

ASSOCIATION DES RANDONNEURS  
OLLIOLAIS  
« *LA GODASSE BAGNADO* »

*Fondée en 1977*

JUIN : 2008

Bulletin n° 61

# LA GODASSE BAVARDE

COMITE DE REDACTION

Danièle GRASSI - Monique LEMANCEAU

*Siège social : 65 chemin Saint Pierre La Castellane  
83190 OLLIOULES*

# le coin du president

Ce deuxième trimestre de la saison 2007/2008 avance rapidement, déjà de nombreuses randonnées ont eu lieu et comme prévu la participation est en augmentation tout comme le nombre d'adhérents qui à la mi-février était de 160.

Après la galette des Rois toujours très appréciée ! mais aussi toutes vos préparations (sucrées ou salées) que vous avez bien voulu nous faire déguster. Il y a eu la sortie raquettes dans le CHAMPSAUR avec 30 participants qui sous la conduite de MARCEL, mais aussi grâce à la bonne neige et au beau temps, ont pu effectuer deux très belles randonnées. Nous attendons maintenant la prochaine à NEVACHE.

Les randonneurs de CULTURE pour la VIE , le mardi ont de la chance, après avoir fêté un anniversaire (je ne dirai pas de qui), ils ont à nouveau fêté les rois grâce à MARIO et GINETTE et dernièrement dégusté des oreillettes préparée par MARIE-LOUISE.

Les randonneurs du mercredi ont vu cette année la multiplication des animateurs ce qui permet à tous de découvrir de nouveaux itinéraires et paysages

Et pour finir les sorties cyclo reprennent doucement entre 3 et 4 participants, il faut continuer et c'est pour tous.

Pour le trimestre prochain, beaucoup de projets en préparation

LES PYRENNEES, LA CORSE, CASTELLANE et surtout **Pour tous,**

**l'ASSEMBLEE GENERALE le VENDREDI 20 JUIN 2008 à 18 H 30 à la Salle des Fêtes à OLLIOULES suivie du repas de fin d'année DIMANCHE 22 JUIN à CARNOULES avec le traditionnel concours de boules.**

Voilà un bilan provisoire, une bonne participation et toujours une très bonne ambiance à poursuivre.

Merci à tous.

**Jean-Marie CRUVELLIER**

# le coin du randonneur

**DIMANCHE 23 DECEMBRE 2007:**

## **Grillades à la grotte du Croupatier.**

Pour cette dernière festivité de l'année 2007 nous étions quatorze, bien décidés à faire une danse autour d'un bon feu de bois qui illumine et chauffe cette grotte au-dessus de la Grande Rade de Toulon.

Après une heure de marche, arrivée dans « notre grotte ».

Ensuite, corvée de bois pour tous.

Puis, mise en place de « l'apéro traditionnel ».

Et, pendant ce temps, le grand feu accumule les braises qui vont nous assurer la cuisson à point de nos grillades, arrosées par les bons vins locaux, dégustés avec modération, bien sûr !

Moment très attendu par les gourmands, celui des desserts, des chocolats et

d'une certaine petite liqueur que l'on appelle mirabelle !

Pour le retour, trois petits tours, le Croupatier, le Broussan et le Col du Corps de Garde pour retrouver avec plaisir nos voitures.

A tous : bonnes fêtes de fin d'année !!!

**MARCEL MERANGER.**

## SEJOUR RAQUETTES 25 AU 27 JANVIER 2008 :

### DANS LE CHAMPSAUR.

#### Vendredi 25

14 heures: dans la tradition, petit tour Place Lemoyne , dernier regroupement de voitures avant le départ en direction de Gap, le col Bayard, Pont-du-Fossé. Arrivée au gîte de l'Ancolie, bien connu de la plupart d'entre nous ! Désignation des places dans les chambres. Distribution des raquettes louées et réglage, avec l'aide des personnes habituées.

Apéro offert par le gîte, « allégé » cette fois-ci !!! Le repas, puis un « grand dodo » pour tous.

#### Samedi 26

8 heures : petit déjeuner.

9 heures : départ de tous, en voitures, en direction de la station D'ORCIERES, où, comme prévu, le soleil est au rendez-vous !

Les 30 volontaires s'échauffent rapidement, en commençant la randonnée par une petite ascension jusqu'aux chalets de « FOREST-DES-ESTARIS », puis le chalet « JOUBERT ».



Petite pause car la suite est plus pentue !!!

Après de gros efforts, c'est le moment du repas, près d'un lac, invisible bien sûr !

