



N° 9
Juin 2013

Edito

Bonjour,

L'été est proche et pourtant le soleil boude l'Auvergne et les auvergnats!!!

Heureusement que certaines et certains d'entre vous sont allés chercher le soleil à Belle île...

Pour vous tous, membres éminents de Ceyrat Boisséjour Nature, je vous souhaite un été chaud et ensoleillé.

Je ne reçois toujours pas beaucoup d'articles pour mon alimentation: pourtant, je n'ai besoin de nourriture qu'une fois par trimestre; pas comme vous qui mangez trois ou quatre fois par jour !

Pensez à moi, j'ai absolument besoin de vous pour vivre.

La feuille de choux

Le calendrier des sorties

Le mercredi 26 Juin à 14h: visite de la station d'épuration de Clermont-Ferrand. Inscrivez-vous auprès de Chantal Renard rapidement

La visite est gratuite mais le nombre de visiteurs est limité à 36 personnes en deux groupes..

Du 02 au 06 Septembre: séjour à Prémanon (Jura) dans le gîte du VVF (trois personnes par chambre) .

Les personnes inscrites vont recevoir un courrier qui détaillera le programme du séjour , les excursions et les marches prévues, et le prix demandé.

Le mardi 08 octobre: voyage à Beaune (Bourgogne)

Visite et explications sur la vinification de Bourgogne, visite de l'atelier de tonnellerie, dégustation au lycée vinicole .

Repas au restaurant puis visite des hospices de Beaune l'après midi.

Voyage en car. Vous recevrez bientôt un courrier pour les inscriptions où sera précisé le tarif.

Un pied devant l'autre

Cette fois ci , je ne vous parlerai pas (une fois n'est pas coutume) de consignes de sécurité pour les marcheurs !

Comme vous le savez tous, quarante neuf (il y a eu un désistement de dernière minute) d'entre vous ont participé à notre séjour de Belle île en mer, sous le soleil et dans la bonne humeur.

Georges G a écrit à ce sujet un article très documenté et vous pouvez le lire page 4.

Je veux ici remercier tout particulièrement les deux accompagnateurs des marches Marinette D et Guy V qui ont préparé le parcours du « tour de l'île » et ont su palier , en professionnels de la marche, aux différentes défaillances ,inévitables sur des parcours aussi délicats (2000m de dénivelés cumulés sur environ 90km de randonnée).

Merci aussi à notre ami Jacky C pour tous les services rendus pendant ce séjour agréable en tous points.

La concertation permanente entre nous a permis de vous faire passer, du moins nous l'espérons, d'agréables vacances sportives au bord de la mer...

Nous avons à l'étude d'autres projets pour l'année 2014. APS



LA BALLADE DES BALLADINS

Connaissez-vous cette chanson intitulée « LA BALLADE DES BALADINS » et interprétée par Gilbert Bécaud ? Voici quelques extraits de ce très beau texte.

*Les baladins qui serpentent les routes
Viennent de loin parmi les champs de blé
Les vieux châteaux dressés du fond du Moyen Age
Semblent guider leurs pas légers comme un matin
Et parmi les donjons perchés dans les nuages
Des princesses leur font des signes avec les mains*

*Ohé les baladins !
Vous partez ?
Emmenez-moi...*



Depuis début janvier notre ami Jacky a trouvé 2 comparses pour vous proposer en boucle une boucle tous les mois des 4 jeudis.

Colette, Georges et Jacky vous baladent donc chacun leur tour à leur façon et Jacky plutôt 2 fois qu'une.

Le premier trimestre a démarré en douceur vu la rigueur hivernale.

Puis le printemps arriva avec une large gamme de verts tendres et des fleurs en pagaille au ras des pâquerettes ou perchées dans les arbres.

Les baladins peuvent mettre un pied devant l'autre, tchatcher avec leurs compagnons de route mais aussi s'en mettre plein les yeux en découvrant toujours de nouveaux chemins et des curiosités à chaque détour.

OHE LES BALADINS !

VOUS PARTEZ ?

EMMENEZ-MOI ...

Emmenez-moi au pays des merveilles

*Prenant la route qui mène
A mes rêves d'enfant
Où rien n'est important
Que de vivre.*

Vous venez bien sûr de reconnaître quelques vers de la célèbre chanson de Charles Aznavour.

Tout commence et finit en chansons. Allez, les baladins, vous venez ?

