



LA GODASSE BAVARDE ...



AVRIL 2023

BULLETIN N° 111

*Joyeuses Pâques à tous les
Godassiens et Godassiennes
qui aiment le chocolat*



TABLE DES MATIERES

Table des matières	2
Le mot du Président.....	3
Téléthon 2022.....	4
Le Cabanon conté par François ZERBI	5
Sainte-Anne-d'Évenos & Évenos village le 18 janvier 2023	8
Les bons conseils de France Randonnée	9
Six-Fours – Notre-Dame du Mai le 22 janvier 2022	10
Séjour Raquettes à Cervières du 3 au 5 février 2023	12
Cuers – Sainte-Philomène le 5 février 2023.....	17
Cuges-les-Pins – Les Jas de Sylvain et Micéou le 15 février 2023	18
Bormes-les-Mimosas – Brégançon – Littoral le 19 février 2023.....	19
Le Lavandou – La Pierre d'Avenon le 5 mars 2023	20
Siou Blanc – Colle de Fède le 19 mars 2023.....	22
Les Godassiens cuisinent – Le saucisson surprise.....	23
Sortie culturelle à Marseille le 25 mars 2023	24
Les Godassiens s'amuse N° 111	26



Avec la soirée photos de Jo, la traditionnelle galette et le téléthon nous avons pu enfin nous réunir comme autrefois pour nos événements festifs, partager vos spécialités salées ou sucrées suivant le cas. Quel bonheur de se retrouver en dehors des sentiers de randonnées, se rappeler des souvenirs et parler d'avenir !

Le Trail de Noël a renoué avec son succès, grâce à la Godasse, partenaire historique et indispensable de cette grande manifestation sportive Ollioulaise, et Monsieur le Maire l'a bien rappelé lors de la soirée des remerciements. Merci à Jo pour son investissement, merci à tous ceux qui sont restés plantés toute la journée pour assurer la sécurité. Souhaitons être un peu plus nombreux l'an prochain, afin que certains puissent faire des pauses.

Que dire du Téléthon, carton plein, grâce à une pièce de qualité et une judicieuse association avec le Conseil Municipal des Jeunes qui nous a permis une importante communication dans Ollioules et ses environs, on respire pour l'an prochain ! et ce sera en janvier aussi.

Entre le Téléthon et le Trail de Noël, la Godasse se place dans les toutes premières associations Ollioulaïses, et ce grâce à vous tous, à votre engagement et à votre esprit club que je salue. La Godasse, c'est ça que j'avais découvert en arrivant il y a quelques années, et c'est ce que cela doit rester.

La courbe du nombre de membres remonte, l'objectif de 110 membres actifs est atteint, des nouveaux et des réabonnements, la participation aux randonnées aussi, plus de trente les dimanches, quinze à trente le mercredi, enfin ! De belles randonnées et animations à venir, Pentecôte, la Rando belge, le séjour en montagne, le séjour de rentrée, le début d'un programme de formation (pré requis, MaRando, ...) le 2^{ème} et 3^{ème} trimestre 2023 se présentent bien.

J'espère que vous appréciez le nouveau site internet, plus visible sur votre smartphone, clair, simple et efficace, mais bon Dieu qu'il a demandé temps et apprentissage pour en arriver là !

L'Association des Randonneurs Ollioulais, la Godasse Bagnado avance, elle s'adapte aux temps actuels. A nous de pérenniser le travail de nos prédécesseurs, Christian, Raoul, Marcel, Eugène et Jean-Marie, toujours avec nous qui veillons au grain.

Comme disait Léonard de Vinci : tout obstacle renforce la détermination, la nôtre est forte, soyez-en sûr.

A bientôt

Marc LAMBERT

TELETHON 2022

Le 14 janvier 2023 la troupe Humanithéâtre a joué la pièce « C'est fort de café » au profit du Téléthon 2022.



La Godasse Bagnado, a collecté et versé la somme de 1836 € au Téléthon.

[Retour sommaire](#)

Lou cabanoun

Lou cabanoun de moun bèu paire es au mitan de la fourest dei Mauro enviroana de casgtanié, d'arbous, de roure e de touto meno de vegetacien que fan la bèuta de nouestro naturo.

Jan, moun sogre, ero muraire e l'avié basti éu mume e avié trouba uno sourgent. Dins un endré un pau bagna emé sei man e la trencó avié escava e trouba l'aigo. Un aigo que analisado mai d'un cop, es tras que bouano...L'a tambèn uno chaminéio per lei grasihado e s'escaufa que lou bos defauto pas, n'en vouas n'en vaqui.

Jan li anavo de longo, mume soulet que per éu lou cabanoun ero soun recatadou. Quouro s'entournavo radurravo de castagno, de berigoulo, de bos e mume de tourdre qu'ero un pau cassaire. E nautre aven agu de bouan

moumen en famiho emé d'amis. Lou cabanoun agrado en toutei. Quouro l'a rèn a remassa a l'entour se pou faire uno bello permenado que l'a uno draio per ana enjusc'a



la capello : Notre Dame des Anges, famouso emé sei ex-voto, e d'aquelo cimo la visto es maravihouso.

L'autuno, au moumen de castagno e de berigoulo, li anan. Mai sian pas soulet, l'a de longo de ramassaire e mume un pau trop. Un journo mon bèu paire ramassavo sei castagno au siéu e que ves, une frumo, pas trop luen d'éu que ramassavo tambèn. Eu digué rèn e acò l'amusavo un pau. Puei la frumo ven devers éu e li fagué :

- Moussu fau pas ramassa coum'acò, se sias vist! Regardas iéu, lei castagno lei escoundri dins moun faudiéu, coum'acò soun

Le Cabanon

Le cabanon de mon beau père se trouve au milieu de la forêt des Maures, entouré de châtaigniers, de chênes, d'arbousiers et de toutes sortes de végétation qui font la beauté de notre nature.

Jean, mon beau père, était maçon et l'avait construit lui-même. Il avait trouvé une source. Dans un endroit un peu humide, de ses mains et avec une pioche en creusant il avait trouvé l'eau. Cette eau analysée souvent est très bonne. Il y a aussi une cheminée pour les grillades et se chauffer, car le bois ne manque pas. En veux-tu ? En voilà !