La suite se déroule sur le plateau, autour du LAC de JUJAL, invisible lui aussi, car recouvert entièrement de neige, vers 2200 mètres.

Nous avons une neige d'excellente qualité et pratiquement vierge où nous faisons nos propres traces.

Le retour, et donc la descente, se passe dans la bonne humeur, en longeant une piste de ski par endroits ; je crois même avoir vu voler des boules de neige !

Soirée « tartiflette ».



## Dimanche 27

Mêmes horaires pour le petit-déjeuner et le départ.

Mais cette fois-ci, pas besoin de gratter les pare-brise : nous traversons la route devant le gîte et nous nous équipons aussitôt de nos raquettes, en direction du bord du DRAC, jusqu'au lieu-dit LES RICOUS.

Par une piste forestière, en sous-bois, pour changer de la veille, nous passons au milieu de gros blocs de pierres et rejoignons le col de COSTEBELLE.

Pause repas, en profitant du panorama sur la vallée, et au soleil encore !

La suite de l'itinéraire passe par une zone utilisée les jours précédents par la Croisière Blanche, rassemblement de 4X4 et autres quads qui ont en réalité créé des ornières et fait virer le blanc de la neige au brun foncé : quelques passages moins agréables pour nous.



Heureusement la fin du parcours se situe sur le CANAL de GAP, qui lui, est seulement autorisé aux piétons.



Petite halte devant une cascade gelée qui ravit nos yeux.

Nous traversons le village de PONT-DU-FOSSE , et finissons à travers champs, toujours dans la neige, avant d'apercevoir le gîte : ceci annonce la fin du week-end !

**Marcel MERANGER**

**DIMANCHE 03 FEVRIER 2008 :**

**LE VALLON SOURN.**



Ce matin règne une grande agitation sur la place Lemoyne : la Godasse Bagnado se rassemble et il y aura en tout 58 randonneurs présents pour cette journée.

Pour ne pas risquer de perdre des voitures sur le trajet, je distribue des fiches de route avec l'itinéraire tracé : Cuers, Brignoles, le Val, Chateaufort et le parking dit « de l'écluse ». Parfait ! Nous arrivons tous groupés !

Le **Vallon Sourn** est taillé dans le massif calcaire et le fleuve Argens le parcourt sur environ 4 kilomètres, entre **Chateaufort** et **Correns** précisément.



Dès le départ, nous traversons la route et trouvons en hauteur un abri sous roche aménagé. Nous suivons ainsi le **Vallon Obscur** le long d'un ruisseau puis grimpons régulièrement jusqu'à un plateau où se situe une ferme. Nous faisons une petite pause bien méritée.

La ballade continue sur une piste pour rejoindre une citerne. De là, nous avons une vue dégagée sur les « **Bessillons** ».

Mais le ciel est gris et menaçant ! Nous poursuivons notre chemin en direction de la ferme des **Esclavaux** et, sans plus attendre, nous nous arrêtons à un carrefour pour le repas.

A notre grand regret la pluie fait son apparition et nous oblige à sortir capes, ponchos pour nous abriter efficacement. Nous ne nous attardons pas et reprenons rapidement le chemin du retour, le plus direct, par le **Vallon des Baumes**.





Nous faisons une courte halte devant une maison troglodyte en cours de rénovation. Nous pouvons apercevoir en hauteur des grottes qui servaient d'habitations à l'époque du Néolithique ou de refuge pendant les guerres de religion. Nous laissons de côté une jolie cascade qui mériterait le détour mais l'herbe est mouillée et le sentier boueux ! Nous filons !

De retour aux voitures, un timide rayon de soleil fait son apparition et nous pourrions suivre, comme prévu, le sentier du Vallon Sourn, le long de l'Argens ; mais nous préférons stopper la randonnée pour aujourd'hui



Rentrés tôt à Toulon ou Ollioules, nous constatons que tout est sec : il n'a pas plu !!!!

**Marcel MERANGER**

**DIMANCHE 17 FEVRIER 2008**

**LES HAUTS DE BORMES par le COL DE GRATTELOUP**

Qui a dit un jour ? « avec FRANCIS et JOSEPH » c'est toujours de l'animation « ou alors « avec eux, on se cherche un peu » .

Que des mauvaises langues !!!

Ce dimanche là, c'est une très belle randonnée que nous ont fait partager nos deux compères.

Rien à dire pour le repérage aux croisements.

Rien à dire pour le rythme, ça suivait.

Rien à dire pour le nombre d'arrêts pour le regroupement.

Mais oui on pourrait dire :

Merci pour les beaux points de vue.

