



Le Piolutien

BULLETIN BIMESTRIEL OFFICIEL DU PIOLET CLUB DE GENEVE

Rue Agasse 54, 1208 Genève



UNIVERS SPORTS

Le choix – Le conseil – Le service

Rue de la Servette 52 – 1202 Genève

Tél.: 022 733 33 58

Univers-sports@bluewin.ch

www.univers-sports.ch



LA VIE DU CLUB

Le Piolet fête ses 130 ans le 14 février 2023



Aujourd'hui, nous célébrons les 130 ans de notre club de montagne, une étape marquante de notre histoire. En ce jour, nous devons être reconnaissants de notre passé, heureux de notre présent et confiants pour notre futur.

En 1893, existent déjà à Genève six clubs de montagne mais le 17 février 1893, huit jeunes se réunissent à la cave du Mandement à Cornavin, en assemblée constitutive, sous la présidence de Louis Duparc et fondent le Piolet Club de Genève. Les cotisations sont fixées, une course obligatoire est prévue pour chaque mois et, pendant « la mauvaise saison », il est prévu de s'occuper de littérature. La première course se déroule le 19 mars 1893 aux Rochers de Faverges, avec 9 participants.

A la fin de l'année 1893, le Piolet se dote d'assemblées mensuelles, de courses régulières et obligatoires, de ses couleurs, d'un fond d'épargne, de rapports de course lus en assemblée, de sorties familiales et d'une section de chant. La création

d'un journal se met en place, modeste mais plein d'intérêt.

Bien des choses ont évolué depuis lors. Si je devais retenir quelques réalisations marquantes ces dernières années, j'évoquerais en premier lieu la sécurité. En tant que club de montagne, nous savons que la prévention des risques est essentielle pour garantir la sécurité de nos membres. C'est pourquoi nous avons organisé à plusieurs reprises des courses de formation, souvent sous l'égide bienveillante d'Yves, pour nous aider à comprendre les dangers potentiels et les mesures à prendre pour les minimiser. De plus, nous veillons à ce que les participants soient couverts par une assurance de qualité pour une sécurité supplémentaire lorsqu'ils pratiquent les activités en montagne.

Je soulignerais également la parution, actuellement bimensuelle, de notre journal dont le riche contenu est un moment attendu pour tous les membres du Piolet qui gardent ainsi un lien avec la vie du club. J'ai en mémoire quelques jolies pages.

Thierry en 1985, écrivait : « La haute-montagne est un monde au-dessus du monde. Un monde à part, mystérieux et grandiose, qu'il faut aimer avant de l'aborder et être ami avec lui ». Jean Daniel Imesch témoignait, en souvenir de son papa, des conditions de vie des personnes ayant participé à la construction du barrage de la Grande Dixence. Également, de la récolte du safran à Mund, village haut valaisan d'où est native sa maman.

Michel, nous fait part de ses pensées dans un joli mot intitulé « Marche et rêve »

André partageait quelques lignes sur le vieillissement : « Vieillir c'est chiant car on ne sait pas quand cela a commencé et l'on sait encore moins quand cela finira ».

Silvio nous gratifie d'exotisme et nous apprend que le terme japonais de « shinrin-yoku » signifie Immersion forestière « Les temps changent et nous changeons avec eux » rapporte Jacques pour soutenir l'adhésion des femmes au Piolet Club.

En matière de numérisation, nous avons également fait une évolution considérable par la création du site internet. Grâce à l'engagement sans faille de Willy, chacun a désormais la possibilité de se tenir informé des activités et des événements du club.

Last but not least...En 2019, les femmes ont été admises officiellement dans notre club auparavant exclusivement réservé aux hommes. Cette évolution progressive qui a permis d'inclure les femmes dans une activité que les passionnés me semble avoir apporté une variété de richesses, une diversité de perspectives et une augmentation de la participation. Nous continuerons d'encourager les femmes à s'engager dans les disciplines liées à la montagne.

Comme Présidente du club, je suis heureuse et reconnaissante de célébrer cet anniversaire important. Je remercie tous les membres actuels et anciens pour leur dévouement, leur engagement et leurs connaissances encyclopédiques (Raymond se reconnaîtra). Très chaleureusement, je remercie tout particulièrement Silvio pour l'organisation de cette journée commémorative.

Le club continuera d'offrir des opportunités pour les amateurs de sorties en montagne pendant de nombreuses années encore, en conservant ce qui en fait notre essence, à savoir le plaisir et l'amitié.

Vive le Piolet Club et en route pour un prochain centenaire.

