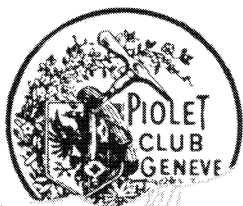


N°2



Mars / Avril 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

DISCOURS DU REPAS ANNIVERSAIRE

En guise de Mot du Président, André Gardel nous propose le discours tenu le 24 février à l'occasion du repas anniversaire du Piolet-Club fondé, pour mémoire, le 19 février 1893.

Chers amis,

Nous sommes réunis ce soir pour célébrer l'anniversaire de la fondation de notre club, il y a 119 ans, c'était le 19 février 1893.

Il est toujours bon de rappeler quels sont les principaux points qui caractérisent notre société. Ce n'est pas par hasard que, bien qu'ayant traversé deux périodes de guerre, 119 ans après ce dimanche 19 février 1893, notre club se trouve toujours présent, apte à continuer sur la voie tracée par nos ancêtres et prêt à fêter notre prochain 120^e.

Nous le devons avant tout à ceux qui ont pris l'initiative de sa fondation et qui l'ont fait sur des bases solides. Fonder une société à cette époque était quelque chose de sérieux et qui devait être durable. N'oublions pas qu'il n'y avait pas de cinémas, peu de spectacles, pas de radio ni de télévision et que l'on n'avait que les plaisirs que l'on voulait bien se donner. Parcourir la montagne par monts et pas vaux, cultiver l'amitié, approfondir ses connaissances, entonner quelque chants lorsque l'on se retrouvait entre amis, étaient autant de joies que l'on pouvait se procurer en faisant partie d'un club.

C'est pourquoi le premier souci de nos membres fondateurs fut non seulement d'organiser de belles courses de montagne, mais aussi de créer une section de chant, de mettre sur pied une caisse d'épargne, d'organiser des conférences et des séances de projections lumineuses, etc. En un mot, de participer à toutes sortes de manifestations populaires organisées à Saint-Gervais, en ville et dans la campagne genevoise.

Ainsi, le Piolet-Club était lancé, sous la présidence de Louis Duparc jusqu'en 1903. La voie était tracée et les présidents qui lui ont succédé n'ont pas failli à la tâche. A ce titre, j'aimerais citer les présidents qui sont toujours parmi nous :

Arthur Kocherhans	président en	1945 - 1946 et 1966 - 1967
Albert Perrottet		1958 - 1959, 1968 -1969 et 1992 -1993
Roland Hoegen		1976 - 1977
Jean-Daniel Baud		1980 - 1981 et 2008 - 2009
Thierry Lentillon		1984 - 1985
Jean-Daniel Imesch		1990 - 1991 et 2010 2011
André Gardel		1994-1995, 2004 - 2005 et actuellement
Yves Lambert		1996 - 1997
Gilbert Anthoine		1998 - 1999
Silvio Kofmel		2000 - 2001
Pierre Jenni		2001 - 2003
Michel Bugnon		2006 - 2007

Je voudrais aussi vous parler du Piolet-Club actuel, de mes préoccupations et de l'avenir.

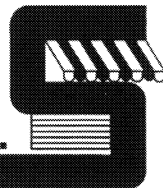
Nous n'avons pas échappé à une certaine érosion, en effet l'admission de nouveaux membres est difficile : nous avons admis cette année Dominique Oger, en 2010 Daniel Willame et Cédric Goetschmann, en 2007 Henri Bochud et Willy Goetschmann. Entre 2004 et 2012, cela fait 5 membres, faites la moyenne.

Pour la participation aux assemblées mensuelles, repas anniversaires, soirées choucroute, etc., la moyenne est d'à peine 15 membres, ce qui n'est pas beaucoup pour un

-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.



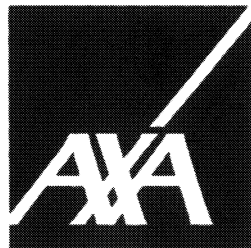
Étanchéité
Couverture
Façades ventilées
Constr. métalliques

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



club de 50 personnes. Un certain nombre de membres actifs ne sont pas intéressés par ces manifestations, c'est tout de même décevant et démotivant pour les organisateurs.