Jean y allait très souvent, même seul, car pour lui le cabanon était son refuge. Quand il revenait, il apportait des châtaignes, des champignons, du bois et même des grives, car il était un peu chasseur. Et nous, nous avons eu

de bons moments en famille et avec des amis. Le cabanon plait à tout le monde. Quand il n'y a rien à ramasser près du cabanon on peut faire une belle promenade, car il y a un sentier qui nous mène à la

chapelle de Notre Dame des Anges bien connue avec ses ex-voto et du sommet la vue est merveilleuse.

L'automne, au moment des châtaignes et des champignons, nous y allons. Mais nous ne sommes pas seuls, car il y a souvent des ramasseurs et même un peu trop. Un jour, mon beau père ramassait ses châtaignes, chez lui, et que voit-il ? Une femme, pas loin, qui ramassait aussi. Il n'a rien dit et ça l'amusait un peu. Puis la femme vient vers lui et lui dit :

- Monsieur, il ne faut pas faire comme ça. Si on vous voit ! Regardez, moi les châtaignes, je les cache dans mon tablier. Comme ça on ne les

bèn acatado. Jen si peté dou rire e fagué :

- Iéu siéu au miéu. Ai pas besoun de leis escoundre. La frumo sabié plus de que dire e de que faire, e puei digué :

- Se voulès moussu pouadi le paga, ero per uno castagnado. Acò a fa rire Jan un cop mai. Cresi mume que li a douna de bello que elo avié pas remarca.

Mai ço que fau sachè es que aquéu cabanoun mai d'un cop es esta visita per de larroun qu'eron pas counvida. Aquelei raubavon rèn o pas grand cauvo, mai falié repara la sarraio.

Un bèu matin d'ouro, Jan arrivo emé soun chin e que vès : la pouarto fourçado. E quouro la buto per intra : couquin de noun ! Lou dedins ero occupa, un mouloun de jouine qu'au sòu, qu'au sus un viei divan, e toutei rein avon d'estre esta esviha tant d'ouro.

Alor Jan anè prendre lou fusiéu dins la veiture e le fagué sourti defouaro. Eron uno dougeno, la majo part coumo sa maire l'avien fa e d'autre gaire vesti. Le fagué arrena un darrié l'autre. Se jamai toumberien au sòu coumo lei domino. Puéi carculé e li digué Dounas me chascun vouastro carto d'identità. Va faguéron lèu lèu.

Emé acò moun bèu paire prengué sa veiture e ané a la gendarmerio de Carnoules. Un gendarme éisamino lei carto et dis : Mais es pas de françès soun suisse. Fau li dire de veni eici recupera lei carto e auren uno explicacien. Jan s'entourno a soun cabanoun.

Quouro arribo au cabanoun : souspresso. Soun toutei vesti emé l'uniforme que soun dei scouts. Lou cheffe fagué lou salut militàri a Jan que éu a toujour agu admiracien per l'uniforme. Fau sachè que s'ero engaga per lira la França e qu'avié mume uno decoracièn per soun

voit pas. Jean éclate de rire et lui dit :

- Moi je suis chez moi, je n'ai pas besoin de les cacher. La femme ne sut plus quoi dire et quoi faire. Puis elle dit :

- Monsieur, si vous voulez je les paye, c'est pour une poêlée à rôtir. Ce qui a fait rire Jean, une fois de plus. Je crois qu'il lui en a donné de belles qu'elle n'avait pas remarqué.

Mais ce qu'il faut savoir, c'est que ce cabanon a été visité plus d'une fois par des larrons qui n'étaient pas invités. Ils ne volaient rien ou pas grand-chose, mais il fallait réparer la serrure.

Un beau matin, de bonne heure, Jean arrive avec son chien et qu'est-ce qu'il voit : la porte forcée. Quand il la pousse pour entrer : coquin de sort !! L'intérieur est occupé, un tas de jeunes, qui par terre, qui sur le vieux divan et tous se plaignaient d'être réveillés si tôt.

Alors Jean alla prendre son fusil dans la voiture et les fit sortir. Ils étaient une douzaine la plupart nus et d'autres moitié-nus. Il les fit mettre en ligne l'un derrière l'autre. Au cas où ils tomberaient tous comme des dominos. Puis il réfléchit et leur dit : donnez-moi chacun votre carte d'identité. C'est ce qu'ils firent rapidement.

Avec ça, mon beau père prit sa voiture et alla à la gendarmerie de Carnoules. Un gendarme examine les cartes d'identité et s'écrit : mais ils ne sont pas français, ils sont suisses ! Il faut leur dire de venir ici récupérer leur carte et nous aurons une explication. Jean retourne à son cabanon.

Quand il arrive au cabanon : surprise ! Ils sont tous habillés en uniforme, car ce sont des scouts. Le chef fit le salut militaire à Jean qui a toujours une admiration pour l'uniforme. Il faut savoir qu'il s'était engagé pour libérer la France et il avait même eu une



coumpourtamen au fiò.

Lou cheffe fugué courtès, doumandé d'estre escusa.

Dedins lou cabanoun tout ero en plaço. Mai ero pas content d'estre oubliga d'ana en Carnoule. Ero pas soun itineraàri. Devien rescountra d'autre scout dins un autre direcièn. Alor moun bèu paire qu'ero en aquéu moumen influença per l'uniforme e la courtesio dei scout, prengué lou cheffe emé éu e anéron a la gendarmerio. Jan fagué pas de lagnanço e pousqué recupera les carto d'identità.

Au cabanoun, lei scout toutei content diguèron : Gramaçi e s'enaneron dins la direcièn de soun itineraàri... E moun bèu paire dugué un cop mai repara sa pouarto. Fau saché tambèn que dòu cabanoun a Carnoule l'a douge quilomètre e Jan aviè fa dous cop l'ana e retour !!!

décoration pour son comportement au feu.

Le chef fut poli et demanda d'être excusé.

