



GSHV / groupe sportif des handicapés de la vue.

Anecdotes des randonnées de la saison 2022

La randonnée en montagne a cette particularité de nous faire rapidement oublier notre quotidien stressant. Ces grands espaces naturels sont une invitation à vivre des expériences uniques et l'intensité de l'instant présent. L'appel des sommets, se retrouver avec le groupe, dépasser ses limites, se reconnecter avec la nature et revenir à l'essentiel. Ce sont des sentiments de liberté et de gratitude qui nous parcourent lorsque nous arpentons les sentiers des massifs montagneux parfois impressionnants qui nous accueillent à bras ouverts.

Grâce à ces anecdotes, vous pourrez découvrir ou vous remémorer les différentes marches de cette année proposées par nos chefs de course.

Bonne lecture

Course : de Versoix à Collex en passant par les bois de la rivière Versoix

Samedi 6 novembre 2021

Chef de course : Bernard Fracheboud

Pour la dernière sortie de l'année 2021, le GSHV s'est regroupé avec la section genevoise, sur le canton de Genève.

Une longue marche, sans grand dénivelé. Une randonnée facile dans les bois de la Versoix avec un grand soleil.

15 membres du GSHV et 19 membres de la section GE, tous emmenés par notre pisteur Bernard Fracheboud.

Le départ à Versoix-gare se fait sur des trottoirs et nous rejoignons le petit canal de la Versoix pour suivre un bisse canalisé entre les maisons du village. Nous continuons dans la campagne entre les champs et les bois.

La pause pique-nique se passe sous un couvert. Mais, la fricasse nous glace le sang et nous ne tardons pas à retourner au soleil sur les chemins forestiers.

Au bout des 15 km, nous nous dirigeons au café restaurant de Collex. L'apéro, les résumés de l'année, et, le programme 2022 nous attendent.

Nous terminons cette journée par un savoureux repas: les filets de perche du Lac de Genève qui nous régale.

Une fois tous les verres vidés, je remercie le GSHV d'être venu vers nous et j'espère que vous garderez un bon souvenir de la Versoix. Votre rapporteur du jour

Laurent Castioni



Course : Col des Mosses, Pra cornet en raquettes

Dimanche 16 janvier 2022

Chef de course : Nicolas Xanthopoulos

L'hiver dernier, nos raquettes sont restées gentiment au chaud, en raison du confinement. Nouvelle année, nouveau règlement: pour participer à nos activités, il fallait être vacciné.

Toutes ces contraintes n'ont pas empêché nos 17 raquetteurs, venus de toute la Suisse romande, de prendre le train et le car postal pour rallier Les Mosses. Il est 10 h.15 quand nous pouvons enfin respirer l'air pur de la montagne et admirer le beau ciel bleu. Les raquettes aux pieds, nous commençons notre balade à travers champs, cambant les pistes de ski de fond tout en admirant les petites pépites de glace. Michèle, voulant prendre une photo, est éblouie par ce spectacle et se retrouve à plat-ventre au milieu des diamants.

Finie la rigolade, la montée commence dans la forêt où nous pouvons admirer des sculptures sur des troncs d'arbres. Malheureusement, elles n'étaient pas toutes visibles, recouvertes par la neige.

La montée terminée, nous sommes maintenant sur le plateau de Pra Cornet qui va nous mener à la buvette du même nom où nous allons nous restaurer. Monique, la patronne du lieu, ayant oublié notre réservation, nous nous installons sur la terrasse en plein soleil. C'est plus agréable que le brouillard de la ville.

Menu du jour: une excellente soupe maison, le fromage du coin et les fameuses tartes aux pommes ou aux myrtilles.

Bien repus, nous reprenons gentiment le chemin du retour en traversant le plateau en zig – zag. Nous nous donnons à cœur joie dans 10cm de poudreuse avant de reprendre la descente dans la forêt, puis, à travers champs. Nous arrivons alors à notre point de départ, le Col des Mosses, et, pour clôturer cette magnifique journée, nous faisons une petite halte sur la terrasse pour un dernier verre. Nous papotons encore un peu et profitons des derniers rayons de soleil, avant de reprendre les transports publics.

Un grand merci à Nicolas, notre chef de course, pour cette magnifique balade hivernale...

Pierre Kehrer

Course nocturne : Les Paccots, le Vuipay

Samedi 5 février 2022

Chef de course : Patrice Geinoz

Ce samedi du début de février, la météo est parfaite. La neige est tombée en suffisance et le soleil brille de tous ses éclats.

