

# Le Journal



# 2020



« Un homme qui ne marche pas ne laisse pas de trace » (Georges Wolinski)

## SOMMAIRE

- p. 2-3 : Tout sur l'association
- p. 4-5 : Bilans : activités et finances
- p. 6 : Séjour de ski
- p. 7 : Gymnastique et Marche Nordique
- p. 8 : Formation avec l'ANENA
- p. 9 : Formation avec la FFMM
- p. 10-11 : Des Chaussures et des Livres
- p. 12 : Souvenirs, souvenirs

## Montagne Évasion

Maison du sport  
3 rue de la Liberté  
38130 Échirrolles

Permanences tous les vendredis  
de 10 h à 11 h30  
(hors vacances scolaires)

### Site internet :

<http://www.montagne-evasion38.fr>

mail :

[montagne.evasion@laposte.net](mailto:montagne.evasion@laposte.net)

☎ 04 76 09 46 53 (répondeur)

### Directrice de la publication :

Nicole Pelletier Corvi

### Réalisation :

Belle Jean-Pierre

Mireille Holtzer

### Impression :

E.S.A.T. de Pré-Clou  
21 Avenue Grugliasco  
38130 Échirrolles

Dépôt légal : Décembre 2020

N° ISSN : 1283-3290

### Crédits photos :

1<sup>ère</sup> de couverture, JP. Belle (Photo prise à Combloux)  
P. 2, P. Holtzer  
P. 6, M. Girard  
P. 7, M. Dornier-Moulin  
P. 8, F. Fontaine  
P. 9, JP. Belle  
P. 12, P. et M. Holtzer

### Ils nous ont quittés cette année :

**André MARTINET** était adhérent depuis de nombreuses années à la rando du mardi.

**Jean-Louis BELY**, adhérent ces dernières années au jeudi après-midi mais surtout un assidu à l'activité gymnastique dès la création de cette dernière.

**Claude GODIN**, ancien animateur et trésorier de Montagne Evasion.

## En bref !

### Une année en demi-teinte

**Il est bien trop tôt pour dresser un bilan définitif et mesurer l'impact global de la pandémie pour notre association mais nous pouvons commencer à en tirer quelques enseignements.**



**N**ous avons été heureux de constater aux inscriptions d'automne que vous étiez là, que vous avez répondu présents. Vous continuez l'aventure avec nous et cela nous récompense de notre engagement à Montagne Évasion. MERCI.

L'entraide et la solidarité sont les clés de notre résilience, c'est-à-dire de notre capacité à résister et à continuer à aller de l'avant, à se projeter vers l'avenir.

Notre saison de printemps n'a pas eu lieu, la saison d'automne a été écourtée et nous avons bien du mal à tenir nos réunions du conseil d'administration. Notre Assemblée Générale est reportée à quand ?

Mais tous ces aléas et contre temps ne nous ont pas empêchés de travailler et de nous projeter à l'horizon 2021.

Nous avons pour projet de reformuler nos règlement intérieur et règles de fonctionnement en un seul document, un travail de longue haleine et exigeant qui a été fait et soumis aux administrateurs. Il ne reste plus qu'à être amendé et adopté dès que l'on pourra se réunir normalement !

Le bénévolat a également fait l'objet d'une valorisation. Cette valorisation est l'estimation calculée en heures de travail du temps que consacrent chaque année les bénévoles de l'encadrement pour « faire tourner la maison ». Elle correspond à l'emploi non rémunéré de 2,68 personnes à temps complet sur douze mois ! Nous ne remercierons jamais assez nos bénévoles.

L'équipe administrative, bien que n'ayant pas toujours des tâches faciles est très efficace, nos animateurs sont toujours à la recherche de nouvelles randonnées pour vous satisfaire, ce sont des découvreurs hors pair ! Bref ils sont tous créatifs et passionnés.

Enfin, en cette période faite d'incertitude, nous restons convaincus qu'il est plus que jamais important de réaffirmer nos fondamentaux en continuant à dérouler avec bonheur nos activités. Nous serons toujours heureux de découvrir ensemble de nouveaux horizons dans le magnifique terrain de jeu que sont les montagnes qui nous entourent. Nous comptons sur vous, nous vous rappelons que nous avons besoin de personnes qui s'engagent auprès de nous. Apportez-nous votre soutien en intégrant l'équipe du conseil d'administration.

