

# L'ECHO DES GUIONS

L'HEBDO DES AMIS DES CIMES

paraît les dimanches de vacances

Numéro 86 – Dimanche 20 Août 2017



## De la spiritualité

Les séjours aux Guions se suivent et ne se ressemblent pas. Évidemment, on a toujours les Pantazian (maintenant, ils habitent même dans la grande banlieue des Guions : Gap, c'est dire...), et puis la tribu des Mounard : Kiki, Nini, Riri, Fifi et Loulou.. et d'autres encore.

Mais cette année, on a aussi un magicien, Bernard, qui est venu un soir avec des cartes à tirer, non, non, pas des cartes à jouer, des cartes où on pouvait lire des choses comme : « Celui qui donne reçoit », ou bien « Je m'ouvre à la vie », ou bien « Ma richesse est la somme de mes expériences ». Chacun tirait une carte et

la commentait avec son voisin, en s'étonnant que ce qui était écrit lui parle. C'est une très jolie façon de discuter d'autre chose que de dénivelé, même si presque tout le monde ici aime la randonnée.

Là, je vous vois venir : « une secte dangereuse s'installe aux Guions, etc. » Certes, ce 15 août, il y a bien eu une sorte d'Hubérisation : Hubert a donné la messe dans la petite chapelle du gîte, mais franchement, comme illuminé, on fait mieux... Non, la seule secte qui existe encore, c'est notre secte vinicole, les apéros, tout ça, même si on a quand même pas mal d'amateurs de jus de fruits, coca et trucs comme ça (Dieu leur pardonnera).

Donc merci à Bernard de nous avoir donné l'occasion de réfléchir à autre chose que « Qu'est-ce que je vais faire demain ? » et d'avoir en quelque sorte remplacé l'ancienne mascotte des Guions, Minet, René pour les intimes, qui n'a pas pu nous rejoindre cette année et qui était le plus ancien ; il nous aura manqué un peu moins.

Dominique





## De retour aux Guions



Et nous voilà de nouveau aux Guions. Nous retrouvons avec toujours le même plaisir le petit village perché et les copains fidèles à ce rendez-vous. Mais pour se sentir vraiment arrivés, il est indispensable d'aller « saluer » le torrent. Nous voilà donc partis avec toujours les mêmes petits cris dans la descente à cause des cailloux ou de la pomme de pin qui roulent sous les pieds. Nous avons eu droit aussi à une petite roulade de Renée et Guy (mais oui !). Et puis nous avons retrouvé le torrent. Mais surprise, une belle installation de cairns nous attendait. C'était superbe avec le clin d'œil du soleil et celui des Guionais des semaines précédentes. Car, c'est sûr, ce ne peut être que les gens des Guions qui nous souhaitaient ainsi la bienvenue...

Florence

### Les poules gastronomes



Dans un souci de gaspillage zéro de nourriture, nous amenons chaque jour les épluchures et restes de repas aux poules de Manu à La Chapelle près de l'aérodrome de Saint-Crépin.

Nul doute que la fin du séjour ADC 2017 marquera le début d'une diète forcée pour ces 15 poulettes qui se régalaient depuis un mois de fruits, légumes, féculents en tout genre et même d'arêtes de truites !



### Pièce à conviction !

Ce fut le guide, il méritait d'être remercié... Arrivé au lac du Lauzet, éreinté par 500 mètres de dénivelé, Alain avait besoin d'être détendu, remis en forme et préparé pour la suite de la journée. En un tournemain, ils furent plusieurs à intervenir de concert : la musique du concert n'est pas imprimable ici, mais au moins, une image a été sauvegardée. Elle passera ainsi à la postérité...

L'histoire ne dit pas combien il y eut de jaloux de cette séance !





## Il était une fois...

... un samedi soir d'août, après s'être rassasié avec un bon repas de montagne à Briançon, un jeune couple de Lyonnais arriva aux Guions. Ils y croisèrent deux hommes qui furent immédiatement amicaux et gentils et qui se proposèrent pour les aider à monter leur tente. À peine quelques minutes suffirent pour prouver que l'esprit des Guions est la générosité et l'entraide et qu'il ne s'arrête jamais, encore moins à la nuit tombée.

Après une courte nuit passée à glisser dans la tente toute penchée, les tourtereaux se levèrent plus heureux que jamais avec une vue magnifique qui leur donna tout l'engouement nécessaire pour le week-end.