Nous sommes 30 participants à nous retrouver au parking du Pont de la Cascade aux Paccots. C'est notre point de ralliement et chacun arrive en voiture, qui de Lausanne, qui d'Yverdon ou encore, qui de Fribourg ou de Romont. Cette sortie en raquettes est organisée conjointement avec le Groupe tandem de Fribourg.

Après les salutations et l'accueil de Karina, nouvelle membre malvoyante du GSHV, nous nous mettons en route sur le sentier qui serpente en forêt en direction du chalet du Petit Mology.



Ce chemin commence rapidement à grimper. Le groupe n'a de cesse de s'étirer. En haut du raidillon, après 20 minutes de marche, Patrice nous propose de faire une petite pause, afin de rassembler les troupes.

Nous continuons à grimper sur un sentier bucolique. Ensuite, nous traversons les champs de neige avec de magnifiques points de vue sur les sommets du Teysachaux et de la Dent de Lys. Au point presque culminant de notre randonnée, près d'un joli chalet, nous faisons notre seconde pause. C'est alors que j'ouvre mon sac à dos et sors du vin blanc, du thé et des flûtes à grignoter pour l'apéritif.

Patrice, nous rappelle à l'ordre car il reste encore un petit bout à gravir avant d'arriver à la buvette d'alpage du Vuipay

Dans ce chalet, nous dégustons une succulente fondue ou d'autres plats du terroir avec le fromage fabriqué durant l'été.

La descente se fait à travers le pâturage, en passant devant l'alpage de Vuipay d'En Bas. Une route forestière à plat nous donnera un peu de répit avant les derniers virages du sentier qui nous ramène à notre point de départ.

Un tout grand merci à Patrice, notre chef de course, pour la bonne organisation de cette sortie.

Vincent Tourel

Course : Le col du Mollendruz la Croix de Châtel.

Dimanche 20 février 2022

Cheffe de course : Teresa Nuez

C'est au col du Mollendruz que nous nous retrouvons à quinze personnes venues de Genève, Vaud, Fribourg, Neuchâtel et Martigny

Après l'accueil de notre président Vincent et la transmission des salutations de nos amis absents, c'est au tour de Teresa de nous décrire la course que nous allons faire.

Chaussés de nos raquettes nous avançons en binômes sur peu de neige. Le temps est gris mais pas de pluie. La montée se fait de plus en plus raide et, de clairières en forêts, nous côtoyons les fameux toblerones pour arriver à la Croix de Châtel à 1432m, notre point culminant.

Au fait qui fût nommé en premier Toblerone ? Est-ce le chocolat ou les barrières antichars?

Du sommet qui devait nous laisser admirer une vue à 360° c'est plutôt bouché. Il faudra revenir... . Puis, avant de rejoindre le chalet d'alpage, nous faisons une jolie boucle. Enfin dans une belle neige! La descente est agréable et l'appétit se manifeste.

Notre table réservée est située dans la cuisine où il fait un peu trop chaud. Ce chalet accueillant est complet. Soupe, assiette froide et une belle tranche de gâteau calment nos estomacs sans trop nous alourdir, la course n'étant pas terminée.

En repartant, le soleil nous accompagne et le chemin alors bien facile, nous réserve un petit passage sportif en forêt. Ne sommes-nous pas là pour faire quelques efforts?

Nous voilà de retour à notre point de départ. Ceux venus en voiture nous quittent. Puis, c'est à Cossonay ou Penthalaz que nous nous séparons chacun et chacune dans nos directions respectives.

Merci à Teresa de nous avoir guidés sur ce joli parcours qui nous a permis à tous de nous retrouver pour partager cette jolie journée.

OdileRames



Devinette : la réponse est le chocolat créé en 1908.

Les barrières antichars, blocs de béton, datent de la dernière guerre dont le nom fût donné par les Vaudois.

Course: Parc jurassien : de l'Auberson aux Fourgs

Chef de course : Roland Rahier, adjointe Danielle Rochat

Dimanche 6 mars 2022

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

Après un voyage en train et en bus sans histoire, nous voici 15 marcheurs dont seulement 3 malvoyants Carole, Michael et moi, au départ de la course à L'Auberson. Avec la chaleur de ce début du mois de mars, la neige a presque fondu. Sur les conseils de Roland, nous avons laissé nos raquettes à la maison.