*Nicole Pelletier Corvi*

**D**epuis de longs mois le coronavirus est entré dans nos vies... Au moment où vous lirez ces pages, la plupart d'entre nous sortiront probablement d'une longue période de confinement et n'auront spontanément qu'un seul mot à dire « liberté » et qu'une seule envie, se précipiter dans nos montagnes qui nous ont tant manqué ces derniers mois.

Les moments difficiles que le monde solidarité et le bien vivre ensemble épanouissement personnel. Qu'avons-monde « d'après » sera surtout le dans notre quotidien, de nouvelles attention à l'autre, aussi bien Beaucoup de choses ont changé, et mettra tout en œuvre pour que nous activités dans les meilleures conditions responsabilité et de solidarité, nous et vous rappeler toutes les précautions poursuivrons notre route avec un seul



Notre saison d'automne bien qu'écourtée par obligation s'est réalisée dans de bonnes conditions grâce à l'engagement de tous. A vous, adhérents et bénévoles de Montagne Évasion, je profite de ces quelques lignes pour vous dire MERCI. L'année 2020 se termine. Puisse 2021 nous faire oublier cette terrible pandémie.

Je suis pleine d'espoir et je vous adresse avec l'ensemble des administrateurs et animateurs, à vous et vos familles nos vœux de santé, joie et bonheur pour l'année 2021.

traverse nous ont démontré à quel point la sont des valeurs essentielles à notre nous appris ? Tout d'abord que ce fameux monde « avec », tant nous avons à intégrer manières de se protéger et de faire individuellement que collectivement. vont changer. Montagne Évasion met et puissions de nouveau profiter de nos possibles. Fidèles à nos valeurs de serons toujours là pour vous accompagner que nous impose cette crise sanitaire. Nous mot pour tous : la Bienveillance.

*La présidente, Nicole Corvi*

## Qui – fait – Quoi

### Président d'honneur

René Gavaille

### Membres du conseil d'administration (22 maximum)

Michel Bouyneau - Michèle Bronner  
Jacques Buratti - Nicole Corvi  
Josette Coquard - Enza Descombes  
Francis Fontaine - Josette Gilbodon  
Jean-Michel Girard - Michel Girard  
Roman Gomez - Mireille Holtzer  
Alain Lescure - Raphaël Martinez  
Jean-Pierre Paissaud - Anne Perrin  
Nicole Tartamella - Nicole Vanin

### Membres du Bureau

**Présidente :** Nicole Corvi  
**Vice-Présidente :** Mireille Holtzer  
**Trésorière :** Josette Coquard  
**Trésorière adj. :** Enza Descombes  
**Secrétaire :** Anne Perrin  
**Secrétaire adj. :** Josette Gilbodon

**Membres :** Michèle Bronner  
Francis Fontaine - Raphaël Martinez -  
Nicole Tartamella

### Vérificatrices aux comptes

Christiane Rossi – Ginette Chabert

### Activités culturelles

Josette Gilbodon

### Responsables des activités sportives

#### Coordinateur des animateurs :

Raphaël Martinez

#### Gymnastique :

Jean-Pierre Paissaud

#### Réseaux radios sécurité :

Francis Fontaine

#### Randonnées pédestres :

##### Mardi :

Roman Gomez et Nicole Corvi

##### Jeudi journée :

Francis Fontaine et Raphaël Martinez

##### Jeudi ½ journée :

Raphaël Martinez

#### Raquettes :

**Sorties journée :** Jean-François Dussert

Francis Fontaine et Roman Gomez

#### Sorties ½ journée :

Robert Chaumat et Raphaël Martinez

**Marche nordique :** Catherine Laporte

### Ski de piste :

Jean-Michel Girard et Michel Girard

### Ski de fond :

Michel Bouyneau et Michel Girard

**Planning :** Raphaël Martinez

### Carto-topographie :

René Gavaille et Jean-Claude Rave

### Responsable D.V.A. et ceintures :

Jacques Buratti

### Suivi pharmacies :

Jean Claude Rave

### Formation, tirage de cartes :

Gisèle Serre et Jean-Claude Rave

### Répondeur - annonce :

René Gavaille et Francis Fontaine

### Site internet

Mireille Holtzer - Nicole Tartamella -  
Pascal Holtzer

### Relations

**Mairie d'Échirolles :** Nicole Corvi

### Cars Perraud :

Jean-Michel Girard et Nicole Corvi

**PGHM/ANENA :** Francis Fontaine

**CDRP 38 :** Gisèle Serre

## Bilan des activités de l'encadrement

### Manifestations diverses :

- Septembre 2019 : *Forum des sports à Échirrolles*
- Repas des Administrateurs le 04/10/2019

