



N° 21
Juil. 2016

Le calendrier des sorties

Les balades à la journée de Juillet.

6 Juillet: les grands sagnes de notre Dame de l'Hermitage, accompagnatrice Marinette. repas chez les sœurs de l'Hermitage.

4h30, 16 km

13 Juillet: les sources de Saurier ou la Banne d'Ordanche suivant la météo du jour, accompagnatrice Marinette. 4h30, 16 km

20 Juillet: le Chambourguet, accompagnateur Yves. 5h, 16 km

27 Juillet: autour des lacs Servières et Guéry, accompagnateur Jacky. 5h, 17 km

Départ à 8h30 de l'ECC (Espace Culture et Congrès de Ceyrat) pour toutes ces randonnées qui sont programmées les mercredis..

Du 8 au 15 Octobre: séjour à « Montagnac »
Les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 30 Juillet.

Dimanche 13 Novembre: repas d'automne au restaurant le Concorde (potée auvergnate).

Mercredi 23 Novembre: après la randonnée de Claude, dégustation du beaujolais nouveau.

Edito.

Bonjour à vous toutes et tous,

Ce numéro 21 est celui de l'été et des vacances !

Chaque semaine du mois de Juillet, vous pourrez randonner grâce à Marinette, Jacky et Yves. Pour cela, consultez notre « calendrier des sorties » ci-contre ou reportez vous à la rubrique « Programme d'activités » sur notre site internet :

ceyrat-boissejour-nature.com

Quant à moi, je vous souhaite de bonnes vacances, et vous dit à bientôt à la rentrée, mais en Octobre seulement, pour le numéro 22 de CBN en Marche !

La feuille de chou

Un pied devant l'autre

Pour celles et ceux qui ne l'ont pas encore lu, je vous invite vivement à vous connecter sur notre site internet et à vous délecter (en page d'accueil) du superbe compte rendu que Marie Noëlle G a rédigé sur notre séjour aux « Cinque Terre ».

Elle a également écrit un complément que voici:

Pour chacun des nos jours de randonnée ce fut :

- des **marches**, des marches et encore des marches, fidèles, irrégulières (sauf celles de la gare de Corniglia, tracées au carré, au nombre de 377). Et nous n'avons pas eu une seule entorse sur ces terrains accidentés !
- des **coteaux de vigne** à perte de vue. Le vignoble recouvre les pentes raides de ce décor montagneux. La culture de la vigne en terrasses a débuté au début du XIIème siècle, technique qui a permis l'exploitation agricole de ce lieu très escarpé.
- des croisements avec des **monorails à crémaillère**, qui permettent de transporter les récoltes tout au long des pentes.
- des **achats journaliers** de focaccia, de quiches aux légumes, de jambon de parme pour nos repas de midi.
- **de belles églises** génoises et des oratoires dans chaque village : comme celle de Monterosso, ornée d'une rosace ouvragée en marbre de Carrare du XIVe siècle et celle de Vernazza qui semble être construite sur les flots.

- **du linge suspendu** aux fenêtres signalant la présence presque invisible des habitants
- **des odeurs fugaces** émanant de plantes méditerranéennes .

Je me permets de rajouter à cette liste:

- Les Oh P..... de notre « Pas triste » à moustaches chaque fois qu'il fallait gravir des marches, avec une variante toutefois : pour les dénivelés positifs, Oh P..... Ça monte ! Et pour les dénivelés négatifs, Oh P..... Ça descend !
- Les jardins de citronniers d'un jaune éclatant et lumineux avec les touches de vert tendre des feuilles des arbres.
- Les monorails à crémaillère cités par Marie Noëlle qui permettent le transport des récoltes certes, mais aussi celui des viticulteurs et même des prêtres qui vont célébrer la messe dans des monastères inaccessibles!
- De belles jeunes femmes italiennes élégantes et souriantes, et de jeunes hommes (costume cravate) très classe avec chapeau (borsalino ?) qui ne sont pas sans rappeler les acteurs des films américains sur la prohibition de l'alcool dans les années 50 (série Al Capone).
- Enfin, la gentillesse et la courtoisie légendaire du peuple italien.
- Et puis, l'état d'esprit de franche camaraderie de nos guides, notre chauffeur et du groupe qui a contribué à ce que notre séjour se déroule de manière agréable et conviviale pour toutes et tous. Merci à vous !

APS

Votre avis nous est utile...

Nous comptons organiser un séjour à Belle Ile en mer au cours du mois de Mai 2017.

