GSHV

Groupe Sportif
des Handicapés de la Vue
Case postale 725 – 1001 Lausanne
CCP 10 - 23949-0

ANECDOTES 2006 - 2007

PREAMBULE

En parcourant ces lignes, vous constaterez avec plaisir que plusieurs résumés on été écrits par de nouveaux participants. Cela nous réjouit et si vous voulez participer à nos sorties, rien de plus facile, prenez tout simplement contact avec nous. Si vous avez des connaissances qui aiment la randonnée, encouragez les à venir avec nous.

Week-end de clôture « Au Vallon » 2523 Lignières

(11 et 12 novembre 2006, Jean et Hélène Vonlanthen)

La maison de Vacances *Au Vallon* est située entre le pied du *Chasseral* et *Serroue*, une colline entièrement boisée environ à 150 mètres à l'écart de la route principale qui relie les petits villages de *Nods* et *Enges*. Cet endroit est bien protégé du bruit et de l'agitation de la grande ville.
Samedi, nous sommes montés par *Prés sur Lignières* et *La Jeure* sur des chemins agréables et des sentiers raides et glissants à travers la forêt jusqu'au-dessous de la crête ouest du *Chasseral* (1450 mètres). S'il avait fait deux degrés de moins nous aurions eu la neige. Le brouillard était au rendez-vous. Du *Chasseral*, nous sommes descendus au travers d'une forêt clairsemée jusqu'à la *Métairie de l'Ile* où mains froides et corps endoloris ont été réchauffés à l'aide de boisson chaude. Le soir nous avons écouté les anecdotes souvent drôles et on a passé une soirée bien arrosée et amusante. A partir de minuit, la compétition de ronflements a battu son plein, mais les prix à gagner n'ont pas été au rendez-vous.
Après le grand petit déjeuner, marche avec pluie au programme autour de la colline *Serroue*.
L'après-midi, accompagné par un magnifique arc-en-ciel, nous sommes partis à pied pour *Le Landeron* d'où nous sommes rentrés en train.
Ce week-end de clôture était très réussi. Un grand merci aux cuisinières, aux guidés et guides, et aux organisateurs !

Oskar Schild

Week-end raquettes du Mollendruz à La Givrine
(13-14 janvier 2007 Robert Schlaeppi)

<u>Du col du Mollendruz au col du Marchairuz</u>

Ça y est, le grand jour est enfin arrivé. Le départ de la saison des balades enneigées est donné. Nous avons été dépoussiérées, huilées, bichonnées et enfin emmaillotées pour notre première sortie hivernale.
Nous voilà arrivées qui en voiture, qui en train et car postal, au col du Mollendruz, lieu de départ de notre randonnée.
Les 19 participants réjouis devant leur café croissant attendent les directives du chef de course. Tout à coup, hésitations puis déception nous ne caresserons pas la neige pendant cette étape. L'hiver trop clément nous déroule son tapis de gazon, et pour nous, raquettes, cela n'est vraiment pas ce que nous préférons. Peut-être que demain les conditions météorologiques nous souriront. Pour l'heure, nous sommes toutes rassemblées dans le coffre d'une voiture et dans une légère brume nous voyons disparaître nos randonneurs courageux.
En début de soirée, nous les attendons à l'entrée de l'hôtel du Marchairuz. Certains arrivent avec le sourire, d'autres, un peu plus fatigués avec leurs soupirs, mais tous sont contents de nous retrouver. Pendant le repas, nous écoutons attentivement les commentaires.
Nous apprenons que même au sommet du Mont Tendre la neige a cédé la place aux premières gentianes.

Un peu de regret tout de même, paraît-il que la vue sur les Alpes enneigées était superbe.

Peut-être que demain…

Du col du Marchairuz à la Givrine

Dimanche matin, après une bonne nuit à l'hôtel, nous voici prêtes au départ. Aujourd'hui pas d'hésitation, nous partons.

Mais c'est attachées sur les sacs à dos que nous commençons la journée. Y aura-t-il un courageux qui nous fera tout de même goûter la neige?

Nous cheminons entre les sapins, sur des sentiers verglacés. Nous sautons de taches de neige en taches de neige en admirant le paysage. L'étape de cette journée nous conduira à la Givrine.