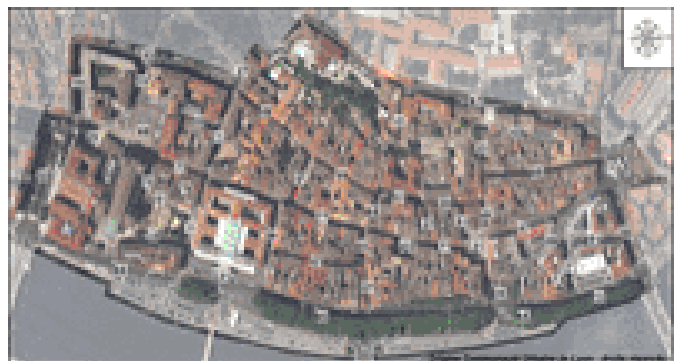
C.B.

Réponse à la question posée dans le numéro 8 de CBN en Marche.

Quelle est la différence entre un Gône et un Lyonnais ?

Aucune: les Lyonnais sont appelés des Gones

et les Lyonnaises des Gonesses.



« Ce dimanche matin 5 Mai, alors que les marcheuses et marcheurs chevronnés attaquaient les chemins vers Saint-Jacques de Compostelle, 4 CBNistes (Huguette, Nicole, Monique et Marie-Claude) attaquaient les 5 kms de la Clermontoise pour la lutte contre le cancer du sein..

Place de Jaude, avec du soleil, un temps pas très froid, rassemblement de toutes les femmes vêtues d'un tee-shirt rose dans une ambiance sympathique. Nous étions environ **9000** de toutes catégories : des jeunes, des mamies, des hommes déguisés en femmes, des patineuses à roulettes, des fillettes et même des « chiens-filles» !

Après une gymnastique de mise en forme et la danse Gangnam Style du fameux coréen Psy, départ est donné pour toutes les participantes sous la statue de Vercingétorix qui surveillait la situation de haut. D'abord, les joggeuses, puis les marcheuses, dont les dossards 5809, 5812, 5810 et 5817, s'élancent rue Blatin. Après un itinéraire dans les petites et grandes rues de Clermont pleines de badauds pour nous encourager, nous finissons agréablement par le Jardin des Plantes tout fleuri et rejoignons la Place de Jaude.

Nous sommes tellement bien entraînées par les balades des mercredi et jeudi de CBN, que nous avons terminé les 5 kms en 1 heure !

Nous n'avons pas réalisé un grand exploit mais nous avons marché pour une bonne cause. Peut-être que CBN pourrait être représenté dans les années futures avec un groupe de marcheuses ? »



Huguette , Nicole, Monique, Marie-Claude

VOUS AVEZ DIT TROMBINOSCOPE

Suivant le Larousse de poche, un trombinoscope est constitué par "l'ensemble des photos individuelles de chaque membre d'une assemblée, d'un groupe .. etc."

Mais pourquoi diable, vouloir rassembler sur notre futur site internet les "trombines" des membres de CBN et y ajouter les informations hautement confidentielles que sont leurs passe temps favoris ou leur commune d'appartenance ?

Si nous avons adhéré à CBN, c'était pour participer aux activités de l'association, mais c'était aussi (et peut être avant tout) pour dialoguer, échanger et tisser des relations avec les autres adhérents. Chaque année nous amène son lot de nouveaux membres qui doivent "s'habituer" à la "trombine" des anciens. Petit à petit, ils échangent des prénoms avec les personnes avec qui ils ont partagé le covoiturage ou avec lesquelles ils ont dialogué au cours des marches. Mais il faut beaucoup plus de temps et de persévérance pour mettre un nom derrière chaque visage.

Nous avons aussi, presque tous, un ou plusieurs passe temps favoris sur lesquels nous sommes intarissables (modélisme, travail sur bois, généalogie ..) et nous sommes tellement contents de trouver des personnes qui ont la même passion pour pouvoir en parler ou demander des conseils !

Oui ...! mais alors, pourquoi vouloir mettre tout cela sur le "World Wide Web", cet espace ouvert à tous les vents mauvais ?

Eh bien non ! Nos trombines et nos hobbies ne seront pas connus du monde entier, mais des seuls adhérents de CBN qui se rendront sur "l'Espace Membres" de notre futur site et qui, pour y accéder, devront disposer d'un mot de passe.

Alors choisissons notre photo (d'identité) préférée prise avec le sourire et sous notre meilleur profil. Faisons la passer avec les renseignements demandés à Colette Blanc. Ce faisant, nous favoriserons l'intégration des nouveaux, les contacts et une meilleure connaissance mutuelle pour que chacun de nous se sente bien à CBN.