Après une petite heure de marche dans ce beau décor jurassien nous faisons halte à la gare d'Olten pour une pause boisson, 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.

Nous continuons notre balade par la montée dans la forêt pour rejoindre le plateau. Après une longue traversée nous arrivons à l'entrée du village. Les Fourgs est un petit village de montagne, le plus haut du département du Doubs dans le massif du Jura, à 1100 m. d'altitude

Vers 13h, nous arrivons enfin à la charmante auberge du Vourbey, où la sympathique patronne, Myriam, nous a cuisiné un délicieux repas: salade, jambon, röstis , tarte aux fruits, café.

Vers 14h 30, bien requinqués, nous repartons par un chemin très agréable, où nous jouissons vraiment du bon air et de cette belle journée ensoleillée.

Un grand merci à nos fidèles chef de course Roland et Danielle pour cette magnifique randonnée parfaitement organisée.

Vincent Tourel

Course :Le lac de la Gruyère: de Villarvolard à Bulle

Dimanche 27 mars 2022

Chef de course : Nicolas Xanthopoulos

A la sortie du bus à Villarvolard, une surprise attendait les 28 marcheurs du GSHV. Carole s'est installée sous le magnifique lavoir de ce village. Elle a sorti de son grand sac à dos un petit déjeuner royal. Elle nous offre du thé chaud, des cuchaules et des branches de chocolat.

Notre fidèle chef de course Nicolas, nous décrit ce splendide panorama du lac de la Gruyère qui est parfois considéré comme le plus joli lac artificiel de Suisse. Ce qui est certain, c'est que



ce lac de retenue, alimenté par la Sarine est situé entre Fribourg et Bulle. C'est le plus long du pays avec ses 13,5 kilomètres. La construction du barrage de Rossens s'est achevée en 1947.

La petite île d'Ogoz émerge près de l'extrémité nord du lac et abrite une charmante chapelle rescapée de la montée des eaux du lac après la construction du barrage.

Après avoir remercié Carole et écouté ces précieuses explications, nous pouvons débiter notre balade qui est un peu allongée car la météo est radieuse.

Nous empruntons un sentier vallonné, souvent en forêt, qui borde le lac avec de beaux points de vue sur les Préalpes fribourgeoises comme le Moléson, la Dent de Broc et le Gibloux.

Nous suivons ce sentier avec de nombreux escaliers plus ou moins glissants jusqu'à Broc, village bien connu puisque c'est le lieu de fabrication du chocolat Cailler.

Depuis la fabrique de chocolat, Nicolas cherche le bon chemin pour rejoindre le restaurant. Impossible de le trouver. Ces recherches prennent un certain temps et nous arrivons au restaurant de l'Hôtel de Ville avec beaucoup de retard.

L'après-midi, nous traversons la forêt du bois de Bouleyres pour rejoindre la ville de Bulle. Comme cette randonnée a été plus longue que prévue, nous n'avons même pas le temps de nous arrêter à Bulle sur une terrasse pour boire le verre de l'amitié.

Un grand merci à Nicolas notre chef de course pour cette magnifique balade printanière...

Vincent Tourel

Résumé de la randonnée sur le Jura

Dimanche 24 avril 2022

Chef de course : Bernard Fracheboud

Vu les conditions météorologique et la couche de neige encore très importante sur la Dôle, nous décidons de modifier notre tracé du jour.

Départ de la gare de Saint-Cergue. Nos 45 participants commencent à grimper sur les sentiers du Jura. Le temps est gris mais pas de pluie !

Une première pause aux fruitières de Nyon nous permet de reprendre des forces. Les sentiers se resserrent dans les forêts avant une grande traversée dans le vallon qui mène vers la Genolière.

La dernière grimpette vers la cabane du Carroz est gorgée d'eau. Les pluies de la veille ont rempli les sentiers. Les glissades de certains sont très spectaculaires !

Le pique-nique au chaud dans la cabane nous permet d'alléger nos sacs à dos avant d'attaquer la descente sur la Givrine.

Le retour en train est très calme, il n'y a pas que ma chienne Fendi qui dort ! Les 14 km et les 600 mètres de dénivelé ont fatigué plus d'une personne !



Groupe Sportif
des Handicapés de la Vue
1000 Lausanne

Qui avait dit que les genevois n'avaient pas de dénivelé autour de chez eux ?