Enfin Armande et Thierry, n'y tenant plus, se décident. Ils chaussent leurs raquettes et font une démonstration. L'aventure n'est pas très concluante. Ils seront les seuls raquetteurs du week-end.
Merci encore au chef de course pour cette belle randonnée, et merci aussi aux participants de nous avoir permis, pour une fois, d'apprécier une vue aérienne de notre paysage…

Des raquettes un peu frustrées et des participants heureux.

Josiane Gafner et René Didier

Le Mt-Pélerin - La Moille - Chalet Butticaz en raquettes
(11 février Dominique Hauner)

Les raquettes, nous ne les avons pas beaucoup usées… puisque, faute de neige, elles sont restées à la maison.

Au départ du Mont-Pèlerin, hésitations quant à la direction à prendre. La météo ne nous fait pas de fleur. Il pleut depuis samedi.

La devise du GSHV étant : nous partons par n'importe quel temps… Nous partons !

Nous découvrons une région méconnue de plusieurs d'entre nous. Nous passons derrière le Pèlerin et s'il faisait beau, nous aurions une très belle vue sur Attalens.

Le groupe est en forme, nous bouclons le trajet à travers bois, champs, flaques et boue avec une bonne heure d'avance.

Bonne nouvelle, le soleil nous a rejoint, ce qui nous permet de prendre tranquillement un verre à l'arrivée.

Dominique Hauner

Balade dans la campagne fribourgeoise
(25 mars Marisa Olonde)

Par une journée de printemps ensoleillée, mais un peu venteuse, nous prenons le train régional en direction de Fribourg et nous descendons à Ecublens (Rue).

Tout près de la gare, nous passons à travers la pelouse d'une maison privée, ce qui nous permet d'éviter un grand détour par du goudron. Merci à cette gentille dame qui a permis que cela se fasse. Elle nous regarde passer, mais ne s'attendait peut-être pas à voir un troupeau foulant sa pelouse, alors qu'une allée dallée menait à la route....

A travers champs, nous rejoignons Promasens et nous nous arrêtons pour admirer la Statue de la Vierge Marie dans une "grotte".

Puis nous prenons la direction d'Arlens où nous passons devant une grande ferme ornée d'une belle poya gruérienne.

Après avoir grimpé vers la voie ferrée, nous traversons une forêt et débouchons sur un pâturage d'où nous apercevons le Moléson et les Alpes.

Nous atteignons alors la Chapelle St-Joseph devant laquelle nous fêtons les anniversaires d'Ellen, Anna et Hélène en buvant l'apéro qu'elles ont amené.

Puis, par un grand chemin dans les champs et un slalom plus ou moins réussi entre les bouses de vache, nous arrivons au Gîte rural du Gros-Essert magnifiquement fleuri.

Nous prenons l'apéro au bord de la mare aux canards, puis le repas dans le Gîte.
Après un café plus qu'arrosé pour un grand nombre, nous reprenons une route mal assurée à travers champs et dans la forêt.

Nous traversons à nouveau Promasens, et c'est là que Jean fait une malheureuse chute. Le temps de soigner quelques écorchures, les autres marcheurs ont pris de l'avance. Ceux qui les rejoignent racontent l'incident et voilà comment une nouvelle évolue :

- version 1 : Jean traverse un carrefour où des chiens aboient et après quelques mètres il trébuche et tombe.
- version de ceux qui étaient présents et ont rejoint le groupe : Jean a été poursuivi par un chien et s'est blessé.
- version 3 à l'arrière du groupe : Jean a été attaqué par un chien.
- version 4 qui arrive aux oreilles d'Hélène, du coup très soucieuse : Jean a été mordu par un chien, il est gravement blessé .

Comme quoi, il faut faire attention à ce que l'on dit : cela peut vite tourner à l'aigre...
Après ces émotions, nous poursuivons notre chemin en traversant la Broye, puis repassons dans le jardin de la dame du matin et reprenons le train à Ecublens.

Une belle journée dans la campagne fribourgeoise.

Béatrice HIRT

Du vignoble au Gros-de-Vaud en suivant le Talent
(22 avril Jean Vonlanthen)

Chavornay, gros village que l'on traverse sur toute sa longueur pour atteindre les dernières maisons. En longeant la vigne du Clos Beau-Vert, le vallon s'ouvre sur la silhouette du viaduc autoroutier. On atteint bientôt le moulin de Bavois et pour le plaisir de garder le Talent comme fil conducteur, on le tutoie jusqu'au vieux moulin de Chavornay.