La présidente Marie Jo Dubas

RESTAURANT CLAIRE - VUE

CHEZ ELENA et FREDERICO RIZZETTO

21 Av. François-Besson

1217 MEYRIN

Parking à disposition

Fermé tous les jours entre 14h et 17h

Fermé le dimanche

Tél.: 022 782 35 98

Email: claire-vue@bluewin.ch



Des Gouttes & Cie SA

Agence Partenaire AXA Winterthur

Route de Chêne 5

1207 Genève

Tél.: 022 737 19 19

geneve.desgouttes@axa-winterthur.ch

MP Immo

Nous sommes à votre service depuis 2010 et chez nous **CHAQUE CLIENT EST IMPORTANT**

Marie-Paule Lentillon
34, route des Muverans
CP Tourbillon 450
1911 Ovronnaz

Mobile: +41 (0)77 475 22 04
<mailto:info@mpimmo.ch>
www.mpimmo.ch

Repas du 130^{ème} anniversaire du Piolet club Le 14 février 2023 au centre sportif de Rouelbeau

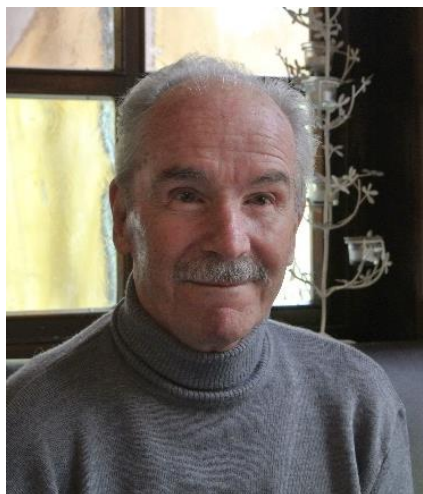


Remise des textes pour le Piolutien N°3 – Mai / Juin 2023, avant le 20 avril 2023. Par courriel à : willy.goetschmann@sunrise.ch. (Document Word, Arial 12 sans interligne)

En couverture : Rando à ski dent de Valerette le dimanche 22 janvier 2023

Et vous saurez tout sur la vie du club en visitant le site www.le-piolet.ch

Hommage du Piolet club à Ernest DETRAZ 1930 – 2023



Notre ami Ernest Détraz, appelé amicalement « Nénès » est décédé le 26 janvier dans sa 93^{ème} année.

Après être resté de nombreuses années sympathisant, et suite à de fortes pressions, il avait fini par être reçu actif en 2001 sous la présidence de Sylvio Kofmel. Parrainé par son ami de jeunesse feu Francis Schenk et le soussigné.

Il adorait l'eau et la natation, avait été membre du Polo Club de Genève et participait également à la Coupe de Noël. Tous les étés il fréquentait presque quotidiennement, avec son épouse Marthe, Genève Plage.

Mais Nénès aimait également la montagne et l'ambiance amicale qu'il y trouvait au sein du Piolet. C'est ainsi qu'il participait régulièrement aux courses du 2^{ème} groupe. Il aimait particulièrement les courses de Noël et les grandes courses d'été. Pour ses 60 ans, nous l'avions emmené au Breithorn, son premier 4000 mètres.

J'ai également le souvenir d'une montée mémorable à la cabane Monte Rosa en 2011 et de son retour en hélicoptère à Zermatt.

Il adorait également jouer au tennis, et pendant de nombreuses années, nous nous retrouvions deux fois par semaine aux aurores au très sélect club du Parc des Eaux Vives où il m'avait fait admettre.

Lors d'une grande course d'été à Arolla, nous avons même pris nos raquettes et échangé quelques balles sur le court en terre battue de l'hôtel du Mont Colomb, complètement ravagé par le gel et le dégel !!!

Toujours prêt à rendre service, Nénès aimait les copains et la franche camaraderie, c'était un réel plaisir de le côtoyer à chaque occasion.

Le Piolet Club adresse à son épouse et à toute sa famille ses plus sincères condoléances.

Pour le Piolet Club de Genève Jean Daniel Baud

Nouveaux membres actifs

En ce début d'année 2023, le Piolet club de Genève a le plaisir d'accueillir trois nouveaux membres actifs.



Philippe Dubost

Je suis très heureux de devenir membre actif du Piolet. Je remercie mon parrain, Jacques, qui m'a permis d'intégrer ce club fort sympathique. J'apprécie beaucoup les randonnées en montagne mais aussi les activités très variées (repas, sortie vélo...) qui se déroulent dans une ambiance fort conviviale. Je ferai de mon mieux pour participer à la vie active du Piolet.

Philippe Dubost

Géraldine Lambert



C'est le cœur léger et heureux que je suis avec vous aujourd'hui. En effet je suis là pour les 130 ans du Piolet ! Quelle chance ! Et vous me faites aussi l'honneur aujourd'hui...de m'intégrer comme membre active de votre club. Je vous en remercie du fond du cœur ... mais je ne vous promets pas d'être à la hauteur ! Vous êtes trop forts !