### Formation des animateurs :

- Journée DVA à Chamrousse le 22/11/19
- Journée formation ANENA à Super Collet le 9/01/2020 – 10 participants
- Journée mise à niveau secourisme le samedi 09/11/19
- Stage de formation raquettes du 16/01 au 19/01/2020 (Pascal Holtzer et Jean-Pierre Belle)
- Stage IphiGénie le 26/09/2020 (Jean-Claude Rave et Pascal Holtzer)

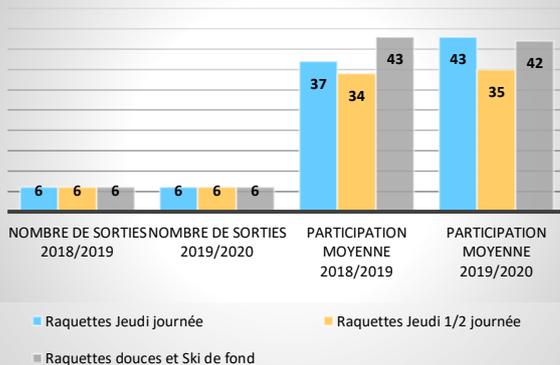
### Réunions des animateurs :

- Tout au long de la saison

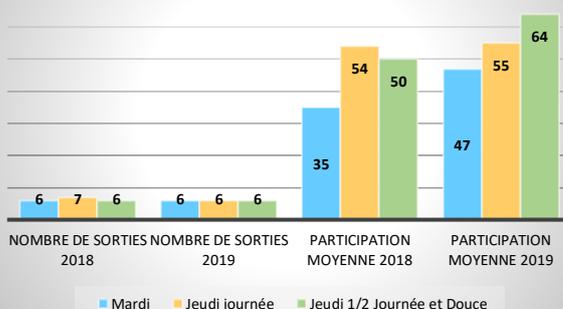
### Réunions diverses :

- Réunion Sports 10 L'Echirrolloise – le 30/09/19 le 07/09/19
- Réunion du FIH - le 12/11/19 - (Nicole Pelletier Corvi)

