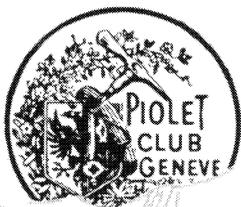


N°1



Janvier / Février 2012

# 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***

## **LA DIVAGATION SOUS LE SAPIN**

Eh oui, mes amis, une fois de plus, j'ai l'honneur de perpétuer cette tradition du discours sous le sapin. Mais savez-vous d'où nous vient cette tradition de nous retrouver sous un sapin garni, en pleine nature ? C'est notre défunt ami René Huissoud qui l'introduisit lors de la course de Noël à Arzier en 1963. J'ai une pensée émue pour cet ami disparu en janvier 2000.

Cette année nous avons perdu notre doyen Roger Desusinge, le 25 janvier, et notre membre honoraire Francis Schenk, le 12 avril. Cette veillée est aussi pour eux.

A cette période de l'année, tout le monde se pose la même question : y aura-t-il de la neige à Noël ? Il y a une quinzaine de jours on aurait encore pu en douter.

La Nativité est la plus belle des fêtes, mais rien ne semble plus grand qu'un Noël blanc ! Il suffit à la neige de tomber pour qu'aussitôt le monde change, grâce à sa pureté, sa poésie blanche, sa douceur enveloppante, sa façon discrète, dans les campagnes et parfois dans les villes, de déposer calme et silence.

Nous, montagnards, nous aimons la neige ; elle favorise nos activités mais je me demande si nos contemporains l'aiment encore. Rendez-vous compte, voyez comme on la traite les rares fois où elle se donne la peine de venir. C'est le branlebas de combat, mot d'ordre général : s'en débarrasser au plus vite. Surgissent alors camions énormes, chasse-neige pour la dégager, pelles et racloirs pour lui donner des coups et journaux pour parler en mal de sa venue. Elle gêne, alors forcément elle sent qu'elle dérange...

Pas folle, elle a compris depuis longtemps qu'elle n'était pas la bienvenue et qu'elle n'avait plus sa place dans notre société. Hormis dans les stations de ski, et encore, on la met en concurrence avec de la neige artificielle, vous imaginez ! Bien sûr elle a pigé, elle ne viendra plus, en tous cas le moins possible, elle croit qu'elle n'a plus rien à faire dans ce monde si bruyant, si agité, si hostile au silence et aux imprévus, elle qui est tout le contraire.

Alors, chers amis, ne désespérons pas, cette année elle est là et peut-être si nous sommes sages, alors reviendra-t-elle. C'est évidemment ce que nous tous souhaitons.

Ayons une pensée pour nos amis qui sont dans l'incapacité d'être avec nous ce soir, surtout à ceux dont l'âge ne permet plus un tel déplacement.

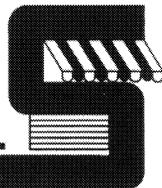
Je souhaite à vous tous, membres honoraires et actifs, membres sympathisants, annonceurs, ainsi qu'à vos familles et vos proches, un joyeux Noël et une très bonne année 2012 pleine de belles courses de montagne.

André Gardel

**-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-Fleuril 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**

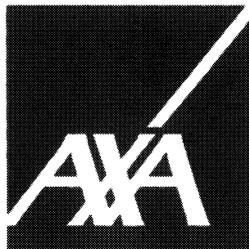




Photo de couverture : le Rheinwaldhorn – Massif de l'Adula (1<sup>er</sup> groupe, septembre 2011).

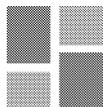
Pages intérieures : cabane de Quarnei / cabane Zapport / cabane de l'Adula / au sommet du Rheinwaldhorn / sur la terrasse de la cabane de l'Adula (1<sup>er</sup> groupe, septembre 2011).