Merci pour tous ces beaux mimosas et leur odeur.

Et d'autres diront.

Merci pour les baies de nerthe.

Merci pour les asperges sauvages.

Merci pour la « coustelline » .

Quant à moi

Merci FRANCIS et JOSEPH pour tous ceux qui le soir (et ils sont nombreux) ont pu se régaler avec l'omelette d'asperges et la salade sauvage ( il faut dire que les recettes ont circulées).

Et merci encore pour cette belle journée au grand air.

**Jean-Marie CRUVELIER**

**DIMANCHE 02 MARS 2008**

**Le PIC de BERTAGNE**

C'était un de ces dimanches matins pleins de promesses

Nous étions une trentaine, décidés, une fois de plus, à le conquérir ce fameux pic

Mais encore fallait-il en connaître la voie choisie

Et là GUY TRIQUET ne nous a pas déçus

Dès la première grimpe nos rangs se sont étirés

Le temps était au beau, un léger vent soufflait

Grimpons, grimpons, joyeux lurons

Nous n'étions pas au bout de nos peines

Le Pic de Bertagne nous l'avons vu devant nous pour le laisser dans notre dos

Enfin la source et la récompense suprême...

La pose repas et pour les plus téméraires la vue sublime au sommet du Pic  
Monter c'est bien mais il faut hélas redescendre  
Et bonjour les genoux, nous avons même pensé jouer un remake d'Indiana JONES  
Le soleil nous avait fauchés compagnie, il était près de 19h00 à notre retour à Cuges  
Quelle belle randonnée !  
Encore merci GUY, tu nous as épuisés, mais il faut le reconnaître tu nous as régales

**Jean Pierre BESSE.**

**SORTIE RAQUETTES : 13 – 14 – 15 MARS 2008**

**NEVACHE.**



**DIMANCHE 16 mars 2008 :**

**Ballade dans la forêt de Janas.**

Départ bien tranquille pour cette belle journée avec soleil et léger mistral, avec 30 participants!

Une partie du CRAPA (Circuit Rupestre Aménagé de Plein Air) nous fait traverser la Route des Oratoires, puis un sentier en balcon nous permet d'avoir une vue sur l'ensemble du Massif du Cap Sicié et de son rivage vers l'ouest, l'île des Embiez, Sanary et Bandol.

Petite pause au bord de la route venant du Brusuc, avant la montée vers la Source de Roumagnan, tarie, malade de la sécheresse !

Passage au pied de « l'Antenne du Mai » pour arriver à la descente vers le Cap Vieux : c'est la difficulté de la rando ! Nous passons tous avec prudence et nous pouvons choisir ensuite notre lieu de repas, face à la mer, dominant l'usine de traitement des eaux usées : un régal pour les yeux ! Quant au repas, à chacun son plaisir !

Avant de reprendre le départ, visite des vestiges de la Batterie du Cap Vieux : il reste une partie de la muraille et la plate-forme intérieure.

L'itinéraire continue sur une autre piste en balcon, passe devant une autre source également à sec, et surplombe la Pierre de l'Autel pour rejoindre la piste de retour qui se situe cette fois-ci en crête du massif.



Une dernière petite halte pour reprendre des forces et attaquer la montée de Montjoie.

Après ce passage, encore une belle vue, au loin, vers La Ciotat, les Calanques de Cassis, et plus près, au-dessous de nous les 1000 hectares de la forêt de Janas.

Visite du parvis de la Chapelle de Notre-Dame du Mai, avec vue sur la Grande Rade de Toulon et les environs.

Enfin, le mot « descente » est

permis !

Une pause est encore nécessaire pour « réparer un genou », près d'un oratoire !

Il reste à traverser la route de la Corniche Merveilleuse pour rejoindre par la piste principale le parking.

Bilan : 14 kilomètres, mais 14 kilomètres ...BO, BO ... !

**Marcel MERANGER.**

## Andorre en randonnée 26 - 29 AVRIL 2008

Rendez-vous à Ollioules 5h15, départ, 5heures 30. Top départ, le bus est chargé, godassiens et bagages. Pas de retard, le petit matin est frisquet, nous allons nous réchauffer à l'intérieur et poursuivre notre nuit. Après un voyage sans encombre, nous arrivons dans l'après midi à Andorre et prenons possession de notre bel hôtel (Gérard a bien fait les choses!)

Première rando, me voilà équipée avec Georges pour le départ, au petit matin, il faut se décider car le temps pourrait se gâter. Les mêmes questions se posent? Que prendre anoraks ou non! bonnets, gants? il ne faut pas oublier que nous sommes en montagne! mais se sera kool car le groupe a décidé de ne marcher que la matinée, retour à 13 heures pour déjeuner à l'hôtel.