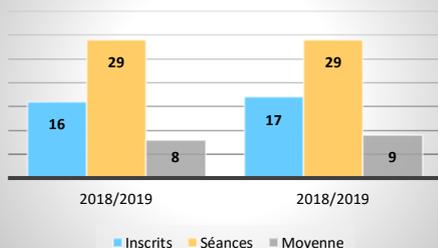
### Activités d'hiver 2020



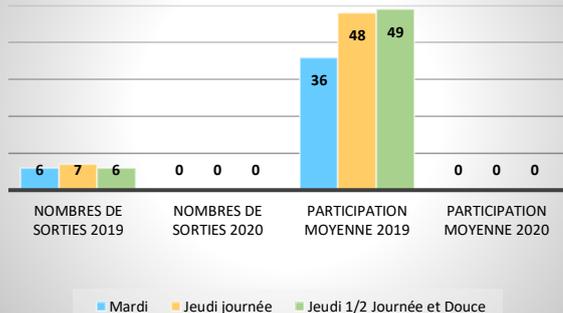
### Randonnées automne 2019



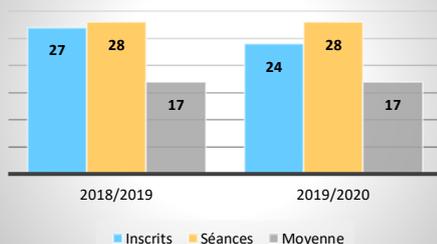
### Marche nordique



### Randonnées printemps 2020 annulées

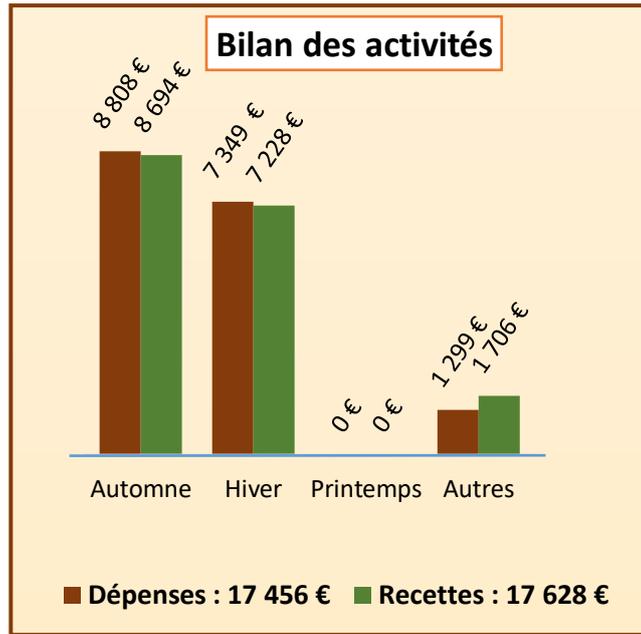


### Gymnastique

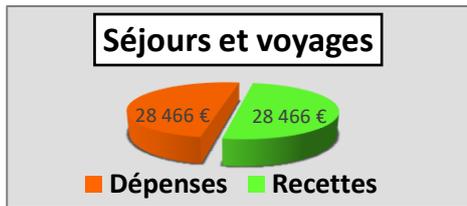


# Bilan : activités et finances 2019-2020

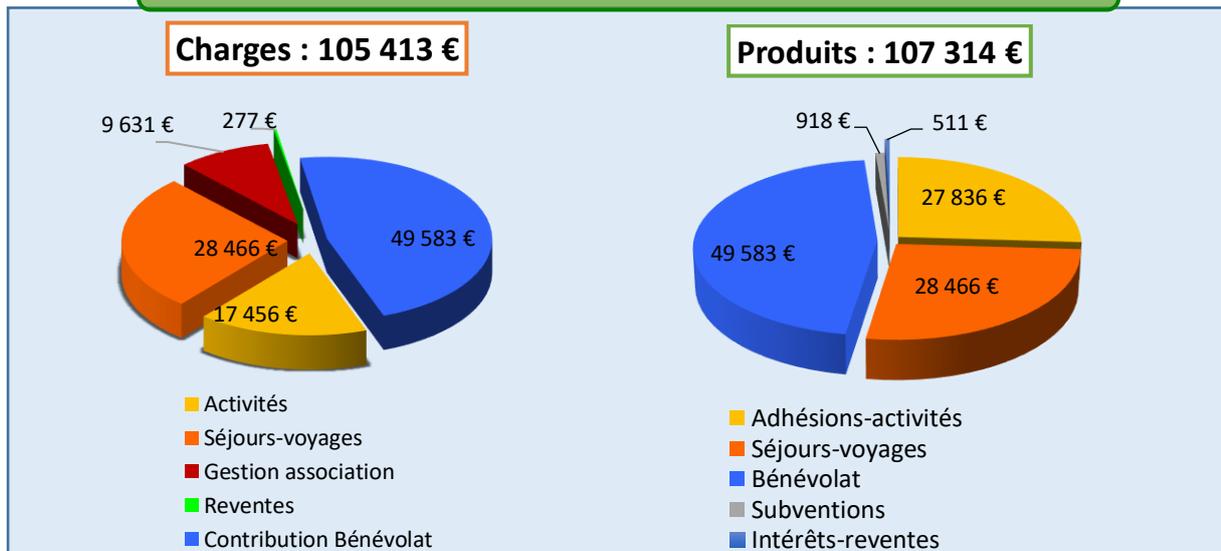
Ces graphiques permettent de visualiser facilement les différents postes, et de se faire une idée juste sur une gestion claire et rigoureuse. La contribution du bénévolat est une valeur qui doit figurer dans la présentation des comptes. C'est l'estimation du nombre d'heures effectuées par les bénévoles calculées sur la base du SMIC. Mais elle n'a pas de valeur monétaire dans le budget.