**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

# STATISTIQUES

## PARTICIPATION AUX COURSES 2011

Rang	N. de courses	Membres actifs et honoraires
1 <sup>er</sup> rang	12 courses	Henri Bochud, Albert Perrottet, Roméo Rizzi.
2 <sup>e</sup> rang	9 courses	Jean-Paul Delisle, Roland Hoegen, Pierre Jenni, Daniel Willame.
3 <sup>e</sup> rang	8 courses	Ernest Detraz, Jean-Daniel Imesch.
4 <sup>e</sup> rang	7 courses	Jean-Daniel Baud, Jacques Dubas, André Gardel, Stanislas Varin.
5 <sup>e</sup> rang	6 courses	Cédric Goetschmann, Willy Goetschmann, Thierry Lentillon, Philip Normand.
6 <sup>e</sup> rang	5 courses	Freddy Bourquin, Michel Bugnon, Silvio Kofmel.
7 <sup>e</sup> rang	3 courses	Ruedi Diener, Yves Lambert
8 <sup>e</sup> rang	2 courses	Gilbert Anthoine, Raymond Darbellay, Peter Noggler, Paul Raval, Gérard Sutter, Gino Zollo.
9 <sup>e</sup> rang	1 course	Eric Depallens, Jean-Marie Gaist.
	0 course	18 membres

175 participations aux courses, soit une moyenne de 14,58 membres par course.

La moyenne par membre honoraire ou actif est de 3,64 courses. 30 membres, sur 48, ont participé à au moins 1 course.

Le bon exemple est toujours donné par le 2<sup>e</sup> groupe, les trois lauréats en sont issus.

Parmi les membres sympathisants, Dominique Oger a participé à 7 courses et Noëlle Piller à 5 courses.

Il n'y a pas de statistique pour le groupe des Mercredistes.



## COTISATIONS 2012

Membres honoraires et actifs : **Fr. 70.-**

Membres sympathisants : **Fr. 10.- minimum**

# ***LA VIE DU CLUB***

## **COMPTE-RENDU DE L'ASSEMBLEE GENERALE du 7 décembre 2011 – Hôtel Calvi**

### **1. Appel**

La séance est ouverte à 20h40 par Jean-Daniel Imesch, Président, en présence de 17 membres actifs et un sympathisant.

Excusés : Gilbert Anthoine, Henri Bochud, Freddy Bourquin, Ernest Détraz, Ruedi Diener, Silvio Kofmel, Daniel Willame.

### **2. Lecture des procès-verbaux**

Les PV de l'Assemblée générale du 1<sup>er</sup> décembre 2010 et de l'assemblée mensuelle du 2 novembre 2011 sont lus par Stanislas Varin.

### **3. Correspondance**

Correspondance envoyée :

- lettre à Bénito Jimeno pour ses 50 ans ;
- lettre à Freddy Bourquin pour ses 60 ans.

Correspondance reçue :

- lettre de l'aide au sport qui nous alloue Fr. 750.- qui proviennent du bénéfice de la Loterie romande ;
- Lettre de remerciement de Bénito Jimeno ;
- Lettre de remerciement de Freddy Bourquin.

### **4. Prochaines manifestations**

- **17-18 décembre** : course de Noël à Ovronnaz. Chaque groupe s'organise pour le samedi. Pour tout le monde, rendez-vous au plus tard à 17h30 pour la prise des chambres.
- **15 janvier** : course du 2<sup>e</sup> groupe, skieurs-marcheurs, Mégève, Col de Véry.
- **15 janvier** : course du 1<sup>er</sup> groupe, ski rando, Pointe de Borée.

### **5. Rapports annuels**

#### **Rapport du trésorier**

Le trésorier, Michel Bugnon, présente et commente les chiffres du bilan et du compte de résultats au 30 novembre 2011. L'exercice courant du 1<sup>er</sup> décembre 2010 au 30 novembre 2011 dégage un bénéfice de **Fr. 245,30**.

#### **Rapport des vérificateurs des comptes**

Jean-Daniel Baud lit le rapport, rédigé par lui-même et Freddy Bourquin, et demande à l'assemblée d'approuver les comptes.

### **6. Discussion et approbation des comptes**

Après discussion, les comptes sont acceptés à l'unanimité.

## **7. Élection du Président et du Vice-Président**

André Gardel est élu à l'unanimité comme Président et Jean-Daniel Imesch est élu également à l'unanimité comme Vice-Président.

## **8. Élection du comité**

Le comité perd deux membres en les personnes de Michel Bugnon et de Pierre Jenni, et en gagne un autre : Willy Goetschmann. Le comité est élu par acclamation. La répartition des tâches sera la suivante :

- Trésorier : Daniel Willame
- Site internet : Jacques Dubas et Willy Goetschmann
- Fichiers : Stanislas Varin
- Secrétariat : Silvio Kofmel.

## **9. Élection des vérificateurs des comptes**

Jean-Daniel Baud et Raymond Darbellay sont proposés comme vérificateurs des comptes. Ils sont élus par acclamation.