L'après midi sera réservé au MAGASINAGE! épicerie et alcool . Une rando écourtée me convient assez, vu mon manque d'entraînement . Dès le début ça grimpe sec! me voilà bien essoufflée, je décide donc de lâcher prise et de retourner sur mes pas accompagnée de Geo qui avait déjà décroché un peu plus bas. Bon! nous ferons notre petite randonnée tout les deux, autour du village de Massana et rejoindrons les autres (qui étaient restés sagement dans leur chambre)

Ce contre-temps va me laisser un peu de loisir pour attaquer quelques petits dessins que je joins à ma bafouille.

**Monique LEMANCEAU**





## ANDORRE DU 26 au 29 avril 2008

.51 vaillants prirent la route de bon matin, non pas à bicyclette, maison autocar vers L'Andorre soit a 550 kms. Ce samedi il faisait beau, mais ce temps clément n'était pas assuré jusqu'à mardi .Après les arrêts techniques habituels, nous arrivons au le Pas de la Case vers midi et demi; la saison de ski était close mais la neige restait encore sur les pistes et les prés . Tout le monde se disperse pour le déjeuner et, pour le plus grand plaisir de ces dames, dans les magasins, pour les achats ( alcools, cigarettes, parfums. etc...)

Dans l' après midi, départ vers notre hôtel : **Le Princesa Parc** situé à **Arinsaï**, commune dépendant de la paroisse de **La Massana** à une dizaine de kms d'Andorre la Vieille. Nous passons sous le Port d'Envalira ( alt : 2407 m) par le tunnel et redescendons le valira d'orient. Les stations de Grau Roigt et de Soldeu sont désertes. Nous traversons

Canillo et Encamp avant d'arriver aux Escaldes Engordany ou nous passons devant la Caldéa (magnifique centre de bains et remise en forme).

Le car continue vers La Massana et nous terminons notre voyage à Arinsal devant notre hôtel situé à 1450 m; Il est superbe ! Les promesses sont tenues. Tout le monde se retrouve devant le pot de bienvenue et, à 19h30 chacun se restaure avec le dîner proposé sous forme de buffet. La soirée continue au sous sol avec le bowling, la piste de danse et le cocktail. Mais à 23 -23h30 les plus courageux renoncent, la journée a été longue. .

Le lendemain, le 27, un soleil radieux appelle les randonneurs vers le parc naturel de **Coma Pedrosa** pour une ballade de 3-4 heures. Seuls 21 puis 19 tentent l'aventure car nous n'avons pas de carte précise des lieux, mais les quelques renseignements collectés et les panneaux du parc nous permettent de suivre le bon chemin. Heureux sont ceux qui ont suivi le guide, le paysage est de toute beauté. Les montagnes enneigées .les prés où l'eau ruisselle, les bordes ( granges), les quelques fleurs qui pointent leur nez, le plaisir de marcher et de s'enfoncer dans la neige ,le sentier qui monte.qui monte... et qui nous amène jusqu'au **Pla de l'Estany** à 2200 m. Là, le panorama est grandiose : le pic de Coma Pedrosa à 2942 m au dessus de nous, les étangs encore gelés, au loin, vers le sud, le village d'Arinsal, et toute la chaîne des Pyrénées Andorranes. Les amateurs de photos se régaleront et les autres aussi puisque c'est l'heure de la pose. Après, la descente se fait plus rapidement même en empruntant un autre chemin et nous rejoignons les touristes qui ont préféré se promener près de l'hôtel et du torrent qui roule ses eaux de printemps.

L'après midi, direction Andorre la Vieille pour tous afin de faire quelques emplettes; sur plus d'un kilomètre les magasins étalent leurs façades aussi alléchantes les unes que les autres, mais l'enseigne la plus impressionnante est bien celle du magasin Pyrénées situé plus au sud avec 3 ensembles reliés par des passages (comme à Paris). Mais beaucoup ont ignoré les plus beaux sites: **la Maison des Vallées**, siège de l'histoire de l'Andorre où se tenaient les réunions des dirigeants et où ont été signés tous les actes importants concernant la principauté, mais aussi **l'église Sant Estève** et les **vieux quartiers**.

Heureusement que les soutes du car sont grandes ! Ces dames ont la fièvre acheteuse et reviennent avec des sacs.. ! des sacs.. !. Nous revenons à l'hôtel et toute une équipe se dirige vers la piscine et les bains pour se détendre; alors là, il ne s'agit plus d'eaux frémissantes ou bouillonnantes mais de vagues, de déferlantes.de geysers et autres tsunamis les coupables se reconnaîtront. Après le repas la soirée se poursuit avec la danse et le bowling.