Par contre, la participation aux courses est encourageante. La moyenne par course, les deux groupes confondus, est de 15 membres environ. Certaines courses ont eu une participation de 25 personnes dont 8 sympathisants et sympathisantes. La course de Noël a été un succès avec 22 participants. La solution consiste certainement à essayer de motiver les membres sympathisants participant aux sorties d'hiver à s'intéresser aussi aux autres activités du Piolet. Il ne faut pas oublier qu'une société comme la nôtre ne vit pas seulement par ses courses de montagne mais que les autres sorties permettent de garder le contact entre générations.

Le comité, année après année, vous propose un programme de courses attrayant où chacun peut y trouver son compte. La préparation de ce programme devrait intéresser un plus grand nombre de membres, comme nous le faisons ces dernières années lors d'une séance ad hoc. Lors de l'établissement de celui de cette année, nous étions en tout et pour tout deux, Jean-Daniel et moi. Il faut dire que le 2^e groupe avait déjà bien travaillé lors de la grande course et établi son propre programme.

Depuis quelques années, nous avons un site internet tenu de main de maître par notre toubib. Il permet à presque tous de se tenir au courant de nos activités, d'avoir accès aux changements de dernière minute et surtout de pouvoir visualiser les photos des courses dès le lendemain, si ce n'est le soir même. Bravo à Jacques et bon courage à Willy.

Notre journal, lien indispensable entre les membres de divers univers et générations, même s'il est présent sur notre site est toujours envoyé sous forme papier. Il nous rattache ainsi à tous nos membres sympathisants et annonceurs.

Ce soir en parallèle à l'anniversaire du Piolet-Club, j'ai le plaisir de recevoir notre ami Yves Lambert au titre de membre honoraire.

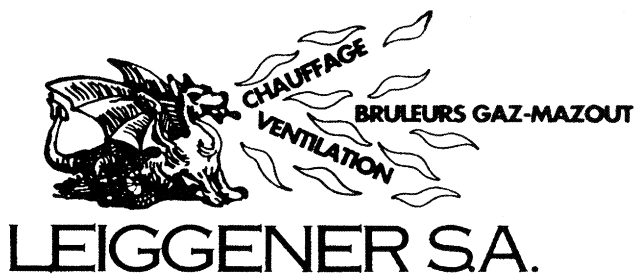
Chers amis, le Piolet-Club c'est une belle et longue histoire, c'est un livre dont les pages ont été écrites avec beaucoup de gouttes de sueur, des larmes de joies et de tristesse ; il ne tient qu'à vous et seulement à vous de ne pas refermer ce livre.

André Gardel

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

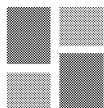
Photo de couverture : Pointe d'Autigny (1^{er} groupe, février 2012).

Pages intérieures : Croisse Baulet (1^{er} groupe, janvier 2012) / Vermeilley (clair de lune, février 2012) / Pointe d'Autigny (1^{er} groupe, février 2012) / Yves Lambert en plein effort / Petit train de l'Eiger.



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**
 - **Révision - Audit**
 - **Expertises**
 - **Administration**
 - **Fiscalité**
 - **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 DE NOËL les 17 et 18 décembre – Ovronnaz, chez notre ami Thierry Lentillon

Des chutes de neige en abondance, des routes bloquées, des voitures dans tous les sens – les nouvelles de vendredi 16 décembre n'étaient guère encourageantes ! Samedi matin, un certain nombre de Piolutiens se sont posés la question : est-ce que je vais y aller et surtout comment je vais y monter ?

Finalement, tous les vingt inscrits ont courageusement pris la route, avec ou sans chaines, et sont arrivés vers midi à Ovronnaz par petits groupes pour constater le bon mètre de neige poudreuse qui était tombé depuis vendredi. On a retrouvé Thierry, qui avait déjà quelques heures de pelle de neige dans les bras, au chalet Les Oisillons.