Nous avons pu vous démontrer le contraire, mais surtout vous organiser une belle randonnée sur le Jura, avec une excellente équipe de bons marcheurs.

Pas de pluie, que du bonheur !

Votre rapporteur, Laurent Castioni

Course : les Gorges de l'Areuse

Chambrelieu en boucle par l'hôtel de la Truite (Champ du Moulin)

Dimanche 22 Mai 2022

Cheffe de course : Michèle Neuhaus

Grande affluence: plus de 45 participants pour le groupe du GSHV en ce dimanche 22 mai. Ils proviennent de toute la suisse romande pour cette magnifique randonnée, préparée et guidée par Michèle Neuhaus, notre cheffe de course de la journée.

Il faut dire que le programme est bien séduisant, même pour cette grande classique du GSHV. Jugez plutôt : « des ponts de pierre, des passerelles, des cascades et bien entendu des escaliers qui vont rythmer notre progression tout au long de cette belle journée ensoleillée. Au bord des parois rocheuses impressionnantes, la vigilance est de mise et une grande concentration est requise pour tous. Pour les puristes et amateurs de statistiques et autres informations, il n'est pas inutile de rappeler ici quelques caractéristiques de ces magnifiques gorges de l'Areuse et de son site naturel.

Elle naît d'une résurgence alimentée par un réseau complexe d'écoulements souterrains provenant principalement de la vallée de La Brévine. À Saint-Sulpice, elle a creusé un cirque dans les calcaires. Pour prévenir les inondations provoquées par ses hautes eaux auxquelles s'ajoutaient celles de ses affluents, la rivière a été corrigée et endiguée. De Fleurier à Môtiers, le lit naturel a été conservé : c'est la Vieille Areuse, qui représente un paradis pour la faune et la flore de la région.

L'homme moderne s'est intéressé aux Gorges de l'Areuse pour y capter de nombreuses sources. La ville de La Chaux-de-Fonds et l'agglomération neuchâteloise s'alimentent en eau dans cette région. De plus, les ingénieurs ont construit plusieurs conduites forcées pour produire de l'électricité. Le débit de la rivière en est d'autant diminué par secteurs, particulièrement en été.

Sur tout son parcours, cette rivière attire près d'un millier de pêcheurs par an qui pêchent près de 15 000 truites.

Revenons à notre course maintenant. Après un bref discours de bienvenue de Vincent Tourel, notre président, au départ de la gare de Chambrelieu, la course démarre dans la bonne humeur. Le groupe avance de manière bien homogène car à cette heure de la journée il y a encore peu d'affluence dans les gorges. Nicolas est déjà à son affaire pour prendre les photos.



Il est notre spécialiste au GSHV ! Un grand merci à lui, au passage, pour ces fameux rapports photos.

Nous voilà déjà en approche de l'Hôtel de la Truite (Champ du Moulin) qui est à mi-parcours. Il est temps de prendre une bonne pause pour un pic-nique déjeuner sur l'herbe aux abords de l'hôtel.

Bien détendus et reposés, nous repartons en amont des gorges et franchissons d'innombrables ponts. A la mi-journée au fond des gorges, l'atmosphère est un peu pesante et la remontée depuis les gorges bien soutenue. La gare de Chambrélien est en vue et sa terrasse attend le groupe pour le traditionnel et bien mérité pot de fin de course. L'horaire est parfait et nous laisse bien le temps de profiter de la terrasse et d'échanger nos impressions sur cette magnifique randonnée.

Un grand merci spécial à notre cheffe de course Michèle, ainsi qu'à nos guides et bravo à toutes les marcheuses et marcheurs du GSHV. A bientôt pour de nouvelles aventures.

Didier Perretten

Course : Euseigne-Combioule-Ossone-Luette-Euseigne

Dimanche 26 juin 2022

Chef de course : Laurent Mayoraz

Le jour est déjà bien avancé lorsque nous nous retrouvons à la gare de Lausanne. Sur le quai, nous retrouvons les groupes qui viennent de Fribourg ou de Neuchâtel. Les retrouvailles sont fraternelles. Quelle joie de se retrouver... .

Le train longe silencieusement le Léman, l'eau est bleue et calme: une merveille...

Nous avons le plaisir, entre Montreux et Martigny de fêter l'anniversaire de deux accompagnantes, Yenny et Fatemeh. Tout le monde leur souhaite un «Joyeux Anniversaire» en entonnant le célèbre refrain!!!