Voilà 5 ans que mon entraînement a commencé, je me donne de la peine et j'en fais toujours ! J'ai toujours la cuisse qui flagelle dans les pentes glacées et mon p'tit cœur bat très vite quand mon guide adoré me tient en rappel. J'en profite pour remercier mon Cher et tendre dans sa quête à me rendre alpiniste un p'tit peu plus chaque jour. Je suis la pire, je les ai toutes faites. Je n'aurai jamais le STYLE mais je m'en fiche, j'ai du plaisir.

Quand je sors avec le Piolet, je me précipite pour vérifier les participants et les participantes et je me dis ouf ! Ouf Manu est là, on sera au moins deux, Marie-Jeanne, oh non !!!! Pas elle, elle est incroyable. Michel, Jean Da, ils font diversion pendant que ça godille, on me laisse chasser la neige dans la poudreuse la fesse tendue ! Ça me va bien.

Pour atteindre le sommet, je pense à Thierry. C'est sûr il a prévu les huîtres, les saucisses, le p'tit bout de gras bien mérité, le truc qui va bien au retour. J'aime bien Thierry, y'a du Bourguignon en lui ! Gino Mon Cher Gino ! Merci d'être mon parrain et Italien en plus. Tu as vraiment tout prévu.

Willy, c'est ma voiture ballet, c'est mon excuse, ma raison légitime d'être en bout de course. Merci Willy, stp tiens le coup le plus longtemps possible, ne fais pas ton p'tit vieux fragile, j'ai encore besoin de toi pour me couvrir. On pense à toi et à Sylvia. Remettez-vous vite.

Je salue toutes les Piolutiennes et les Piolutiens qui n'ont pas pu venir, tous ceux que je n'ai pas connus entre ciel et terre et vous ici présents. Je pourrais continuer mais je vais raccourcir. Tout cela pour vous dire que les souvenirs s'accumulent avec vous et que j'ai toujours autant de plaisir à vous retrouver à chaque fois. Je vous remercie encore de me faire cet honneur.

Je me réjouis donc de nos prochaines courses. Prenez soin de vous.

Géraldine LAMBERT

Catherine Manier



Votre présidente Marie Jo, m'annonce mon acceptation en tant que membre active, au sein de votre club.

Cela me rend vraiment très heureuse et je vous remercie de votre accueil, moi qui ne suis qu'une montagnarde d'adoption habitant encore ...bien loin de ces contrées que j'adore, à 100km à l'Ouest de Lyon, dans le département de la Loire.

Mon adolescence fut cependant savoyarde, et hasard ou destinée ? ma rencontre avec l'infatigable Marie- Jeanne, il y a 10 ans, en Indonésie m'a finalement conduite jusqu' à vous.

C'est en effet mon amie fidèle, toujours prompte à me faire vivre ses expériences et rencontrer ses amis, qui m'a emmenée pour ma première sortie au Piolet, à la Tournette en 2016.

Je m'en souviens encore ... Je n'en menais pas large, moi l'escargot des plaines ; il y avait Jean Da, Manuela, Michel et bien d'autres encore.

Tous m'ont accueilli avec bienveillance et simplicité, l'ambiance était chaleureuse et sécurisante pour moi et cela ne s'est jamais démenti tout au long des sorties trop rares que j'ai pu faire par la suite. C'est pourquoi j'ai souhaité devenir membre active, il me paraît normal d'être plus engagée, cela me tenait à cœur.

J'exerce un métier qui me passionne tout autant que la montagne, gynéco obstétricienne, mais il est temps de passer progressivement à autre chose et de penser un peu à moi.

Encore merci de votre accueil avec une attention particulière pour Michel qui a accepté d'être mon parrain.

Très amicalement Catherine

RAPPORTS DE COURSES

Course du 2ème groupe : Samedi 14 janvier 2023 Skieurs – Marcheurs - Megève

Le lieu : Megève - La Princesse – Le Bettex

Le rendez-vous : Parking de la mairie de Thônex. On se retrouve sur la parking de la caserne des pompiers qui est juste avant la mairie en venant de Veyrier. L'endroit est idéal et presque vide.

Les participants : Sept, puis six puis finalement cinq.

Thierry L. : Suite à une rencontre néerlandais-valaisanne un peu brutale, il a dû renoncer mais nous a régalé avec un don que nous avons immédiatement attribué à un vignoble du Gigondas.

Marie-Jo P.** : A dû également renoncer après avoir été percutée par une fillette qui maîtrisait mal son engin roulant.

Willy G. : A pu se libérer de son poste de garde malade pour être présent comme d'habitude. A apprécié particulièrement la poudreuse.

Silvio K. : Venu directement depuis Samoëns, il a carvé comme un roi.

Jean-Daniel I. : A redécouvert les pistes de Megève avec plaisir.

Dominique O. : A marché seul ! comme Jean-Jacques Goldmann.

L'organisateur A. : Très heureux de cette belle journée arrachée au mauvais temps.

La météo : Le temps était clair et la visibilité très bonne.

La neige : Une belle petite poudreuse a fait office de cerise sur le gâteau.

