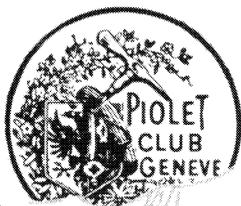


N°1



Janvier / Février 2011

# Le Piolutien

BULLETIN BIMESTRIEL OFFICIEL DU PIOLET CLUB DE GENÈVE

Case postale 556 - 1211 GENÈVE 17



*le sport c'est*

# UNIVERS SPORTS

Le choix • Le conseil • Le service



**P** 52, rue de la Servette • 1202 Genève  
Tél.: 022 733 33 58  
univers-sports@bluewin.ch  
www.univers-sports.ch

*L'artisan moderne de l'automobile*



## **GARAGE Luigi ZOLLO**

*VENTE de voitures neuves et occ. Toutes Marques*

### **REPARATIONS**

*Mécanique, électricité, entretien, prép. expertise*

*Pneus, Batteries, Test antipollution,*

*Tél. 022/757 67 70*

*Devis Gratuits (sur rendez-vous)*

*Voiture en prêt, ou prise en charge par nos soins*

*Rte de Prè-Marais 58, 1233 BERNEX Fax 022/757 32 21*

# **LE MOT DU PRESIDENT**

## **LE MOT DU PRESIDENT SOUS LE SAPIN**

Chers amis,

Voici venue la période des fêtes de fin d'année où chacun laisse un peu de côté les activités débordantes de la vie moderne et ses soucis pour prendre le temps de passer ces derniers jours de décembre en famille.

Je vous rappelle que le premier Noël dans la nature, autour d'un sapin, a eu lieu en 1963, à Arzier. La course avait été organisée par notre regretté ami René Huissoud.

Pour nos membres, Piolutiens et amis, la fête de ce soir, qui marque la fin de nos activités de l'année écoulée, est une première puisqu'elle se déroulera dans ce très beau chalet justement nommé « Bel Oiseau ». Nos remerciements vont à Stan Varin pour sa magnifique idée ainsi qu'à André Gardel pour la préparation des repas.

Nous aimons tous ces instants chaleureux autour du sapin, en pensant à nos amis absents, malades et disparus, avec les chants de circonstance et le discours du Président. C'est une soirée et des moments bien agréables entre montagnards à nous remémorer nos belles courses de l'année.

Je souhaite à toutes et à tous de connaître des instants de bonheur comme nous en vivons chaque fin d'année au Piolet. Si vous en avez l'occasion, je vous invite, pendant cette période de fête passée en famille ou avec des amis, à prendre un peu de temps pour rendre visite à des personnes malades ou dans un EMS. Ce sera un beau moment de partage pour vous et pour elles.

Pendant cette période de traditionnels « joyeux Noël et bonne année » souvent prononcés à la sauvette, sans être conscients de la signification des mots et parfois même sans regarder les gens, pensez à y mettre un peu plus de chaleur. Vous verrez que vous recevrez en retour moult sourires et paroles aimables. Ce seront les plus beaux cadeaux que vous pourriez recevoir.

Il ne me reste qu'à vous souhaiter à tous, membres, sympathisantes et sympathisants, annonceurs, un joyeux Noël ainsi qu'une bonne et heureuse année 2011.

Votre Président  
Jean Daniel Imesch

Photo de couverture : course de Noël - La lécherette.

Pages intérieures : course de Noël - La Lécherette, janvier, 1<sup>er</sup> groupe Flaine.

# STATISTIQUES

## PARTICIPATION AUX COURSES 2010

### MEMBRES ACTIFS (53)

Rang	N. de courses	Actifs	
1 <sup>er</sup> rang	12 courses	Jean-Daniel Baud Albert Perrottet	Henri Bochud
2 <sup>e</sup> rang	10 courses	Ernest Détraz	Roland Hoegen
3 <sup>e</sup> rang	9 courses	Jean-Paul Delisle Pierre Jenni	Cédric Goetschmann Stanislas Varin
4 <sup>e</sup> rang	8 courses	Roméo Rizzi	
5 <sup>e</sup> rang	7 courses	Jacques Dubas	Jean-Daniel Imesch
6 <sup>e</sup> rang	6 courses	Daniel Willame	
7 <sup>e</sup> rang	5 courses	Gilbert Anthoine André Gardel Silvio Kofmel	Freddy Bourquin Willy Goetschmann
8 <sup>e</sup> rang	4 courses	Michel Bugnon Paul Raval	Raymond Darbellay
9 <sup>e</sup> rang	3 courses	Yves Lambert Gino Zollo	Philip Normand
10 <sup>e</sup> rang	2 courses	Ruedi Diener Peter Noggler Gérard Sutter	Thierry Lentillon Jacques Noll
11 <sup>e</sup> rang	1 course	Eric Depallens Benito Jimeno	Jean-Marie Gaist
	0 courses	21 membres	