Le 28 avril au matin, des nuages menaçants font leur apparition, mais restent assez haut pour nous permettre la ballade vers le Vallnor d'Arcalis. Le premier arrêt se fait à Ordino, joli village aux maisons de pierres plates sombres et aux toits de lauzes; sur l'une d'elle est accrochée en encorbellement une magnifique échauquette de style catalan. Bien sûr, les deux boutiques du bourg ont la visite de nos touristes. Nous continuons vers le fond de la vallée et montons à la station de ski d'Arcalis située à 2100 m; celle-ci est fermée mais la neige est là ce qui va permettre le déclenchement d'une bagarre générale pour la joie de tous et toutes. Le panorama est superbe sur la chaîne et les pics de Casamanya (2702m) et de la Serrera (2911m). En redescendant, nous passons le village d'El Serrât puis nous faisons un arrêt à Liorts pour admirer la jolie église du 17ème, avec son clocher mur et son clocheton sur le toit de lauzes ainsi que les maisons édifiées en pierres du pays; plus loin, nous passons devant des sculptures commémorant l'histoire des anciennes mines locales. Nouvelle halte à La Cortinada, l'église surmontée d'un clocher catalan est ouverte ce qui nous permet d'admirer ses rétables en bois dorés et ses murs peints polychrome ; tout près, une construction à la double fonction de moulin et de scierie est installée, sur le torrent. La promenade en car s'achève et nous retrouvons notre hôtel pour le déjeuner.

L'après midi, nous prenons la direction du sanctuaire de Méritxell situé sur la route de la France entre Encamp et Canillo; ce lieu de pèlerinage dédié à la vierge a été entièrement ravagé par un incendie le 8 septembre 1978, le jour même de la fête anniversaire. L'ancienne église romane a été reconstruite et un ensemble architectural de style moderne conçu par le cabinet de Ricardo Bofill fut ajouté sur le site; il abrite la réplique de la statue en bois de la patronne de l'Andorre. L'austérité du bâtiment donnant la vision d'un monastère est compensé par la légèreté des arcs et, l'appoint de glaces latérales multiplie à l'infini l'impression d'espace.

Le car nous amène ensuite à Encamp, ou un groupe de randonneurs prend la direction du lac d'Engolasters; les autres, direction les Escaldes pour quelques achats oubliés; certains sont pressés et filent devant alors qu'il n'y a qu'une bonne heure de marche, les autres blaguent derrière comme d'habitude; Antoine joue à l'alpiniste et Richard pense se reconverter dans le service de l'entretien des poubelles. Un très beau décor s'étale sous nos yeux, nous sommes en balcon au dessus de la vallée avec Encamp et plus loin, les Escaldes et Andorre la vieille. Une légère averse de quelques minutes vient nous divertir, enfin c'est Antoine qui nous divertit : je bâche je débâche je rabâche.... Après ces péripéties nous arrivons au lac .retenue artificielle, pour la fourniture d'électricité. Nous .faisons le tour et retrouvons les quelques courageux qui sont montés en car, les autres nous attendent aux Escaldes (il faut du temps pour faire les courses); regroupement général, il ne manque personne, retour à l'hôtel. Avant le repas, certains vont goûter aux plaisirs de la détente aux bains, spa et sauna, et la Godasse au complet se retrouve a table puis au sous-sol pour la cava d'adieu, le bal et se livrer a une partie de bowling a y laisser les bras ( je ne nommerai personne). Tard dans la soirée. chacun rejoint sa chambre pour un sommeil réparateur.

.Le lendemain matin .branle bas de combat pour l'équipage, les valises, les sacs les achats a mettre dans le car, puis petit déjeuner et en voiture tout le monde pour le retour. Il fait encore beau et nous pouvons voir les sommets enneigés. Surtout au Pas de la Case ou une mince couche s'est déposée récemment. Nous retrouvons la France et l'arrêt à Ax les thermes nous permet d'effectuer une ballade dans cette charmante petite station .Nous traversons Foix fière de son château fort puis le piémont pyrénéen avant de reprendre l'autoroute .

Nous arrivons à Ollioules en fin d'après midi .avec de beaux souvenirs et l'envie de revenir en Andorre .