Le repas : A l'hôtel de la Flèche d'Or, au Bettex, à retenir pour une course de Noël.

Conclusion : Une course réussie qui nous a permis de refaire du ski dans de bonnes conditions malgré l'enneigement général assez faible. Cela devrait s'arranger selon la météo.

Rendez-vous à l'année prochaine, il fera aussi beau, il y aura plus de neige et l'hôtelier a déjà commandé le Gigondas.

**P = Présidente

Votre dévoué organisateur et trésorier



Course du 1er groupe : Samedi 22 janvier 2023 Rando à ski – Dent de Valerette



Pour cette première sortie rando en 2023 nous sommes 13 participants. Rendez-vous, comme annoncé, 9h00 à Monthey pour le café croissants. Malheureusement, faute de temps, les passagers de la dernière voiture venant de Genève n'ont pas pu apprécier le café. Sur les conseils d'Yves nous prenons la direction de Massongex, pour arriver à l'altitude 1116m au lieu-dit Chalet Quartéry, par chance nous pouvons tous y stationner (c'était mon souci, le vendredi lors de la reconnaissance il était compliqué de parquer, d'où l'empressement du dimanche matin).

Nous prenons la direction du Chalet de l'Abbaye, puis faisons une pause à la bifurcation, alpage Les Plans 1405m. Nous poursuivons notre montée en direction du Centre Sportif des Jours 1548m. De là, Yves nous conseille de partir sur la droite, nous traversons et montons dans le pâturage, en lisière de forêt, direction l'arrivée du téléski. Nous traversons une zone dégagée en direction du sommet. Félicitations, nous sommes dix au sommet de la Dent de Valerette (2058 m) mention spéciale pour notre ami Willy, belle performance à 81 ans.

Nous ne perdons pas de temps, car il fait froid ; nous partons sur la droite à pied, ensuite nous chaussons nos skis pour nous retrouver dans un magnifique champ de neige où chacun fait sa trace pour rejoindre les Gonzalez qui, pour une première, voulaient ménager leurs forces. Pour arriver aux voitures, nous descendons sous le téléski en passant par les Giettes et Yves avec son téléphone nous donne la direction. Arrivé au point 1139m dit l'Épingle, nous retrouvons Thierry monté en raquette. De là, nous marchons 200 m pour atteindre nos véhicules. Un verre offert par Michel qui va fêter ses 65 ans prochainement, et pour certains une pizza. Autour de la table, une discussion s'engage sur le dénivelé de cette course, pour certains 919m, 949m, même 1011m ? C'est un détail ! Tous apprécient une super sortie, une belle qualité de neige dans un décor de rêve avec vue sur les Dents du Midi, le Petit et le Grand Muveran etc.

Merci à toutes et tous, je ne vais pas mentionner tous les participants-tes vous les reconnaîtrez sur la photo du départ.

Organisateur Jean-Daniel, secondé par Yves



Grande course d'hiver du 130ème anniversaire 1^{er} groupe à JUF Grisons du 17 au 22 février 2023



C'est vaillamment que les 14 piolutiens inscrits, 10 actifs, 1 sympathisant et 3 invités prennent la route ce 17 février pour rejoindre Juf par différents itinéraires selon leurs lieux de départ qui malgré tout se trouvent pour tous à plus de 400 km environ.

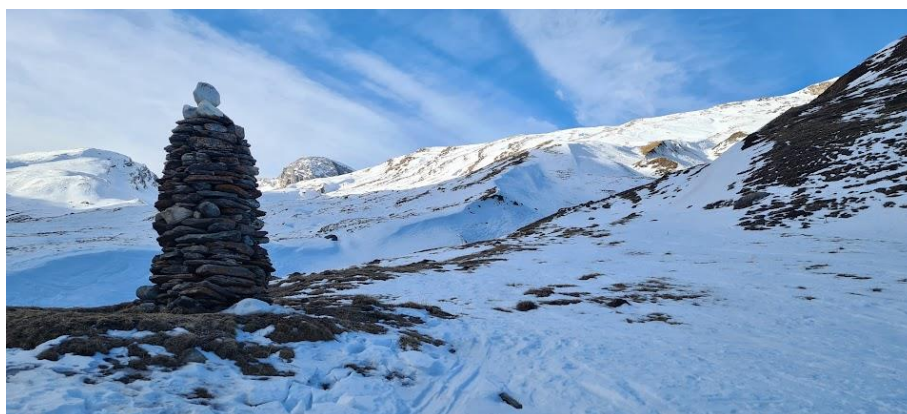
Dès le 1^{er} soir, nous adopterons un petit rythme ... 17 h 30 briefing technique ... qui marche ? dort ? skie ? et où ? le lendemain etc. Puis 18 h apéro où chaque jour nous bénéficions d'un gentil donateur (qu'ils soient tous généreusement remercié encore une fois) ... A 18 h 30 c'est

Abendessen ... avec chaque fois 5 plats à savoir buffet de salades, soupe variée, entremets, plat principal et dessert ! le tout accompagné de vins généreusement choisis par le patron Je vous laisse imaginer notre état environ 3 h et demi plus tard ... Car oui les soupers durent Il y a chaque fois un entremet du patron à l'accordéon et la soupe qui se prend en plein air sous les étoiles avec une petite spéciale, soit un Vésuve, un whisky ou autre ...