Soit 181 participations, donc une moyenne par course de 15.08 membres.

Moyenne par membre (53 membres actifs) : 3.42 courses.

Moyenne par membre ayant effectué des courses (32 membres actifs) : 5.66 courses.

A noter que la participation aux courses en 2010 est légèrement inférieure aux années précédentes, respectivement 193 en 2008 et 191 en 2009.

En revanche, 32 membres ont pris part à une course au moins, contre 28 en 2009.

Relevons encore le bon exemple donné par les trois lauréats du palmarès, tous issus du 2<sup>e</sup> groupe.

### **MEMBRES SYMPATHISANTS**

On a enregistré 29 participations de membres sympathisants. Moyenne par course : 2.42.  
Deux d'entre eux sont devenus membres actifs lors du repas anniversaire de février (Cédric Goetschmann et Daniel Willame).

### **MERCREDISTES**

Il n'y a pas de statistique pour ce groupe.

Novembre 2010

Jean Daniel Baud  
Vice-président



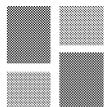
Vous saurez tout sur la vie du Club en visitant le site  
[www.le-piolet.net](http://www.le-piolet.net)



**LEIGGENER S.A.**

RUE DU XXXI DÉCEMBRE 52  
CASE POSTALE 6192  
1211 GENÈVE 6

TÉL. 022 / 735 71 42  
FAX 022 / 735 71 55



**REVIDOR SOCIETE FIDUCIAIRE SA**

---

- **Comptabilité**
- **Expertises**
- **Fiscalité**
- **Révision - Audit**
- **Administration**
- **Gestion de sociétés**

54, RUE AGASSE  
CASE POSTALE 556 - 1211 GENÈVE 17

TÉLÉPHONE 022 707 04 10  
TÉLÉFAX 022 736 41 14

# **LA VIE DU CLUB**

## **COMPTE-RENDU DE L'ASSEMBLEE GENERALE du 1<sup>er</sup> décembre 2010 – Hôtel Calvi**

### **1. Appel**

La séance est ouverte à 20h40 devant 16 membres actifs.

Sont excusés : Rudi Diener, Luigi Zollo, Freddy Bourquin, Arthur Kocherhans, Peter Noggler, Jean-Paul Delisle, Ernest Détraz, Jacques Dubas, Cédric Goetschmann.

### **2. Lecture des procès-verbaux**

Les PV de l'Assemblée générale du 2 décembre 2009 et de l'assemblée mensuelle du 3 novembre 2010 sont lus respectivement par Pierre Jenni et Silvio Kofmel.

### **3. Rapports de courses / Divers**

- Notre Président nous parle de la sortie des deux groupes à Cheserex, le 14 novembre, qui s'est déroulée par un temps magnifique et avec un somptueux pique-nique.
- Jean-Daniel Baud est retourné voir Francis Schenk qui continue à subir sa maladie avec courage. Il salue tous les Piolutiens.

### **4. Correspondance**

Le Président a reçu une lettre de Charles Beer, au nom de la Loterie Romande, nous confirmant le versement de CHF 950.- pour le mouvement « junior » du Club.

### **5. Prochaines manifestations**

#### **Décembre**

Le samedi 10 et le dimanche 11

Sortie de Noël au Col des Mosses, lieu-dit La Lécherette, où nous disposerons du Chalet Bel-Oiseau. Rendez-vous sur place le samedi soir à 17h30. André Gardel avec une équipe de petites mains s'est engagé à nous préparer un succulent repas de Noël. Le 1<sup>er</sup> groupe s'organisera pour faire une sortie en peau, combinée à la formation Barryvox traditionnelle du début de saison, sous les commandes d'un guide professionnel. Nous comptons 24 inscrits à ce jour.

