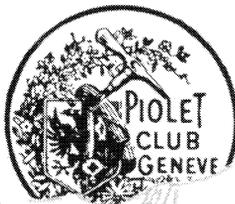


N° 3



Mai / Juin 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

EN PASSANT PAR SEDRUN

L'année dernière, j'ai eu l'occasion, avec mon ami Ruedi, de faire un tour à vélo dans les montagnes et nous avons passé à Sedrun, un des hauts lieux du tunnel du Gothard : je souhaite vous faire partager mon intérêt à lire les diverses étapes qui ont amené à la réalisation de ce fantastique ouvrage.

Extrait tiré du livre « Le tunnel du siècle, Chantier NLFA de Sedrun », chapitre NLFA du Gothard : le mandat du maître d'ouvrage, page 40 et 41.

Le tunnel de base du Saint-Gothard, d'une longueur de 57 kilomètres, sera le plus long tunnel ferroviaire au monde. Avec celui du Ceneri, long de 15 kilomètres, il fait partie de l'axe NLFA du Saint-Gothard. Ces deux tunnels forment la première ligne de plaine franchissant les Alpes. La nouvelle ligne ferroviaire comporte une pente maximale de 12.5 pour mille, et son sommet se situe à 550 mètres d'altitude.

L'axe NLFA du Saint-Gothard vise au transfert du trafic de marchandises transalpin de la route au rail et ramènera à deux heures et quarante minute la durée du trajet en train de Zurich à Milan.

Un système comprenant 176 galeries transversales

Le tunnel de base du Saint-Gothard est formé de deux tubes parallèles à une voie de 57 kilomètres de longueur, distants de 40 mètres. Tous les 325 mètres, les deux tubes sont reliés par une galerie transversale permettant, le cas échéant, de se réfugier dans l'autre tube. Si l'on fait la somme de tous les tunnels, puits et galeries, la longueur totale du tunnel de base du Saint-Gothard avoisine 151.8 kilomètres.

Travaux menés en parallèle sur cinq tronçons

Le tracé complet du tunnel a été subdivisé en cinq tronçons de longueurs diverses. Chacun des chantiers correspondants peut être réalisé en parallèle. D'où une solution optimale pour la rapidité des travaux, avec à la clé des économies de coûts et des gains de temps. C'est ainsi qu'ont été définis les chantiers des deux portails d'Erstfeld et Bodio, ainsi que les chantiers d'Amsteg et Faido, joignables par des galeries d'accès. Quant au tronçon central de Sedrun, il a nécessité le creusement d'un puits de 800 mètres de profondeur jusqu'au niveau du tunnel.

Tous les transports liés au chantier – matériaux ou personnes – passent par ce puits. Deux postes multifonctionnels ont été conçus aux premier et deuxième tiers des tubes des tunnels, soit au pied du puits de Sedrun aux Grisons et au pied de la galerie d'accès de Faido, au Tessin. Ils ne servent pas seulement d'issues de secours, mais sont aussi aménagés pour une circulation à double voie.

Des locaux techniques ont également été prévus pour l'exploitation ferroviaire ainsi que pour les installations d'aération. Enfin, au portail nord comme au portail sud, des tronçons d'accès à ciel ouvert de sept et cinq kilomètres relient le tunnel de base du Saint-Gothard à la ligne ferroviaire existante. Ils comprennent de nombreux ouvrages d'art (ponts, digues, passages souterrains).

Creusement au tunnelier et à l'explosif

Les tubes présentent un profil identique sur toute la longueur du tunnel de base du Saint-Gothard. Une surface libre de 41 mètres carrés a été définie afin de permettre aux trains d'atteindre une vitesse de 250 kilomètres à l'heure, ainsi que pour des considérations d'aérodynamique et d'efficacité énergétique.

Quatre tunneliers capables de creuser plus de 30 mètres par jour étaient à l'œuvre. Seul le tronçon de Sedrun a été excavé à l'explosif, selon la méthode conventionnelle.

Percement du Ceneri

Le prolongement logique, en direction du sud, du tunnel de base du Saint-Gothard est le tunnel de base du Ceneri, réalisé entre Camorino et Lugano. Seule la combinaison des tunnels de base du Saint-Gothard et du Ceneri permet de réaliser la ligne de plaine à travers les Alpes, qui présente le double avantage de raccourcir les trajets et de concrétiser l'objectif de transfert.