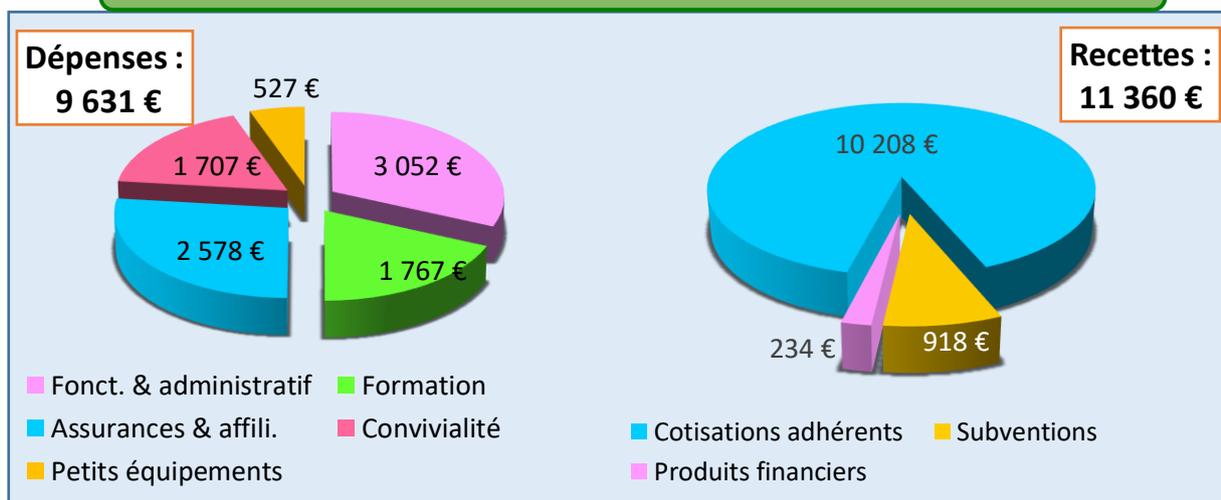
**Autres :**  
 - gym  
 - marche nordique  
 - culturel



## Bilan financier par grandes catégories



## Répartition : dépenses, provision et recettes en gestion courante



## Les skieurs à RISOUL 1850

### ZOOM

- Du 25 au 31 janvier 2020
- 41 participants
- L'espace VARS et RISOUL :  
La Forêt Blanche
- Résidence :  
Village Vacances Léo Lagrange

Annie Boutaz

Risoul et Vars, ce sont 185 km de pistes qui forment le plus grand domaine des Alpes du Sud : la Forêt Blanche.

### Les skieurs

Nos quatre accompagnateurs, Michel Girard, Michel Josserand, Jean-Michel Girard, Raphaël Martinez forment quatre groupes de niveau et nous emmènent dès le dimanche matin au soleil sur les pistes damées. Les plus forts traversent la forêt de mélèzes dans la "poudre", d'autres filent vers Varcès avec enthousiasme. Quel bonheur ! Il y aura encore une demi-journée de soleil, mais le brouillard, la neige, vont nous freiner.



Notre champion, Michel Girard, va nous laisser... tomber, deux côtes fracturées. Il partira en ambulance avec Margaret, nouvelle skieuse de Montagne Évasion, blessée au genou. Pensons à eux.

### A l'hôtel

Les repas variés, abondants créent des moments de convivialité appréciée ; les boissons "faites maison" circulent tous les soirs. Quelques pots ont enrichi la bonne humeur. Dommage, le mauvais temps nous a privé du pique-nique sur la neige.

### Les marches

Huit vacancières ont marché au gré des envies ; douceur de la neige, féerie des paysages ; que du plaisir ! Tout cela rythmé par des séances sportives de réveil musculaire ou de stretching, d'ailleurs ouvertes à tous.

### Nos amis

Michel Josserand envoie des photos et des mails du séjour, à André et Mado.

André : "Merci pour tous ces signes d'amitié qui nous permettent de rester proches de vous. Je me repasse les "films" de quelques descentes et cela me fait rêver". Avec Jean-Michel, nous avons pris la piste HEUREUX qu'il aimait tant, en pensant à lui.

### Dernière soirée

Les remerciements fusent. Merci à Jean-Michel qui travaille dès juin au prochain séjour. Le soir nous dansons pour fêter le séjour. Vendredi départ sous le soleil, la Meige est éclatante de lumière.

**Vivement 2021 à ..... Montgenèvre du 25 au 31 Janvier**



## La Gymnastique



Tous les lundis, les séances de gymnastique se déroulent au gymnase Pablo Picasso à partir de 17h30. Une vingtaine de gymnastes enthousiastes participe à ces séances hebdomadaires, animées à tour de rôle par Jean Pierre et Bernard.

Pour gravir les sommets, dévaler les pentes enneigées ou simplement randonner dans nos belles montagnes, il faut être un minimum entraîné. Le but de la gymnastique, c'est nous permettre d'être préparés physiquement à nos différentes activités et trouver cet équilibre physique et mental indispensable à une bonne santé. Après échauffement, nous enchaînons renforcement musculaire, assouplissements et étirements en finissant par un moment de relaxation. A travers différents exercices, nous cherchons également à travailler notre vigilance, notre équilibre et notre concentration.

