



Groupe Sportif
des Handicapés de la Vue
1000 Lausanne

Anecdotes du GSHV saison 2019

Préambule :

"La réussite est comme l'ascension d'une montagne, il faut travailler en équipe, faire face aux obstacles ainsi qu'aux intempéries, mais peu importe nous atteignons toujours le sommet".

Martin Paquette

Grâce à ces anecdotes, vous pourrez découvrir ou vous remémorer les différentes marches proposées par nos membres tout au long de cette année.

Bonne lecture

Week-end de clôture dans le vallon de l'absinthe Buttes et ses environs

10 – 11 novembre 2018

(Chefs de course :Pierrette et Jean-Pierre Amstutz)

Môtiers, notre petite troupe se met en route pour rejoindre "je vous le donne en mille", la maison de l'absinthe. Notre charmante guide, nous fait découvrir toutes les vertus de cette boisson au goût si caractéristique qui fut tout d'abord utilisée pour soigner les blessures des animaux et ensuite les bobos des humains. Le pas fut vite franchi pour la servir en apéritif. Après cette intéressante visite, nous nous sommes assis au bar et nous avons pu déguster cet excellent breuvage. Nous étions bien installés mais il a bien fallu repartir en direction de la gare pour poursuivre notre trajet jusqu'à Buttes et l'auberge des Fées. A midi nous mangeons une soupe à la courge et le pique-nique tiré du sac. Une légère pluie a fait son apparition pendant la pause. Mais rien n'arrête les marcheurs du GSHV. Tout en marchant, la pluie cesse et nous poursuivons la descente jusqu'à Fleurier, puis, retour par la route des paysans.

Week-end de clôture, veut dire lecture des anecdotes de l'année lues par nos fidèles guides et préparation du programme des courses pour 2019. Le tout suivi d'un apéritif et, passage aux choses sérieuses : la fondue chinoise, un vrai régal!

Dimanche matin, un petit malin nous a réveillés avec la diane qui n'a pas été appréciée de certains dormeurs.

Après le petit déjeuner et les sacs prêts, nous repartons en direction de la Poëta-Raisse par un joli sentier forestier, où nous rencontrons quelques cavaliers, qui, comme nous, avaient envie de prendre l'air...

Au bas des gorges, se trouvent une cabane en bois et des tables à pique-nique. Ouf, quelle chance ! La pluie refait son apparition. C'est le moment de faire la pause.

Une petite partie du groupe descend directement sur Môtiers. Je pense qu'ils ont une petite idée derrière la tête ! Le reste du groupe fait un petit détour par la célèbre Cascade de Rousseau avant de descendre sur le village de Môtiers.

Un grand merci à nos organisateurs Pierrette et Jean-Pierre pour ce magnifique week-end, à refaire par beau temps.....

Pierre Kehrer

La Corbatière, Tête-de-Ran, cabane de La Menée, Les Hauts-Geneveys

13 janvier 2019

(Chef de course Michèle Neuhaus, Hélène Vonlanthen)

Pour cette nouvelle saison hivernale, nous voici de retour à la Corbatière pour notre sortie en raquettes. Ce dimanche, la neige et le brouillard étaient au rendez-vous.

Après avoir chaussé nos raquettes, nous entamons la montée qui nous fera passer devant le télésiège de la Roche aux Crocs, Tête de Ran puis la descente pour arriver au chalet de la Menée. Le chemin étant recouvert par la neige, Michèle ouvre la voie tandis que le brouillard se renforce. Nous avançons péniblement vers le chalet.

Nous sommes arrivés fort tard au repas que nos amis Danielle et Roland nous avaient concocté. Un bon plat chaud, c'est réconfortant.

L'après-midi nous descendons sur le chalet de la Serment puis Combette Vallier, les Gollières et enfin la gare. Il est temps de se dire au revoir.

Un grand merci à Michèle et Hélène ainsi qu'à l'équipe de cuisine.

Vincent Tourel

Balade au clair de Lune au Chasseron

2 février 2019

(Chef de course : Roland Rahier)

Pour cette 2ème sortie en raquettes, une joyeuse cohorte se rassemble sur la place de la gare d'Yverdon pour une balade nocturne en raquettes au Chasseron.

Les voitures s'ébranlent pour rejoindre Les Cluds où nous attendent les autres. Le temps est nuageux et le plafond bas. Mais rien n'arrête la trentaine de randonneurs équipés. Montée en pente douce par la droite dans la forêt où le calme apaisant règne. La neige abondante cet hiver étouffe le bruit des raquettes qui s'enfoncent dans le chemin. Les groupes s'étirent mais se retrouvent dans les alpages au lieu-dit la cabane des Illars qui offre une vue spectaculaire sur le lac de Neuchâtel. La nuit n'est pas encore tombée et le bleu intense du lac est renforcé par le ciel toujours aussi gris qui se conjugue avec la blancheur immaculée de la neige et le vert profond des sapins épars. La pause terminée, l'ascension reprend et nous atteignons, avec le jour finissant, la limite du brouillard ce qui nécessite un regroupement.