Les travaux de percement des 15 kilomètres du tunnel du Ceneri ont commencé au début de l'année 2010 sur les trois tronçons définis, soit Vigana au nord, Sigirino comme point d'attaque intermédiaire et Vezia au sud. Seul le percement conventionnel à l'explosif est utilisé sur ces chantiers et la phase d'exploitation débutera probablement en 2019.

Les travaux de creusement et de construction aux deux portails requièrent une extrême prudence, car ils se situent à proximité immédiate d'autres infrastructures (autoroute, rail, zones habitées).

Défis particuliers

AlpTransit Gotthard SA, maître d'ouvrage de l'axe NLFA du Gotthard, doit faire face à bien des défis. La logistique des chantiers n'est pas une mince affaire. Ainsi, le tunnel de base du Saint-Gothard a produit 25 millions de tonnes de matériel d'excavation à transporter, trier et stocker, parfois aussi à réutiliser pour la production de béton. En outre, pour venir à bout des obstacles géologiques, il faut procéder à des sondages de reconnaissance systématiques.

Des techniques inédites ont été développées au Saint-Gothard pour sécuriser le percement des zones soumises à de fortes pressions. Enfin, un grand projet comme l'axe NLFA du Saint-Gothard est particulièrement complexe à gérer sur le plan de la technique ferroviaire. Car jusqu'à 2500 personnes y travaillent à la fois, sur les chantiers et dans les bureaux de planification : des équipes de mineurs au service d'accueil des visiteurs, en passant par les ingénieurs en génie civil, les géomètres ou les contrôleurs.

Début des travaux de techniques ferroviaire

Le percement complet du tunnel de base du Saint-Gothard marque le début de la dernière grande étape des travaux. Une fois tous les tronçons creusés et leur revêtement en béton achevé, il s'agit de les équiper en installations de technique ferroviaire. Cette étape a commencé en juin 2010, soit encore avant l'achèvement des travaux de gros œuvre sur tous les tronçons.

Ainsi, le tube ouest est peu à peu doté de la technique ferroviaire requise à partir du portail sud, entre Faido et Bodio. La base logistique pour ces travaux est à Biasca, à sept kilomètres du futur portail de Bodio, où une place d'installation de 70.000 mètres carrés a été réalisée. De même, une place d'installation sera mise en activité dès 2011 au portail nord d'Erstfeld. Le gros des travaux de technique ferroviaire sera échelonné entre 2013 et 2016.

Merci et bonne chance !

Seul l'infatigable engagement de tous les acteurs du projet a permis la réalisation de ce chantier du siècle. Des politiciens visionnaires aux entrepreneurs courageux, en passant par les planificateurs novateurs, tous ont apporté une contribution indispensable à la réalisation

de ce record du monde. A commencer par les nombreux mineurs et ouvriers de la construction actifs sur le chantier.

Sans leur intrépidité, cet ouvrage pionnier n'aurait jamais vu le jour. Nous saisissons donc l'occasion de les remercier sincèrement de leur engagement personnel. Les travaux ont hélas fait des victimes. Huit travailleurs ont perdu la vie sur les chantiers de la NLFA. Nous continuerons à honorer leur mémoire.

Votre Président
Jean Daniel Imesch

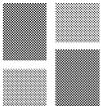


Photo de couverture : Pointe de Vouasson, Arolla, course du 1^{er} groupe
Pages intérieures : Plateau de Glières, Dent-de-Vaulion, Combe de Tardevant,
Chalets Mayères, Arolla



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

RAPPORTS DE COURSES

COURSE DU 2^e GROUPE le 13 février – Plateau des Glières

Le rendez-vous est donné à 8 heures au parking de Plan-les-Ouates. Nous sommes six Piolus à nous retrouver par une température assez fraîche mais avec un ciel bien dégagé qui promet une belle journée sans pluie ni neige. A bord de deux voitures, nous prenons l'autoroute de la France et la direction de la douane de Bardonnex. Nous nous engageons sur la nouvelle autoroute qui va en direction d'Annecy, passons par un long tunnel sous le Vuache et quittons l'autoroute peu avant Annecy à la sortie Alonzier-la-Caille.

Lorsque nous arrivons au village de Thorens-les-Glières, nous nous arrêtons pour un café et des croissants bienvenus dans un hôtel de Thorens.