Quittons le glouglou du Talent afin de s'élancer dans une longue pente. En lisière de forêt et après plusieurs bifurcations, la route côtoie le golf du domaine du Brésil. Un coup d'œil jaloux à ce tapis de verdure, que voilà Goumoens-le Jux. Plus loin la route descend pour rejoindre notre rivière fétiche, que l'on franchit cette fois par un pont. A gauche, une légère montée débouche dans l'espace de la ferme du Bois-Bâtard. Un écart à droite, un petit talus, quelques branches entravent la marche.

Ainsi, dans la forêt, le sentier rejoint la place de pique-nique. Un couvert et quelques troncs d'arbres sont là pour la pause. Dans toutes les mains il y a de quoi pour se dire bon appétit et santé. Il est temps de se mettre au soleil et en action. A travers la forêt et les prés, le chemin rejoint le Talent.

Sans le quitter sur une longue distance, une passerelle nous attend qui nous fait prendre la direction Saint Barthélémy. On traverse cette dernière au pied de la colline et on se dirige vers le château et le village. La sortie de celui-ci est ponctuée par la passerelle de la scierie. Le chemin bordé de stères de bois pénètre dans le bois du Mont et poursuit en lisière de forêt. Une nouvelle passerelle pour passer sur la rive gauche et Echallens. Et pour couper le fil conducteur, il fallait bien une toute dernière passerelle, la passerelle des pêcheurs.

Jean Vonlanthen

Bain de nature entre La Vraconnaz et L'Auberson
(20 mai Mireille Billaud)

Pour découvrir cette région, nous nous sommes donné rendez-vous en gare de Sainte-Croix. De là nous partons à l'assaut du col des Etroits en traversant le village, ancienne «capitale de la boîte à musique» (à la fin du XIXe siècle; des milliers de pièces sortaient des fabriques).
Au col nous admirons le village en contrebas, avant d'emprunter le chemin qui descend dans la forêt, on passe par Noirvaux-Dessus avant d'emprunter le sentier qui longe le pâturage pour arriver à la Moille de la Vraconnaz. Autrefois, cette région a été exploitée pour sa tourbe. Après avoir quitté la place de l'Europe, nous prenons la direction de la frontière française délimitée par un muret. En sortant de la forêt nous apercevons L'Auberson mais avant de traverser le village nous nous arrêtons à un petit marché self-service pour acheter confitures et sirop.
Il nous reste une dernière montée, et la descente sur Sainte-Croix, ou nous pouvons admirer les beaux jardins tout fleuris.

Pierre Kehrer

Week-end jurasien de Délémont à Glovelier en faisant halte à St-Ursane
(23-24 juin Fernand Joliat)

N'étant pas une sportive accomplie, une certaine anxiété m'étreignait avant le départ de la maison au petit jour. Allais-je être suffisamment aguerrie pour résister à dix heures de marche interrompue seulement par une petite nuit de repos éventuel dans un dortoir?
Ainsi, mi-contrainte, moralement parce que je m'étais inscrite et qu'il faut respecter ses engagements, mi-impatiente, parce que la découverte du groupe et de nouvelles bobines me faisait grand plaisir, et mi-inquiète je me suis retrouvée sur un quai de gare à attendre quelques vieux copains et quelques inconnus pour un weekend sportif dans le Jura. Je n'ai évidemment pas l'intention de produire ici tous les détails de l'aventure, car, comme à la marche, l'objectif assigné au départ doit être atteint. Ici il s'agit d'isoler, de triturer, de malaxer une expérience afin d'imager les premières impressions du GSHV.
Je peux donc dire que j'ai vécu dans le Jura à l'occasion de ce magnifique weekend ensoleillé, convivial et enthousiasmant une expérience de mise à l'épreuve de ma pudeur. J'ai ainsi découvert que la pudeur n'est en tout cas pas l'apanage de la jeunesse et qu'elle subsiste à tout âge. En effet, après environ cinq heures de marche à travers forêts, champs, bocages et vallons, nous arrivâmes à St.-Ursane, jolie petite bourgade médiévale située au fond d'un vallon charmant et verdoyant, traversée d'une rivière tranquille et paresseuse. Le soleil dardait toujours ses rayons chauds et notre bouche était desséchée par l'envie d'un breuvage rafraichissant. Nos jambes étaient fourbues par l'effort accompli par un physique de bureaucrate, comme dit Remo, et nos pieds aspiraient à être libérés de leurs chaussures.
Après que chacun ait soigneusement aligné sa paire de souliers face à l'entrée de la maison devant abriter notre repos nocturne et que la recherche d'une couche pour la nuit ait été achevée, l'idée était évidemment de profiter d'une bonne douche pour se rafraîchir et se redonner un coup de tonus. Quelle ne fut pas ma surprise alors de m'entendre dire qu'il n'y avait qu'une salle de douche pour tous. Mon choix est donc devenu draconien. Allais-je me doucher, ce qui après une chaude journée de marche et de transpiration aurait été pratiquement de soi dans n'importe quelle circonstance, ou allais-je faire l'impasse en raison de ma pudeur qui m'interdisait de procéder à ma toilette nue