Dans le cabanon tout était bien en ordre. Mais il n'était pas content d'être obligé d'aller à Carnoules. Ce n'était pas son itinéraire. Ils devaient retrouver d'autres scouts dans une autre direction. Alors mon beau père, à ce moment-là influencé par l'uniforme et la politesse des scouts, prit le chef avec lui et partirent à la gendarmerie. Jean retira sa plainte et put récupérer toutes les cartes d'identité.

Au cabanon, les scouts très contents lui dire merci et ils s'en allèrent dans la direction de leur itinéraire. Et mon beau père dû une fois de plus réparer sa porte. Il faut savoir aussi que du cabanon à Carnoules il y a douze kilomètres et Jean avait fait deux fois l'aller et retour.

Histoire vécue par le Papa d'Annie.

François ZERBI

[Retour sommaire](#)

Association des randonneurs Ollioulais La Godasse Bagnado

Après-midi pétanque
le jeudi après midi à partir de 14h00
sur le terrain municipal du "Parc de la Fraternité" à Ollioules

Renseignements:
jean-Marie Cruvellier
06 27 39 18 25
Alain Blanc
06 44 90 31 07





Voici notre groupe, formé par une vingtaine de randonneurs, qui s'élance pour Sainte-Anne-d'Evenos lieu du départ de cette balade.

Chacun s'équipe, chaussures et bâtons seront nécessaires. C'est le départ par le chemin des Mas de Ste-Anne puis un joli petit sentier (parsemé de crottes de chien !) et une belle grimpette nous amènent au début d'une piste DFCI que nous suivrons jusqu'à la rencontre avec la route de la basse Venette (qui arrive de la RN 8).

A noter au passage et au-dessus de nos têtes le Fort de Pipaudon, anciennement propriété de la Marine pour le stockage des archives, cédée depuis peu à la commune d'Evenos pour le franc symbolique paraît-il et face à nous le village d'Evenos, merveilleusement bien perché.

Nous continuons la montée jusqu'au village, un long arrêt nous permet de savourer les paysages à presque 360°, la



Ste-Baume, les Grès de Ste-Anne, le Gros Cerveau, le fort de Six-Fours et une belle vue sur la mer et sur TOULON pour l'essentiel.

Maintenant en route pour la visite du village médiéval avec ses belles ruelles pavées et récemment par la commune ainsi que de nombreux murs, même les anciennes habitations sont en cours de rénovation (quel beau travail !!).

Nous poursuivons par l'église et sa superbe crèche composée de diverses pièces mécaniques, jerricans et outils divers.

C'est le moment où nous devons quitter ce bel endroit, tout d'abord par la D 62 et ensuite ce même petit chemin avec lequel nous retrouvons les voitures.

Des « au revoir, des mercis » et chacun se quitte.

Quant à nous deux, nous disons aussi merci à Danièle pour ses explications.



Marcelle et Jean-Marie CRUVELLIER

[Retour sommaire](#)

Les bons conseils de France Randonnée



SAC A DOS

104

Il existe toutes sortes de sac à dos, de 10 à 100 litres. Il convient d'adapter la taille du sac à la randonnée. Pour une balade en forêt, un sac de 10 litres sera amplement suffisant. Pour une randonnée à la journée, ce qui est généralement le cas dans nos formules, un sac d'environ 35 litres sera nécessaire pour contenir votre gourde, votre pique-nique, un pull, votre appareil photos, jumelles, cape de pluie...

Pour ce type de randonnée, le sac du baroudeur avec attaches piolet, crampons et ski est contre indiqué ! Ça ne vous servira pas à grand-chose !

Les ceintures ventrales du sac à dos permettent un transfert de charge, de la colonne vertébrale vers les hanches et favorisent la bonne répartition du poids en fonction de vos mouvements.

Pour répartir au mieux le poids de votre sac, placez les objets lourds le long du dos, plutôt vers le haut, pour monter le centre de gravité.

Enfin, est-il nécessaire de rappeler de laisser toujours à porter de mains les choses les plus utilisées ?



8 h 30, rendez-vous parking Orlandi, nous suivons Alain pour emprunter le chemin des Conques à Six-Fours et stationner sur le parking Francillon dans la forêt de Janas.

Nous voici rassemblés 26 godassiens et partons d'un bon pas Direction Notre-Dame de Bonne Garde, c'est aussi le nom donné à Notre-Dame du Mai !!

Il fait froid, les abords de la piste sont gelés, ça pique les mains...

A travers le maquis, un sentier bien raide se présente et très vite nous sommes réchauffés... Arrivés au sommet sur un « plat », nous empruntons sur quelques mètres le chemin des Oratoires qui est goudronné.

C'est maintenant Corinne et Fred qui mènent la rando. Un sentier pentu et rocailleux nous permet de monter directement vers la chapelle. C'est le point culminant du massif du Cap Sicié à 352 m d'altitude. Là-haut, sur la plateforme de la chapelle des vététistes aussi font la pause.

Il est 11 h, il fait très beau, nous profitons du soleil d'hiver qui nous réchauffe. A 360°, nous admirons vers le lointain ces paysages époustouflants que nous connaissons si bien !!!

Aujourd'hui, c'est jour de chance, il n'y a pas de vent, c'est donc une randonnée très agréable !!!

Par le sentier du littoral, nous poursuivons notre marche sur les crêtes en ayant la Méditerranée sur notre gauche. Puis c'est l'heure du casse-croûte et du partage des douceurs qui abondent...

Il est alors temps de reprendre notre rando qui s'effectue sur les crêtes en direction du Brusç. Nous approchons de la mer

côté Ouest, sur notre gauche, vision superbe du Gaou, des Embiez sous un beau soleil.



Subitement une affreuse montée en sous-bois très verticale s'impose !!... Je ne connaissais pas cet endroit !!! On souffle, on reprend nos forces et enfin par une large piste nous retrouvons notre parking voitures. !

Quelle belle rando... excellente journée.

A la prochaine !

Merci à Alain, Corinne et Fred pour leur accompagnement.