Nous ne verrons pas le Chasseron, tellement le brouillard est épais. Mais les lumières de l'auberge nous confirment la direction du restaurant que nous atteignons contents.

A l'intérieur, il y a foule et nous sommes dirigés vers les tables réservées pour le GSHV. Les marcheurs s'impatientent car le repas se fait attendre. Une nouvelle fois le groupe se scinde et la raison en est simple : qui mange la fondue au champagne Mauler, qui mange la normale ou qui ne mange pas de fondue! Les échanges de fourchettes ont vite fait de ressouder le groupe.

C'est l'heure de reprendre le chemin de la descente. Le brouillard s'est levé et c'est, désormais, plus simple : "droit en bas". Le ballet des lampes frontales

égaie la nuit profonde et le groupe retrouve bientôt la forêt qui nous mène en pente douce vers le parking des Cluds.

Un grand merci à Roland pour cette sortie et à Chantal pour l'organisation

Vincent Tourel

Parc jurassien: de L'Auberson aux Fourgs

Dimanche 17 février 2019

(Chef de course : Roland Rahier, Danielle Rochat)

Les marches du GSHV se suivent mais ne se ressemblent pas du point de vue de la météo. Après le mauvais temps de la dernière sortie, voici le grand beau temps pour la randonnée du jour dans le parc jurassien vaudois et français.

Après un voyage en train et en bus (Allobus) sans histoire, nous voici une vingtaine de marcheurs au départ de la course à L'Auberson. Notre président, Vincent, nous accueille tous et particulièrement Valérie, guide au GRSA, dont c'est la première sortie avec nous.

Après une petite heure de marche dans ce beau décor jurassien nous faisons halte à la gare d'Olten, oui à la gare d'Olten ! Bien entendu, il ne s'agit pas de la grande gare soleuroise, mais du nom d'un joli refuge en bois de la commune de Sainte-Croix, à l'orée de la forêt.

Dans cette région, de rails, il n'y en a pas, si ce n'est les traces de skis de fond. En effet, lors de notre parcours, nous côtoierons souvent ces traces et quelquefois des skieurs (surtout au retour). Cela nous oblige à tenir les chiens en laisse. Mais des «raquetteurs», nous sommes quasi les seuls. Nous goûtons au silence de la nature hivernale, en plaine et en forêt. Mais voilà que nous traversons une grande plaine plus animée. C'est ici qu'à lieu, aux Fourgs, une compétition de chiens de traîneaux. Un attelage est passé devant nous.

Il est presque 14h, nous arrivons enfin à la charmante auberge du Vourbey où la sympathique patronne, Myriam, nous a cuisiné un délicieux repas: salade, röstis, jambon, tarte aux fruits, café. Mais Roland est quelque peu stressé. Il ne faut pas trop traîner pour être à l'heure, au bus sur appel, et au train...

Le retour se fait par un chemin plus court et très agréable, où nous jouissons vraiment du bon air et du beau temps.

Merci à Roland et Danielle pour cette belle course

Michel Viredaz

Gorges de l'Orbe

Dimanche 31 mars

(Chef de course : Hélène Vonlanthen, Michèle Neuhaus)

A Orbe nous sommes prêts pour le départ et Vincent nous accueille et nous instruit sur cette jolie rivière. Non, ce n'est pas dans les grottes de Vallorbe que l'Orbe prend sa source mais dans le lac des Rousses, en France. Elle passe par les lacs de Joux, Brenet puis conflue avec la rivière le Talent pour devenir la Thièle.

Au départ nous côtoyons la rivière et nous la quittons après la traversée d'un pont. Nous montons régulièrement en suivant un sentier bien balisé et sans danger. Nous passons devant les Grottes de Montcherand qui forment de grands espaces sous les rochers. La rivière est en contre-bas et nous l'entendrons murmurer jusqu'aux Clées. La nature commence à s'épanouir et quelques fleurs égaièrent notre sentier.

Peu avant ce village nous faisons un petit arrêt apéro toujours bien apprécié.

Le restaurant de la Croix blanche nous régale d'un bon rôti et l'accueil est chaleureux. Là, nous avons retrouvé Raymonde et notre toujours sympathique couple Chantal et Jacques, puis, Raphi qui malheureusement mal aiguillé, n'aura pas fait la course.

Difficilement, après ce bon repas, nous nous remettons en route perdant quelques participants qui prennent un autre sentier, histoire de retrouver plus vite leur voiture. Les autres rejoignent la gare de Bretonnières puis Lausanne.

Merci à Hélène et Michèle sans oublier Jean pour cette belle journée.