Les derniers kilomètres se font par une route très sinueuse avec des lacets en épingle pour atteindre enfin le plateau des Glières à 1450 m d'altitude. Nous découvrons un vaste espace sans arbres, recouvert par endroits d'une fine couche de neige. Il a tellement peu neigé ces dernières semaines qu'il est tout à fait possible de marcher sans raquettes en prenant garde aux plaques de glace.

Juste à côté de nous, des skieurs de fond parcourent des pistes bien préparées que nous évitons d'emprunter pour ne pas les gêner. Il suffit pour cela de marcher dans les couloirs réservés aux piétons.

Nous passons devant un grand monument en souvenir des résistants héroïques contre les Allemands lors de la 2^e guerre mondiale. Nous poursuivons la marche et montons jusqu'à un mini-sommet. Nous décidons alors de nous arrêter et de nous installer contre un chalet où nous pouvons manger nos pique-niques.

Après nous être restaurés, nous reprenons le chemin inverse pour regagner l'emplacement où nous nous avions laissé les voitures.

Et nous voilà sur le chemin du retour, contents d'avoir passé ensemble quelques heures dans une région belle et sauvage.

Pierre Jenni



COURSE DU 1^{er} GROUPE

le 13 mars – Combe de Tardevant (2501 m)

Les conditions météo ne nous permettent pas aujourd'hui de nous rendre au Roc de Tavaneuse comme prévu. Nous choisissons en conséquence la combe de Tardevant comme nouveau but.

Nous arrivons aux Confins vers 8h30. Ce sont sept membres actifs et quatre sympathisants qui se mettent en marche en direction des chalets de Paccaly. Il y a encore une mince couche de neige qui nous permet de chausser les skis dès le départ et même un rayon de soleil qui nous récompense de notre ténacité.

Nous ne rencontrons pas de problèmes jusqu'à ce que nous pénétrions dans la combe de Tardevant. C'est en arrivant sur le haut de cette dernière que nous mesurons combien la maîtrise de la conversion revêt une importance primordiale. En effet, il y a des Piolus éparpillés partout dans la pente. Quelques-uns à pied, d'autres avec un seul ski. J'en aperçois un là-bas tout à droite qui semble complètement figé et incapable de partir dans l'autre sens. Bref... la Bérézina !

Une fois sortis de cette embrouille, nous atteignons un premier replat situé juste avant la montée finale au sommet. Le vent s'est levé et souffle en fortes rafales. Après avoir laissé beaucoup de forces dans des conversions peu académiques, la plupart d'entre-nous envisage avec inquiétude le dernier assaut au sommet et nous convenons donc de rebrousser chemin.

La descente s'effectue dans des conditions acceptables. Nous rejoignons nos véhicules et, devant un verre bien mérité, nous sommes d'accord pour reconnaître qu'un cours accéléré de la « conversion pour les nuls » devrait être organisé. Mais comme toute résolution...

Michel Bugnon



COURSE DU 2^e GROUPE

le 13 mars – Dent-de-Vaulion

Plan-les-Ouates – 8 heures. A l'aube de ce dimanche annoncé tristounet et à voir le regard interrogateur des collègues, il n'est pas à parier un kopeck sur la réussite de notre but. Et pourtant...

Vaille que vaille, on embraye en diagonale le pays vaudois endormi. Aubonne, St-Livres, Ballens, L'Isle, tous les villages roupillent. A l'auberge déserte du Mollendruz, zut ! Pas de croissants. Pour faire front, un café biberli est le bienvenu. C'est nouveau.

Quelques virages plus bas en direction de la Vallée, nous stationnons nos deux voitures et nous équipons en réduisant les raquettes, vu le manque de neige. La montée est plaisante dans la forêt silencieuse revêtue parfois de plaques de glace ; ensuite, un chalet bienvenu fait office de tea-time, avant de poursuivre en direction du sommet. Peu à peu, on entrevoit la chaîne des Alpes. Au travers d'une pente herbeuse le but est atteint.

Le panorama est mitigé, ça pourrait être pire. Il fait frisquet et ça souffle. Pour certains c'est la bise, d'autres penchent pour le foehn. Faudrait savoir ! Le mouchoir d'Albert met tout le monde d'accord, ça vient du sud-est.