Joëlle BARTH

[Retour sommaire](#)

Nouveau site Web : <https://lagodassebagnado.fr>





Vendredi matin 3 février 2023

Les bagages sont dans la voiture et après avoir récupéré Martine et Odile, direction Ollioules où 16 godassiens se retrouvent à 8h30 pour un séjour raquettes à Cervières. Jean Marie bien que restant sur place a la gentillesse de venir voir si tout va bien et s'assure que ses ouailles partent bien. Brigitte nous rejoint et les voitures s'égrènent vers l'autoroute direction Tallard pour un premier arrêt.

Le paysage défile devant mes yeux, la nature est belle encore endormie de la nuit d'hiver. En arrivant dans les Alpes, je constate avec tristesse que beaucoup de sapins sont envahis de cocons de chenilles processionnaires signe d'une mort à plus ou moins long terme. J'aimerais tellement que l'on les débarrasse de ces parasites. Je me sens impuissante...

Nous nous sommes donné rendez-vous dans le parking du château de Tallard que nous avons la chance de pouvoir visiter. Plus d'une fois je l'ai remarqué depuis l'autoroute, sur son promontoire en me demandant à quoi il ressemblait de près.

Notre guide, un trousseau d'énormes clés en main, nous ouvre la porte donnant sur la cour d'honneur qui servait de place publique où les villageois se réunissaient. Plus tard, le seigneur voulant être tranquille en sa demeure en a fait fermer l'accès.



Notre visite commence par un peu d'histoire de ce château. A partir du Xe siècle Tallard est sous la protection des Princes d'Orange jusqu'en 1215 puis en 1322 Arnaud de Triand devient le premier seigneur de Tallard et bâti un château fort à partir de l'édifice existant sous les Chevaliers de Jérusalem. En 1326 Bernardin de Clermont, son successeur épouse en 1496 Anne de Husson riche héritière dont la dot permettra de réhabiliter le lieu pour en faire une belle demeure.

A partir de 1562 les guerres de religion vont conduire le châtelain à l'exil pendant plus de 20 ans. La forteresse est rachetée en 1600 par Etienne d'Auriac. En 1692 le château est incendié par le Duc de Savoie puis laissé à l'abandon. La commune de Tallard consciente de son patrimoine le rachète en 1957.

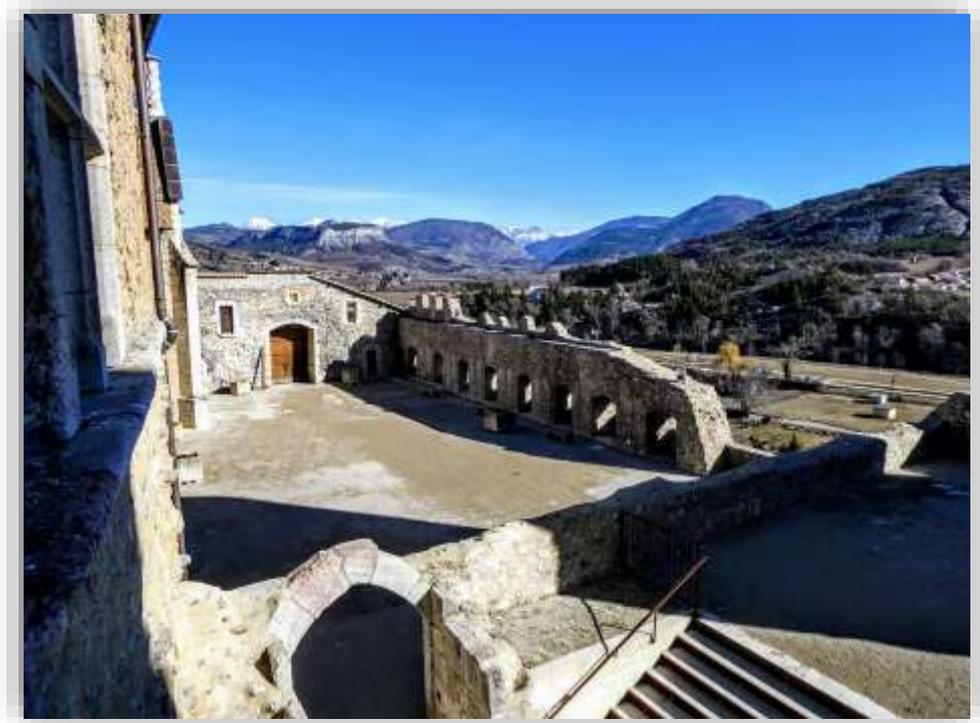
Il fait très froid ce matin et nous sommes heureux de commencer cette visite de l'intérieur par la chapelle, mais erreur, il y fait encore plus glacial ! Nous pouvons admirer les vitraux aux armes des propriétaires successifs. D'autres vitraux sont en cours de restauration. On remarque une cheminée, pas courant dans une chapelle, mais celle-ci était privée.

Vient ensuite le corps de garde. A l'entrée veillent un griffon et un lion mutilés pendant la révolution et retrouvés au fond de la citerne. Ils portent les insignes des Clermont. A l'intérieur trois salles voûtées dont une faisant office de sacristie. A l'étage une salle de 300 m² sert actuellement de salle d'exposition. Au fond une fenêtre à meneaux donne sur la chapelle attenante permettant au seigneur d'entendre l'office.

Nous ressortons au soleil. Au fond de la cour d'honneur se dressent les ruines du logis seigneurial, partie la plus ancienne du château datant du XVe siècle. Il se composait de trois étages, cuisine et lieu de lessive desservis par la tour de l'escalier aujourd'hui disparue. Une restauration serait difficile par les contraintes des bâtiments de France sans compter toutes les pierres qui ont servi de carrière.

Le mur faisant face à la chapelle a été érigé et agrémenté de créneaux pour donner l'illusion d'un château défensif, mais n'a pas de réelle utilité. Par ses ouvertures on peut voir en contrebas la Durance qui permettait le transport des vins, huiles, sels, bois. Les seigneurs imposèrent une taxe sur les marchandises qui transitaient sur leur territoire.

Il est temps de prendre congé de notre guide charmante et souriante sans oublier de la remercier chaleureusement. Même les réfractaires à l'histoire écouteront avec intérêt ses explications claires et passionnées. Elle nous indique gentiment un endroit disposant de tables



et bancs pour notre pique-nique. Chacun trouve une place et c'est au soleil que nous passons un bon moment enfin réchauffés.