A Sion nous retrouvons les derniers participants et notre guide, Laurent, qui nous prend en charge.

Dans le car postal l'ambiance est festive et c'est avec un entrain certain que nous débarquons à Euseigne, village typiquement valaisan, avec ces chalets et ses raccards.

Laurent nous indique le sentier et le groupe s'étire au long de celui-ci. Nous sommes vingt-cinq! alors la file est longue!

Arrivés près des célèbres «Pyramides d'Euseigne», Vincent nous souhaite la bienvenue et laisse la parole à Laurent pour quelques explications géologiques en rapport avec les pyramides.

Nous poursuivons notre chemin sur un bon sentier de verdure et arrivons à la Borgne, rivière principale d'Hérens. Tout près, il y a une source thermale, la Combioule, que finalement nous ne visiterons pas l'horaire étant serré.

Nous entamons une montée raide pour l'alpage d'Ossone. Montée qui fait peiner certains et pousse deux participantes à l'abandon.

Sous l'ombre de deux géants verts nous pique-niquons. Cette halte est la bienvenue!



Groupe Sportif
des Handicapés de la Vue
1000 Lausanne

Mais l'heure tourne et il est temps de nous remettre en route. La suite du parcours, le long des flancs de la Borgne, s'avère athlétique et même par moments exposée.

Mais, malgré quelques frayeurs, je pense entre autres à la passerelle suspendue de la Grande Combe et quelques passages vertigineux, tout le monde se retrouve sain et sauf à la Luette, point de retour à Euseigne.

Pourtant certains sont à bout et préfèrent attendre le car qui les ramènera à Euseigne. Ce même car dans lequel nous embarquerons tous une heure plus tard après avoir picoré quelques cerises sur un cerisier sauvage et bu une bière rafraîchissante au Café du Relais. Celui-ci était fermé, mais, la patronne nous ayant vus assoiffés, s'est empressée de venir vider son fût de bière ! Merci à elle!

Fatigués, mais heureux, nous nous sommes dit au revoir à Sion, à Montreux, puis à Lausanne. Chacun a regagné ses pénates et gardé des souvenirs précieux.

Merci à Laurent et à sa suppléante.

Merci à tous et il me presse de nous retrouver à nouveau pour une nouvelle aventure.

Amitiés à tous.

Nicolas, un participant.

Course : Les Diablerets à Bretaye par Tré Chadèze et Ensex

Dimanche 17 juillet 2022

Chef de course : Paul-Henri Vallotton

07h30 hall central gare de Lausanne

Nous sommes là à attendre que tout le monde arrive ! C'était ce qui était convenu. Mais il en manque quelques uns ! Les »fribourgeois ».

07h50 quai 3

Nous embarquons et Mapi lève l'incertitude. Ils sont dans un autre wagon. Ouf, me dis-je en aparté.

Nous nous retrouverons tous à Aigle, notre première destination. Après les salutations d'usage nous embarquons dans un train d'une autre époque : celui qui fait la liaison Aigle-Diablerets, notre but du jour...

A la gare, Paul-Henri Vallotton, notre guide du jour, nous reçoit chaleureusement. Il est vrai que le soleil est déjà brûlant... Il n'est pas venu seul. Colette, sa femme, l'accompagne et sera son « adjointe » au cas où l'un d'entre-nous aurait une... défaillance !

Nous sommes douze en tout. Nous démarrons notre balade en ayant face à nous l'imposant massif des Diablerets, dans la lumière matinale.

Nous suivons la route mais, rapidement, Paul-Henri nous amène sur un sentier ombragé au bord de la rivière Grande-Eau qui coule paisiblement à notre côté.

Puis arrive ce qui devait arriver : une montée assez longue mais constant, dans la forêt, heureusement.

Arrivée à l'alpage de Tré Chadèze et nous faisons un petit arrêt-repos sous l'ombre du chalet homonyme. Paul-Henri profite de cette halte pour nous apprendre quelques détails historiques qui ont secoué les Ormonts, vallée où nous sommes. Une bataille a eu lieu ici-même. L'enjeu ? Les Ormonans désiraient rester sous la houlette bernoise alors que le pays de Vaud voulait son indépendance. Quelques soldats du cru mettent en déroute les coalisés franco-vaudois. Malgré cette victoire et quelques morts, la vallée deviendra vaudoise. La bataille s'étant jouée ailleurs avec comme acteur principal la Général Napoullione, alias Bonaparte ! C'est pourquoi nous avons la chance de parler aujourd'hui le français plutôt que le... bernois !