Odile Rame

Balade dans le nord du canton de Genève en traversant le bois de Versoix

28 avril 2019

(

(Chef de course : Bernard Fracheboud)

Un bon groupe, d'une trentaine de personnes, formé de membres du GSHV et de la section genevoise de la FSA se réunit à la gare de Cornavin à Genève. Ce groupe prend le léman-express pour rejoindre Genthod-Bellevue gare et son pilote du jour, Bernard.

La pluie nous reçoit sur le quai et nous oblige à nous équiper plus sérieusement. Nous démarrons sur le chemin en direction du Jura. Bernard doit modifier quelque peu le tracé car nous devons récupérer deux guides et Carole égarés dans la région de Colovrex. Une fois tous regroupés, nous pouvons repartir d'un bon pas en direction du village de Collex. Nous empruntons les sentiers qui bordent la frontière Franco-Suisse. Un passage rapide par Collex Bossy, nous mène à notre lieu de pique-nique dans les bois de la Versoix. Sous un grand couvert, tous nos marcheurs déballetent leur ravitaillement bienvenu après trois heures de marche.

Une fois restauré, des échanges de tandem se réalisent et nous repartons un peu transis par la fraîcheur du jour mais dans une excellente ambiance. La rivière Versoix traversée, nous pouvons la longer sur des chemins relativement boueux mais praticables. Les bords de la Versoix et le petit canal du même nom nous emmènent jusqu'au terminus de notre balade, gare de Versoix.

Vu l'heure, nous décidons de retourner sur Genève pour prendre le verre de l'amitié et nous prenons congé de notre pilote du jour qui a laissé son deux-roues à Genthod-Bellevue. Nous le remercions chaleureusement.

Une belle randonnée facile de 5 h sur le canton de Genève, malgré la petite pluie du matin et le manque de soleil. Il est certain que ce parcours de 16 km laissera de beaux souvenirs de cette journée.

Laurent Castioni

La Voie Révolutionnaire : entre Le Locle 943m et La Chaux-de-Fonds

26 mai 2019

(Chef de course : Odile Rame, Michèle Neuhaus)

C'est un groupe nombreux et motivé qui participe à cette sortie qui nous a conduit sur la première partie de la Voie Révolutionnaire entre Le Locle et La Chaux-de-Fonds. Il est important de préciser "première partie" car la longueur totale de cette voie est de 38.9 km! Un peu trop pour un seul dimanche, vous ne trouvez pas ?

Cette voie s'étend du Locle à Haute-Rive, mais notre groupe n'est allé que du Locle à La-Chaux-de-Fonds. 13 km tout de même ! Nous avons fait un petit

détour par le point de vue de l'Escarpinau, au-dessus du Doubs. Ce dernier a été apprécié de tous pour son côté paisible.

Pourquoi "Voie Révolutionnaire" ? Demanderez-vous ?

Eh bien, parce que cette voie retrace le chemin des révolutionnaires partis des montagnes neuchâtelaises pour renverser le gouvernement au Château de Neuchâtel en 1848. Exaltant non ?

Mais le point fort de cette course était sans nul doute les anecdotes dont Odile, cheffe de course et fine connaisseuse de sa région d'adoption, a émaillé le parcours. Histoire, faune, paysages, tout y est passé et chacun s'est régalé. On en oubliait presque la grimpe dans la forêt. Un grand merci à elle ainsi qu'à Michèle, son adjointe.

Marie-Pierre Assimacopoulos

Week-end de Twann à la Bergerie du Mont-Sujet et retour à Bienne par les Gorges du Taubenloch

22-23 juin 2019

(Chefs de course : Christian et Rose-Marie Moeri)

Twann est un petit village pittoresque au bord du lac de Bienne avec d'anciennes maisons vigneronnes. C'est ici que nous retrouvons notre chef de course, Christian, qui nous salue et nous décrit en quelques mots le parcours du jour. La petite troupe se met en route.

Nous sommes vite dans le bain, enfin plutôt dans la montée des escaliers. Il y en a au moins 250 que nous n'avons pas réussi à compter. Pour nous récompenser, une chute d'une vingtaine de mètres nous signale que nous sommes bien dans les gorges. Le sentier suit le parcours tourmenté du cours d'eau. La montée est agréable entre rochers et passerelles.

A relever que le parcours pédestre dans les gorges fait l'objet d'un modeste péage dont le produit sert à financer l'entretien du sentier. L'argent récolté permet également de payer les services d'un géologue, qui procède au contrôle de la stabilité des abords du chemin.

Depuis la sortie des gorges nous devons emprunter le bitume pour nous rendre à Lamboing, où nous faisons notre pause de midi, à l'orée de la forêt.

Pause terminée. Nous reprenons notre ascension dans une magnifique forêt de hêtres. Le sentier monte en lacets et nous pouvons admirer les sculptures qui ont été réalisées en 1996 par les élèves de l'Ecole de sculpture sur bois de Brienz.