#### **Janvier**

Le dimanche 9

Course du 2<sup>e</sup> groupe pour skieurs et marcheurs, organisée par Gérard Sutter – but à déterminer.

Le mercredi 12

Assemblée mensuelle.

Le dimanche 16

Course du 1<sup>er</sup> groupe, ski rando à la Pointe de Borée, organisée par Jean-Paul Delisle.

## **Février**

### Le mercredi 2

Assemblée mensuelle.

### Le dimanche 13

Course du 1<sup>er</sup> groupe, ski rando, au Col des Chamois à Anzeindaz, organisée par Jacques Dubas.

Course du 2<sup>e</sup> groupe, sortie en raquettes aux Glières, organisée par Pierre Jenni.

### Le mercredi 16

Balade au clair de lune, Cabane Carroz, organisée par André Gardel.

### Le vendredi 18

Repas anniversaire organisé par le comité.

## **6. Rapports annuels**

### **Rapport du Président**

Le rapport d'activité du Président a été lu lors de la Soirée choucroute, ainsi que le palmarès des courses 2010. Les vainqueurs étaient Albert Perrottet, Henri Bochud et Jean-Daniel Baud – tous les trois avec le maximum de 12 courses.

### **Rapport du Trésorier**

Le trésorier Michel Bugnon nous commente les chiffres du Bilan et des comptes de Pertes et Profits au 30 novembre 2010. L'exercice courant du 1<sup>er</sup> décembre 09 au 30 novembre 10 dégage un bénéfice de CHF 1'941.65.

### **Rapports des vérificateurs des comptes**

Freddy Bourquin et Henri Bochud nous rapportent brièvement les travaux des vérificateurs des comptes et demandent à l'assemblée d'approuver les comptes.

### **Approbation des comptes.**

Les comptes sont approuvés à l'unanimité.

### **Élection du Président et du Vice-président**

Jean-Daniel Imesch, Président en place, se propose de repartir pour sa 2e année. Jean-Daniel Baud arrive au terme de sa vice-présidence et laisse sa place à André Gardel qui a accepté d'entamer un troisième mandat de futur président.

### **Élection du Comité**

Deux membres du Comité, soit Jean-Daniel Baud et Gilbert Antoine, souhaitent laisser leur place aux jeunes et quitter le Comité. Les deux sont applaudis et remerciés pour les services rendus. Daniel Willame a accepté de rejoindre le Comité comme nouveau membre.

Le nouveau Comité est élu par acclamation :

Président :	Jean-Daniel Imesch
Vice-président :	André Gardel
Trésorier :	Michel Bugnon
Responsable fichiers :	Stanislas Varin
Secrétaire :	Silvio Kofmel
Site internet :	Jacques Dubas
Publicité Piolutien :	Pierre Jenni
Membre :	Daniel Willame
Piolutien :	André Gardel, Philippe Lentillon, Philip Normand

## **Élection des vérificateurs des comptes**

Jean-Daniel Baud et Freddy Bourquin sont proposés comme vérificateurs des comptes. Gilbert Anthoine s'est spontanément proposé comme suppléant. Ils sont élus à l'unanimité.

## **Nomination du comité de rédaction**

L'assemblée confirme nos amis André Gardel, Philippe Lentillon et Philipp Normand.

## **Fixation des cotisations et des subventions au fond de secours et au fond de guide**

Pour les cotisations, voir rubrique « Entre nous ».

Il est décidé d'attribuer CHF 500.- au Fond de guide et CHF 1'000.- au Fond de futures manifestations.

## **Budget**

Michel Bugnon présente et commente le budget 2010-2011 qui prévoit un bénéfice de CHF 300.-. Le budget est approuvé à l'unanimité.

## **Programme des courses 2011**

Approuvé à l'unanimité

## **7. Divers**

Jean-Daniel Baud informe qu'il a rencontré les Mercredistes dans leur « stamm » Proposition leur a été faite de remplir dorénavant une feuille de course signée des participants afin d'officialiser leurs courses et leur appartenance au club, notamment pour ce qui concerne les questions de responsabilité.