Considérations mises à part, après le tour complet du sommet, il faut en déduire que ce vent du sud-est a une agréable tendance à nous ouvrir l'appétit. Donc on redescend pour pique-niquer au gîte repéré à l'aller, soit un toit, six chaises, une table, à côté du bistrot fermé pour la saison. Que demande le peuple ?

Au retour, un petit arrêt au village du Pont marque la conclusion d'un agréable dimanche qui revient de loin. Puis par la Vallée-de-Joux, St-Cergues, c'est l'arrivée en ville. Merci à tous les six.

Fait rare : cette course toute simple et très courue en chaque saison s'est déroulée sans âme qui vive. Le ciel même a tenu à s'associer à cette sortie. Il promettait la pluie mais, bienveillant, il s'est abstenu.

Roland Hoegen





COURSE DU 2^e GROUPE

le 10 avril – Les Chalets de Mayères

Il est 8h ce dimanche matin lorsque neuf Piolus, dont un sympathisant Georges Ursacher, se retrouvent devant la mairie de Chênes-Bougeries à l'appel de l'organisateur du jour.

Trois véhicules, dont un hybride, nouveauté au Piolet, nous permettant de voyager meilleur marché, prennent l'autoroute en direction de Sallanches, première étape de la course.

Bizarrement, tous les bistrots sont encore fermés et il faut faire preuve de persévérance pour trouver un petit estaminet pour boire un café.

De la place, nous apercevons déjà Les Quatre Têtes qui culminent à 2300 mètres et au pied desquelles nous nous rendrons.

Toujours avec les trois véhicules, nous empruntons les petites routes qui nous conduisent au hameau de Burzier où nous laissons les voitures et nous équipons. Nous ne sommes de loin pas seuls dans le parking car c'est dimanche et le temps est magnifique.

Bien sûr, pas question de raquettes car la neige a entièrement fondu jusqu'au sommet et c'est à pied que nous empruntons la route forestière, malheureusement autorisée aux 4x4. Quelle plaie !

Rapidement nous prenons de l'altitude sur ce chemin très pentu et heureusement seules quelques voitures viendront nous déranger.

Comme d'habitude, Roméo a prévu du thé pour tout le monde. Deux thermos d'un litre chacun ajoutés à son pique-nique expliquent qu'il tire un peu la langue et nous déclare que « c'est la dernière fois, c'est trop lourd ».

S'il ne tient pas parole, ce que nous espérons tous, le soussigné s'engage à en porter un litre dans son sac dès la prochaine course.

Après deux heures et demie de marche et 600 mètres plus haut, c'est l'heure du pique-nique que nous dégustons juste en dessous des Chalets de Mayères situés à 1563 mètres.

Les Quatre Têtes nous regardent, certes d'en haut, mais tout de même admiratives de voir ces octogénaires (où presque) ayant tous réussi la course et se retrouvant tous au but fixé. Bravo à eux.

Après une petite sieste bien méritée, il est l'heure de descendre non sans avoir fait un petit arrêt sur la terrasse du magnifique refuge de Tornieux, dont nous reparlerons peut-être, face à toute la chaîne du Mont-Blanc particulièrement magnifique ce jour là.

Dernier arrêt à Sallanches afin d'étancher notre soif et nous reprenons la route du retour.

Merci aux chauffeurs pour leur disponibilité et à tous les participants pour leur amicale présence.

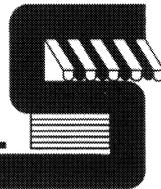
Jean Daniel Baud

Vous saurez tout sur la vie du Club en visitant le site
www.le-piolet.net

-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.



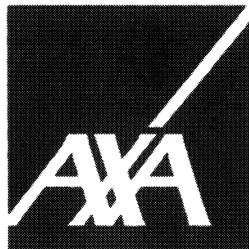
Étanchéité
Couverture
Façades ventilées
Constr. métalliques

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 CHÊNE
CASE POSTALE 6270
1211 GENÈVE 6

TEL. 022 737 19 19



COURSE DU 1^{er} GROUPE

les 14 et 15 avril – Pointe de Vouasson (3489 m), Arolla

Nous sommes cinq participants – Jean-Daniel Imesch, Stan Varin, Philip Normand, Daniel Willame et un sympathisant Jean-Matthieu Sternberg – pour cette course dans la région d'Arolla. Le premier week-end piolutien à la montagne, comme on les aime ! Avec la météo de ces derniers temps, j'ai dû changer l'objectif de la course... et cela nous a permis d'effectuer les premiers 600m de dénivelé avec les skis sur le sac !