Et c'est ici que la pluie fait son apparition, mais pas pour longtemps, juste le temps de mettre une veste et de l'enlever 30 minutes plus tard. C'est ainsi que nous finissons notre balade à travers pâturages jusqu'à la bergerie du Mt-Sujet où nous sommes accueillis par Rose-Marie et le maître des lieux. Petite pause pour certains et départ pour le sommet du Mont Sujet (18ème). Le panorama est spectaculaire sur les Alpes et les lacs de Bienne et de Morat.

La soirée commence par un apéritif sur la terrasse suivi d'un succulent repas digne d'un trois étoiles.... Je vous le recommande....

Dimanche matin, le soleil est au rendez-vous pour le plus grand bonheur des marcheurs. Après le aurevoir et les remerciements, nous descendons à travers les pâturages par des sentiers agréables en passant par la métairie-de-Prêles, où nous admirons les belles cornes des vaches écossaises. Nous poursuivons par Les Près-d'Orvin et le village d'Orvin. Ce nom vient de la légende d'Orvin figurant sur les armoiries de la commune. Elle était déjà sculptée au 18ème siècle sur les fonds baptismaux de l'église. Rappelons-la brièvement : un chasseur se trouva nez-à-nez avec un ours qu'il traquait dans la roche. Loin de s'enfuir, il fit face et s'écria : Or, vin ! (Soit, en patois : Ours, viens !). Puis, il enfonça son épieu dans le corps de l'animal.

Pour le pique-nique, notre chef Christian a tout prévu : des tables et de l'ombre à l'intérieur de la salle des fêtes. On se serait attardé un moment de plus mais notre balade se poursuit par Frinvillier, pour rejoindre le cours de la Suze et longer celle-ci jusqu'à l'entrée des gorges. Le sentier suit la rivière, tantôt en rive gauche, tantôt en rive droite, dans des gorges de toute beauté.

Les gorges se terminent en arrivant dans le quartier de Boujean, à l'est de la ville de Bienne. Les derniers mètres des gorges sont occupés par d'anciens bâtiments industriels qui témoignent de l'activité économique intense rendue possible à l'époque par la présence du cours d'eau. Notre balade se termine en transport public jusqu'à la gare de Bienne.

Un immense merci à Christian et Rosemarie pour cet excellent week-end de rêve entre lac et montagne. Bravo....

Pierre Kehrer

Les Pralies – La Dôle

21 juillet

(Chef de course : Nicolas Xantopoulos ,Jean-Daniel Murit)

Nicolas, du CAS, un ami de Chantal, nous a organisé cette jolie randonnée en terre vaudoise.

Un joyeux groupe de 25 marcheurs du GSHV s'est retrouvé à la gare de Nyon. Une fois que le groupe a pris place dans le petit train de montagne pour la Cure, nous nous sommes aperçus que Mapie avait été oubliée sur le quai. Vite un guide est parti à son secours et ils ont pu in extremis prendre le train.

Par une belle journée ensoleillée, toute l'équipe descend du train à l'arrêt des Pralies. Nous voici prêt à gravir les pentes qui nous conduiront au sommet de la Dôle qui culmine à 1677 m. De son sommet, on peut admirer une vue imprenable : d'un côté les Alpes, la ville de Genève et son jet d'eau, et de l'autre côté, le Mont-Jura et le lac des Rousses. Nous pouvons facilement repérer le Mont-Blanc tout en profitant d'une pause bien méritée.

Les amateurs de faune aimeront sans doute observer les groupes de chamois qui vivent sur les coteaux de La Dôle, alors que les amateurs de technologie apprécieront sûrement les dimensions et les matériaux utilisés dans l'énorme « bol » blanc du sommet. Cet observatoire sert à la fois de station météorologique, de relais de télécommunications et de régulateur de trafic pour l'aéroport de Genève.

Le premier radar météorologique, a été mis en place en 1960. Début 2013, le nouveau radar remplacera l'ancien installé en 1995. Il s'agit donc de la 4ème génération de radars de MétéoSuisse.

A 14 heures, Nicolas donne le signal du départ. Nous longeons les crêtes avant d'entamer la descente vers le restaurant d'alpage de Cuvaloup réputé pour ces tartes aux framboises. Nous profitons de la terrasse pour faire une pause .

Ensuite, nous regagnons l'arrêt des Pralies.

Un grand merci à Nicolas et Jean-Daniel pour cette magnifique randonnée.

Vincent Tourel

Week-end des 10 et 11 août : Passerelle de Randa et balade au bord des petits lacs de Sunnegga

(Chef de course: Roland Rahier)

C'est après une nuit de pluie intense et une météo maussade (hors canton du Valais bien sûr!) que chacun quitte son domicile ce samedi matin pour rejoindre la gare de Lausanne ou celle de Berne. Finalement, c'est à Viège, à l'entrée du train - direction Zermatt - que notre joyeuse équipe se retrouve au complet ou presque car Pierre, Antoinette et Rose-Marie nous rejoindront plus tard, directement à Zermatt.