Comme tous les ans, un moment de convivialité apprécié de tous,

nous a réunis en début d'année pour partager la galette des rois. Nous ne pouvions pas savoir alors que notre saison de gym allait être brutalement interrompue par l'irruption d'un méchant virus et de la pandémie de Covid 19. Nous avons dû arrêter notre activité pendant le confinement mais nos deux animateurs ont tenu à maintenir un lien de solidarité pendant cette période difficile par l'envoi quasi-quotidien du «Journal des Confinés» qui diffusaient des liens pour continuer à entretenir notre forme sur des sites dédiés à la gym, mais aussi des informations sur les mesures Covid, des randonnées virtuelles, des recettes de cuisine, des petites histoires drôles, des dessins humoristiques, etc.... Merci encore à tous les deux d'avoir entretenu cet esprit de convivialité, de solidarité et d'amitié qui est la marque de Montagne Évasion.

*Marion Dornier-Moulin*

## La marche nordique

**Quand j'ai vu pour la première fois des personnes faire de la marche nordique, je me suis dit que c'était un coup de marketing, un moyen de faire acheter des bâtons à des personnes qui, auparavant marchaient sans.**

Mais lorsque j'ai pratiqué avec Montagne Évasion, j'ai compris que c'était un sport à part entière.

C'est un sport d'endurance qui apporte un bien-être physique et mental, qui permet d'exercer dans des lieux et terrains différents avec un aspect de découverte. La marche nordique améliore la respiration, le système cardiovasculaire et tonifie la chaîne musculaire de l'ensemble du corps. C'est un sport complet qui peut être pratiqué à tout âge, un excellent entraînement pour la randonnée en montagne.

Notre groupe animé par Catherine Laporte, remplacée en cas de besoin par Gisèle Serre et Jean-Pierre Paissaud, s'est retrouvé tous les lundis matins de septembre 2019 à mars 2020 pour une séance de 2h à 2h30. Après échauffement, nous partons pour un parcours de 7 à 8km en moyenne. Nos parcours sont variés: la Frange verte bien sûr mais aussi les berges du Drac, les sources de Rochefort, le désert Jean-Jacques Rousseau....

Notre groupe est chaleureux, convivial et nous aimons nous retrouver pour un moment festif, ce que nous avons fait à Noël 2019 autour d'un buffet bien fourni à la Frange verte.

Domage que le confinement soit venu stopper notre bel élan. Mais nous nous retrouverons dès que possible pour continuer à pratiquer notre marche préférée.



*Marion Dornier-Moulin*

## Une journée de formation avec l'ANENA

### ZOOM

- ANENA (Association Nationale pour l'Etude de la Neige et des Avalanches)
- Le Collet d'Allevard
- DVA : détecteurs de victime d'avalanche)

Francis Fontaine



La séance a eu lieu sur la station du Super Collet d'Allevard, avec Thierry Mezzani, accompagnateur en moyenne montagne, formateur et consultant de l'ANENA.

Le sujet était «**Connaissance du milieu enneigé pour sorties raquettes**».

La journée de la formation s'est déroulée en deux parties:

#### Partie 1 en salle

Avoir les connaissances théoriques de base

Les facteurs humains: composition du groupe, niveau technique des participants.

L'étude préparatoire de la randonnée: orientation, itinéraire, pente, échappatoire.

Le Bulletin des neiges et des Risques d'Avalanche (BERA), comment le lire, l'interprétation et l'application des risques sur la course prévue.

#### Partie 2 sur le terrain

Mise en œuvre et maintenance des DVA : comment contrôler efficacement le groupe.

Déplacement conforme à la préparation faite le matin en salle avec mise en pratique et la comparaison entre étude sur la carte et le terrain.

Modification des cheminements en fonction des observations sur le terrain.

S'orienter régulièrement sur le terrain et sur la carte.

Les règles de sécurité lors des passages plus ou moins exposés.

Savoir laisser la trace pour prendre du recul et observer le terrain et le groupe.

Observer la suite de l'itinéraire pour choisir la meilleure progression.

Rester attentif au groupe : condition physique et/ou psychique.

Lecture et application des fiches éditées par l'ANENA.

En conclusion :

Une journée pleine d'enseignements qui a répondu aux attentes et aux questions des participants. A poursuivre.