Un petit groupe de solides Piolutiens (Gilbert, Michel et Jacques) est allé faire ses traces dans la poudreuse en peaux. Pendant ce temps, les autres ont préféré commencer par manger un morceau au chaud dans un petit resto du coin avant d'affronter l'hiver profond en faisant des balades à pied ou en raquette.

Les fameux bains d'Ovronnaz ont permis à certain de se détendre tout en voyant les flocons tomber alors que les autres se préparaient tranquillement pour le programme du soir. Le traditionnel départ du chalet vers 19h a vu le petit groupe de Piolus se diriger vers un coin magique enfoncé dans la poudreuse en forêt, décoré pour l'occasion en petit coin du père Noël de Laponie. Était également au rendez-vous le non moins magique Roland qui nous a servi son délicieux breuvage préparé sur place à la frontale.

Le chant et le discours sous le sapin du nouveau président ont, comme chaque année, marqué ce moment traditionnel cher aux Piolutiens.

De retour aux Oisillons, le chef des lieux nous attendait avec une belle table toute préparée. La fondue chinoise fut succulente, arrosée de bons petits blancs et rouges de la région sortant de la cave de Thierry.

Le dernier grand effort de la soirée fut pour les Piolutiens de monter les quelques centaines de marches d'escaliers pour arriver, fatigués mais très contents, en haut de la colline dans leurs dortoirs respectifs.

Silvio Kofmel

Après une magnifique soirée et un merveilleux accueil de la famille Lentillon, tous les Piolutiens se retrouvent au petit déjeuner ce dimanche matin. Pour digérer l'excellent repas de la veille, un exercice physique s'impose. Il y a les marcheurs, les raquetteurs et les randonneurs. Avec toute la neige tombée depuis deux jours, nous attendons l'ouverture des pistes pour enfin, à dix heures, commencer notre « grimpette » de 1400 mètres qui débute au bas du télésiège et arrive au sommet des Jorasses à 1940 mètres. Après cette belle balade nous arrivons aux Oisillons où un apéritif copieux et alléchant, composé d'huîtres et de viande séchée, nous attend.

Pour clore cette belle course de Noël qui a bénéficié d'un soleil radieux, Thierry nous a préparé une excellente fondue.

Ensuite il faut déjà penser au retour, tout heureux d'avoir pu passer ce moment avec le « maître » des lieux, nous regagnons les rives du Léman.

Une belle participation de vingt actifs et un sympathisant pour cette sortie... Un grand merci aux généreux donateurs, à Roland pour son punch, à Jean-Daniel, heureux grand-papa d'une petite fille Alexia née le 3 novembre 2011, à notre nouveau membre actif Dominique Oger, ainsi qu'à tous les anonymes, sans oublier Fréddy et Jacques qui ont dignement fêté leurs 60 ans.

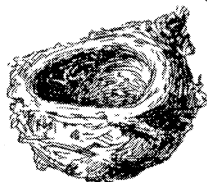
Jean-Daniel Imesch.



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

COURSE DU 2^e GROUPE – SKIEURS

du 15 janvier – Megève, La Princesse



Il est 8h, ce dimanche 15 janvier 2012. Huit Piolus équipés de skis se retrouvent au parking de la salle communale de Chêne-Bougeries pour décider du déroulement de la journée à Combloux – Megève et rendez-vous est donné par Albert Perrottet, chef de course, au parking de la piste de la Princesse à Combloux.

Trois voitures, dont celle d'Albert équipée d'un grand-mère très utile pour le transport du matériel, prennent l'autoroute Blanche en direction de Sallanches, puis montent vers Combloux-Megève. Elles ont pour occupants : Jean-Daniel Baud, Roland Hoegen, André Gardel, notre Président, Albert Perrottet, Henri Bochud, Pierre Jenni, Raymond Darbellay et Dominique Oger. Le trajet se déroule fort bien, par contre plus on avance dans la vallée de l'Arve plus le brouillard se manifeste. Arrivés au parking de la piste de la Princesse, nous en profitons pour aller consommer un café à la buvette du Petit Prince.