En route pour Randa, les conversations vont bon train et heureusement que notre chef de course nous rappelle à l'ordre au moment de débarquer sans quoi on ne serait probablement pas sorti au bon endroit!

Arrivé sur place, la météo s'est bien améliorée et les conditions sont favorables à la découverte de cette jolie randonnée. On traverse le village de Randa où une fête semble se préparer. Mais, à peine sommes-nous arrivés à la sortie du village que les choses sérieuses commencent. Plus moyen de trop bavarder, le chemin monte raide et il faut y aller. On chemine à travers les aroles, les mélèzes et les pâturages. On découvre ci et là de petits chalets. Comme il a plu, quelques champignons viennent nous narguer, histoire de nous faire saliver. Miam! Quelques champignons, juste sautés dans du beurre, de quoi se régaler!

Dans ce paysage enchanteur, on progresse gentiment et surtout on gagne de l'altitude. A l'arrière du peloton, certains souffrent en silence mais s'accrochent pour ne pas se laisser distancer. Grâce à l'attrait de la passerelle, personne ne songe à rebrousser chemin. N'est-ce pas Ben!

A midi, on pique-nique le long du chemin près d'une petite fontaine avec la vue sur la vallée et un petit oratoire. Le casse-croûte fait du bien mais il ne faut pas s'attarder car ceux qui sont venus le reconnaître savent que le chemin est encore long. On se remet donc en route et on continue à grimper. Le chemin serpente entre les arbres et les rochers. Et tout à coup, la voilà enfin, elle est là devant nous, mais encore bien haut. On retrouve alors de l'énergie, on

continue à grimper et on croise de nombreux touristes qui redescendent déjà. Eux ont fait le chemin dans l'autre sens.

Finalement, nous voici quelques 700 mètres au-dessus de Randa (altitude 2094 mètres) et elle est là, devant nous: impressionnante, majestueuse! C'est le plus long pont piétonnier suspendu au monde! Merci d'avoir délié les cordons de votre bourse Monsieur Charles Kuonen! Longue de 494 mètres, elle va nous permettre de traverser la vallée, le Grabengufer à plus de 85 mètres du sol à son point culminant. Réalisée en métal, elle permet d'avoir une vue époustouflante : d'un côté le Weisshorn et le Bishorn et de l'autre les contreforts du Dom; attention si vous êtes sujets au vertige! Roland nous demande de marcher en file indienne et de nous mettre bien au bord quand nous croiserons des gens. En effet la passerelle a une largeur de 65 cm!

Et nous voilà partis pour une aventure d'une dizaine de minutes! On perçoit les vibrations (attention au mal de mer!) mais on se sent en sécurité car on est entouré d'un solide grillage. Et puis, il y a de gros câbles pour tenir toute la structure. Ils font 53 millimètres de diamètre et pèsent 8 tonnes! On croise d'autres personnes, qui viennent en sens inverse et, grâce à la promiscuité du lieu, on se salue, on échange nos impressions et on partage nos sensations! Près d'un demi-kilomètre plus tard, on regagne la terre ferme, le sourire aux lèvres et les jambes encore un peu flageolantes. On fait une petite pause un peu plus bas pour se raconter nos émotions mais il faut songer à redescendre. Face à notre peu d'entrain à repartir, Roland sait trouver le mot pour nous convaincre : une petite bière au village, ça vous tente? Et nous voilà vite sur pieds et prêts à dégringoler les quelques 700 mètres de dénivelé qui vont nous rapprocher du liquide doré avec sa mousse tant convoitée.

Le retour n'est pas simple pour tous. Il faut dire que le chemin commence gentiment puis descend de manière abrupte avec des marches, des rochers en pente, des cailloux de tous les côtés. Si certains ont des problèmes de genoux, d'autres commencent à être fatigués. Et notre Ben, il a tout donné à la montée ! Heureusement que Danièle est là pour le soutenir et l'encourager. Tout au long de la descente, elle n'aura de cesse de lui remonter les bretelles ou plutôt non de les raccrocher. Ah Ben ! Comment t'es-tu fagoté ce matin!

Mais voilà que le bruit de la rivière devient plus fort et que les maisons grandissent. Le village s'approche et c'est sans demander notre reste qu'on s'attable au café près de la gare pour déguster la fameuse bière tant désirée!

Roland et Vincent sont les gardiens du temps et, alors qu'on recommence à jacasser, ils nous donnent le signal du départ pour aller à la gare. Dans le train qui nous emporte vers Zermatt, on fait tous une petite pause, histoire de recharger les batteries. Au sortir de la gare, on prend un bain de foule. La rue principale est "jaune de monde". Que d'asiatiques! Il semble que Zermatt mette à l'honneur notre folklore et c'est donc au son des fanfares et des cors des alpes que nous parcourons le village jusqu'à l'église. Une petite descente vers la Viège que nous traversons et pour bien terminer cette journée nous voilà à nouveau en train de grimper. Par chance, l'auberge de jeunesse n'est pas très loin et on y retrouve Pierre, Antoinette et Rose-Marie. Alors, on se met tous à raconter notre journée et on oublie presque qu'il faut déjà aller souper.