*Une sortie raquette cet hiver vers la Croix de Chamrousse*

## Les animateurs en formation à Combloux

### ZOOM

- Du 16 au 19 janvier 2020
- 2 participants
- Combloux, Haute-Savoie
- FFMM, Fédération Française du Milieu Montagnard
- Evaluation réussie

*Pascal Holtzer*



Deux animateurs de l'association ont participé à un stage d'animateur raquettes pendant trois jours à Combloux. Un stage organisé par la FFMM.

L'objectif de ce stage est de nous donner les bases nécessaires à la préparation et à l'encadrement des sorties raquettes en toute sécurité.

Le chapitre sécurité est de loin le plus important, avec en prime, la première matinée, la visite guidée du PGHM de Chamonix où nous avons rencontré les secouristes et un pilote d'hélicoptère. Ils nous ont parlé de leur métier mais aussi des bons réflexes à adopter en tant qu'animateur lors de l'appel des secours.

De retour au chalet, nous apprenons tout... enfin presque, sur la nivologie, les différents types de neige, les situations à éviter, la formation des plaques à vents...

Ensuite nous parlons avalanche, déclenchement, protection et fonctionnement des DVA (détecteurs de victime d'avalanche).

Le lendemain la neige qui a eu la bonne idée de tomber pendant la nuit est au rendez-vous. Donc, c'est parti pour les exercices avec pelle,

sonde et le DVA. Pas toujours évident de suivre les indications du DVA, la ligne droite n'étant pas toujours le chemin le plus rapide.

L'après-midi, préparation d'une randonnée raquettes. Découverte de la cartographie adaptée à la montagne enneigée, décryptage des bulletins montagne, notion de pentes...

Puis vient la grande journée, celle de la sortie à la journée pour mettre en application les sujets abordés au cours du stage et pour l'évaluation finale. La neige est bonne, bien poudreuse, le soleil est là dans un paysage magnifique, un régal.

Le départ se fait en petit groupe et

chacun à notre tour nous menons et jouons le rôle de serre-file. Bien sûr pas de balisage, pas de GPS, sinon où serait le plaisir ?

Après la pause déjeuner, catastrophe, une avalanche a enfoui plusieurs DVA !

Par petits groupes, sur les indications d'un « randonneur », nous partons à leur recherche. Le stage a été efficace nous les avons tous retrouvés sains et saufs !

Ces trois jours sont vite passés et nous repartons avec à l'esprit que la sécurité en raquettes, ce n'est pas simple, mais primordial.

## Tiges hautes ou basses ?

Beaucoup se posent la question alors que notre association impose le port de chaussures à tige haute. Il faut dire que les seniors que nous sommes n'ont plus la souplesse de chevilles des traileurs que nous croisons sur les chemins, courant d'une pierre à l'autre.

Voici deux points de vue utiles pour mieux vous expliquer le choix de notre association.

**Avis et conseil de Gérard Dussouillez, médecin de la FFMM, fédération à laquelle est affiliée Montagne Évasion.**

« Pourquoi se poser une telle question ?

Parce que l'entorse de la cheville est l'affection la plus fréquente en randonnée pédestre et qu'elle peut être évitée par le choix des chaussures.

Il est donc impératif de protéger cette région qu'on appelle malléole externe. Toutes celles et ceux qui ont vécu "une entorse de la cheville" au cours d'une randonnée comprendront aisément ce principe de protection de la cheville. En effet quoi de plus navrant que la gestion d'une entorse au cours d'une rando d'un jour voire plus (trek par exemple). La première pénalisée est la victime elle-même. Puis l'accompagnateur qui devra mettre en œuvre tout un processus pour permettre à la victime de poursuivre la randonnée si l'entorse est bénigne (ce qui sous-entend de disposer dans la trousse de premiers soins du matériel nécessaire) ; ou faire appel aux moyens de secours pour évacuer cette personne en cas d'entorse grave (ce qui sous-entend des connaissances sur les stades de gravité d'une entorse de la cheville). Puis enfin le groupe de randonneurs sera donc lui-même pénalisé par cet événement (attente, inquiétude, stress). Je pense qu'il est inutile de décrire plus en détails cette situation que je suis sûr beaucoup de randonneurs assidus doivent connaître.

La FFMM forme des accompagnateurs de randonnées pédestres en milieu montagnard comme son nom l'indique. C'est la raison pour laquelle la FFMM recommande de randonner avec des chaussures à tiges hautes et exige des stagiaires ARP (animateur de randonnée pédestre) l'utilisation de telles chaussures.