Ce séjour serait axé sur la randonnée comme celui de l'année 2013, mais nous ferions le tour dans l'autre sens, ce qui nous ferait découvrir des paysages totalement différents !

Notre hébergement serait basé au VVF dont le Directeur , le célèbre Shérif ,est encore en activité puisqu'il prendra sa retraite en 2018...

Afin de connaître la faisabilité de ce voyage, nous avons décidé de procéder à un sondage et vous demandons, s'il vous plaît, de bien vouloir, si vous êtes susceptibles de participer à cette « aventure » , rejoindre Chantal Renard (notre secrétaire bien connue et appréciée) avant la 31 Octobre 2016 : ceci afin de pouvoir bénéficier des promotions VVF ...



Humour... encore et toujours! Pierre Desproges

Si tout le monde vous donne raison, c'est que vous êtes d'une intelligence remarquable... ou bien que vous êtes le Patron !

Il vaut mieux se taire et passer pour un con plutôt que de parler et ne laisser aucun doute à ce sujet.

De tous ceux qui n'ont rien à dire, les plus agréables sont ceux qui se taisent.

Il faut mépriser l'argent, surtout la petite monnaie !

Ce n'est pas parce que l'homme a soif d'amour qu'il doit se jeter sur la première gourde !

Quelques uns et des d'entre vous ont souhaité lire la fable écrite suite à la mésaventure de notre ami Jacky: une histoire de pierres...dont voici la clef (il n'a pas emporté les pierres au paradis, mais c'était moins une !).

Vide ton sac



*A une ballade du jeudi, participait notre ami Jacky
Il était toujours devant, et la file s'étirait longuement ...
Afin de ralentir ses ardeurs, nous nous sommes portés à sa hauteur
Et discrètement, sans un mot, avons glissé deux pierres dans son sac à dos !*

*A partir de ce moment, Jacky est rentré dans le rang,
Et nous avons pu terminer, tous groupés, notre randonnée.*

*Mais le mercredi d'après, Jacky n'était plus le premier !
Et, pendant la montée, tout en fin de file il se traînait !
Il trouvait son fardeau pesant et se déplaçait lentement :
Il n'avait pas vidé son sac à dos, et les deux pierres s'y trouvaient encore, bien au chaud !*

Moralité

*Quand on s'appelle Jacky et qu'on aime marcher,
Rien ne nous arrête, pas même les années !
Mais, si on veut caracoler en tête et faire le malin
Il faut vider son sac...ou surveiller les copains !*



La recette de cuisine d'Alain: mousse d'avocat au citron

C'est une recette facile à retenir; il suffit de savoir compter jusqu'à 4 ! Moins bien qu'un corbeau qui lui, paraît-il, sait compter jusqu'à 8...

- 1 citron (uniquement le jus)
- 2 avocats (sans la peau ni le noyau)
- 3 cuillérées d'huile d'olive (vierge de préférence)
- 4 bâtons de surimi (au crabe)

Vous mixez, vous gardez au frais, et vous servez pour un apéritif accompagné de « tortillas » ou de légumes crus découpés: choux fleurs, carottes, poivrons, courgettes etc....

Notre journée à Vichy, Cusset.

La plupart des participantes et participants à cette excursion ont découvert que la ville de Cusset fut une plate forme entourée de remparts et fortifiée au XV ème siècle par le roi Louis XI pour protéger le Royaume de France d'une invasion possible des Ducs de Bourgogne ! Ces fortifications étaient ceinturées par un vaste fossé alimenté par la rivière « Sichon » quatre portes permettaient d'accéder à l'intérieur de la ville et celle-ci était défendue par cinq tours équipées de canons appelés les « chiens verts » par Charles VII de part la couleur verte du bronze patiné.

C'est par cette appellation que l'on désigne les Cussetois ! A partir du XVII ème siècle, les murailles, devenues inutiles furent démolies et les fossés comblés. Ces parties basses se trouvent actuellement enterrées et constituent les souterrains que nous avons visités grâce à un jeune guide avec lequel nous avons aussi parcouru la ville pour admirer les bâtiments anciens: la tour prisonnière, l'ancienne prison des femmes, les portes des XIII et XV èmes siècles, l'hôtel Jehan de la Borderie actuel hôtel Louis XI, la porte de l'ancien couvent des bénédictines fondé en 886 actuelle mairie dans la cour de laquelle est planté un arbre de la Liberté majestueux, la « maison de justice » ...