## **10. Nomination de la commission de rédaction du Piolutien**

La nouvelle commission se compose de Jean-Paul Delisle (responsable), de Willy Goetschmann, de Jacques Dubas et de Philip Normand (expédition).

Ils sont élus par acclamation.

## **11. Fixation des cotisations et des subventions aux divers fonds**

Il est décidé de ne rien changer pour les cotisations. Celles-ci restent ainsi à :

- Fr. 70,- pour les membres actifs ;
- Fr. 10,- pour les membres sympathisants.

Il est décidé d'allouer :

- Fr. 500,- au fonds de la Grande Course ;
- Fr. 500,- au fonds de guide ;
- Fr. 1'000,- au fonds des prochaines manifestations.

## **12. Budget**

Michel Bugnon présente et commente le budget 2011-2012 qui prévoit un bénéfice de **Fr. 400.-** Le budget est approuvé à l'unanimité.

## **13. Divers**

- Roland Hoegen demande si un punch est prévu pour la cérémonie sous le sapin. Le Président répond que c'est le cas et demande à Roland s'il est d'accord de le préparer comme il le fait depuis plusieurs années. La réponse est positive.
- Il est proposé à l'assemblée d'accepter Dominique Oger comme membre du Piolet. Proposition acceptée à l'unanimité.

L'Assemblée est levée à 22h05.

Stanislas Varin

# **PROCHAINES COURSES**

## **COURSE DU 1<sup>er</sup> GROUPE** **Dimanche 5 février** **Roc de Tavaneuse (voie normale)**

Fiche technique : accès routier par Abondance. Prendre la route de Charmy l'Envers (par la télécabine de l'Essert) et la suivre jusqu'à son terminus à Prétarié, à 3,5 km d'Abondance.

Dénivellation : 1030m (départ 1128m-arrivée 2156m).

Horaire : 4h30.

Carte : Top 25 3528 ET.

Rendez-vous : à la Mairie de Thônex à 7h15, départ à 7h30.

Matériel : matériel de skieur de randonnée (skis, peaux,) DVA, pelle, sonde. Prévoir pique-nique.

Informations : auprès de l'organisateur, Jean-Daniel Imesch, tél. 079 315 95 76.

Délai d'inscription : à l'assemblée du 1<sup>er</sup> février.



# BALADE AU CLAIR DE LUNE

## Mercredi 15 février

### Cabane Carroz – La Givrine

*Même formule que l'an dernier*

Rendez-vous : parking du col de la Givrine, départs selon possibilités de chacun.

Matériel : raquettes et bonnes chaussures, bâtons – ou skis de fond – lampe frontale, etc.

Repas : dès 19h la fondue sera préparée par Jean-Daniel et André, comme l'an dernier.  
Boissons à acheter sur place et **prenez votre pain !**

Inscriptions : jusqu'à l'assemblée du 1<sup>er</sup> février ou auprès des organisateurs.

Organisateurs : Jean-Daniel Imesch – tél. 079 315 95 76 ou 022 361 76 49 (privé),  
André Gardel – tél. 079 351 33 46 ou 022 566 40 46 (privé).



## REPAS ANNIVERSAIRE

### Vendredi 24 février – Hôtel Calvy, 5, ruelle du Midi

Apéritif : dès 18h30.

Repas : à 19h30.

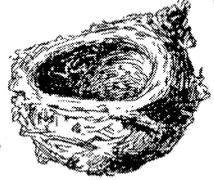
Inscriptions : jusqu'au mardi 21 février auprès de  
André Gardel – tél. 079 351 33 46 ou 022 566 40 46 (privé),  
Jean-Daniel Imesch – tél. 079 315 95 76 ou 022 361 76 49 (privé).

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

**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

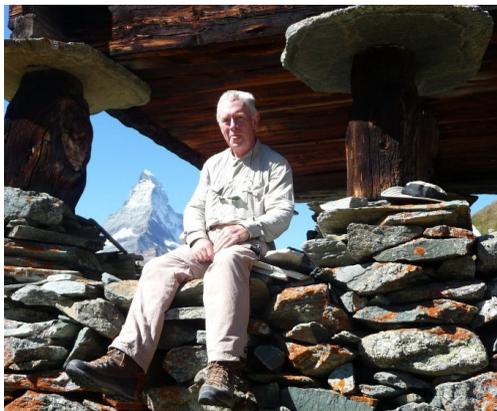
E-mail: [rvugliano.ch@vugliano.ch](mailto:rvugliano.ch@vugliano.ch)

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

# ENTRE NOUS

## Un nouveau membre actif

Un nouveau membre actif a été reçu lors de l'assemblée du mercredi 11 janvier 2012. Il s'agit de Dominique Oger.