Après réflexion, les dates des sorties n'étant plus fixes, leur décision s'est portée sur la suppression de la liste des courses des Mercredistes du programme du Piolet.

Seule une référence à leurs sorties informelles figurera dorénavant dans le Piolutien.

## **8. Fin de l'assemblée**

L'Assemblée générale est clôturée à 21h40 par notre Président.

Silvio Kofmel





# **RAPPORTS DE COURSES**

## **COURSE DE NOËL les 11 et 12 décembre – La Lécherette**

Lorsque j'ai parlé au Président de mon projet d'organiser le Noël piolutien dans un chalet, il trouva l'idée très intéressante. J'avais trouvé le Chalet Bel-Oiseau à la Lécherette, restait à organiser les repas du samedi soir et du dimanche midi. Pour le repas du dimanche, pas de problème, j'avais prévu la raclette car je pouvais la gérer facilement puisque le chalet était pourvu en fours à raclette. Pour le repas du samedi soir, André Gardel se proposa pour confectionner un repas dans l'esprit de la course cuisine. Super Dédé m'enlevait un problème et permettait de réaliser une « première » : Noël dans un chalet avec repas confectionné par notre chef-cuisinier et ses aides.

Samedi matin, j'ai rendez-vous avec André et Jean-Paul à Nyon. Nous remplissons les coffres de la voiture de Jean-Paul et de ma voiture avec les victuailles et le liquide nécessaires pour le week-end. Après un voyage sans problème nous arrivons au parking se trouvant devant le Chalet Bel-Oiseau. Le chemin menant au chalet étant verglacé, nous transvasons la nourriture et la boisson dans le 4x4 du propriétaire qui amène le tout devant la cuisine. Le déchargement est fait en cinq minutes. Après les explications minimales du fonctionnement de la cuisinière, du four et du lave-vaisselle par le propriétaire, Dédé se met immédiatement au travail pour préparer son bouillon.

Des 50 cm de neige tombés la semaine précédente, il n'en reste qu'environ 5... Le cours DVA et la randonnée à ski sont donc annulés.

Les arrivées des Piolutiens s'égrènent toute la journée. Ils profitent du beau temps pour découvrir à pied la région. Tout le monde se retrouve vers 17h pour l'apéritif, sauf notre Président qui est encore au travail à Genève. Certains Piolutiens jouent au billard, d'autres au ping-pong et au foot-foot.

A 19h, le Président étant arrivé, c'est le traditionnel départ vers le sapin sous un ciel bleu et avec une température clémente pour la saison. Roland nous a préparé, comme d'habitude, son succulent punch apprécié de tous. Puis le Président nous adresse son message de Noël, qui est suivi par notre chanson piolutienne emblématique.

Le repas préparé par André et Jean-Paul est délicieux, arrosé par d'excellents vins offerts par divers Piolus. Les chocolats belges offerts par notre ami Daniel sont appréciés. L'ambiance est sympathique et la soirée se prolonge fort tard, surtout pour les « accros » du billard.

Le rendez-vous est pris pour le petit déjeuner vers 8h30.

Après un petit déjeuner copieux, chacun se prépare pour une marche matinale. Le but est d'aller au-dessus de la nappe de brouillard qui a envahi La Lécherette. Les efforts furent vains.

A midi, tout le monde se retrouve pour l'apéritif, suivi par la viande séchée et la raclette. Le moment est arrivé de nous dire au revoir et de nous souhaiter les bons vœux pour l'année 2011.

Tout le monde a apprécié le confort du chalet, la qualité des repas et la convivialité des lieux. Tous mes remerciements vont à mes collègues qui m'ont donné un coup de main pour le bon déroulement de ce week-end, tout particulièrement aux cuisiniers André et Jean-Paul, ainsi qu'aux bienfaiteurs donateurs.