Après le repas du soir, certains sont épuisés et vont directement rejoindre les bras de Morphée, tandis que d'autres se retrouvent pour une petite sortie, histoire de se retrouver tous autour d'une table pour une dernière tournée avant d'aller se coucher.

Au matin, on se réveille et, pour notre plus grand plaisir, le Cervin se révèle à nous sans aucun nuage et paré des couleurs de l'aube. Avant de se préparer, nos guides tentent d'immortaliser ce merveilleux moment. Après un bon petit-déjeuner, nous voici tous prêts à faire feu. On se met en route direction la boulangerie et l'épicerie. Après que chacun ait organisé son pique-nique pour le dîner, on rejoint le départ du Métro à Sunnegga. Que c'est drôle, pour nous skieurs, d'emprunter le tunnel qui va nous conduire au métro sans notre matériel de ski. 4.30 minutes plus tard, on se retrouve à Sunnegga et c'est là notre point de départ.

On emprunte un joli chemin qui grimpe en direction de Blauherd (2500 mètres). On est accompagné par le sifflement des marmottes. On voit de nombreux terriers mais où se cachent-elles? Aucun de nos guides n'aperçoit l'un de ses rongeurs.

On continue donc à marcher. On surplombe le Leisee, lac très prisé des familles. En chemin, on aperçoit le Moosjisee et son barrage. Le groupe s'étire,

les jambes sont lourdes et pourtant nous sommes tous motivés à avancer dans ce panorama idyllique. On s'arrête pour faire une pause au bord du Stellisee où les amateurs de photos se donnent souvent rendez-vous pour photographier le Cervin qui se mire dans les eaux de ce lac. Un coup d'œil au ciel pendant que nous fouillons dans nos sacs à dos pour nous sustenter et Roland nous informe qu'il faut reprendre le chemin car les nuages s'amassent sur les sommets et pourraient rapidement venir compliquer notre randonnée. On prend alors un petit chemin qui descend vers le lac Grindjisee réputé pour ses fleurs rares qui poussent sur ses berges. C'est dans un décor enchanteur qu'on pique-nique: le Grindjisee à nos pieds et le Cervin qui commence à se cacher! Comme la marche était facile ce matin, on en profite pour refaire un peu le monde.

Après s'être "saqué", notre chef consulte ses aides quant au meilleur chemin à prendre et chacun y va de ses idées, mais Roland donne le signal et on "s'ébranle". Par un joli chemin, on surplombe encore un moment le Grindjisee, on longe le Moosjisee et finalement, on se retrouve dans la foule à "la plage de Zermatt", soit au bord du Leisee. De nombreuses attractions sont à disposition des familles et on admire une version bien riquiqui du jet d'eau de Genève!

Là, un ascenseur sur rails, nous permet de gravir sans effort la pente qui nous sépare du départ du métro à Sunnegga. N'est-elle pas belle la vie! Après un petit conciliabule entre chefs, on nous propose de reprendre le métro pour aller partager un dernier verre au village, dans un établissement qui sert de la bière locale. Avec un tel argument, on s'empresse tous d'embarquer dans le métro. En chemin vers la gare, on découvre une jolie terrasse où plusieurs tables semblaient n'attendre que nous. On dit au revoir à notre Raphi qui est toujours pressé le dimanche en fin de journée et on va s'attabler pour un dernier verre somme toute bien mérité.

Mais voilà que sonne l'heure du départ et on se rend à la gare. Le train est plus que bondé. Certains s'installent à même le sol dans le compartiment à vélo tandis que d'autres restent debout jusqu'à Viège. Après quelques bisous échangés très vite dans le passage-sous-voie de la gare, le groupe se sépare certains s'en retournent sur Lausanne tandis que d'autres filent sur Berne. Mais tous nous regagnons notre logis avec la pluie mais tant de soleil et de souvenirs dans la tête.

A toi Roland, un tout grand merci pour l'organisation de ce week-end ô combien inoubliable.

Carole Collaud

La vallée du Loetschental

22 septembre

(Chefs de course Florence Tourel-Gilgen et Stefan Gilgen)

Le Loetschental accueille la marche du GSHV en ces prémices d'automne. Train et bus nous emmènent à Wiler pour prendre les installations. Les participants sont immergés dans une ambiance canarnavalesque et peuvent toucher les personnages vêtus de peaux de moutons et de chèvres, les "Tchäggättä" dont les masques en bois sont plutôt effrayants.