Il est trop tôt pour rejoindre Cervières alors nous décidons de visiter Notre-Dame du Laus, sanctuaire érigé après les apparitions de la Vierge Marie de 1664 à 1718 dans la commune du Laus. Il est dirigé par des prêtres du diocèse de Gap et Embrun. Ils accueillent les pèlerins qui peuvent y séjourner dans l'hôtellerie. Nous visitons la chapelle en silence dans ce lieu de recueillement. Les bâtiments annexes, la forêt et les espaces verts baignés dans le calme en font un havre de paix.

Un petit tour dans la boutique puis nous reprenons la route pour arriver à l'Auberge L'Arlepin au Laus commune de Cervières vers 17 heures. Après avoir pris possession de notre chambre, nous nous retrouvons dans la salle à manger où le repas sera servi vers 19 heures. En attendant, une bière ou un café nous feront patienter.



Ce soir soupe de légumes, jambon cru, tourtons aux pommes de terre ou épinards, salade verte. En dessert fromage blanc du pays avec sucre ou miel.

La patronne trop fatiguée et pas très gracieuse nous ayant clairement fait savoir qu'elle fermerait l'auberge de bonne heure, nous nous retrouvons vers 20h30 dans nos chambres ! Pas de jeux ni un seul livre à l'horizon, il ne nous reste qu'à bavarder un peu avant l'extinction des feux vers 22 heures. Demain petit déjeuner à 8 h et départ 9 h, nous serons en forme ! Bonne nuit tout le monde.

Arlette DUVAL

Samedi 04 février 2023

16 partants, après une bonne nuit, petit déjeuner à 8 h et départ à 9 h. Nous prenons la piste directement en sortant devant le gîte, la piste des Oules qui mène vers la cascade du même nom.

Nous laissons sur notre droite le sentier botanique, direction l'Izoard. Durant l'été des panneaux numérotés renseignent sur les plantes qui longent le circuit, là bien sûr tout est actuellement enneigé, mais cela peut donner une idée pour une virée estivale. Nous cheminons donc sur une piste damée, pendant une heure environ. Le soleil annoncé par la météo est un

peu voilé. Il fait frais. Nous quittons la piste pour passer sur la rivière des Oules par un petit pont fait de rondins de bois de petit diamètre et forts écartés, qui laissent voir le courant sous nos raquettes. Je ne suis pas très à l'aise, mais tout se passe bien et nous voici tous sur l'autre rive où nous commençons une ascension hors-piste dans une neige souple.



Jo nous a fait une belle trace, c'est un régal, sur les côtés des pas de lièvres et autres petits animaux. Nous avançons sous les sapins. Bientôt un plateau dégagé et bien enneigé nous accueille pour le pique-nique. Chacun tasse la neige pour s'y assoir. De notre lieu de repas, nous apercevons en hauteur la belle cascade des Oules. Les plus courageux montent jusqu'aux chutes pour faire de belles photos. La montée s'avère un peu difficile d'après les dires de nos trois héros qui n'ont pas hésité à braver les difficultés pour nous ramener de belles images. Malgré la bonne ambiance, le repas ne se prolonge pas.

Le site est magnifique, mais nous commençons à avoir les "idées" au frais ! Nous prenons donc le circuit du retour par une descente abrupte. C'est là que nous innovons un nouveau sport de neige ; un mélange de ski et raquette sur une neige souple et très glissante. Chutes et rigolades assurées... Nous finissons pour la majorité par une finale sur les fesses, façon tobogan avec les raquettes en position "papillon" du plus bel effet ! Jo a pris une série de photos qui n'engendreront pas la mélancolie lors de leur projection. A cet instant nous avons tous 10 ans d'âge mental. C'est trop bien !

Nous retrouvons notre petit pont où nous laissons passer des skieurs de randonnée qui passent allégrement et à grande vitesse ce lieu qui m'inquiétait ce matin. Du coup tout le monde passera sans hésitation sur la rive opposée.

Le soleil jusque-là très timide fait une franche apparition et nous réchauffe alors que nous reprenons la piste damée qui nous ramène devant le gîte.

La journée se termine par un repas : gigot que nous avons eu le loisir de voir dorer dans la cheminée, gratin dauphinois copieux et une tarte aux myrtilles un peu décevante ... Il est vrai que nous sommes tous de bonnes et bons pâtisseries et que notre jugement est peut-être un peu sévère !

Une très belle journée. On en veut encore plein comme celle-là ! Encore et encore ! Un grand bravo à Murielle et Jo.



Odile GONDRAN

Dimanche 05 février 2023

Notre dernière nuit à l'Arpelin fut assez tourmentée par nos deux ronfleurs de chambrées, mais on les aime bien, alors on les absout. Tous rapidement debout nous nous affairons à nos baluchons pendant qu'à tour de rôle la douche réparatrice nous accueille.

Nous nous retrouvons tous dans la salle commune pour notre dernier petit déjeuner sans trop nous attarder, car pour la virée d'aujourd'hui il faudra prendre les véhicules.

Dehors le froid est assez mordant le sol est partiellement gelé. Avant tout sortir les affaires pour la petite sortie raquettes et engranger les sacs et valises en prévision des « délestages successifs et différents ». Dernières vérifications dans les chambrées et nous voilà partis direction Cervières, le grand parking de terre et le départ de la piste damée pour skis de randonnées, skis de fond et raquettes.

Une grande partie de notre ascension étant encore à l'ombre nous « bâchons » sérieux, aux



corps, aux mains et aux visages. La première montée pas trop sévère nous permet néanmoins de nous agiter et nous réchauffer. Hélas, Raymond a un petit problème articulaire et préfère redescendre et nous attendre à Cervières qu'il visitera à son allure et dont il

nous ramènera des photos. Quant à nous, nous voilà bientôt au mur des Aîtte ancienne fortification militaire. La pente est maintenant plus douce et la zone ensoleillée plus proche.