**Gérard SAUDEMONT**

## **FETE DE LA RANDONNEE DRAGUIGNAN 18 MAI 2008**

(participation 49 personnes)

Avec le temps des précédentes journées, personne n'aurait parié sur du soleil pour ce Dimanche !! Pourtant ce fut le cas et elle s'annonçait bien belle. Tous nos adhérents inscrits étaient là optimistes et confiants.

Arrivés à Draguignan vers 8h00 un café, quelques viennoiseries et autres, nous voici au départ des bus-navettes direction le parking du Malmont sommet entre Draguignan et Figanières pour tout le groupe nous avons choisi le circuit bleu — 15 km en fonction des horaires de notre bus pour le retour sauf pour trois qui préféraient la visite de la vieille ville le matin et le circuit botanique l'après midi.

C'est donc assez tôt que la petite troupe se met en route, le sentier est beau au début et bien ombragé laissant toutefois entrevoir quelques points de vue sur les vallées environnantes. Hélas ça ne dure pas car après le ravitaillement, c'est une piste très boueuse qu'il nous faut longer ou traverser plusieurs fois ! Là inutile de vous dire dans quel état sont nos chaussures et bas de pantalon heureusement avant la halte repas chacun à pu se nettoyer dans l'herbe.

Jean-Pierre nous choisit une petite clairière ombragée, on profite après le casse-croûte soit de faire une petite sieste ou de se mettre à jour avec les divers organisateurs pour les prochaines sorties ou repas à venir.

Peu avant le départ un petit groupe (25) choisit de changer de circuit et de continuer par le rouge, soit 4 km de plus, avec les autres quelques minutes de repos supplémentaires et nous revoici sur notre « bleu » et c'est sans problème, mis à part la montée sur la voie romaine (ce qu'il en reste) où la chaleur s'est faite sentir, que nous retrouvons les navettes pour retourner en ville avec une grosse surprise « nos rouges » étaient déjà arrivés, grands sourires, assis regardant les danses country. En fait, la différence des circuits se faisait le matin au départ « les farceurs » .

Nous avons attendus, tombola, récompenses, discours et apéritif. Au passage nous avons obtenu le Sème prix pour le nombre de participants, et des lots pour tous (casquettes et tee-shirt).

Une très belle journée, une très bonne ambiance et beaucoup de convivialité. Merci à tous.

**Jean Marie CRUVELLIER**

**SAMEDI 24 MAI 2008**

**MAZAUGUES, LE GRAND GAUDIN.**

Pour cette randonnée, annoncée sous une forte pluie, nous sommes 24 participants équipés de ponchos, cuissardes et autres « chapios » en vue d'une protection efficace.

Au départ, petit tour dans les sous-bois, histoire de voir si les champignons sont de sortie ! Première petite pause près d'une citerne, puis visite rapide d'une ferme en ruines pour ensuite traverser le lieu-dit **le Collet-Redon** et longer **le Vallon de la Capelette**. Passage sous la ligne haute-tension et arrivée à notre aire de repas, bien mérité après trois heures d'efforts récompensés par de bonnes apparitions du soleil. Visite aux grenouilles du quartier avant de prendre la direction du retour.

D'abord les hauts du Vallon de la Capelette , puis après une petite pause, descente dans **le Vallon de la Guillandière**, véritable petit jardin couvert de fleurs. Enfin, après un dernier temps de repos, où pommes et oranges sont sacrifiées, nous abordons le lit de sable et de roches du **Grand Gaudin** : ruban blanchâtre au milieu d'une végétation dense. Suite de passages rocheux sans grandes difficultés!

A part un « morceau de bras arraché » ! Mais bien soigné, on ne voit plus rien, « même pas mal » !

Nous retrouvons la portion de piste qui ramène aux voitures. Et ce n'est qu'à ce moment –là qu'une pluie fine fait son apparition. Nous avons évité la troisième version du Mékong !

Allez ! Avec une brassée de fleurs, de thym , de sarriette...ou de fossiles...Nous repartons !!!

Bon retour à tous !

**Marcel MERANGER**

**MERCREDI 28 MAI 2008**

**JOURNEE RENCONTRES AVEC LES IME A CHATEAUVALFON**

Comme chaque année, l'IME du Clos Bertrand à OLLIOULES ( Institut Médico - Educatif) nous avait sollicité pour participer à cette journée.

Nous étions 42 personnes plus CLOE et AMELIE pour l'encadrement de 105 jeunes (garçons et filles de 8 à 16 ans) plein d'enthousiasme avec l'envie de gagner une coupe, une médaille ou tout autre cadeau.