Après trois jours et trois nuits riches en marches, découvertes et visites des villages et des cols aux alentours, de paysages à couper le souffle et tant de choses plus belles les unes que les autres, Axel, le jeune homme dut rentrer sur Lyon pour retourner travailler et revenir à la réalité.

Evane, sa fiancée, devait rentrer avec lui, mais elle décida de rester quelques jours de plus pour profiter de cette ambiance et de ces lieux incroyables, et pouvoir participer encore à quelques apéros et discussions pas toujours très sérieuses et de pouvoir vivre encore plusieurs jours dans la joie et la bonne humeur entourée de



tous ces amoureux de la nature qui étaient, il y a trois jours, des inconnus et qui sont aujourd'hui pratiquement des amis.

Tous ces gens qui respirent le bonheur malgré leurs problèmes du quotidien et qui sont le parfait exemple que le bonheur est la seule chose qui s'agrandit lorsqu'il est partagé.

Finalement, après six jours passés aux Guions, plus ressourcée que jamais, la jeune femme dut rentrer, elle aussi, sur Lyon. Elle rentra beaucoup plus riche qu'en arrivant, riche de souvenirs et de moments de joie ; fière d'avoir fait ses premières vraies randonnées et de comprendre un peu plus le jargon des Guionais. À peine une semaine lui suffit pour adhérer à l'esprit et aux vacances estivales des Guions. Il ne lui fallait rien de

plus pour comprendre qu'elle aussi espérait revenir chaque été ou presque durant les dizaines d'années à venir, si Dieu lui permettait évidemment.

Elle tenait réellement à revenir encore et encore pour pouvoir à son tour profiter de tout ce que nous offre la nature puis pouvoir le faire partager aux plus de gens possible et pourquoi pas, un jour, elle aussi faire partie de la légende des Mounard.

Fin

## La Mortice sans se fatiguer

Prenez, par exemple, une Laurence pas bien décidée à faire l'étape au petit déjeuner.

Donnez-lui un objectif abordable et sans effort conséquent à produire (« On s'arrêtera au lac des neuf couleurs. »)

Ajoutez un gros soupçon de mauvaise foi pour bien l'amadouer.

Remuez l'équipage en 407 et nivelez les chemins forestiers avec en vous rendant au point de départ.

Faites mijoter la Laurence à feu doux avec patience et persévérance (ne pas lésiner sur le personnel pour cette étape). Grand merci à Pier-

rick et à Yves. Grand merci également à Salomé, Lison et Jean-Marc.

Et on déguste le tout à 3 169 mètres d'altitude sans modération et avec grand plaisir.

De retour aux Guions, le soir, le génépi s'impose. Bravo à la Laurence et aussi à Hubert, qui réalisait cette course pour la première fois..

Les Bretons





## Une thalasso près des Guions

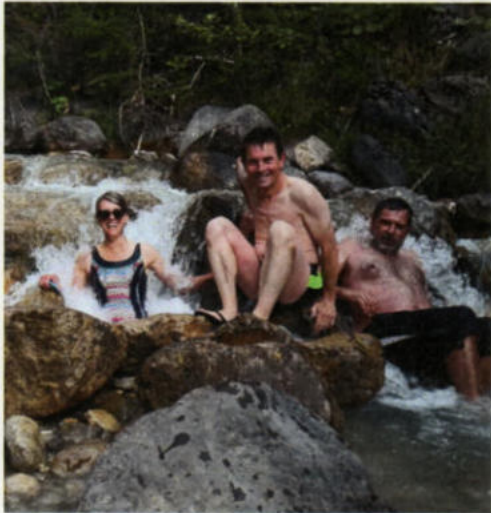
Pour se requinquer, se ravigoter, se revitaliser...

Massage dorsal  
Immersion totale  
Choc thermique  
Bains à remous

Reformation de la voûte plantaire.

À 650 m des Guions, la thalasso du torrent vous accueille  
24 heures sur 24, 7 jours sur 7 sans discontinuer.

Toutes les courbatures accumulées disparaissent en un instant !



La marche en crabe des Bretons

## Mieux que la thalasso, la balnéothérapie du Lauzet du haut



Cure énergisante garantie : cryothérapie, suivie d'argilothérapie, puis rigolothérapie, jetd'eauthérapie et plus si affinité. Dans un cadre idyllique. Le prix à payer : accéder au Lauzet... du haut, à pied. Souvenirs inoubliablesssssss.

Chantal, Claudie, Éva, Martine, Éliane,  
Florence, Marylène, Alain, Bob, Léo, Yvain,  
avec le concours de ceux qui ont prêté  
les maillots et serviettes.