Enfin au détour d'un virage apparaît le petit hameau de La Chau. Nous laissons une partie du groupe en bordure de piste sous un beau et chaud soleil alors que quelques-uns d'entre nous continuent jusqu'aux maisonnées de pierres et de bois enneigées. Nous nous éparpillons pour la visite et nos photos et je signale qu'une table et des bancs après nettoyage pourraient servir pour midi ce qui sera fait alors que je retourne au premier groupe retrouver ma moitié Chérie. Plus tard je sonne le rappel des troupes pour le retour et retrouver Raymond, se faire nos recommandations pour la route, nos bisous, nos vœux de bon retour et allons revoir nos éternels bouchons à Tallard, Chorges et Marseille.

Mais surtout, pas de blessés, que des heureux, trois bonnes journées, que du bonheur.

Jo SCIANDRA

[Retour sommaire](#)



C'est au col de la Bigue que 28 godassiens se retrouvent en ce dimanche 5 février pour suivre Gilbert dans une randonnée de 14 km au déroulement inattendu... En effet la chapelle Sainte-Philomène nous ouvre ses portes pour une visite à 14 h et les sportifs aimeraient bien voir le match de rugby Italie-France retransmis à 16 h... rude tâche pour notre meneur !

Aucune difficulté dans notre parcours : de belles pistes, quelques grimpettes, pas trop de cailloux et même de belles rencontres comme ces ânes de Provence reconnaissables à leur « croix de Saint-André » qui semble tatouée sur leur dos, à hauteur des épaules, noire sur fond beige : nous admirons cette « coquetterie ».

A 11 h nous atteignons un bel espace de verdure près de la piste « Rossignol » par laquelle nous sommes censés revenir. C'est sans compter sur le timing cité plus haut qui oblige Gilbert à revoir sa copie et à nous entraîner vers Rocbaron pour un aller-retour au lieu d'une boucle. Nous étions si contents de descendre... Eh bien remontons, maintenant !

Ouf ! Nous nous posons dans le bel espace de verdure et sous ce beau soleil d'hiver, nous faisons la pause-déjeuner bien méritée !

Encore une piste puis un sentier pentu en sous-bois emprunté seulement par ceux qui veulent visiter le sanctuaire... les autres attendront sagement notre retour.

Construite au sein de l'ancien village appelé Ville puis Haute-Ville la chapelle est située à 294 m d'altitude. Elle est antérieure de 4 siècles à la construction du château dont les ruines entourent le site. En 1587, Ville comptait 300 habitants et encore 14 en 1752.



Aujourd'hui les « amis du vieux Puget » restaurent avec dévouement et compétence cet édifice dédié à Sainte-Philomène et c'est Aurélien qui nous ouvre les portes de ce lieu de recueillement et de son importante collection d'ex-voto.

Après cette pause mystique appréciée de tous, nous reprenons la piste qui remonte lentement vers le croisement où nous attend le reste du groupe.

Encore une heure de marche pour regagner les voitures par de larges pistes sans difficulté. Gilbert a respecté le contrat : marche, culture et ponctualité pour les sportifs ! Il

ne manque plus que la victoire de la France... Quant à nous, nous avons gagné un bon bol d'air et une belle balade par cette chaude journée d'hiver.

Merci Gilbert.

Dany GAUTHIER

[Retour sommaire](#)

CUGES-LES-PINS – LES JAS DE SYLVAIN ET MICEOU LE 15 FEVRIER 2023



Peu nombreux, nous étions 9, au départ du parking, c'est dommage par cette belle journée annoncée. Nous retrouvons notre amie Danièle au rendez-vous à CUGES.

Voici nos 10 randonneurs, bien décidés qui traversent le village et entament la randonnée. Nous gravirons lentement les 500 m environ de dénivelé passant par le vallon de Sainte-Madeleine, la Vallon de Dousserand, les Coussadières pour arriver enfin au Jas de Sylvain pour notre pause casse-croûte. Cela nous a bien pris une heure, bien installés au soleil avec une très belle vue vers la mer et derrière nous, La Sainte-Baume. Mais il nous faut poursuivre notre chemin, et quelques centaines de mètres après, voici deux beaux chevreuils qui nous coupent la piste avec légèreté et rapidité, dommage pour les trainards.

Nous suivrons cette piste jusqu'à la rencontre du Jas de Micéou très bien entretenu, four à pizzas, barbecue et tout ce qu'il faut aux propriétaires pour passer un bon séjour. Au passage quelques-uns ont profité de faire le plein de Thym.



C'est maintenant la descente, assez mauvaise dans la première partie, coupant parfois la piste, elle devient ensuite assez bonne et enfin plus douce.

Nous avons pu observer que la nature est très avance, les amandiers sont en fleurs, les mimosas aussi et bien sûr d'autres fleurs, nous voici de retour au parking, contents d'avoir pu profiter de ces belles vues toute la journée et d'avoir retrouvé cette région un instant oubliée.

Pour l'anecdote, suite au changement d'heure au programme, deux randonneuses et deux personnes nouvelles, paraît-il, sont venues au départ à 10 h au lieu de 9 h et sont donc allées faire une randonnée au bord de mer. Doit-on les considérer comme étant présentes dans notre effectif !!!

[Retour sommaire](#)

Avril 2023

Jean-Marie CRUVELLIER

La Godasse Bavarde n° 111

18



Textes n°1

33 godassiens pour cette rando au départ du col de la griotte à Bormes-les Mimosas.

Début de rando par une descente dans les mimosas vers la mer pour le fort de Brégançon résidence des présidents de la République.

Nous n'avions pas le code d'accès ou peut être la tenue, mais impossible de rentrer.

Casse-croute sur la plage pour retrouver du bronzage.

Retour par la plage de l'Estagnol, le château cave de Brégançon, les aqueducs et la retenue d'eau sans nom avant de retrouver les voitures après 13 km.

Gilbert BOTTE

Textes n°2

Par une douce matinée ensoleillée et sans vent, 33 godassiens encore couverts comme en plein hiver, mais qui ont vite décapé s'élancent du pas de la Griotte à Bormes, par une belle montée vers les crêtes et le spectacle visuel commence.