La joyeuse cohorte sort du téléphérique à Lauchernalp et les affaires démarrent. Les prévisions maussades sont démenties et les nuages jouent avec les espaces de ciel bleu qui nous permettent de profiter des vues panoramiques sur la vallée. Et c'est parti pour 6 kilomètres en direction de Fafleralp sur un chemin à flanc de montagne avec une vue imprenable sur les sommets comme le Bitschorn. Le chemin est agréable avec peu de passages techniques ce qui permet une belle convivialité. Les couleurs automnales s'intensifient et contrastent avec les bleus du ciel et les blancheurs grisées des nuages. Vers les chalets de Seewlin, c'est l'heure de la pause avec le regard qui plonge vers le fond de la vallée où coule la rivière "Lonza". Le reste du chemin est enchanteur et nous fait traverser des replats où se mêlent forêts et éboulis rocheux pour plonger vers Tellialp où la terrasse accueillante réjouit et rassasie les gourmands. Décision est prise de ne pas aller à Fafleralp car nous ne sommes plus sûrs de pouvoir prendre le dernier car du retour. La troupe s'engage dans le chemin inférieur qui nous offre la perspective de la vallée dans l'autre sens. A partir de Weissenried, le chemin plus étroit est chahuté, plus glissant et les nombreux passages techniques ralentissent la cadence pour le retour à Wiler au départ de la télécabine. Nous verrons les phares arrière du

bus et le restaurant accueille les marcheurs qui attendront le bus suivant dans la bonne humeur et l'apéro. C'est bienvenu après nos 12 kilomètres et une descente prolongée pour un dénivelé positif de 270 mètres et négatif de 839 mètres.

Un remerciement tout particulier à Florence et Stefan qui nous ont fait découvrir leur région.

Hervé Richoz

Broche familiale de Rolle à Gland avec le repas à la cave de l'Ours à Dully

3 novembre 2019

(Chef de course :Myriam Kernen, Antoinette Dolt)

Même avec une météo maussade, une cinquantaine de membres du GSHV se sont retrouvés à Rolle pour la traditionnelle broche.

Avant de démarrer, il faut sortir de nos sacs les parapluies ou les imperméables. Une fois tout le monde prêt, Myriam donne le départ. Nous entamons cette balade par un chemin plaisant et c'est sympathique de pouvoir marcher l'un à côté de l'autre. Nous nous dirigeons vers Bursinel, humons les odeurs de la campagne et profitons du décor automnal. Sur le chemin de Dully, nous pouvons voir quelques chevaux dans leur parc. A l'entrée du village, nous apprécions le joli château avec son entrée magistrale gardée par des lions. Et non, ce n'est pas là que nous avons rendez-vous. Il faut marcher encore quelques minutes sous la pluie battante avant de sentir les bonnes odeurs de la broche.

Notre chef rôtiisseur Dany et son équipe de cuisine, nous accueillent chaleureusement à la cave de l'Ours.

Nous prenons l'apéritif à l'intérieur, au chaud. Nous trinquons avec le bon vin de la cave ou le jus de pomme du terroir et grignotons les amuse-bouche.

Ensuite, nous passons à table pour déguster le délicieux jambon cuit à la broche et ses garnitures. Plus un bruit dans la salle, tout le monde se régale. En dessert, nous nous sustentons de succulentes tartes aux pommes et de salades

de fruits. Encore un petit café et c'est déjà l'heure de remettre nos vestes de pluie

Vers 14h45, Myriam et Antoinette donnent le signal du départ. Une marche digestive nous fait le plus grand bien. Par un joli sentier, en une petite heure, nous rejoignons la gare de Gland. C'est déjà le moment de se dire au revoir.

Un grand merci à nos chefs de courses Myriam et Antoinette ainsi qu'à notre chef-rôtisseur Dany et son équipe de cuisine.

Vincent Tourel

Semaine au Mont-Ventoux du 1^{er} au 10 juin 2019

1^{er} jour : 1^{er} juin, départ de Genève en bus, direction Sault, dans le Vaucluse. Montée dans le bus de Vincent, Carole, Yann, Raphaël, Christian et Myriam, nos chauffeurs et moi-même. Adrien, Fanny et Pierrette nous suivent en voiture. L'humeur est joyeuse. A l'arrivée, Louis, notre guide de la semaine, nous attend et nous emmène visiter une distillerie de lavande et autres herbes de la région. Nous sommes logés dans un gîte du village et le repas se passe au restaurant.

2^{ème} jour : 2 juin : 19 km, dénivelés : + 563m -579m

Après une nuit passée à Sault et un bon repas, départ pour la 1^{ère} étape : Sault – Vergol en passant par Aurel et Montbrun-les-Bains. Nous fleurtons avec la frontière de la Drôme et passons la nuit dans ce département. Rencontre avec un troupeau d'environ 180 chèvres, de leur berger et de leurs chiens. Surprise en arrivant au gîte, à part Sandrine et Roland, arrivés en voiture, on ne nous attend pas, heureusement les lits sont libres, mais Louis nous organise un repas à Montbrun-les-Bains.