Stanislas Varin

**-10%**  
sur présentation de cette annonce  
à tous les membres

**stormatic** s.a.

*Fabrique genevoise de stores*



**STORES A ROULEAUX - TENTES SOLAIRES  
STORES A LAMELLE - RÉPARATIONS - STORES INTÉRIEUR**

Route de Pré-Marais 46 - 1233 Bernex-GENÈVE  
Tél. 022 727 05 02 - Fax 022 727 05 10

**Daniel Schulthess S.A.**



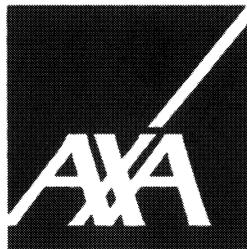
Étanchéité  
Couverture  
Façades ventilées  
Constr. métalliques

Chemin du Pré-Fleuri 21 B • Case postale 140 • 1228 Plan-les-Ouates  
Tél. 022 706 17 30 • fax 022 706 17 39 • CCP 12-4155-7 • e-mail: schulthess1@bluewin.ch

**DES GOUTTES & Cie S.A.  
ASSURANCES**

5, ROUTE DE CHÈNE  
CASE POSTALE 6270  
1211 GENÈVE 6

**TEL. 022 737 19 19**



# **PROCHAINES COURSES**

## **COURSE DU 1<sup>er</sup> GROUPE Le dimanche 13 février – Col des Chamois, voie normale par Anzeindaz**

Données techniques : altitude maximum de 2660 mètres. Dénivelé de 1400 mètres.  
Difficulté de F –.

Itinéraire : de Genève, sortie de l'autoroute n° 18.  
Gryon. La Barboleusaz, 1211 mètres. Parking des véhicules à proximité  
de la bifurcation pour Solalex.

Montée : départ vers Solalex, 1462 mètres. Direction le refuge Giacomini à  
Anzeindaz, 1900 mètres. Depuis Anzeindaz, direction la Cabane  
Barraud, 1956 mètres. De Barraud, gagner le col des Essets,  
2029 mètres, puis le col des Chamois, 2660 mètres.  
Montée de 4 à 5 heures.

Descente : par le même itinéraire. Une heure.

Matériel : matériel de randonnée usuel à peaux de phoques. Couteaux, DVA,  
sonde et pelle. Pique nique et boissons chaudes.

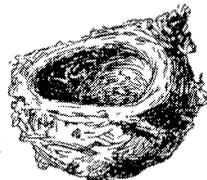
Coûts : Genève-La Barboleusaz-Genève 260 km. 130.- par voiture.



**POUR BIEN FAIRE SON NID:**

**LACHENAL**

**SOURCE D'INSPIRATION**



REVETEMENTS DE SOLS & MURS - RIDEAUX - STORES - DECORATION

Rue de la Servette 25 - Tél. 022 918 08 88 - [www.lachenal.ch](http://www.lachenal.ch)

**GRANDE PHARMACIE  
DE PLAINPALAIS S.A.**

**P. JENNI**  
pharmacien responsable

**Herboristerie - Produits vétérinaires -  
Parfumerie**

13, rue de Carouge (angle rue Leschot 1)

Adresse postale :

**1211 Genève 4**

Téléphone 022 329 12 55 - C.C.P. 12-1646



**VOIROL**  
**OPTIQUE**

Les spécialistes  
des lunettes de sport et  
des lentilles de contact

*Grand choix de lunettes de sport*

Bd Carl-Vogt 30 - tél 022 328 56 86 / rue de Carouge 72 - tél 022 320 12 75



**Entreprise Vugliano**

Entreprise générale de GYPSERIE et PEINTURE  
DÉCORATIONS - PAPIERS-PEINTS - PLASTIQUES - MOQUETTES  
Maison fondée en 1910

E-mail: [rvugliano.ch@vugliano.ch](mailto:rvugliano.ch@vugliano.ch)

Boulevard Carl-Vogt 51  
Tél. 022 328 26 08 / 342 50 29  
1205 Genève

# PROGRAMME DES COURSES 2011

Voici le programme des courses de l'année 2011, tel qu'adopté lors de l'Assemblée mensuelle du 3 novembre 2010.