devant des messieurs avec lesquels je ne partageais évidemment aucune intimité? Que faire mon Dieu?
Après une courte discussion avec mon mari, qui, lui, fit preuve en l'occurrence d'une grande désinvolture étant donné les circonstances, je me suis résolue à laisser parler mon atavisme et à passer sous la douche en écrasant ma fierté et ma pudeur, en faisant l'impasse sur mes principes et en occultant, l'espace d'un instant, toute ma retenue habituelle. Expérience étonnante et surprenante dont je n'ai certainement été que la seule à avoir conscience, car il semble que cet intermède de naturisme n'a pas attiré le moindre regard suspicieux ou concupiscent, du moins j'aime à le croire, et qu'en milieux sportifs il ne soit pas si inhabituel.
Aujourd'hui, j'ai compris que les contingences peuvent être parfois tellement particulières qu'elles nous poussent à franchir certaines limites inhérentes à notre éducation.

Verena et Remo KUONEN

Des Planches au Col de Bretaye en passant par le Chamossaire
(29 juillet Oskar Schild)

Les Planches, avant de partir vite une petite photo souvenir on ne sait jamais ce qui peut arriver.
Le sentier monte à côté d'un chalet, plus l'on monte plus la déclivité s'accentue. A la sortie de la forêt nous faisons une halte pour reprendre souffle. Nous traversons le village de La Forclaz avant de reprendre un sentier hors de la civilisation.
Notre chef Oskar, vu que nous sommes tous des bons marcheurs décide de prendre le sentier qui monte en zigzagant presque à la verticale.
Arrivés sur le plateau nous admirons les beaux pâturages et la magnifique flore.
Le Chamossaire nous attend, mais avant nous faisons une halte pour le pique-nique. Tout d'un coup des cris « cela me pique… »… c'est Alain qui est recouvert de fourmis, le pantalon blanc est devenu rouge, il en avait partout. Pas de problèmes pour nos guides, ils ont rendu à notre ami son pantalon, en moins de temps qui faut pour le dire !
Assez rigolé, maintenant le Chamossaire est là-haut. Tout en montant nous pouvons admirer le Lac de Bretaye en contrebas et derrière nous le Lac des Chavonnes.
Les premiers sont déjà au pied de l'antenne a 2112 mètres, mais petit à petit tout le monde arrive, content de l'avoir fait.
Une surprise attendait votre serviteur… une descente en parapente. Ayant toujours dit, que je ne ferai jamais cela, quitter le plancher des

vaches c'est pas mon truc… Tu n'as plus le choix il faut y aller. Harnaché d'un baudrier siège, d'un casque attaché à mon guide nous voilà prêts à partir. Enfin presque, le premier essai ne fut pas le bon mais au deuxième c'est parti et me voici en l'air. Super la vue de là-haut avec le Roc d'Orsay, Bretaye, Villars et mes petits copains qui descendent à pied en direction de Bretaye où ils vont prendre le train pour Villars. Après une descente et un atterrissage bien réussis nous avons rejoint Villars en voiture. Merci Alain de m'avoir fait découvrir ce sport.

Pierre KEHRER

Week-end dans l'Oberland Bernois de Kandersteg à la cabane Fründenhütte par Oeschinensee

(18-19 août Fredy Mercerat)

Nous nous sommes donnés rendez-vous dans le hall de la gare de Lausanne.