Groupe Sportif
des Handicapés de la Vue
1000 Lausanne

Nous poursuivons notre route et arrivons aux Fond des Mazots, lieu-dit qui, pour nous, signifie que le soleil ne va plus nous quitter...

Courageux, nous entamons la montée, encore et encore jusqu'à la Tête de Meilleret. Un coin d'ombre nous permet de pique-niquer justement à... l'ombre.

La suite se fait sur l'arête de Meilleret avec des vues spectaculaires sur le massif des Diablerets, celui des Muverans mais aussi, grandiose, celui du Mont Blanc au lointain.

Fatigués, surchauffés mais heureux, nous atteignons notre destination : Bretaye et son restaurant où nous nous jetons qui sur une bière qui sur autre boisson rafraîchissante.

Il est 16h45 et notre train n'attend pas. Il est bondé mais nous trouvons quelques places assises.

Le paysage défile, c'est beau. A Villars un moment de flottement. Faut-il descendre ou non ? Il y a un mouvement de foule mais nous restons assis jusqu'à Bex...

Le train nous ramène vers Lausanne pour les uns, avant pour d'autres et après pour certains. On se dit « au revoir », conscients d'avoir passé une belle journée.

Merci à toutes et tous et, particulièrement, à Paul-Henri et Colette pour cette belle randonnée. Amitiés

Nicolas (élu à la majorité pour concocter cette « anecdote » !

Course : Le Bisse du Tsittoret à Crans-Montana

lundi 1^{er} août 2022

Chef de course : Nicolas Xantopoulos

Nous sommes treize pour cette course de la fête nationale ;double porte-bonheur comme Nicolas, notre gentil chef de course (GCC) en a fait personnellement l'expérience, ce jour - là.

Départ à pied à 10h30 d'Aminona (1514 m) par temps ensoleillé, avec la bonne humeur coutumière.

Marche bienfaisante sans encombre jusqu'à la Cave du Sex (1872) , où une pittoresque cascade nous accueille. Là, nous décidons de poursuivre la remontée du bisse. Pas loin et en contrebas de la cabane de la Tièche, une seconde cascade complique le chemin du bisse, par une montée plutôt raide. Nous optons alors pour un retour sur nos pas, jusqu'à trouver un emplacement ombragé pour avaler notre pitance de midi car les ventres crient famine. Un endroit est trouvé sous la fraîcheur d'un arbre,

Soudain une voix inquiète s'élève : « où est mon sac à dos ? » ; l'appendice caudal de notre chef de course est introuvable. Nicolas file alors en direction de la seconde cascade, point extrême de notre course, sur nos précédentes traces. En vain : aucun sac !

Pendant cette recherche, un de nos guides, Oliver, mu par un pressentiment, part dans la direction opposée, vers la Cave du Sex, proche et plus bas : le fameux sac à dos s'y trouvait bien, déposé à terre, sagement dans l'attente de son maître. Finalement, Nicolas retrouve donc son cher sac , ramené à notre lieu de picnic grâce à Oliver. Tout est bien qui finit bien !

Revigorés, nous repartons et longeons le bisse du Tsittoret, dans le sens de son écoulement, jusqu'à la célèbre tour Super-Crans, à Vermala ; construite au milieu des années 60 par l'architecte genevois J.-M. Ellenberger. Elle rappelle volontairement la Cité Radieuse de "Le Corbusier" par ses toiles de tente aux couleurs pures - rouge, bleu et jaune -.



Groupe Sportif
des Handicapés de la Vue
1000 Lausanne

Bus à 16h50 pour Crans, puis suite du trajet vers Sierre et retour au bercail. Journée réussie..
Merci à tous les participants.

Henri Bovay

Course : De Montbovon à Caux en passant par le col de Jaman

Dimanche 21 août 2022

(Chef de course : Christiane Burnens)

Une vingtaine de personnes se retrouvent à la gare de Montbovon pour participer à cette randonnée. Nous accueillons un nouveau guide qui se prénomme Olivier. Les présentations faites, Christiane notre chef de course de ce jour, nous décrit notre marche. Elle nous explique que nous allons emprunter le chemin du muletier de Jaman. Elle nous raconte qu'une partie de notre itinéraire reliant Montbovon à Montreux en passant par le col de Jaman était autrefois une importante voie commerciale pour l'exportation du fromage. Le point fort de ce chemin historique est le vieux pont en pierre du Pontet, qui date du 16e siècle. En 1993, des travaux de restauration du pont ont permis de dégager le pavage original avec les anciennes ornières des chars. Après ce descriptif historique fort intéressant, nous nous mettons en route.