Dés 6h du matin, ce samedi 14 avril, nous partons pour la Pointe de Vouasson, qui est une course splendide dans un décor de rêve... La course est plutôt longue, 1680 m de dénivelé au total et l'altitude n'est pas négligeable...

Aussi, c'est plus que motivés que nous nous retrouvons tous à 7h30 au refuge du Grand St-Bernard pour commenter cette course. Nous sommes habillés légèrement car on attend 25 degrés en plaine. Autant dire que la journée doit s'achever avant 13h.

Notre premier arrêt est à la Gouille, à 8h30, sur le parking de la pension du Lac Bleu avec Jean-Da qui en profite pour faire un petit coucou aux aises de Mireille. La température de 4 degrés et le ciel bleu nous mettent de bonne humeur ; on s'active à attacher les skis sur le sac et nous nous dirigeons en direction du Lac Bleu. Nous sommes tout heureux de la merveilleuse journée qui nous attend.

Mais comme d'habitude, après une demi-heure nous enlevons quelques couches... et montons tranquillement vers la cabane des Aiguilles Rouges.

Le soleil vient rapidement nous dire un bonjour attendu et nous continuons notre chemin dans la joie et la bonne humeur. La pente est bien raide et il fait de plus en plus chaud... On rencontre des skieurs hésitants dans cette neige chauffée à blanc... (excellent jeu de mots comme disait Maître Capello).

Nous décidons de faire la pause de midi, ou plutôt de 11 heures, sur un caillou pouvant nous accueillir tous. C'est la première fois que je fais ce sommet et c'est magique : la vue est absolument incroyable et majestueuse, les Aiguilles Rouges d'Arolla nous dominent, le Mont-Collon, le Pigne à notre gauche... C'est comme dans un rêve et il me tient particulièrement à cœur puisque c'est mon premier sommet... que de merveilleux souvenirs !

Une fois rassasié, nous continuons notre route et c'est Jean-Matthieu qui fait la trace comme un grand ! De mon côté, c'est plutôt la galère, rien ne va : le souffle, les jambes, tout fonctionne au ralenti. Je me demande même si je vais arriver jusqu'à la cabane mais Jean-Da veille et me motive malgré tout, même si nous nous soutenons ! C'est la Wouff série : on s'enfoncé, on jure et on oublie un bâton ou on s'affaisse au mauvais endroit. Chaque pas se paie cash mais on ne s'en lasse pas.

Mais enfin, nous sommes bien décidés à continuer coûte que coûte ! Arrivés à la cabane, tout sourire, nous apprécions la compagnie de chacun et surtout d'un groupe d'adolescents qui, accompagnés de deux guides, sont arrivés à la cabane par le col des Ignes. On se regarde, un peu jaloux, on se fait la promesse d'une prochaine course par ce superbe col.

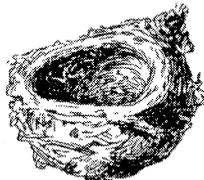
L'apéro est offert par Jean-Da, qui fête ses 50 ans avec ses amis Piolutiens dans une course sur Arolla... On est tous extasiés par son envie de partager ce moment avec nous. Encore merci à toi l'ami... c'est ça l'amitié et les merveilleux moments dont on se souvient toujours.

La soirée se passe agréablement et on décide de se lever tôt et profiter du lever de soleil plus que matinal. Le départ est fixé à 6h40 sur le glacier où nous sommes accueillis par une brise froide et nous nous dépêchons d'enfiler toute nos couches. Très vite le soleil réchauffe déjà la trace et nous échangeons goretex contre crème protectrice. Les gestes se répètent et nous assurent une belle journée.

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

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

P. JENNI
pharmacien responsable

**Herboristerie - Produits vétérinaires -
Parfumerie**

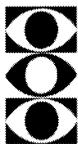
13, rue de Carouge (angle rue Leschot 1)

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

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

Bientôt nous arrivons, enlevons nos skis et montons au sommet à pied juste pour jeter un coup d'œil à la vue grandiose qui s'offre à nous et faire quelques photos. Fantastique ce sommet ! La plupart des géants des Alpes sont sous nos yeux : Weisshorn, Zinalrothorn, Dent Blanche, Cervin, Dent d'Hérens, Grand Combin, Mont Blanc et même les Alpes bernoises... une vue digne d'un 4000 à couper le souffle.