Après ces agapes certains essaieront de jouer aux cartes mais étonnamment ceux qui se croient les plus forts perdront et les soirées ne s'éterniseront pas trop. En effet, chaque matin aura le même programme : petit déjeuner 7 h et départ 8 h ... et c'est donc difficile de respecter les 8 h de sommeil ... Il y aura bien sûr des départs quelque peu différés pour oublis de chaussures, de bâton (un seul) ou des couteaux mais rien de bien grave.

Concernant la météo, c'était simple ... 4 jours de grand beau, -2 degré le matin, +4 l'après-midi et un danger d'avalanche presque inexistant (degré 1-2) nous garantissant une neige dure, certes pas toujours excellente mais somme toute au final assez skiable avec même par endroit encore un peu de poudreuse.

Durant ces quelques jours nous aurons aussi le plaisir de recevoir officiellement Catherine Manier en qualité de membre active de notre club et c'est sans forceps que nous dégusterons un excellent apéro qu'elle nous offrira.





Dans le détail voici ce que donnèrent nos différentes escapades :

18 février : Mingalunghorn 2965 m pour les skieurs. 10.5km +/-820m. Visite du Val Madris pour les marcheurs.

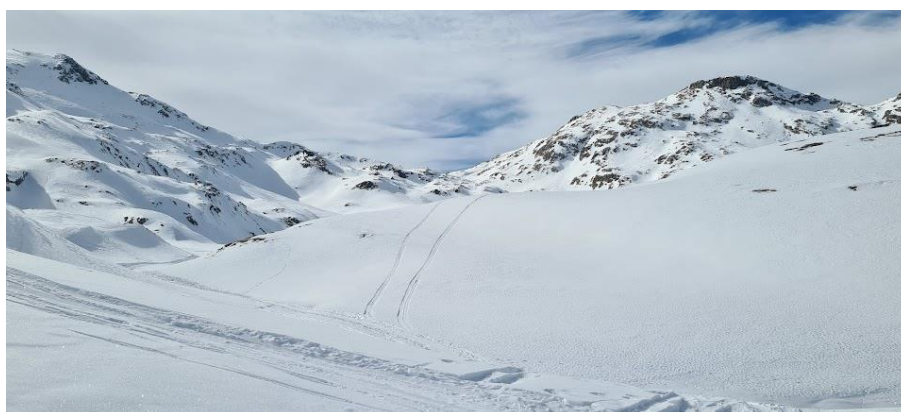
19 février : tentative au Wissberg 2979 m mais par manque de neige nous nous arrêtons après le Sascelpass vers 2805 m pour les skieurs 15km +/-857m. Vallon de Bergalga pour les marcheurs.

20 février : Piz Surparé 3077 m où nous nous arrêtons vers 2800 m afin de pouvoir descendre sur Bivio et ensuite remonter à la Fuercla da la Valletta 2585 m pour les skieurs 22km 850m. Visite de Bivio et ses environs pour les marcheurs.

21 février : Grosshorn 2780 m pour un groupe +/-900m. Les marcheurs iront eux se promener en direction de Crester Alpanous d'où ils pourront bien observer notre montée.

21 février : Gletscherhorn 3106 m pour le groupe « jeune » des skieurs. +/-1120m

22 février : Grosshorn 2780 m pour le groupe « jeune » des skieurs. +/-900m





Le retour s'effectuera quant à lui le 22 février après une belle soirée et sans oublier de s'arrêter à la petite épicerie en libre-service d'Avers pour acheter les légendaires Saltzis, tarte des Grisons, Birebrot et Alpenkäse du cru ...

Merci à toutes (5) et à tous (9) pour votre belle participation, la ténacité de chacun aux dégustations ainsi qu'aux conversions à ski.

Merci au comité pour la généreuse subvention et surtout à Willy initiateur de cette belle course et découvreur infatigable depuis plusieurs années de cette magnifique région.

Géraldine et Yves Lambert

Les participants : Yves et Géraldine Lambert, Manuela, Charlotte et Michel Bugnon, Marie-Jeanne Bussat, Catherine Manier, Ruedi Diener, Jean-Daniel Imesch, Silvio Kofmel, Dominique Oger, Jean-Matthieu Sternberg, Cédric Goetschmann, Pierre Gacon.





Balade au clair de lune : le mercredi 8 février Chalet du Reculet

Cette sortie au Clair-de-Lune reviens à son lieu d'origine, le Jura, c'est effectivement notre défunt membre René-Marc Baud qui avait organisé la première sortie dans la région du Jura, plus exactement au Chalet du Vermeilley, il y a de nombreuses années.