Après des premières promenades en montagne à Verbier et une première cabane (Tracuit, val d'Anniviers) vers 16 ans, Dominique a effectué diverses balades en montagnes, essentiellement dans le Val d'Anniviers (Moiry, Mountet, Arpittetaz...).

L'école d'escalade à Champéry en 1975 (cabane de Susanfe) lui permet de connaître des sommets tels que Dent Jaune et Ruan.

De retour en Belgique, il améliore sa technique dans les rochers de Marche-les-Dames et Dave (le long de la Meuse). Il pratique également le ski sur piste de temps en temps (1968, 1979, puis plus régulièrement depuis 1983, mais pas trop non plus).

La vie de famille étant devenue une priorité, il connaît une longue interruption pour ses balades en montagne.

Toutefois, les émotions du crapahuteur qu'il a été remontent à la surface lorsqu'il effectue une dizaine de randonnées au Le Noirmont. Ces promenades sont le déclencheur, et après deux mois de promenades en plaine afin de vérifier son état de forme, il décide de se lancer sur les monts voisins de la République de Genève et du pays de Savoie. Très vite, il se rend compte de la nécessité de partager ces randonnées et cet amour de la montagne avec d'autres passionnés.

C'est au cours d'un lunch que Dominique me fait part de ses aspirations. Je lui décris le club du Piolet, la possibilité de participer comme sympathisant, la possibilité de choisir les randonnées et le niveau de la course, le savoir faire de certains Piolus et l'entente qui règne au sein du club. Il décide alors de prendre part à une sortie : ce sera celle du Mont Voiron avec le 2<sup>e</sup> groupe le 29 mai 2011. Il devient ensuite un sympathisant assidu à certaines courses du Piolet (1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> groupes confondus).

Bienvenue à lui et au plaisir de le retrouver souvent à nos courses !

Daniel Willame



## Une nouvelle Piolutienne ?

La petite Alexia, fille de Manuel Baud et de son épouse Laurence – et petite fille de Jean-Daniel et de son épouse Ghislaine – nous annonce son arrivée sur terre et en profite pour nous transmettre ses vœux... Nous en faisons de même pour elle, ses parents et grands-parents.

Les rédacteurs



**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**

## **BOUGER QUAND ON A MAL AU DOS ?**

J'ai mal au dos ! Combien de fois n'a-t-on pas entendu ces plaintes ? Et c'est bien normal puisqu'environ 70 à 85 % des adultes présentent un ou plusieurs épisodes de douleurs de dos au cours de leur vie, le plus souvent entre 40 et 60 ans, se résolvant en général spontanément en l'espace de quelques jours à quelques semaines. Dans 85 à 90% des cas, ces douleurs n'ont pas de cause identifiable.

Dans ces circonstances quelque peu douloureuses, la question de la poursuite des activités physiques ou sportives va inmanquablement se poser. Pour savoir que dire ou que conseiller, il faut connaître les éléments suivants :

1. Malgré l'importance du handicap, les douleurs sont en général bénignes et ont un bon pronostic.
2. Le repos au lit est généralement contre-productif.
3. La mobilisation précoce est essentielle pour accélérer la guérison. Il est conseillé de poursuivre autant que possible les activités quotidiennes.
4. Le patient doit être informé sur les mouvements et les positions à éviter et renoncer aux surcharges mécaniques (port de charges lourdes ou avec bras de levier, flexion antérieure du tronc sans appui, position assise prolongée).
5. Le traitement doit être efficace contre la douleur. Il faut traiter vite et fort.

### **L'EXERCICE PHYSIQUE EST-IL UTILE ?**

Tous les travaux scientifiques le démontrent, l'exercice physique est un moyen efficace de prévention primaire (prévention des nouveaux épisodes) et secondaire (prévention de la chronicité) des douleurs lombaires.

L'exercice est souvent identifié comme la seule modalité préventive dont l'efficacité a pu être démontrée. Comme modalité de traitement, l'exercice améliore la condition physique des patients lombalgiques.