Nous ne traînons pas et redescendons vite fait bien fait. La neige est magique, nous avons droit à de beaux moments de poudreuse, un vrai rêve et nous nous amusons comme des gamins.

Au-dessus de la cabane des Aiguilles Rouges nous traversons au soleil pour retrouver la combe des Aiguilles Rouges (direction Satarma) avant la descente sur la Gouille. Le soleil a réchauffé la glace de cette combe, heureusement pour nous c'est un vrai bonheur et on peut descendre jusqu'au-dessus du Hameau du Lac Bleu où nous décidons de partager nos casse-croûtes dans un cadre idyllique de forêt d'arolles. On en profite pour apprécier le thé de la cabane dans lequel le gardien a mis toute sa douceur.

Comme d'habitude, nous n'échappons pas à quelques gros fou-rires et assistons à l'arrivée de randonneurs pédestres en tenue d'été.

De retour à la Gouille, nous nous arrêtons à la Pension du Lac Bleu et terminons cette matinée sur un apéro à la blanche de Hoegaarden – du belge une fois...

Vers 14h, nous voici donc de retour à Genève remplis d'énergie et des souvenirs de cette course.

Un tout grand merci à Jean-Da, Stan, Philip et Jean-Matthieu pour ces moments inoubliables et au plaisir d'en vivre bientôt d'autres !

Daniel Willame



ENTRE NOUS

Francis Schenk, membre honoraire, nous a quittés le 12 avril 2011

Né le 21 juillet 1930, notre ami Francis Schenk, a été présenté au Piolet comme membre actif en novembre 1963. Il a été reçu par le président d'alors, Robert Péchoux, au restaurant nommé "Chez la Mère Marchand" au village d'Esery, derrière le Salève.

Il était dans sa 48^e année de sociétariat.

Voilà un récit que j'ai trouvé dans les archives :

Immédiatement son dynamisme, son tempérament de lutteur, prirent la forme d'un raz de marée au club. Bousculées, les vieilles habitudes pépères, tout en restant dans le respect de la tradition !

Architecte de grande classe, il fit profiter de nombreux amis de son savoir. Avide de tout comprendre, tout savoir, ce fut un vent nouveau qui souffla sur le club.

Organisateur né, il fut appelé à la présidence du Piolet en 1982-1983, et eut la joie d'être le président du 90^e anniversaire.

Surnommé le Mulo, appellation à laquelle il tenait, il organisait chaque année la course de juillet, mois de son anniversaire, et celle-ci fût toujours un grand succès.

Je garde le vif souvenir de son anniversaire au Domaine de Châteauevieux, où il avait organisé la descente du Rhône en bateau, la magnifique balade dans les vignes, le délicieux repas, ainsi que le retour en car. Une journée merveilleuse.

Grâce à notre ami Albert Perrottet, j'ai pu admirer les photos de Francis participant à de nombreuses courses en montagne, entouré des anciens. J'ai également pu constater son dévouement aux courses cuisine à la Cézille, toujours avec son tablier.

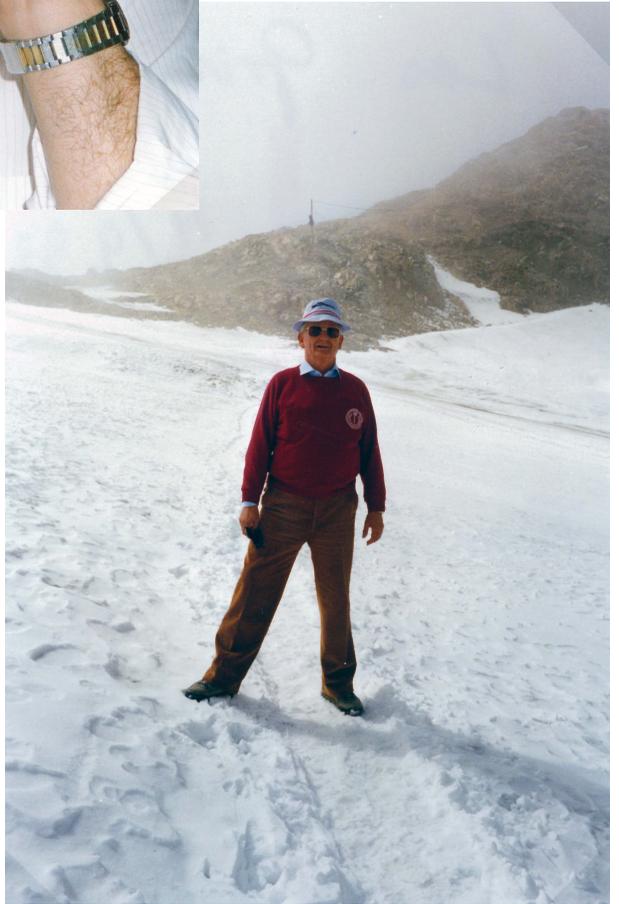
Le 21 juillet 1990, Francis avait convié ses amis du club pour son mariage avec Aurélia dans leur commune d'origine d'Eggiwil, dans le canton de Berne.