D'un côté les collines et de l'autre à travers les arbres et des brèches la mer et ses petits ports, Bormes, Le Lavandou, l'Aiguade, au loin Porquerolles et dans la brume Giens.

C'est magnifique ; nous en prenons plein les yeux !

Un peu plus loin la triste réalité des feux de forêt d'il y a quelques années nous appelle au bon sens, au courage des pompiers (une stèle à leurs noms), eux qui se sont battus au péril de leur vie afin que nous puissions encore arpenter ces collines.

Une belle descente nous attend et petit à petit nous nous rapprochons de la mer. Quelques domaines viticoles comme le château Malherbe et d'autres s'ouvrent devant nous.



Enfin la mer, plage de Cabasson en premier lieu puis plus loin le fort de Brégançon (inapprochable) !

Comme tout le monde le sait la marche et la mer creusent les estomacs et vers 11 h 50 hop tous à la gamelle les yeux rivés vers le large. Une bonne heure de pause au soleil et le ventre rassasié, nous voilà repartis.

Nous passons pointe de la Vignesse, petite crique, pointe de la Mère Dieu, plage du Jardin, îlots de l'Estagnol et enfin la fameuse plage de l'Estagnol. Voilà ce que nous avons admiré.

L'incursion dans les vignes nous amène vers le château viticole de Brégançon (pas de dégustation prévue dommage !!).

Nous remontons dans une petite forêt de mimosas, un barrage nous distrait un moment et enfin nous revoilà à notre point de départ.

Merci à Alain, Corinne et Fred pour cette belle randonnée.

Pascale CAPALDI

[Retour sommaire](#)

	<h2>LA CHARTE du randonneur</h2>	
<h3>LAISSONS POUSSER LES FLEURS</h3>		
<p>Elles sont plus jolies dans leur milieu naturel que dans un bouquet.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ N'arrachez pas de fleur, de bourgeon ou de jeune pousse mais apprenez à reconnaître la faune et la flore dans leur environnement naturel.		

LE LAVANDOU – LA PIERRE D'AVENON LE 5 MARS 2023



Dimanche 5 mars 2023, journée de fête des grands-mères, la Godasse Bagnado proposait une randonnée au départ du Lavandou.

Rendez-vous était fixé sur le parking proche de la chapelle St-Clair, dans le quartier du même nom à la sortie du Lavandou. Initiée et placée sous l'égide de Marcelle et Jean Marie Cruvellier cette marche visait à découvrir les hauteurs de ce village, le massif des Maures et son maquis.

Dès 9h30, une fois tout le monde équipé, c'est par un temps radieux qu'une colonne conséquente et pleine d'entrain de quelques 33 godassiens (21 dames

et 12 messieurs) se mettaient en marche. Le temps de traverser le charmant quartier de Saint-clair que déjà la nature s'offrait à nos yeux avec notamment de nombreux mimosas encore en fleurs. En effet, grand nombre d'entre nous découvrait l'existence de la cascade de Saint-Clair, résurgence du ruisseau Burgidon qui se jette dans la mer quelques hectomètres plus loin. Le temps de quelques belles photos et déjà la difficulté majeure de cette randonnée se présentait à nous.

Pour rejoindre la route des crêtes, il fût convenu d'emprunter une sente, pentue à souhait, qui serpente au milieu de la végétation méditerranéenne. Chacun à son rythme et au prix d'un bel effort sportif, le groupe se réunissait au pied de l'antenne des crêtes. Une large piste forestière (DFCI A 32) nous menait tranquillement au sommet pour parvenir à la route des crêtes ouverte à la circulation routière.

Après quelques minutes de recherches, un bel espace rocheux et ensoleillé était choisi pour la pause déjeuner. A chacun de se ragaillardir grâce à son pique-nique tiré du sac et le temps d'une pause réparatrice, qu'une petite heure plus tard nous empruntions le chemin du retour par le même tracé.



Un peu avant 16 h 30, après environ 5 heures d'efforts et 14 kilomètres parcourus, les godassiens se retrouvaient aux voitures.

Ce parcours panoramique dans la forêt des Maures, composé de son maquis et de ses essences, de ses balcons successifs avec en toile de fond la grande bleue et ses innombrables plages de sable blanc ont laissé à chacun de nous un merveilleux souvenir.

Félicitations aux organisateurs et à tous les participants.

Eric BAUS

[Retour sommaire](#)



Décidément notre Godasse ne sait plus comment nous surprendre ; après la « Rando Belge » elle nous a offert en ce dimanche 19 mars 2023 la « Rando Escargots ».

« Nous » ce sont 21 godassiennes et godassiens qui se retrouvent à la Bergerie de Siou Blanc pour admirer les superbes points de vue depuis la Colle de Fede, la Mire de la Limate et les Aiguilles de Valbelle. André et Guy ont fait le bon choix, ils auraient dû préciser : averses s'abstenir !

En effet après deux kilomètres de pistes et sentiers arborés, raisonnablement pentus, nous voilà contraints de sortir les ponchos et de protéger les sacs à dos ... Restons optimistes : ce n'est pas la tempête et ça devrait se lever en début d'après-midi. Alors, téméraires, en évitant de glisser sur les pierres mouillées, nous grimpons jusqu'au sentier en balcon qui mène à la Mire de la Limate et à la Colle de Fede en doublant au passage la borne géodésique.

Superbe vue sur la mer... de nuages ! Il faudra nous en contenter, hélas pour ceux qui venaient pour la première fois comme Sylvie, notre nouvelle



adhérente
bien chahutée
et bien baptisée !

La pluie a redoublé et ce sont 21 pingouins qui redescendent dans le sous-bois. Prudence ! quelques passages sont délicats mais se négocient sans problème : la Godasse en a vu d'autres !

Il est midi lorsque nous commençons à apercevoir les Aiguilles de Valbelle en contrebas. La pluie se fait plus rare et nous en profitons pour manger « presque au sec » mais sans nous attarder car il ne fait pas très chaud et... voilà que ça recommence !

André et Guy confortés dans leur décision par Pascale qui a reconnu le circuit en son temps, oublient les Aiguilles dans la brume et nous ramènent sagement aux voitures en rejoignant la piste du départ.