RG

CBN A BELLE ILE EN MER

Le 20 mai, à 6h du matin, nous étions une cinquantaine de « cébéhennistes » à prendre le car pour randonner à Belle Île.

Cela commence par un voyage de 700 km qui nous amène vers le bac à Quiberon ; il y avait un peu de houle, ce qui a donné une jolie couleur verdâtre à certains visages, tandis que les plus courageux affrontaient le froid et le vent sur le pont, pour prévenir une attaque de pirates.

Nous débarquons au Palais, capitale de l'île, petit port blotti au pied d'une forteresse bâtie par Vauban (les anglais menaçaient nos côtes). Un nouveau car nous emmène au Village de vacances à quelques kilomètres ; une cinquantaine de petits pavillons où nous prenons nos aises.

Le mardi, mille sabords, branle bas de combat pour les 35 qui ont prévu le tour de l'île à pied.

Le premier kilomètre nous donne immédiatement le ton de la semaine ; l'île est un plateau granitique qui domine l'océan du haut de falaises qui sont entaillées de vallées étroites (les abers ou rias des mots croisés) au fond desquelles il va falloir descendre pour ensuite remonter de l'autre côté. Les ajoncs sont en fleur, nous circulons au milieu de buissons d'un jaune éclatant (et pleins de piquants). Les goélands nous surveillent, des fois que nous dérangions leurs petits.

La première journée se termine à la pointe des Poulains, à l'extrémité nord de l'île ; un petit phare couronne un îlot, dans un cadre sauvage, où Sarah- Bernhardt aménagea un fort en guise de résidence secondaire.

Le mercredi est du même acabit : un tiers de plat, un tiers de descente, un tiers de montée...

Au loin nous voyons apparaître le Grand Phare, un des plus puissants de France (48 km) ; il est complété par une sirène de brume, preuve de la dangerosité de la côte sud de l'île.

L'étape se termine au niveau d'une petite plage, comme il y en a souvent au fond des abers ; c'est l'occasion de donner un peu de liberté à nos petits petons.

Il faut aller un peu plus à l'intérieur pour retrouver le car, vers les menhirs Jean et Jeanne (deux jeunes qui s'aimaient contre l'avis de leurs familles qui demandèrent à une sorcière de les pétrifier)

Le jeudi nous fait aborder la partie sud, la plus haute et la plus accidentée : les dénivelés pour franchir les abers atteignent 60 m et nous en franchirons encore plusieurs...

Au niveau de Port Cotton, les célèbres aiguilles, peintes par Claude Monnet ; le nom du site vient de l'écume projetée quand la mer est forte.

Plus loin, c'est la lande, le sentier côtier longe les gouffres au fond desquels l'eau bouillonne ; nous pensons en frémissant à ce que nous aurions pu trouver si nous avions randonné un jour de tempête

Le vendredi continue le jeudi mais 5 d'entre nous ont préféré rester au village ; en remontant vers le nord, nous retrouvons un peu de civilisation avec le village de Locmaria ; son église s'appelle Notre Dame du Bois Tors : la Vierge déforma un arbre qui se trouvait devant et que des pirates voulaient utiliser pour remplacer leur mat.

La pluie se met à tomber au moment où nous montons dans le car : ce seront nos seules gouttes de la semaine.

Pour finir, nous zappons la grande plage qui se trouve au nord-est, sans intérêt, et repartons le samedi, à une dizaine de kilomètres du Palais ; parcours facile, après ce que nous avons connu... A midi, nous retrouvons le Palais, chacun vaque à ses achats de souvenirs et fait encore quelques kilomètres de côtes jusqu'au VVF.

Le sentier côtier qui avait dans l'ancien temps une utilité militaire, fait au total 82 km avec un dénivelé total de 2000m ; même en sautant la Plage des Grands Sables, nous les avons faits, compte tenu que le car stationnait toujours à distance.

Nous étions partis avec pulls et cirés; le temps sur l'île était changeant, mais nous avons eu de beaux épisodes de soleil, nous sommes revenus bronzés du visage et des mollets.

Je n'oublie pas dans ce compte rendu les 4 vététistes de CBN qui ont parcouru l'île en long et en large et les autres qui l'ont sillonnée en car ou en voiture mais pas en âne, ils ne sont pas fous les ânes.

Très bon accueil du VVF ; je recommande le kir breton : cidre et cassis

GG

REDACTION:

Jacky Chambon

Alain Pont- Sabatier

DIFFUSION:

Marie Lafanechere

Dominique Pigeyre

Chantal Renard

Marie-France Watel