Les activités physiques doivent être individualisées aux capacités et aux envies de chacun. Elles peuvent être réalisées isolément ou en groupe. Un programme d'exercice supervisé par un professionnel semble plus efficace car la supervision améliore l'adhésion des patients et accroît la diminution de la douleur.

La motivation a fait l'objet d'une étude qui montrait qu'un programme d'exercice était significativement plus efficace pour diminuer la douleur et l'incapacité s'il était combiné avec des interventions visant à renforcer la motivation des patients.

### **QUEL TYPE D'EXERCICE ?**

L'American College of Sports Medicine recommande pour les patients lombalgiques une prescription d'exercice similaire à la population générale, avec une réduction de l'exercice en phase aiguë et quelques ajustements appropriés.

Le renforcement de la musculature abdominale et lombaire doit se faire au minimum deux fois par semaine. Tous les exercices de mobilité qui n'augmentent pas la douleur peuvent être recommandés et particulièrement ceux qui concernent les muscles fléchisseurs et extenseurs du tronc et des hanches.

Seules les activités incluant des impacts importants comme la course à pied doivent être évitées.

## **ET LE SPORT DANS TOUT ÇA ?**

Je vous livre un extrait d'un récent article de Dr Y. Henchoz du service de rhumatologie et de médecine du sport du CHUV (Lombalgies non spécifiques : faut-il recommander l'exercice et les activités sportives ?) :

*« Les activités sportives ont cet avantage sur les programmes d'exercice qu'elles sont généralement plus motivantes et favorisent l'adhésion à long terme. Bon nombre de patients s'interrogent à juste titre sur d'éventuelles activités à privilégier ou à déconseiller. La littérature scientifique à ce sujet est encore peu éclairante. Il faut insister sur le fait que toute activité physique pratiquée à dose modérée n'augmente pas le risque d'aggravation ou de récurrence de la lombalgie. Il semble raisonnable de déconseiller les sports impliquant des charges excessives à soulever, comme l'haltérophilie, le judo ou la musculation lourde. Les blocages brusques en rotation du tronc entraînent des forces de cisaillement potentiellement nocives. A ce titre, on déconseillera le squash ou le tennis, bien que la terre battue semble plus favorable que les surfaces dures grâce à la possibilité de glisser lors des changements de direction. Il est très répandu de conseiller aux patients lombalgiques le vélo ou la natation. Ces activités sont sans doute bénéfiques aux patients, notamment parce qu'elles occasionnent une participation conséquente du système cardiorespiratoire, mais présentent le désavantage de peu solliciter la musculature stabilisatrice du rachis en position debout. Une autre recommandation très fréquente est de déconseiller les sports asymétriques comme le golf. Il n'a cependant jamais été prouvé que ce type d'activités pouvait engendrer des déséquilibres musculaires à l'origine de maux de dos. Il semble tout de même plus approprié de recommander des activités telles que la marche, le Nordic walking ou encore les parcours VITA, la randonnée à skis ou en raquettes et le ski de fond ».*

En résumé, certains sports impliquant des charges importantes ou des changements de direction brusques ne devraient pas être encouragés en cas de maux de dos. En revanche, hormis ces quelques exceptions, les activités sportives peuvent être recommandées car elles favorisent l'adhésion à long terme, notamment en procurant du plaisir.

La randonnée à pied ou à ski, activités de base du Piolu lambda, en font bien évidemment partie. Voilà une année qui débute sur une bonne note. Pourvu que ça dure.

Jacques Dubas  
jdubas@sunrise.ch

# **MEMENTO**

## **FEVRIER**

### **mercredi 1<sup>er</sup>**

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

### **dimanche 5**

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

### **dimanche 5**

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

### **mercredi 15**

Balade au clair de lune : Cabane Carroz

### **vendredi 24**

Repas anniversaire

## **MARS**

### **mercredi 7**

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

### **dimanche 11**

Sortie hivernale en famille : but à déterminer

### **samedi 17 et dimanche 18**

1<sup>er</sup> groupe – Ski rando : Col des Ignes, Arolla

### **dimanche 18**

2<sup>e</sup> groupe – Raquettes, marcheurs : Praz de Lys

### **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** :

**par e-mail (document Word) à : [philippe.lentillon@etat.ge.ch](mailto:philippe.lentillon@etat.ge.ch)  
d'ici le 2 mars 2012**

## **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



### **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