<b>PROGRAMME DES COURSES 2011 – 1<sup>er</sup> GROUPE</b>			
<b>JANVIER</b>	Mercredi 12 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy Verre de l'amitié pour l'an neuf	
	Dimanche 16	Ski rando : Pointe de Borée	Freddy Bourquin
<b>FEVRIER</b>	Mercredi 2 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 13	Ski rando : Col des Chamois Anzeindaz	Jacques Dubas
	Mercredi 16	Balade au clair de lune Cabane Carroz	André Gardel
	Vendredi 18	Repas anniversaire	Le Comité
<b>MARS</b>	Mercredi 2 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 6	Sortie hivernale en famille but à déterminer	Le Comité
	Dimanche 13	Ski rando : Roc de Tavaneuse	Michel Bugnon
<b>AVRIL</b>	Mercredi 6 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Samedi 9 – dimanche 10	Ski rando : Le Pigne d'Arolla	Daniel Willame
<b>MAI</b>	Mercredi 4 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Samedi 14 – dimanche 15	Ski rando : Le Mont Vélan	Cédric Goetschmann
<b>JUIN</b>	Mercredi 1 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Du vendredi 17 au dimanche 19	Escalade, marche : Arnad, Vallée d'Aoste	André Gardel
<b>JUILLET</b>	Mercredi 6	Assemblée en campagne et pétanque	Le Comité
	Du vendredi 9 au dimanche 10	Alpinistes, marcheurs : traversée des Weissmies	Cédric Goetschmann

<b>AOUT</b>	Dimanche 14	Alpinistes, marcheurs : « à nos belles années » au Bouton (Tournette)	Jean-Paul Delisle
	Mercredi 31 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
<b>SEPTEMBRE</b>	Du jeudi 8 au dimanche 11	Grande course d'été : Alpes tessinoises, Massif de l'Adula	Ruedi Diener
<b>OCTOBRE</b>	Mercredi 5 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 9	Escalade, marche : Les Gastlösen	Stanislas Varin
<b>NOVEMBRE</b>	Mercredi 2 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 13	Sortie d'automne	Le Comité
	Vendredi 18	Soirée choucroute	Le Comité
<b>DECEMBRE</b>	Mercredi 7 – 20h30	Assemblée générale – Hôtel Calvy	
	Samedi 17 – dimanche 18	Course de Noël – Les Carroz d'Arâche	Silvio Kofmel et Jean-Daniel Imesch

---

### PROGRAMME DES COURSES 2011 – 2<sup>e</sup> GROUPE

---

<b>JANVIER</b>	Mercredi 12 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy Verre de l'amitié pour l'an neuf	
	Dimanche 9	Skieurs, marcheurs : Mégève	Gérard Sutter
<b>FEVRIER</b>	Mercredi 2 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 13	Raquettes, marcheurs : Les Glières	Pierre Jenni
	Mercredi 16	Balade au clair de lune Cabane Carroz	André Gardel
	Vendredi 18	Repas anniversaire	Le Comité
<b>MARS</b>	Mercredi 2 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 6	Sortie hivernale en famille but à déterminer	Le Comité
	Dimanche 13	Raquettes, marcheurs : Dent de Vaulion	Roland Hoegen
<b>AVRIL</b>	Mercredi 6 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	

	Dimanche 10	Raquettes, marcheurs : Chalets des Mayères	Jean Daniel Baud
<b>MAI</b>	Mercredi 4 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 8 ou 15	Marcheurs : Les Voirons, Balcon du Léman	Ernest Détraz
<b>JUIN</b>	Mercredi 1 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Samedi 18 – dimanche 19	Marcheurs : course de juin	Eric Depallens
<b>JUILLET</b>	Mercredi 6	Assemblée en campagne et pétanque	Le Comité
	Dimanche 10	Marcheurs : Pic Marcellly	Henri Bochud
<b>AOUT</b>	Dimanche 14	Marcheurs : Le Mont César	Roméo Rizzi
	Mercredi 31 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
<b>SEPTEMBRE</b>	Du jeudi 8 au dimanche 11	Grande course d'été : Zermatt	Albert Perrottet
<b>OCTOBRE</b>	Mercredi 5 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 9	Marcheurs : région de Chamonix	Thierry Lentillon
<b>NOVEMBRE</b>	Mercredi 2 – 20h30	Assemblée mensuelle – Hôtel Calvy	
	Dimanche 13	Sortie d'automne	Le Comité
	Vendredi 18	Soirée choucroute	Le Comité
<b>DECEMBRE</b>	Mercredi 7 – 20h30	Assemblée générale – Hôtel Calvy	
	Samedi 17 – dimanche 18	Course de Noël – Les Carroz d'Arâche	Silvio Kofmel et Jean-Daniel Imesch



# **NOUVELLES DU COMITE**

## **Cotisations 2011 – Rappel**

- la cotisation pour les membres honoraires et actifs est de **Fr. 70.-**
- la cotisation pour les membres sympathisants reste à **Fr. 10.-**

Merci de ne pas oublier des les régler... et il est évidemment toujours possible « d'allonger la sauce », les sommes indiquées étant le minimum.