Pour une fois, j'étais en avance. Marianne entre au bras d'un charmant Monsieur, chauffeur de taxi. Avec Ellen, là depuis longtemps déjà, nous nous sommes bien évidemment posé la question: "Qui est ce charmant Monsieur au bras de Marianne?" Petit à petit notre groupe s'agrandit. Au gré des arrêts notre groupe deviendra grand: une trentaine environ, nous renseigne Pierre…

Ainsi, nous voilà embarqués dans une belle aventure de deux jours. Nous avons vécu de très belles expériences. En vrac, mes petits coups de coeur:

J'ai facilement le vertige et… nous devons prendre un télésiège dont l'avant des chaise est dirigé sur le côté. Nous admirons ainsi installés un panorama beaucoup plus vaste, nous pouvons observer à loisir le sommet de la montagne et toute la plaine en contrebas. C'est bien joli ma fois.

Nous marchons ensuite chacun avec son/sa guide sur un chemin agréable. Nous y allons gaîment, le temps n'est pas trop gris, ni trop ensoleillé, nous ne transpirons pas trop. Nous arrivons à un lac de montagne, nous mangeons dans les broussailles qui l'entourent. C'est plaisant.

Requinqués, nous continuons à monter. Le chemin devient de plus en plus rocailleux. Nous montons, nous montons tranquillement, nous nous concentrons sur nos pas. De temps à autre nous nous arrêtons pour admirer les jeux de lumières créés par le reflet du soleil tantôt sur les parois rocheuses tantôt sur la végétation entourant ce fameux lac. Il passe ainsi d'un bleu turquoise très clair à un vert foncé très prononcé.

Plus nous montons, plus nous nous concentrons sur nos pas. Nous

traversons des cascades sur de petits ponts en bois. J'ai un sentiment de plénitude, le bruit de l'eau qui rebondit sur la pierre met un fonds sonore magique et reposant. Jeter un œil en hauteur et voir cette eau qui nous arrive presque dessus transmet une très belle sensation de plaisir. Pour ma part, je ne regarde que les pieds de Nelly en contrebas ! Je monte, je n'ose distinguer le "sommet" de notre colonne. Irais-je jusque là-haut, ainsi à flanc de coteau.
Enfin nous y voilà, c'est sympa. Un jacuzzi fait envie à certains, fallait s'y inscrire pour en profiter. Dommage.
Nous savourons notre réussite autour de "notre cabane dortoir" perchée sur un bloc de moraine. C'est magnifique. Un sentiment de liberté m'envahit. C'est un véritable petit bonheur dirait peut-être Bernard Clavel. Merci à ceux et celles qui ont osé nous conduire jusqu'ici.
Au réveil, nous avons pu voir une mer de brouillard se former, se déformer et disparaître. Nous étions juste en dessus.
Nous avons amorcé la descente par un temps incertain. La brume jouait à cache-cache avec nous. Quelque part, heureusement pour moi. Car j'ai pu ainsi me tenir aux cordes du chemin, face au surplomb de notre lac de montagne, sans être prise de vertige.
Nous sommes descendus par notre chemin escarpé, par nos petits ponts de cascade. Nous avons quelque peu glissé sur les petits cailloux. Nous avons pique-niqué sur les rives de notre lac.
Là, un courageux s'y est baigné. Le soleil brillait, mais… l'eau devait tout de même être froide… Pourtant pour un intrépide cela ne semblait pas si difficile. En tous les cas le froid est un puissant analgésique... à recommander en cas de crampes musculaires. (peut être!) Afin d'oublier les petits cailloux du chemin nous avons choisi une route pour voitures très très pentue!!! Aïe, Aïe, Aïe .. les articulations de nos genoux... en ont pris un coup.
En résumé, très belle course. Merci aux organisateurs de nous avoir conduits haut haut haut tout là-haut.
Au revoir et à bientôt pour une nouvelle escapade.

Marlise KOENIG

Noiraigue le Creux-du-Van par le sentier des quatorze contours
(23 septembre Robert Schlaeppi)

A la gare de Lausanne, la plupart des participants se retrouvent. Nous embarquons dans le train en direction de Neuchâtel et d'autres rejoignent le groupe en cours de route. Le train du Val de Travers nous dépose à Noiraigue. Les derniers nous rejoignent à la gare.