Puis nous prenons la télécabine qui va nous hisser au sommet de la Princesse. À la station intermédiaire, oh surprise !, un magnifique soleil brille et nous allons en bénéficier pendant toute la journée. Depuis le Mont-d'Arbois dans un décor idyllique, nous admirons la chaîne du Mont-Blanc.

Après nous être équipés nous empruntons le vaste domaine skiable du Mt-d'Arbois, fort bien préparé. La glisse est parfaite et nous dévalons les pistes les unes après les autres, des Bosses au Bettex, de l'Idéal au Mont-Joux, la descente à la Croix, puis les Communailles et c'est là que nous faisons une pause-café. Ensuite l'enchaînement des pistes se poursuit avec un plaisir non dissimulé et ce jusqu'à la pause de midi au restaurant de l'Igloo au Mont-d'Arbois, sur la terrasse face au Mont-Blanc. Tout en dégustant le casse-croute du self, nous bénéficions des connaissances géographiques de Raymond et notre regard est attiré par l'Aiguille du Goûter et sa nouvelle cabane en construction qui est un peu la réplique de celle de Monte-Rosa. Après le repas le groupe se sépare car Jean-Daniel, Raymond, André et Dominique vont faire l'Épaulé et descendre sur St-Nicolas de Véroce. Le rendez-vous est fixé à 16h45 au Petit-Prince. Quant aux quatre qui restent, nous allons nous faire plaisir sur les pistes des Mandarines.

A la buvette du Petit-Prince nous dégustons le thé citron en évoquant les bons moments passés pendant cette journée. Après les remerciements à notre chef de course, Albert, ainsi qu'aux chauffeurs, le retour à Genève se déroule bien. Cette sortie nous laissera un souvenir ensoleillé et empreint d'amitié.