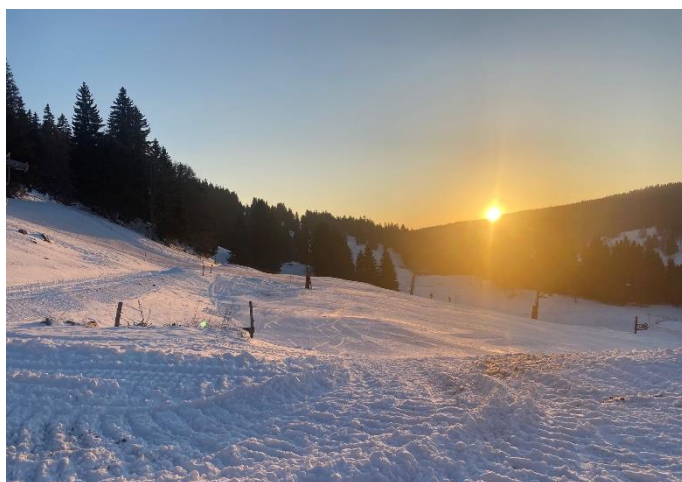
Petite balade à pied sur le chemin enneigé de la Givrine au Hameau des Dappes pour 9 membres, et montée en raquettes au Chalet du Reculet. Nous y retrouvons le garde Daniel Zryd, Jean-Daniel Imesch, Ruedi Diener et Silvio Kofmel. Nos amis nous ont préparé l'apéritif sur la terrasse. Le Chalet est bien chauffé, nous nous installons confortablement autour d'une grande table. L'entrée est déjà en place, charcuteries diverses et cornichons maison sont à déguster. Pendant ce temps Jean-Daniel et André préparent une fondue moitié-moitié, aux dires de toutes et tous, est excellente. Pour clôturer un gâteau maison de Delphine accompagné du célèbre genépi de Laila.

La soirée terminée, nous nous préparons au retour, 1 équipe à pied par le Chalet de Couvaloup de Crans, La Trélasse et la Givrine, et une autre équipe à pieds ou à skis pour le parking des Dappes. C'est le moment où la pleine lune fait son apparition. Très belle soirée à refaire selon les membres présents.

Ont participé à cette sortie : Delphine Anthoine, Laila Clerc, Marie-Jo Dubas, Paulette Imesch, Gilbert Anthoine, Richard Clerc, Ruedi Diener, Jacquess Dubas, Silvio Kofmel, Thierry Lentillon, Gino Zollo, Jean-Daniel Imesch et André Gardel, ainsi que le gardien Daniel Zryd

Un grand merci aux généraux donateurs.

André Gardel



Course du 2ème groupe : Samedi 18 février Marcheurs La Givrine -la cabane Carroz

Rendez-vous à 09h00 au parking de Signy, nous sommes 6 participants, nous prenons le café et les croissants apportés par André.

Départ de 2 véhicules en direction du Col de la Givrine, nous nous retrouvons sur le nouveau parking payant. Le cheminement est en partie enneigé, ça fond à vue d'œil à cause de la température élevée. La montée pour la cabane (300m de dénivelé) est agréable, le ciel est couvert. Contents d'arriver à la cabane gardée et bien chauffée, après un apéro accompagné de charcuteries diverses tirées des sacs, nous commandons une soupe de chalet (un peu claire), mais elle passe tout de même bien, nous l'accompagnons de nos pique-niques. Descente par un temps ensoleillé qui fait fondre la neige encore plus vite.

Ont participé à cette sortie : Laila Clerc, Paulette Imesch, Gilbert Anthoine, Roberto Petronio Gino Zollo et André Gardel

André Gardel

PROCHAINES COURSES

1er groupe - ski rando Grimentz / Pointes de Nava

Les 11 et 12 mars

Les inscriptions sont closes dès le 12 février.

Pour les informations, voir sur le site page « les Nouvelles ».

L'organisateur Michel Bugnon 076 323 58 19



2^{ème} groupe – Marcheurs cabane Rochefort Le dimanche 5 mars

Rendez-vous : Parking Signy à 8h30

Caractéristique : Course facile un dénivelé d'environ 350m. Se munir selon conditions neige de raquettes et bonnes chaussures. Prendre son pique-nique

Organisateur et inscriptions : Gino Zollo

La course du 1^{er} groupe prévue au Gd. Bernard les 1^{er} et 2 avril est reportée. L'organisatrice est à votre disposition. Marie-Jeanne Bussat : mjbussat@gmail.com - +41 79 476 68 16

2^{ème} groupe – Marcheurs le dimanche 16 avril

L'organisateur Dominique Oger prévoit la cascade d'Angon. Les détails suivront.