Il fait beau et chaud et les 26 heureux participants s'embrayent pour gravir les 14 contours qui vont nous mener au sommet du Creux-du-Van. Nous progressons gentiment, le chemin est bon quoique un peu humide. Attention de ne pas glisser. 1, 2, 3, … contours, et soudain le numéro 14. C'est le moment de l'apéritif et les flacons sortent des sacs comme par magie. Santé à tous et bon anniversaire Hervé et Ludivine.
Encore un petit effort pour atteindre l'autre côté du cirque rocheux. En route nous croisons un groupe de lamas. Arrêt pique-nique face à un paysage grandiose. Michel a même aperçu un bouquetin. C'est la foule des grands jours, piétons, cyclistes, chiens défilent de tout côté.
Bientôt Robert remet tout son petit monde en route pour la descente. Une très agréable descente en pente douce à travers les pâturages et la forêt. Portions de route où nous croisons des voitures, petit chemin dans la forêt et nous revoici à Noiraigue, à la gare attablés au café nous avons juste le temps de boire un petit coup avant le départ du train ☺
Merci à Robert qui nous a concocté cette magnifique sortie.

Marie-Louise JEANDREVIN

PAELLA FAMILIALE AUTOUR DE CHEXBRES AU REFUGE DU FRUT
(28 octobre Jean Vonlanthen)

Broche familiale au refuge de Chexbres, 28 octobre 2007

Cette belle journée resplendissante des couleurs d'automne fût marquée par l'arrivée de l'heure d'hiver et la non-arrivée d'Anna à la gare de Lausanne, en tout cas pas à temps pour prendre le bon train ! Pour la première fois en 20 ans, en effet, il n'y eut pas une mèche rebelle, mais deux, ce qui nous valut la phrase devenue maintenant célèbre au GSHV : "ch'suis arrivée à la gare et j'ai vu le cul du train"..! De quoi faire ronchonner sérieusement notre Pierrot. Mais enfin, une correspondance plus tard, notre jeunette arriva sous une nuée d'applaudissements et gravit noblement le train des vignes. A peine assis, et hop debout, nous sortons pour prendre le funiculaire du Mont-Pèlerin. Assis, debout, debout et assis … du travail pour Zia et Leïka, nos compagnons du jour à 4 pattes, mais pas pour les grands sportifs gastronomes qui profitèrent, sous la houlette de notre grand chef de course, Maître Jean, de s'enfiler gaillardement dans le premier bistrot pour savourer café, croissant, sirop à la grenadine et même dessert pour quelques-uns. Le soleil, ainsi que les Boskops d'Hélène et les poires de la Belle-Ellen, nous accompagnèrent dès lors jusqu'au refuge de Chexbres, où une

somptueuse paëlla nous attendait, ainsi que quelques automobilistes plus motivés à faire fonctionner leur système digestif que leur système locomoteur ! Mais tous ici réunis furent gâtés par de généreuses couches de moules qui jouaient à cache-cache avec des nuées de crevettes, langoustines, vongoles, calmar, morceaux de lapin et quelques grains de riz … de quoi combler d'aise les papilles des plus exigeantes, de 5 ans pour Ben-Ben à plus de 70 ans pour Super Mémé. Un grand merci à Jorge l'auteur de ce succulent repas. Sans parler du vin "des garages" … mais attention top secret, un vin de contrebande que n'aurait pas renié Farinet. Le départ fût ensuite à l'ordre du jour, qui en voiture, qui dans la nature pour rejoindre chacun à sa manière ses pénates et digérer tranquillement cette agréable journée. Merci aux organisateurs et petites pensées de tous pour Armande, Josette et Louis à qui nous tenons les pinces. Bienvenue à Eléonore pour sa première course !

Michel BOURQUIN

CONCLUSION

En parcourant ces lignes nous constatons avec grand plaisir que nos sorties sont très appréciées. Un grand merci à nos responsables de courses qui font et refont les parcours plusieurs fois afin que tout se déroule dans d'excellentes conditions.
Un grand merci à nos guides qui nous permettent de nous défouler en parcourant des sentiers pas toujours faciles mais que nous arrivons à passer grâce aux explications données tout au long du parcours.

MERCI A TOUS

Pierre KEHRER