Nous débutons tout d'abord sur un sentier balisé. Nous passons par prés et bois au-dessus du village, puis nous redescendons légèrement jusqu'au pont du Pontet qui enjambe l'Hongrin dans une gorge rafraîchissante. Là, nous effectuons la montée jusqu'à la route d'Allières. Nous traversons le hameau en passant près du beau bâtiment du restaurant de la Croix de Fer. Ensuite, une petite montée nous amène jusqu'à la gare des Cases. Arrivés à cet endroit, nous avons déjà parcouru 300 mètres de dénivelé. Mais, le plus dur est encore à venir, car en tout 700 mètres de montée sont au programme de notre randonnée. Nous continuons de monter pour rejoindre les alpages des Cases puis de la Joux. Et là, il y a un moment de réflexion. Nous hésitons longuement sur le chemin à prendre pour arriver au col de Jaman. Mais après avoir fait demi-tour sur quelques mètres, tout semble rentrer dans l'ordre. Après une heure et demie de montée passablement raide, nous arrivons enfin au col. Heureusement, car nos estomacs crient famine, nous sortons notre casse-croûte. Il est temps d'amorcer la descente. Nous prenons alors un sentier à flanc de coteau dans la forêt qui nous mène sur les hauts de Caux. C'est une descente qui n'est pas de tout repos et qui demande de la concentration. Il y a beaucoup de racines, des pontons métalliques à passer et le chemin est très glissant car il a plu la veille. Quelques chutes ont lieu, mais personne ne se fait de mal. C'est lors d'une chute, que les chaussures de marche de Viviana rendent l'âme, ces semelles se décollent ! Nous terminons notre marche par une courte descente sur une route goudronnée qui nous conduit à la gare de Caux. Avant de prendre le train, nous avons un peu de temps pour nous désaltérer sur une terrasse. Sur le trajet du retour, le MOB, qui nous véhicule jusqu'à Montreux, est bondé. Certains d'entre nous doivent rester debout.

Ce fut une belle sortie avec une météo clémente et dans la bonne humeur. Elle restera gravée dans nos mémoires !

Viviana Forney



Course : Charmey lac de Montsalvens

Dimanche 25 septembre 2022

Chef de course : Nicolas Xantopoulos

Pour la première fois, j'ai eu la chance de participer à la marche du 25 septembre 2022, à Charmey, avec le GSHV. Au début, nous devons faire la marche depuis le pied des cabines de la Vounetz. Puis, nous serions montés jusqu'au sommet. Mais finalement, à cause de la pluie, nous avons fait le tour du lac de Montsalvens. C'était une très jolie marche avec beaucoup de techniques, mais pas trop compliquée. En tout cas, nous avons bien ri. La journée s'est bien passée. Le soleil était dans nos cœurs durant tout le dimanche malgré les nuages qui nous ont entourés par moment.

Avant de commencer la journée, je suis partie en compagnie de ma maman qui m'a amené jusqu'au kiosque de la gare de Fribourg. Étant arrivée en avance, j'ai attendu 15 petites minutes avant que les autres n'arrivent. Et comme il y avait 2 kiosques, je ne savais pas où retrouver les participants. Nous étions une bonne dizaine à attendre. Puis ma maman a vu Carole se déplacer avec sa canne. Elle croyait que c'était pour moi. Elle la voyait partir du mauvais côté. Finalement, elle s'était rendu compte qu'elle allait à la boulangerie.

J'ai fini par retrouver Vincent et les autres membres. Une fois que nous nous sommes réunis, en attendant ceux de Lausanne et de Genève, quelques uns ont décidé de prendre un café et un croissant vu que nous étions en avance. Bref, en gros, comme un petit déjeuner.

Puis c'est là que tout a commencé. Nous nous sommes rejoints à l'arrêt de bus pour partir tous ensemble. Puis la marche a démarré en répartissant les binômes. 5 heures de marche sur des cailloux, de la gadoue, des roches, des escaliers, et un pont qui bougeait. C'est à ce moment que j'ai beaucoup ri avec les personnes qui marchaient avec moi. Désolée Jenni ! c'était ma guide du jour. Bon ça va, j'ai été gentille. Le pont ne bougeait pas seulement à cause de moi, mais c'était dû au fait que nous étions de plus en plus nombreux à être dessus.