3^{ème} jour : 3 juin : 21km dénivelés : + 543m - 898m

Journée des fontaines : de Vergol à Saint-Léger-du-Ventoux en passant par Savoillan et Brantes. Yann a testé la douche-casquette avec l'eau fraîche des fontaines : mettre de l'eau dans la casquette et la verser sur

la tête... le soir, après une longue journée de marche, nous sommes très bien accueillis dans un joli gîte au bord de l'eau.

4^{ème} jour : 4 juin : 12,2 km , dénivelés : + 1041m -9m

De Saint-Léger-du-Ventoux au Mont Serein, journée de montée vers le Mont-Ventoux, arrêt au camping du Mont Serein, station de ski du Vaucluse. Raphaël a testé le nettoyage du sac et des habits avec du dentifrice. Yann a réussi la prouesse de passer son lacet dans une racine. Sandrine a dû rester avec Myriam. Elle a des cloques sous les pieds, aie, aie, aie...

5^{ème} jour : 5 juin : 15km, dénivelés : + 575m -1200m

Du Mont Serein à Bédoin en passant par le mont Ventoux (1909 mètres d'altitude, point culminant de notre semaine). Lever tôt pour permettre à deux journalistes de la région d'interviewer certains d'entre nous. Montée tout en douceur vers le sommet, rencontre avec des chamois. Nous sommes attendus par les journalistes lors du croisement du chemin avec la route, puis au sommet (nous avons fait la une du journal local...) Après l'apéro offert par notre président, descente vers Bédoin. Lors de la pause déjeuner, lancer d'hamburger par Yann, ni vu ni connu grâce à sa rapidité ; heureusement aucun blessé... Logement dans un centre de vacances. Nous ne sommes plus habitués au bruit et au monde...

6^{ème} jour : 6 juin

Journée de repos bien remplie, le matin : visite d'une huilerie (huile d'olive) et d'une cave à vins à Beaumes-de-Venise. L'après-midi : visite des ruines romaines à Vaison-la-Romaine avec Jeannick notre guide du jour. Petits achats pour certains et retour à Bédoin.

7^{ème} jour : 7 juin : 18km , dénivelés : +385m -414m

Virée de Bédoin à Bédoin. Après Raphaël et le dentifrice, voici Roland et le Voltarène. A mi-parcours, nous avons pu prendre une photo de groupe avec le mont Ventoux en arrière-plan. Apéro bien mérité au retour à Bédoin.

8^{ème} jour : 8 juin : 14 km , dénivelés : + 602m -72m

De Bédoin à Saint-Hubert. Départ du village de Méthanis et montée des gorges de la Nesque. Arrivée au refuge de Saint-Hubert. Certains partent se reposer et d'autres continuent leur marche avec Louis dans les alentours. Rencontre avec un chien certainement abandonné et bien mal en point, couvert de tiques. Le groupe décide de le sauver ; Louis et les guides le porte à tour de rôle pour le ramener au gîte. Le propriétaire du gîte nous promet de bien s'en occuper. Louis nous prépare un repas grillades.

9^{ème} jour : 9 juin : 15 km , dénivelés : +279m -344m

De Saint-Hubert à Sault en passant par Saint-Jean-de-Sault. Retour au point de départ. Yann est fier et heureux de pouvoir être guider par Louis. Sandrine n'a malheureusement pas réussi à nous accompagner pour le dernier jour. Elle est retournée au gîte. Avec Myriam, elles ont pu aider le propriétaire et un groupe de spéléologues à enlever les 70 tiques des oreilles de notre mascotte. Repas du soir au restaurant. Sophie, la tenancière, nous a concocté nos excellents pique-niques durant toute la semaine.

10^{ème} jour : 10 juin :

Jour de retour, achat de nougats avant le départ. C'est déjà les adieux pour certains. Roland, Sandrine et Yann rentrent en voiture et Adrien continue ses vacances. Dur, dur. Retour sans encombre. Un grand Merci à notre chauffeur de la semaine : Myriam.

Le beau temps était au rendez-vous et nous avons pu admirer le Mont-Ventoux tous les jours sous tous les angles. Louis nous a fait découvrir la flore locale et cette belle région remplie de cailloux...

Que de beaux souvenirs, merci à tous pour cette merveilleuse semaine, merci à Louis et surtout merci à Vincent pour l'organisation.

Valérie Salomon

Conclusions

En lisant ces résumés, nous constatons que vous avez eu du plaisir à venir marcher avec le GSHV. Nous espérons que de nombreux membres continueront à organiser des randonnées en 2020.

Un grand merci pour tous nos chefs de course qui ont permis que cette saison soit une réussite.

Un immense merci à nos guides qui permettent à nos membres handicapés de la vue de marcher en montagne sur des chemins escarpés en toute sécurité.

Nous nous régalons des gâteaux faits maison ainsi que des boissons qui les accompagnent.

Nous sommes reconnaissants envers les membres qui ont rédigé ces récits de courses qui nous permettent de nous rappeler les bons moments.

Comment vous dire encore une fois merci pour toutes ces belles aventures que nous avons vécues ensemble.

Vincent Tourel