Nous avons également pu, grâce à ses nombreuses relations, installer pendant deux années notre tente « le Bivouac » aux Fêtes de Genève, dont il fut le président, sur le quai Gustave Ador.

Nous garderons de notre ami Francis le souvenir d'un camarade dévoué et attentionné.

A son épouse Aurélia, ainsi qu'à sa famille, nous adressons nos meilleurs messages.

Jean-Daniel Imesch
Président



ARCHIVES

Statue représentant un chasseur alpin Sculptée par G. Guillot

Lors d'une vente aux enchères au marché aux puces de Plainpalais, en mars 2011, Laurent Muhlemann, fils de feu Maurice Muhlemann ancien président du Piolet, a eu son attention attirée par la plaquette fixée sur le socle de la statue :

*Le Club ascensionniste grenoblois
Au Piolet-Club de Genève – 7 avril 1901*

Laurent Muhlemann ayant pris contact avec son oncle Albert Perrottet pour l'informer de sa découverte, il fut convenu d'acquérir cette statue pour les documents du Piolet.
Après 110 ans, cette statue retrouve les archives du club.

Albert Perrottet



GRENOBLE

7 avril 1901



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

DEUX DOIGTS, PAS PLUS

Voilà t-il pas que je tombe dernièrement nez à nez avec une étude suggérant que la consommation quotidienne d'un verre de vin serait non seulement sans grand danger mais pourrait en plus être bénéfique ! C'est peut-être toujours bon à entendre, mais est-il exact qu'un verre de vin garde le docteur au loin ?

EXISTE-T-IL UNE CONSOMMATION A MOINDRE RISQUE ?

Pour mémoire, en 1980, un comité d'experts de l'Organisation Mondiale de la Santé mettait en évidence que les risques liés à la consommation de boissons alcoolisées augmentaient au-delà d'un certain seuil. Les organismes de santé publique ont dès lors défini ce seuil à moindre risque, à savoir : pas plus de 3 unités d'alcool/jour en moyenne pour l'usage régulier chez l'homme et pas plus de 2 unités d'alcool en moyenne pour l'usage régulier chez la femme. Une consommation d'alcool hebdomadaire supérieure à 21 unités chez l'homme et à 14 unités chez la femme définit le seuil de consommation excessive (la femme a « droit » a un peu moins d'alcool en raison d'une activité moindre de l'enzyme responsable de la dégradation de l'alcool).

Petite remarque. Pour définir les seuils, on parle en « unités d'alcool ». Le concept « unité d'alcool » est utilisé pour définir la quantité d'alcool contenue dans un verre. Pour se repérer, on peut dire que les unités sont les quantités standard servies dans les bars et restaurants, c'est à dire un demi de bière (25 cl), un apéro (6 cl), un verre de vin (un « ballon » de 10 cl), une flûte de champagne (10 cl), un alcool fort (3 cl), etc. Une unité d'alcool correspond à 10 grammes d'alcool pur. Au café, où les alcools sont servis à dose standard, la quantité d'alcool est la même dans le demi, le ballon de rouge, la coupe de champagne ou le verre de whisky.