L'organisateur est à votre disposition. dominique@oger.ch et +41 79 203 2141

LES MANIFESTATIONS 2023

1893 – Année du 130^{ème} anniversaire – 2023

Janvier

- Groupe 2 Mercredi 11 - dès 19.00h Stamm - Hôtel Calvy - Choucroute et verre de l'Amitié - Le Comité
Groupe 1 Samedi 14 - Skieurs-raquettes : Megève - Gilbert ANTHOINE
Dimanche 22 - Ski rando : Dent de Valerette – Jean-Daniel IMESCH

Février

- Tous Mercredi 1^{er} - 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
Tous Samedi 4 ou dimanche 5 – **Repas d'anniversaire 130^{ème}** – Le Comité
Groupe 1+2 Mercredi 8 - Balade Clair de Lune : Chalet Reculet – Jean-Daniel IMESCH – André GARDEL
Vendredi 17 au Mercredi 22 – Ski rando – skieurs, raquettes – Région Juf – Grisons – Yves LAMBERT – Willy GOETSCHMANN
Samedi 18 – Skieurs, raquettes – La Givrine – André GARDEL

Mars

- Groupe 2 Mercredi 1^{er} - dès 19.00h Stamm - Hôtel Calvy
Groupe 1 Dimanche 5 - Raquettes - marcheurs : à définir – Gino ZOLLO
Samedi 11 - dimanche 12 - Ski rando : Val d'Anniviers - Michel BUGNON

Avril

- Groupe 1 Mercredi 5 - 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
Groupe 2 Samedi 1 – Dimanche 2 – Ski rando : Saint-Bernard – Marie-Jeanne BUSSAT
Dimanche 16 – Marcheurs : à définir – Dominique OGER

Mai

- Groupe 1 Mercredi 3 - dès 19.00h - Stamm - Hôtel Calvy
Groupe 2 Dimanche 7 – Marche, escalade – Région Leysin – Géraldine et Yves LAMBERT
Samedi 13 - Marcheurs : Région Samoëns – Silvio KOFMEL

Juin

- Groupe 1 + 2 Mercredi 7 - 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
du Vendredi 9 au Dimanche 11 - Marcheurs : Région Ovronnaz – Thierry LENTILLON

Juillet

- Groupe 1 Mercredi 5 - dès 18.00h - Assemblée en campagne et pétanque – Le Comité
Groupe 2 Samedi 8 – Dimanche 9 - – Marcheurs : Le Mont Rogneux – Géraldine et Yves LAMBERT
Dimanche 9 - Marcheurs : à définir – Gino ZOLLO

Août

- Groupe 2 Dimanche 13 - Marcheurs : à définir – André GARDEL
Groupe 1 Dimanche 20 – Marcheurs : Dent de Broc – Freddy BOURQUIN
Mercredi 30 Août – 20.30 h – Assemblée – Hôtel Calvy

Septembre

- Groupe 1 + 2 du Jeudi 31.08 au Dimanche 03.09 - Marcheurs : Région Die – Drôme – Jean-Paul DELISLE
Groupe 1 + 2 dimanche 17 – Marcheurs, escalade – Le Coup de Brosse Vouvry – A. GARDEL

Octobre

- Groupe 1 + 2 Mercredi 4 – dès 19.00h - Stamm - Hôtel Calvy
Samedi 7 - Marcheurs : Vallon de Bérard – Marie-Jo et Jacques DUBAS

Novembre

- Tous Mercredi 1^{er} – 20.30 h - Assemblée - Hôtel Calvy
Dimanche 5 - Sortie d'automne – **130^{ème}** – Le Comité

Décembre

- Tous Mercredi 6 - 20.30 h - Assemblée générale - Hôtel Calvy - Le Comité
Samedi 9 - dimanche 10 - Course de Noël : à définir – Marie-Jo DUBAS

LA CHRONIQUE DU DOCTEUR PIOLU

L'ophtalmie des neiges



En montagne, les yeux sont sujets au risque d'une exposition excessive aux rayons ultraviolets (UV) du soleil. Ces derniers entraînent des brûlures de la couche superficielle de la cornée à l'origine de l'ophtalmie (ou kératite) des neiges. Une sorte de coup de soleil de la cornée.

Les rayons ultraviolets (UVA, UVB et UVC), dont l'intensité augmente avec l'altitude, provoquent différentes lésions oculaires. Les rayons UVA, présents tout au long de la journée, peuvent traverser la couche nuageuse et causer des dommages à long terme de la rétine et du cristallin. Les rayons UVB, responsables de l'ophtalmie des neiges, sont plus intenses pendant les heures d'ensoleillement et causent des dommages de la cornée ou de la conjonctive. Les rayons UVC, généralement bloqués par la couche d'ozone, ne sont pas considérés comme une cause majeure de l'ophtalmie des neiges.