## **Visites des octogénaires**

Les membres du Comité ont visité nos « plus de quatre-vingt ans », avec une bouteille de champagne, pour fêter Noël et leur souhaiter une bonne et heureuse année.

Jean-Daniel Imesch a rendu visite à Roger Desusinge et Arthur Kocherhans.

André Gardel a visité René Marc Baud et Henri Decor.

Jean-Daniel Baud a visité Francis Schenk et Robert Chiappino.

Pierre Jenni a visité Ernest Detraz et Emile Minder.

Stanislas Varin a visité Jan Stroosma.



**VOLPÉ & Fils SA**

Constructions Métalliques  
Inox, Aluminium  
Entretien

14, Ch. Gérard-de-Ternier  
CH-1213 Petit-Lancy

 +41(0) 22 304 15 21  
 +41(0)79 449 43 59  
 +41(0)22 304 15 29  
 pa.volpe@pavolpe.ch

# **LA CHRONIQUE DU DOCTEUR PIOLU**

## **ET AVEC LA FONDUE, VOUS BOIREZ QUOI ?**

On croit rêver. Vous me direz qu'en ces temps de Noël, c'est bien normal, mais une étude scientifique récente et tout-à-fait sérieuse s'est intéressée de près à la problématique de la fondue suisse ! Que boire avec la fondue ? Un p'tit coup d'blanc ou du thé noir ? Et le p'tit kirsch à la fin du repas, aiderait-il à la digestion ? Voilà les lancinantes et cruciales questions que se sont posées des auteurs zurichois et allemands dans une revue médicale anglaise des plus prestigieuses. Extraits.

Les opinions quant aux avantages et aux inconvénients de la consommation d'alcool avec un repas riche en graisses comme une fondue sont contradictoires. Certains prêchent en faveur d'un verre (ou deux) de vin tandis que d'autres arguent que le thé est plus approprié à une meilleure « digestion ». Des études antérieures utilisant une grande variété de repas et de boissons rapportent des effets contradictoires de l'alcool sur la vidange gastrique et l'inconfort abdominal. En gros, jusqu'à présent, on ne savait pas encore grand-chose sur les mélanges alcool-repas riche en graisses. Chacun avait un avis bien tranché...et le partageait avec lui-même.

### **ZE ETUDE**

Les objectifs de cette étude étaient de comparer les effets du vin blanc ou du thé noir lors d'une fondue accompagnée d'un kirsch sur la vidange gastrique, l'appétit et d'éventuels symptômes digestifs (nausées, ballonnements, inconfort abdominal).

L'essai a inclus 20 sujets en bonne santé, âgés de 23 à 58 ans, à qui l'on a demandé de manger deux fondues à une semaine d'intervalle. Après randomisation, les sujets boiront soit du vin blanc soit du thé noir suivi 90 minutes plus tard, et selon une seconde randomisation, d'un verre de schnaps ou d'eau.

Au final, chaque « patient » a consommé 200 grammes de fondue fribourgeoise moitié-moitié avec 100 g de pain, arrosée de 300 ml de Fendant ou de thé noir puis suivie de 20 ml de Kirsch Etter ou d'eau. J'ai connu pire comme étude...

### **LES RESULTATS**

Il faut bien se rendre à l'évidence, les résultats montrent que la vidange gastrique est plus rapide chez ceux qui n'ont pas bu d'alcool, c'est-à-dire lorsque la fondue a été consommée avec du thé ou de l'eau. Que le sujet boive ensuite un schnaps ou non, la vidange gastrique se fera plus rapidement avec le thé noir.

Ce résultat est en concordance avec la notion connue qu'une grande variété de boissons alcoolisées ralentissent la vidange gastrique lorsqu'elles sont consommées lors d'un repas.

L'effet sur l'appétit est moins évident. L'appétit est similaire avec la consommation de vin ou de thé, mais réduit si vin et schnaps sont consommés lors du même repas et ce, uniquement à partir de 4 verres d'alcool.