Le débat "chaussures tiges hautes ou basses" n'a pas sa place en randonnée de montagne. Il convient également d'être vigilant concernant les chaussures dites "tiges mid" qui à mon avis ne sont pas suffisamment protectrices. »

**Brieg Jaffres est un « expert » en randonnées, réalisant des dossiers thématiques, testant différents matériels de randonnée et organisant des formations. Il met l'accent sur un point souvent oublié :**

« Le poids de vos chaussures est un élément très important ! Je considère que trop de vendeurs proposent des chaussures surdimensionnées par rapport aux types de randonnées que vous souhaitez faire.

Des chaussures trop lourdes vous fatigueront les jambes à force de devoir les soulever des milliers de fois. La fatigue vous fera perdre en précision et en équilibre en fin de journée et vous fera donc perdre en sécurité.

A l'inverse, les chaussures légères vous apporteront un grand confort et seront beaucoup moins fatigantes (si elles sont assez rigides).

Prenons un exemple :

Pour parcourir 20 km vous devrez faire en moyenne 30 000 pas.

Admettons que vous avez le choix entre 2 paires de chaussures dont une est 100 g (l'unité) plus légère que l'autre.

Si vous choisissez la paire de chaussures la plus légère, cela fera pour chacune de vos jambes : 30 000 pas x 100 g = 3 000 kg à soulever en moins sur la journée ! Imaginez la différence de fatigue !

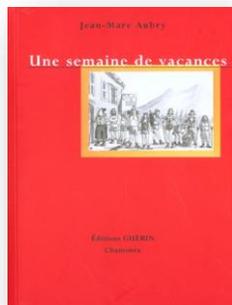
*(Pour ceux qui veulent en savoir plus sur tous les types de chaussures*

*© Brieg JAFFRES [www.Besoindaventure.fr](http://www.Besoindaventure.fr) -Le guide en 5 étapes pour choisir vos chaussures de randonnée-).*



## Bonnes feuilles

Voici quelques livres qui n'ont pas besoin de confinement pour être savourés sans modération. Tous font un clin d'œil original à la montagne, celle des amateurs, des vacanciers, des curieux...



### Une semaine de vacances

Jean Pierre Guérin - Éditions Guérin

Bref, la vie de tous les jours, avec les gens de tous les jours (pas vous, les autres !). À lire absolument avant de partir, pour éviter deux ou trois maladresses - genre « mais vous êtes toujours en vacances !!! » - à ne pas dire à votre accompagnateur en montagne ! "Accompagnateur en montagne, je fais le plus beau métier du monde. Pas le plus vieux non, le plus beau. C'est tout du moins ce que tout le monde croit (...)"

### Espresso

Cédric Sapin-Defour – Editions Guérin

Cinquante-deux semaines en montagne : chronique de la montagne comme on la vit là-haut, comme on en parle en bas, autour d'un café, serré si possible, pour l'intensité des moments vécus, partagés.

Dans ses Espresso, Cédric Sapin-Defour raconte la montagne d'aujourd'hui et ceux qui s'y frottent, y brillent, et comment ils retombent sur le plancher des vaches. Des textes composés pour être avalés en une gorgée, toujours corsés et profonds... sous haute pression. Sans sucre. Espresso.



### Douche Écossaise

Jean-Marc Aubry - Editions Guerin

Les lecteurs de Jean-Marc Aubry retrouveront avec plaisir la veine comique de notre accompagnateur.

C'est en Écosse qu'en tant qu'accompagnateur cette fois-ci, il nous raconte les aventures de sa troupe, quatre femmes, quatre hommes et autant d'humeurs, d'envies, de caractères à accorder, à gérer, à satisfaire : c'est impossible mais pas inenvisageable.

### L'aventure de la Romanche

Un patrimoine plein d'énergie en Oisans - Editions Glénat

Des montagnes, une vallée, des villages et des hameaux...

Et au milieu coule une rivière... d'hier à aujourd'hui, en descendant le cours de la Romanche depuis Rochetaillée jusqu'à Gavet, ce livre nous offre une fresque en sept tableaux retraçant l'histoire de ce fief industriel, des hommes qui l'ont façonné – populations alpines ou issues de l'immigration, toutes viscéralement attachées à leur vallée –, et de son patrimoine en pleine évolution.



# « Souvenirs, souvenirs » ....



*Cet automne au col de l'Agnelin*