L'ophtalmie des neiges survient après plusieurs heures d'exposition au soleil et se manifeste par des douleurs oculaires, un larmoiement, des rougeurs, des démangeaisons, une sensibilité accrue à la lumière, des troubles de la vision et même une perte de vision temporaire ou permanente. La plupart du temps, ces symptômes disparaissent spontanément 24 à 72 heures plus tard et ne laissent pas de séquelles.

Une ophtalmie des neiges importante implique toutefois de consulter un ophtalmologue pour évaluer la gravité des lésions et déterminer la meilleure approche thérapeutique. Il est possible de soulager la douleur en instillant des larmes artificielles qui, en lubrifiant l'œil, diminuent les symptômes et favorisent la cicatrisation ainsi qu'en appliquant une pommade à base de vitamine A pour faciliter la régénération de l'épithélium de la cornée. Au besoin, les ophtalmologues prescrivent parfois des collyres antibiotiques afin d'éviter les surinfections.

S'il n'est pas possible de consulter un médecin, quelques mesures d'urgence peuvent soulager les symptômes : appliquez des compresses chaudes ou froides (il n'y a pas de consensus clair à cet égard) sur les yeux pour réduire l'enflure et la douleur, utilisez des gouttes oculaires lubrifiantes, évitez l'exposition aux rayons UV, évitez de frotter les yeux car cela peut aggraver les symptômes et, si nécessaire, envisagez la prise d'un antalgique.

La prévention de l'ophtalmie des neiges repose sur le port de lunettes de soleil de catégorie 3 voire 4 qui bloquent au moins 99% des rayons UVB et UVA. Les verres polarisants peuvent aider à réduire l'éblouissement causé par la réflexion de la lumière sur la neige. Il est également recommandé de choisir des lunettes qui ont une grande surface de verre pour protéger les yeux du vent et des projections de neige.



LACHENAL
SOURCE D'INSPIRATION

*Rideaux, Stores intérieurs,
Revêtements muraux, Parquet,
Moquette, Lino, Décoration*

Au 25 rue de la Servette

*Du lundi au vendredi
7h30-12h00 et 13h30-18h30
www.lachenal.ch*



Remerciements

Chers Amis du Piolet,

J'ai eu beaucoup de plaisir à vous rencontrer lors de la course autour du Sanetsch. Nos discussions m'ont aidée à mieux préparer mon voyage et je pense souvent à vous lors de mes excursions en montagne.

Je profite pour vous souhaiter de belles fêtes de fin d'année et vous adresse mes chaleureux messages des tropiques.

Je me réjouis de la prochaine occasion de partager une nouvelle sortie du piolet ensemble.

Céline Dubas



Légende : Premiers rayons du soleil avec à l'horizon le volcan Nevado del Ruiz. La plante, emblématique des Andes, est un Frailejon. Elle est essentielle à la préservation de l'eau et ne pousse qu'à une altitude de plus de 3000 m dans les Paramo de Colombie, du Venezuela, du Pérou et d'Equateur, dans la cordillère des Andes.



R. Vugliano & Cie

Boulevard Carl-Vogt 51
1205 Genève
Tél.: 022 328 26 08
Fax: 022 328 04 53
Email: info@vugliano.ch
http://www.vugliano.ch

peinture décorative

gypserie

peinture

peints

pose de moquette

architecture d'intérieur

• Gypserie • Peinture • Peinture décorative • Revêtements muraux • Revêtements de sols

PRINT@TIME.CH

print / web / design



Imprimerie **POT** sàrl

Avenue des Communes-Réunies, 78
1212 Grand-Lancy

Tél. : +41 22 794 36 77

www.print-on-time.ch

welcome@print-on-time.ch



VOIROL
OPTIQUE

Optométrie, Lunetterie, Lentilles de contact



30 Bd Carl-Vogt
1205 Genève
Tél.: 022 328 56 86
Fax: 022 328 56 08
Mail: info@voirolo.ch

Rue de Carouge 72-74
1205 Genève
Tél.: 022 320 12 75
Fax: 022 320 12 74
Mail: ppisanello@voirolo.ch



P.P.
CH- 1200 Genève 2
LAPOSTE 

Adresse de retour à :
Piolet club Genève, Rue Agasse 54, 1208 Genève



REVIDOR SA
SOCIETE FIDUCIAIRE

- Comptabilité
- Révision – Audit
- Expertise
- Administration
- Fiscalité
- Gestion de sociétés

54, rue Agasse
1208 Genève
www.revidor.ch
email : info@revidor.ch

Tél.: +41(0) 22 707 04 10
fax: +41 (0) 22 736 41 14



 **V. GUIMET FILS SA**
Entreprise de vidange hydraulique
depuis 1873

Canalisations – Travaux publics
Transports de matières dangereuses
Nettoyage de colonnes de chute
Contrôle des canalisations par TV

info@guimet.ch
<http://www.guimet.ch/>
Urgences 24h sur 24h

Rue des Buis 12
CH-1202 Genève
Tél. 022/906 05 60
Fax 022/906 05 66