Après un déjeuner au 1er étage du restaurant « la Rotonde » au bord de la rivière Allier, une charmante jeune guide nous a conduit à travers la ville de Vichy et présenté la splendeur de cette cité thermale sous le second Empire. La ville s'est développée sous le règne de Napoléon III qui a attiré une grande partie de l'aristocratie Européenne fait construire l'opéra et développé l'exploitation des sources, des « casinos »...

Notre visite s'est achevée par une promenade dans les parcs après avoir dégusté l'eau de la source des Célestins.

Ce fut une journée fort agréable d'autant que la présence du soleil nous a permis d'arpenter les rues de Cusset et de Vichy sans parapluie !

Antoine de Baecque, critique et historien du cinéma, est aussi un passionné de randonnées. J'ai eu la curiosité de lire son dernier livre, « Une histoire de la marche » (Perrin, 2016, vous voyez que c'est tout récent !), qui, je dois dire, m'a un peu ennuyé au début. Les aspects techniques de la marche... bof ! Et puis, cette tentative pour aborder tous les domaines pédestres - des pèlerinages aux exploits sportifs, de la création des sentiers de randonnée aux flâneries et, pour finir, aux « grandes marches » - est de plus en plus intéressante et on y trouve quelques citations qui font brièvement penser à CBN !

Rodolphe Toepffer, directeur d'un pensionnat à Genève au début du XIX ème siècle, entraîne ses élèves dans des excursions en montagne, et en fait des récits, comme celui-ci. On croirait une marche du mercredi ! Vous remplacez « M. Toepffer » par « Claude », et à chacun de reconnaître ses jarrets !

« Ordinairement, il y a une avant-garde composée de jarrets secs, d'esprits moins curieux ou moins batifolants, ou qui aiment à conquérir sur les autres un temps de repos. Vient après un centre composé de jarrets plus tempérés, qui, sans halter, vont moins vite, mais qui regardent, picorent, babillent, chemin faisant: c'est, du reste, une population flottante qui se recrute tantôt d'un écopé de l'avant-garde, tantôt d'un traînard régénéré. Vient ensuite l'arrière-garde, où sont principalement les artistes, les naturalistes, les flâneurs, les démoralisés, les glaneurs de fraises ou d'embresailles, les attardés par une cause quelconque, et M. T (Claude), qui de là tient les rênes et rattrape tout ce qui cloche; enfin, après l'arrière-garde, un ou deux traînards qui se contentent des histoires, s'adjugent des haltes, entrent dans les chapelles, ou prennent racine auprès d'une source, quitte à rejoindre par la suite des temps.

Selon les endroits, selon le commun instinct, cette colonne s'espace sur un quart de lieue, ou bien elle se resserre sur une courte file; elle a beaucoup de pieds, mais rien qu'une tête. Cette tête a rarement des inquiétudes en marche, et souvent une jouissance grande, quand elle voit tous ces pieds presser, ralentir ou s'éparpiller sans commandement, mais pourtant à son gré; car sans une certaine liberté de mouvements et d'allures, où serait le plaisir ? Et sans une sorte d'unité et d'ensemble, où serait le bon ordre et la sécurité ? »

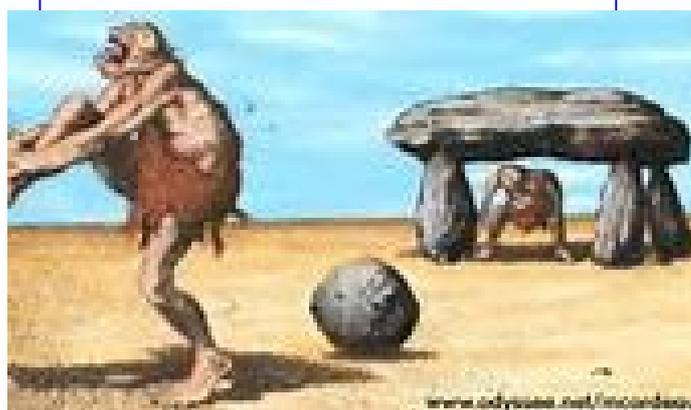
N'est-ce pas Claude ?

MPS



Clin d'œil au Mondial de football

Voici un témoignage qui vous prouve que ce sport date de la « plus haute antiquité » et sans doute avant !



© Philippe Geluck - Le Chat & Malibu - 1997

REDACTION:
Marinette Durieux
Alain Pont- Sabatier

DIFFUSION:
Marie Lafanechere
Chantal Renard