Plus de 30 groupes au départ pour les 2 circuits 5 et 7 km entre 10 H 00 et 11 H 15, et à l'arrivée rafraîchissements, puis chaque établissement se retrouve pour le casse-croûte du midi.

A la godasse c'est la même chose petit vin d'oranges et chacun grignote dans son assiette, puis le camembert de GERARD, et enfin pour finir ( comme chaque année ) HENRIETTE nous offre deux gâteaux à la poire de sa fabrication et il n'a pas fallu beaucoup insister pour les finir.

Vers 14 H 00, tous au théâtre plein air ( bien ensoleillé ) après un petit discours et des remerciements, la remise des coupes, médailles et autres récompenses, nous nous séparons. Heureux de notre participation à cette journée particulière et enrichissante.

Merci à tous pour ce soutien riche en émotions.

**Jean-Marie CRUVELLIER**

# le coin des amis

## **PROJECTION PHOTOS**

**Un grand nombre d'entre-nous s'était déplacé Salle Jean Moulin pour assister à la rétrospective de la saison 2006/2007.**

**C'est Jean-Claude TOSELLO qui nous a préparé tout ça : récolter des photos auprès des autres photographes, trier, monter et graver les 4 DVD.**

**Toutes ces opérations ont demandé beaucoup de temps et de patience.**

**Hélas, malgré les essais effectués dans l'après-midi, alors que tout semblait bien fonctionner, la séance a été interrompue : la technique ! L'incompatibilité des matériels (lecteur DVD et rétroprojecteur) enfin, heureusement que notre amie JOSIANE, prévoyante avait son ordinateur portable et avec ses fichiers en mémoire, a sauvé la projection.**

**Tous ensemble, avons pu découvrir ou redécouvrir avec ces photos un ensemble de sorties : culturelles, raquettes, randonnées , CHAMONIX etc...**

**Merci tout de même à notre am JEAN-CLAUDE pour tout ce travail qui n'est pas perdu. Merci aussi JOSIANE pour ta perspicacité.**

**Mais c'est promis, nous allons nous équiper et créer un véritable groupe animation/photos et vous proposer prochainement une autre soirée avec peut être aussi une surprise !!**

**A bientôt.**

**Jean-Marie CRUVELIER**

## le saviez-vous : pas à pas...

*"Pas à pas, la science avance.*

Ainsi, nous apprend-on qu'un chemin se trace au bout de 90 pas successifs au même endroit,

Que le nombre de kilomètres parcourus en 1 heure est égal au nombre de pas faits en 3 secondes et que la longueur d'un pas correspond à la moitié de la distance entre les yeux et la plante des pieds.

Enfin, dans nos pays, nous effectuons 19 000 pas, en moyenne, par jour, ce qui représente 150 000 kilomètres dans l'ensemble d'une vie, soit **3,5 fois le tour de la Terre.**

Nul doute, hors des sentiers battus, la science poursuit son petit bonhomme de chemin."

Tiré de la revue de quartier " **Le P'tit Pavé** "

Extraits du Petit Livre du Français Correct d'après Jean-Joseph JULAUD

*Le précédent trimestre nous nous étions arrêtés sur les mots : adulte, adolescent  
Passons à la suite de l'alphabet :*

BARAGOUIN - les pèlerins bretons qui, au XIV<sup>e</sup> siècle, allaient d'auberge en auberge réclamaient, au soir de leur journée de marche, du pain : bara et du vin : gwin. Ce qui donnait bara, gwin !, termes inconnus des aubergistes de France et de Navarre. Ainsi est né « baragouiner », c'est-à-dire s'exprimer dans un langage inintelligible, comparable à celui des linguistes contemporains.

BOUCHER - le boucher était au XII<sup>e</sup> siècle celui que l'on chargeait d'abattre les boucs, les chèvres et les chevreaux dans la « boucherie ». Il vendait ensuite la viande. Aujourd'hui, plus de boucs, de chèvres ou de chevreaux dans la « boucherie », le boucher est devenu avant tout un tailleur de bavettes.

BUREAU - une étincelle grecque et voici que s'enflamme la racine « **pyr...** », le feu », « pyr... » produit « **purros** » qui se dit, dans l'Athènes antique, d'un vêtement entre le rouge sombre et le brun. « purros » devient en latin « **burrus** », adjectif qui désigne le rouge ou le roux. De « burrus » naît « **burra** », nom d'une étoffe romaine grossière et brune, faite

de poils de chèvre, de brins de laine, de crins entremêlés. Vous suivez , le mot latin »burra » perd un r et devient « bura » aboutissant au français « bure » qui se transforme au XIVème siècle en « bureau ». Le « bureau » est alors une sorte de tapis dont on recouvre les tables destinées aux écritures.

