Annecy pour nous rencontrer, à la demande de Bob. Les membres du CA de l'ADC présents sont là : Bob, Catherine, Maryse, Kiki et moi ; Anne et Perrine, nos directrices, y participent également. Emmanuel, puisque c'est son prénom, est étonné par le site, par le dépaysement qu'il propose. Il m'a demandé

où il m'avait déjà vu ! C'est un Dolois d'origine... et on s'est reconnu. Un certain nombre de questions lui ont été posées. Maryse a pris des notes en vue d'un compte rendu pour le Conseil d'administration de l'ADC.

**Mercredi 28 juillet** . – Jour de congé du personnel. Ils sont sept à être partis à 4 h du matin faire la Fonsancte (3292 m d'altitude, le sommet du Queyras) : j'espère qu'ils vont prendre le soin de narrer l'expédition.

**Jeudi 29 juillet** . – Six enfants et neufs adultes à faire la boucle du Clot Laffont : les enfants nous ont épatés, méritant le diplôme de la « Marmotte d'argent ». Ils s'en souviendront : une rando sans drame, ça s'oublie... le drame, il a eu lieu : voyez leur article !

**Vendredi 30 juillet** . – Je prends le train pour Dole et je reviendrai lundi midi.

**Hubert**

## La randonnée sanguinaire

Au début c'était une randonnée normale, on était en pleine forêt et un chien a commencé à nous suivre. La montée était sympa et nous avons croisé des bûcherons. On a pris un casse-croûte sur un plateau d'où l'on voyait toute la vallée de la Durance y compris les Guions.

Les adultes ont ensuite convaincu les plus jeunes d'aller jusqu'au col de Tourmailon où il y avait une très belle vue.

On avait trouvé un nom pour le chien : Rambo (dérivé de Rando, prénom choisi à la base). Rambo a vu une marmotte et a dévalé une pente très raide de presque 80%, on a même cru qu'il allait se casser la figure. Heureusement pour les marmottes, il ne les a pas attrapées. On a pris des photos pour avoir des preuves qu'on était arrivé jusque là et nous avons rejoint Pascale qui gardait les sacs et nous avons mangé.

Un autre chien a débarqué et nous avons demandé à la dame qui l'accompagnait (une jeune bergère) si Rambo était à elle.



Elle nous a ensuite demandé de reculer pour ne pas être sur le passage des 1200 moutons qui devaient passer par ce chemin-là.

Les moutons sont passés tout près de nous et Rambo a couronné une brebis qui était à l'arrière avec son petit de 3 jours.

Rambo a piqué le job de Mouche (le chien de la bergère) en regroupant les moutons à sa manière c'est-à-dire en les éparpillant. Après cette pause moutonnée, nous sommes arrivés dans une clairière où il y avait un chalet. Une dame y était assise avec sa chèvre.

Une poule était tranquillement sur le chemin, c'est là qu'a eu lieu le meurtre...



On pensait que Rambo était un chien de berger bien éduqué, nous avons tort : il a poursuivi la poule et a continué à la chasser malgré nos cris exaspérés. Ils ont disparu derrière un buisson et quand ils ont réapparu Rambo avait la poule dans la gueule. Marion lui a couru après en lui criant de la lâcher, ce qu'il a fait.

La propriétaire de la poule (ou de ce qui en restait) était fâchée contre nous.

Après ce meurtre, la fin de la randonnée a été paisible, nous avons même trouvé un crâne de mouton qui allait parfaitement avec le thème sanguinaire de la balade, un groupe a piqué un sprint jusqu'au bout pendant qu'un autre chantait des chansons qui énervent les gens. La balade s'est finie par l'achat de pots de miel chez un apiculteur, où nous avons appris que le vrai prénom de Rambo est Chipie, prénom qu'elle porte à merveille.

Nous sommes ensuite rentrés tranquillement aux Guions pour vous raconter cette randonnée sanglante.

**Cybèle, Laurine, Lorretta, Jules, Achille et Louis**

## Recette du lapin des Guions

Pour 4 personnes

- > 4 cuisses de lapin
- > 4 verres de vin blanc sec (du bon !)
- > 1 tête d'ail
- > 1 bonne poignée de persil
- > 2 échalotes

> Estragon (selon votre goût, mais bien en mettre pour faire sortir son arôme !)

> 50 cl de crème liquide

Faire revenir le lapin dans du beurre des deux côtés ; bien colorer (!) ; saler et poivrer.

Enlever les cuisses, les tenir de côté.

Mettre l'ail et les échalotes émincées ; faire

revenir doucement ; puis dégraisser avec le vin blanc ; faire réduire 5 minutes à feu doux ; rajouter la crème, l'estragon et ajouter les cuisses ; laisser cuire 30 minutes à feu très doux.

Au moment de servir, ajouter le persil haché.

Servir avec : tagliatelles, pommes vapeur, riz créole, polenta...

**Christian**

PS. De temps en temps, rajouter un verre d'eau si la sauce réduit trop ! Toujours garder les cuisses.

## Une directrice hors pair

Qui sait jouer de l'accordéon, gérer des fichiers excel complexes, jouer de la guitare et animer un groupe nombreux ? C'est Perrine ! Elle avait déjà exercé ses talents de directrice il y a quatre ans et elle revenue cette année tant elle avait gardé un bon souvenir des Guions. Son rire, sa belle énergie et ses chants vont drôlement nous manquer. Sans compter que pour moi, sa co-directrice, ce sera deux fois plus de travail...

Flora aussi nous quitte après quinze jours de ouf en sa charmante compagnie. Un sourire inoubliable et un petit rire espiègle qui va nous manquer aussi... Ton départ, perso, « ça me fane » ! Belles vacances à vous deux, les poulettes !



Un grand merci à Perrine et Pierre, qui ont encore une fois conduit nos chants et inspiré nos danses ! Même la vaisselle s'est faite en musique hier soir (29/07) !

Anne