Il est 14 h et nous avons parcouru 10 km, conscients d'avoir profité du bon air, même humide, et comme toujours d'un court moment de convivialité.

La randonnée c'est faire marcher les jambes et les yeux... Aujourd'hui nous n'avions pas les yeux mais nous avons le cœur !

Merci Guy, merci André.

Dany GAUTHIER

[Retour sommaire](#)

LES GODASSIENS CUISINENT – LE SAUCISSON SURPRISE

Ingrédients :

- Sucre glace,
- 200 g de boudoirs,
- 100 g de beurre,
- 1 verre à liqueur de rhum,
- 1 verre à liqueur de chocolat amer en poudre (van houten),
- 15 noix ou noisettes ou amandes.



RECETTE :

- 1- Râpez ou écrasez les boudoirs.
- 2- Dans un saladier, mélangez la poudre obtenue avec le rhum et le chocolat.
- 3- Ajoutez le beurre ramolli et les fruits secs coupés en petits morceaux et pétrissez tout.
- 4- Roulez le mélange en forme de saucisson.
- 5- Mettez-le dans du papier alu et au frigo quelques heures.
- 6- Avant de découper en tranche, roulez-le dans le sucre glace.



Attention aux gourmands !!

A déguster avec parcimonie, (pas le corse) gare aux crises de foie.

Murielle

[Retour sommaire](#)



Virée à travers la cité phocéenne en faisant un petit tour dans le temps de quelques 20 000 ans.

Nous nous retrouvons à cinquante devant la gare de Sanary à 7 h 30 pour un petit parcours ferroviaire jusqu'à Marseille. Nous arrivons à la gare Saint-Charles, nous descendons le grand escalier vers le boulevard d'Athènes, que nous quittons tout de suite pour la rue du Tapis Vert, célèbre pour ses "belles dames" chez les marseillais. Nous

voici au Centre Bourse, nous découvrons les ruines romaines d'une partie du port de l'époque.

Nous voici sur le Vieux-Port où nous attend le petit train touristique. Tout le monde embarque pour un périple passant par la plage des Catalans, nous voyons la société des nageurs où s'entraînent les champions de natation de l'équipe de France. Le train serpente le long de la magnifique corniche, la mer a mis son plus beau bleu pour entourer les îles du Frioul et le château d'If. Nous entamons l'ascension vers la Bonne Mère en traversant un beau quartier de Marseille où nous pouvons admirer de belles demeures du dix-neuvième siècle.

Voilà l'esplanade de la Bonne Mère, nous gravissons les marches tout en admirant la vue fantastique sur la Ville et la Méditerranée.

A l'intérieur de cette église chère à tous les marseillais quelles que soient leur culture ou leurs origines ; nous admirons les ex-voto sur les murs et les répliques miniatures des bateaux sauvés de périls en mer.

Le petit train nous ramène au Vieux-Port et nous nous dirigeons dans un espace entre la Major et la Villa Cosquer Méditerranée tout près du Mucem.

Chacun sort son casse-croûte et nous déjeunons sur de confortables bancs autour d'une aire de jeux. Le groupe s'éparpille pour aller boire un café çà et là. Rendez-vous pris pour la visite de la grotte.

Je pense que nous avons tous été émerveillés par cette visite fabuleuse. Nous voici dans de petits modules de 6 personnes qui vont nous faire déambuler dans cet univers reconstitué d'une façon absolument remarquable. Les commentaires sont explicites et clairs. C'est fascinant, même, si l'on sait que c'est une réplique, l'émotion est réelle de voir ces témoignages de vie qui ont traversé les millénaires... cerfs, phoques, pingouins, lions, chevaux et surtout ces pochoirs de mains...



Ensuite nous verrons un petit film relatant la découverte de la grotte par Henri Cosquer. Bien sûr à l'époque où ces dessins ont été réalisés, il y a 20 000 ans la mer était beaucoup plus basse et la grotte était accessible à pied.

Visite du musée où nous pouvons voir la faune de l'époque très bien reconstituée et un petit film d'animation nous faisant réaliser le paysage et la vie des animaux à l'âge où les artistes ont décoré la grotte.

Retour au vingtième siècle ! ou non plutôt au dix-neuvième, époque où La Major (Sainte-Marie-Majeure), Cathédrale de Marseille, a été construite par Léon Vaudoyer sous Napoléon III. Accolée à elle, l'ancienne Major construite au quatrième siècle est l'une des plus anciennes églises de Marseille.



Nous rentrons donc dans la cathédrale dont l'intérieur est majestueux, assez sobre et d'une architecture néo-byzantine très élégante.

Pour la suite il faudra demander à quelqu'un d'autre, car je ne voudrais pas remuer des souvenirs quelques peu douloureux.

Je crois que nos godassiens sont rentrés à pied par les Accoules pour acheter les délicieuses Navettes Marseillaises et rejoindre la Gare Saint-Charles.

En ce qui me concerne je suis allée directement à la gare en taxi bien entourée par Danielle et Jean-Marie.

Très belle journée malgré tout. Un énorme bravo à Marcelle et Jean-Marie pour cette belle initiative.

[Retour sommaire](#)

Odile GONDRAN



Ont participé à la rédaction de la Godasse Bavarde n°111 :

Le Comité de rédaction :

Madeleine TRIQUET	madeleine.triquet@gmail.com
Joëlle BARTH	joelle.bth@outlook.fr
Odile GONDRAN	gondran.odile@bbox.fr
Dany GAUTHIER	dany.gauthier@wanadoo.fr
Marc LAMBERT	0607425706@orange.fr
André GAUTHIER	andregauthier@orange.fr

Les rédactrices et rédacteurs suivants :

Arlette DUVAL
Marcelle CRUVELLIER
Pascale CAPALDI
Éric BAUS
François ZERBI
Gilbert BOTTE
Jean-Marie CRUVELLIER
Jo SCIANDRA

Avec le concours exceptionnel du dessinateur humoriste :

PHILBAR

Site Internet :

<https://lagodassebagnado.fr/>

Siège social :

Marc LAMBERT	president@lagodassebagnado.fr
35, impasse des Amélie	
83190 OLLIOULES	