Par métonymie, le nom de l'étoffé devient celui de la table elle-même. Puis, nouvelle métonymie, la salle où se trouve un bureau devient elle-même un bureau. Dernière étape : l'ensemble des bureaux contenant les bureaux est aussi appelé « bureau » vous serez reçu au Bureau International du travail. Tout cela à partir de quelques poils de chèvre ! vive le progrès !

### De Jean-Pierre et Renée BESSE

Extraits du Petit Livre du Français Correct d'après Jean-Joseph JULAUD

Après les mots : Baragouin - boucher - bureau

Passons à la suite de l'alphabet :

CANAPE : partons d'un moustique, un tout petit moustique énervant qui siffle et qui pique, traverse le sommeil depuis la nuit des temps. Son nom grec est « **hônôps** ». Pour se protéger des moustiques, les Grecs inventèrent la moustiquaire : « **kônôpeion** ». Celle-ci est reprise par les Romains sous la forme « **conopeum**. La moustiquaire est installée autour du lit. « Conopeum » signifie alors « rideau de lit » puis « lit entouré d'une moustiquaire ».

En 1650, le « canapé » est un lit qui comporte un dossier à chaque extrémité, et sur lequel on peut à la fois s'asseoir et dormir. Aujourd'hui, si la forme du « canapé » a quelque peu changé par rapport au XVIIème siècle, l'usage demeure le même ou presque : s'asseoir, regarder la télé, et se laisser glisser dans le sommeil. Par analogie de forme, on donne le nom de « canapés » à de petites tranches de pain de mie garnies de beurres de toutes sortes, d'anchois, de fromage, etc...dont on ne voit jamais la couleur si, dans un cocktail, on se trouve en cinquième épaisseur.

CANICULE : Une « petite chienne », en latin, se traduit par « **canicula** ». Quel rapport avec une période de chaleur ? Eh bien la voici : lorsque les Anciens voyaient apparaître, en juin, quelques minutes avant le lever du soleil, l'étoile Sirius et sa constellation « La Petite Chienne » ( que nous appelons aujourd'hui la Grand Chien), c' était pour eux le début des grandes chaleurs d'été. D'où le nom « canicule » donné dès que l'on bascule dans l'été des jours qui brûlent. Alors Eve ou Hercule peuvent sans préambule, dès que l'ombre recule, et sans calcul, montrer leur corps et le faire bronzer

**CHARCUTIER** : Pour faire suite au bronzage évoqué dans canicule, voici l'origine de « charcutier » qui n'est autre que la contraction de « **chair** » et de « **cuitier** » désignant au Moyen-Age celui qui faisait cuire la chair, la viande, avant de la vendre. N'y aurait-il pas là quelque parenté avec le plagiste.

**CHANDAIL** : La naissance du chandail remonte à la fin du XIXème siècle. Aux halles de Paris, le « marchand d'ail » ( ou de légumes ) portait un tricot épais, serré, qui le protégeait du froid et des courants d'air. Ce tricot devint le « marchandail » en un seul mot. L'aphérèse passant par là ( l'aphérèse consiste à supprimer la ou les premières syllabes d'un mot ), il ne resta du « marchandail » que le « chandail » Gammard, d'Amiens, son fabricant, adopta ce mot passé dans le langage courant et qui désigne aujourd'hui un gros tricot de laine que l'on enfile douillettement dès les premières fraîcheurs de l'automne.

**De Jean-Pierre et Renée BESSE**

## **Recette de L'apéritif Ambassadeur**

.Ingrédients : pour 5 bouteilles de 75 cl

2 litres de vin rouge ( 12°minimum )

1 litre de vin blanc moelleux

Les zestes (écorces) de 3 oranges amères

d'une orange douce

d'un citron jaune

500 gr de sucre en poudre

1 cuillère à soupe de chicorée

1 bâton de vanille coupé en 2 dans la longueur

1 quart de litre d'alcool à 90°

***.Faire macérer le tout 8 jours avant de le filtrer et de le déguster..... avec modération bien sûr!***

**Anne Marie SAUDEMONT**

## **NOS AMIS DANS LA PEINE**

Suite au décès du papa de nos amis Odette et René PINORI nous avons reçu des remerciements pour la présence de nombreux d'entre nous et pour le soutien apporté lors des obsèques

Quelques uns de nos adhérents sont confrontés à la maladie ,qu'ils sachent que très souvent nous pensons à eux et que nous souhaitons les revoir en meilleure forme à la rentrée prochain