Puis, la journée s'est finie par une bière, jus et café dans un restaurant avant de reprendre le bus pour rentrer sur Fribourg.

Merci le GSHV de m'avoir invitée à cette balade et je me réjouis d'en refaire d'autres à vos côtés ! Et en tout cas, merci aussi de m'avoir supportée. Car je vous l'accorde, j'étais plus que rayonnante.

Un tout grand merci à Nicolas, notre irremplaçable chef de course qui sait s'adapter à toutes les situations.

Justine Rossat

Course : De Morges à Saint Prex

Chefs de course : Frank Fischer et Hervé Hirt.

Dimanche 23 octobre 2022

C'est par une journée ensoleillée et un joli discours que Vincent, notre président, nous réunit devant la gare de Morges. Je signale que Pierre notre président honoraire est aussi de la partie. 34 participants se sont inscrits à la sortie qui nous emmènera à la cave Bon Bocard pour partager un délicieux repas. Mais avant, les tandems se forment et nos guides nous décrivent



le parcours. Nous allons suivre le sentier de la Morges, puis une partie du sentier de la truite par la forêt. Sentier étroit aménagé avec de nombreux escaliers en bois, en grande partie refaits à neuf.

Par moments nous sommes près de la rivière et les chiens en profitent pour prendre des bains. Parfois nous nous en éloignons en suivant le chemin escarpé et un peu glissant après les pluies de la nuit dernière. L'endroit est bucolique à souhait. Par moment le murmure de l'eau est couvert par la joie des participants qui s'expriment par la voix.

Puis à la sortie de la forêt, c'est le château de Vufflens qui apparaît dans toute sa splendeur au milieu des vignes.

Ce magnifique château médiéval et son imposant donjon date de la fin du XIV^{ème} siècle. Il est la propriété de la famille de Saussure depuis le XVII^{ème} siècle comme nous l'a décrit notre ami Michel André dans un intéressant exposé.

Tous les appareils photos ont été sortis. Je dois signaler que Raphi a fait une très belle photo du château. Ceci ne nous empêchera pas de nous précipiter sur les photos présent par notre excellent photographe en fonction Nicolas !

Notre parcours continue sur un chemin facile, entouré de vignes, qui nous conduit très vite à la cave Bon Bocard où nous accueille la famille Bugnon au milieu de son domaine.

L'apéritif, très apprécié, est pris dans la cour du Domaine. Il nous est offert par Frank, Hervé et Béatrice, et plus tard encore, les cafés. Un grand merci à vous pour votre générosité. S'ensuit un bon repas, avec entrée et bons vins, suivi de nombreux desserts offerts par les participants contents de se retrouver et de se rappeler de nombreux souvenirs ou, simplement pour faire plus ample connaissance.

Le retour se fait facilement jusqu'à la gare de Saint Prex où nous prenons le train pour rentrer et nous séparer.

Merci à Frank et Hervé pour cette magnifique journée ainsi qu'à Françoise et Béatrice qui ont reconnu de nombreuses fois ce parcours.

A oui, un grand merci aussi à Benjamin qui s'est démené pour nous servir.

Odile Rames

Et pour conclure

En lisant ces résumés, nous constatons que vous avez toujours du plaisir à venir marcher avec le GSHV

Merci à vous tous pour votre engagement, vos sourires, votre convivialité.

Nous remercions chaleureusement tous nos guides qui permettent à nos membres en situation d'handicap visuel de marcher en montagne sur des chemins escarpés en toute sécurité.

Nous avons apprécié la participation des membres du Club Alpin qui sont venus en renfort soit pour organiser des randonnées, soit pour accompagner nos sportifs déficients visuels lors de nos escapades.

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

Nous espérons que l'année prochaine, vous aurez toujours autant d'enthousiasme à venir marcher avec le GSHV et que certains d'entre-vous continuerez d'organiser des randonnées.

Avec un peu d'avance, nous vous souhaitons à toutes et tous de très belles fêtes de fin d'année et nous nous réjouissons de vous retrouver tout prochainement pour une nouvelle saison riche en événements.



Groupe Sportif
des Handicapés de la Vue
1000 Lausanne

Votre Président
Vincent Tourel