Ces seuils n'assurent pas avec certitude l'absence de tout risque mais sont des compromis entre le risque individuel acceptable, la place de l'alcool dans la société et les effets (considérés comme) positifs de sa consommation modérée. Ces seuils n'ont toutefois pas de valeur absolue car chacun réagit différemment selon la corpulence, le sexe, la santé physique et l'état psychologique. Ils constituent donc de simples repères. Le seuil de consommation doit évidemment être abaissé dans diverses situations (grossesse, conduite automobile, prise de médicaments, problèmes psychologiques associés, etc.). Voilà pour la consommation d'alcool en termes de quantité.

LE FRENCH PARADOX

Le « paradoxe français » est l'expression employée pour désigner une apparente contradiction entre la pratique alimentaire d'une partie de la population française (celle du Sud-Ouest) et la santé. Dans cette partie de la France où l'alimentation est globalement assez riche en matières grasses et en vins, la santé globale y est assez bonne, notamment en ce qui concerne les infarctus du myocarde. Plusieurs hypothèses ont été avancées pour expliquer que la consommation de vin rouge à dose modérée (un ou deux verres par jour) préviendrait le développement des maladies cardio-vasculaires. L'hypothèse principale retenue est que certains phénols contenus dans certains vins sont protecteurs et potentiellement bénéfiques

au plan cardio-vasculaire.

Il va néanmoins falloir trouver une autre excuse pour siroter sans culpabilité parce que cet effet bénéfique n'a été étudié qu'auprès d'une population bien définie, que les conclusions ne peuvent s'appliquer à l'ensemble de la population et qu'elles ne sont pas reprises par d'autres auteurs.

Il convient donc de rester très prudent avant de conclure à un effet préventif de l'alcool et de considérer que, pour réduire le risque des maladies cardio-vasculaires, il est approprié de boire un verre ou deux d'alcool au quotidien.

UN VERRE, ÇA VA, DEUX VERRES BONJOUR LES DEGATS

Dernier point et non des moindres, l'apport en calories. Les boissons alcoolisées sont obtenues par fermentation des sucres de fruits ou de céréales. Toutes sont particulièrement chargées en alcool et en sucres, donc très énergétiques. Quand on sait qu'1 g d'alcool apporte 7 cal, c'est dire à quel point l'addition énergétique peut vite grimper. Un ballon de vin (10 ml) fournit environ 70 calories, une bière légère de 250 ml environ 100 calories et un cocktail 180 calories. La palme énergétique revient aux cocktails qui associent un ou des alcools forts à un jus des fruits. Mauvaise nouvelle, l'alcool fait grossir et ce, même à doses modérées.

Pire encore. Au-delà de la consommation maximale recommandée, le risque de cancers liés à l'abus d'alcool augmente. Quels cancers direz-vous ? Le sein, la bouche, le larynx, l'œsophage, le foie et le colon.

Ben voilà. J'ai retenu que si l'alcool à dose modérée peut avoir quelque effet bénéfique – qui réjouira les amateurs de bons crus – il demeure globalement néfaste par la prise de poids qu'il engendre et par le risque d'addiction et de toxicité. A bien réfléchir, alcool et santé ne font pas si bon ménage que cela.

Jacques Dubas
jdubas@sunrise.ch



MEMENTO

JUIN

mercredi 1^{er}

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

vendredi 17, samedi 18 et dimanche 19

1^{er} groupe – Escalade, marche : Arnad, Vallée d'Aoste

samedi 18 et dimanche 19

2^e groupe – Marcheurs : Les Plans sur Bex

JUILLET

mercredi 6

18 h 30 – Assemblée en campagne et pétanque
Centre sportif de Bellevue, précisions lors de
l'assemblée du 1^{er} juin et sur notre site

samedi 9 et dimanche 10

1^{er} groupe – Alpinistes, marcheurs : traversée des Weissmies

dimanche 10

2^e groupe – Marcheurs : Pic Marcellly

AOÛT

dimanche 14

1^{er} groupe – Alpinistes, marcheurs : Au Bouton, Tournette

dimanche 14

2^e groupe – Marcheurs : le Mont-César

Mercredi 31

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

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 JUILLET – AOÛT :

à Philippe Lentillon, 11, rue Cramer, 1202 Genève, d'ici le 4 juillet 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

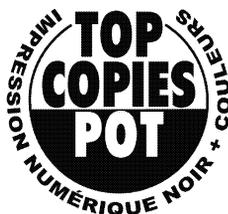


SOFGENTM

SaveTax

www.sofgensavetax.com

105, Rue de Lyon
1203 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