En revanche, aucune corrélation entre les boissons consommées pendant le repas et les symptômes de « mauvaise digestion » n'a été trouvée.

### **QUE RETENIR ?**

La vidange gastrique après une fondue au fromage suisse est nettement plus lente en cas de consommation de doses plus élevées d'alcool.

Des concentrations plus élevées d'alcool consommé avec ou après un repas de haute énergie riche en graisses peuvent supprimer l'appétit, mais sont sans effet sur un éventuel inconfort digestif.

Voilà donc tout le monde rassuré. En d'autres termes, si vous êtes en bonne santé, vous pouvez profiter pleinement d'une bonne fondue fribourgeoise moitié-moitié. Quelle que soit la boisson choisie pour accompagner ladite fondue, la digestion se fera plus ou moins vite, mais sans encombre. Seule l'envie de dessert s'en fera éventuellement ressentir. Bonnes nouvelles, non ?

### **RÉFÉRENCES POUR LES MORDUS**

Heinrich H. et coll. : Effect on gastric function and symptoms of drinking wine, black tea, or schnapps with a Swiss cheese fondue : randomised controlled crossover trial. BMJ 2010; 341 : c 6731

Jacques Dubas  
jdubas@sunrise.ch



# MEMENTO

## FEVRIER

### mercredi 2

20 h 30 – assemblée mensuelle  
Hôtel Calvy, 5, ruelle du Midi

### dimanche 13

1<sup>er</sup> groupe – Ski rando : le Col des Chamois, Anzeindaz

### dimanche 13

2<sup>e</sup> groupe – Raquettes, marcheurs : Les Glières

### mercredi 16

balade au clair de lune : Cabane Carroz

### vendredi 18

repas anniversaire – Restaurant Claire-Vue,  
chez Peter et Yvonne Noggler

## MARS

### mercredi 2

20 h 30 – assemblée mensuelle  
Hôtel Calvy, 5, ruelle du Midi

### dimanche 6

sortie hivernale en famille : but à déterminer

### dimanche 13

1<sup>er</sup> groupe – Ski rando : Roc de Tavaneuse

### dimanche 13

2<sup>e</sup> groupe – Raquettes, marcheurs : Dent de Vaullion

### **Mercredistes**

*En dehors des courses organisées par le club, un groupe de Mercredistes réunissant informellement des membres actifs, sympathisants et non membres du club effectue des balades dans le canton.*

*Renseignements auprès de Michel Fleury, tél. 079 681 47 28*

*Pour mémoire, ces sorties ne sont pas couvertes par l'assurance RC du club et se font sous la propre responsabilité des participants.*

REMISE DES TEXTES POUR LE PIOLUTIEN  
DE **MARS – AVRIL** :

**à Philippe Lentillon, 11, rue Cramer, 1202 Genève, d'ici le 28 février 2011  
ou de préférence par e-mail (document Word) à : philippe.lentillon@etat.ge.ch**

## **Restaurant «Claire Vue»**

Cuisine soignée

Spécialités diverses

**M. et Mme NOGLER**

*Fermé tous les jours entre 14h et 17h.*

21, av. François-Besson

1217 MEYRIN

Parking à disposition

Tél. 022 782 35 98

022 782 35 16

Fermé samedi et dimanche



# SOFGEN<sup>TM</sup>

## SaveTax

[www.sofgensavetax.com](http://www.sofgensavetax.com)

105, Rue de Lyon  
1203 Genève

Par sympathie, soutien au Piolet-Club de Genève



### **IMPRIMERIE POT**

78, av. des Communes-Réunies  
1212 Grand-Lancy - Tél. 022 794.36.77

**"Le Livre à la Carte"**

Spécialiste de l'impression de  
livres en petites quantités

**P.P.**  
1200 GENÈVE 2

Case postale 556  
1211 Genève 17

**MAISON V. GUIMET FILS S.A.**  
**ENTREPRISE DE VIDANGE HYDRAULIQUE**

Maison fondée en 1873

Urgences 24h. sur 24

Canalisations - Travaux publics  
Transports de matières dangereuses  
Nettoyage de colonnes de chute  
Contrôle des canalisations par T.V.

Rue des Buis 12  
1202 Genève

Téléphone 022 906 05 60  
Fax 022 906 05 66