Henri Bochud



PROCHAINES COURSES

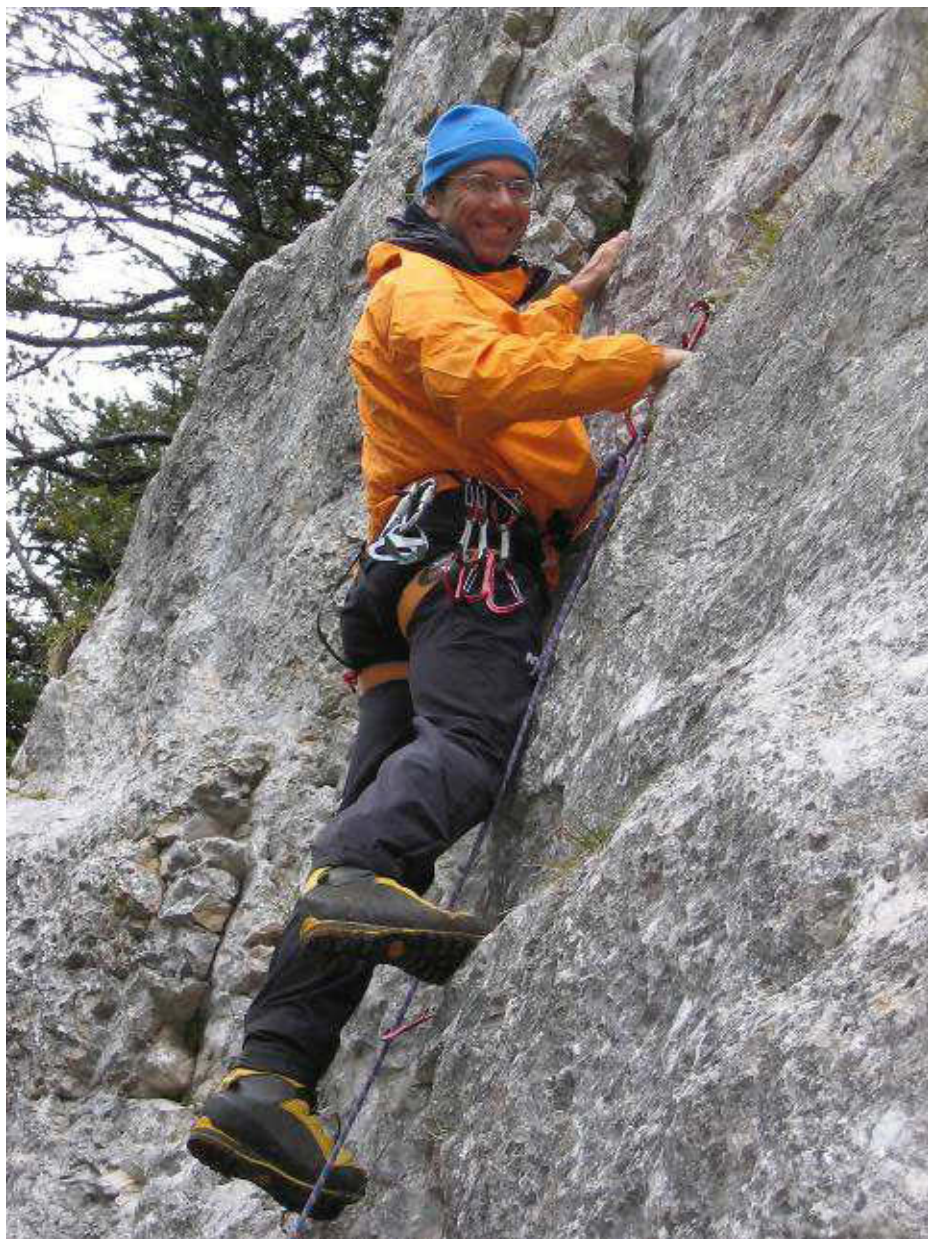


COURSE DU 2^e GROUPE Dimanche 22 avril – Mont-Tendre



- Destination : le Mont-Tendre, 1680 mètres.
- Présentation : course facile d'environ 5h30 aller-retour.
- Dénivelé : 900 mètres environ.
- Parcours : autoroute, sortie Aubonne puis Apples-Montricher.
- Rendez-vous : à 7h40 à Arare, parking La Chattière, départ à 7h45.
Regroupement et départ au Reposoir à 8h.
- Matériel : adapté à la saison.
- Repas : prévoir pique-nique et boissons.
- Route : aller + retour environ 140 km.
- Délai d'inscription : le 21 avril.
- Responsable : Roland Hoegen, tél. 022 752.33.93





ENTRE NOUS

Accueil d'Yves Lambert comme membre honoraire

Lors du repas anniversaire du 24 février, Yves Lambert a été promu membre honoraire de notre club.

Notre ami Yves a été présenté lors de l'assemblée mensuelle du 5 novembre 1986 par Thierry Lentillon et Gino Zollo.

Il fut reçu comme membre actif lors de la soirée choucroute du 20 novembre 1987 par le président en charge Georges Lentillon.

Ses qualités de montagnard et sa faculté d'enseignement ont très vite été sollicitées par les membres du 1^{er} groupe pour l'organisation des courses. Conseils et apports sécuritaires on toujours été bienvenus et appréciés de tous. Il s'est aussi tout de suite investi dans le choix des courses pour notre programme annuel.

A part de fait qu'Yves a pratiquement gravi tous les sommets de 4000 mètres de Suisse, pour moi, les faits marquants de ses activités montagnardes et sportives liées au Piolet Club sont :

- le Trophée du Muveran 1987, 1^e patrouille genevoise avec Gino Zollo ;
- la conquête de l'Aconcagua 6962 m, en janvier 1988, avec Gino, Eric Haeflin et Olivier Serex ;
- suivie quelques années plus-tard par l'expédition au Broad-Peak ;
- sans oublier les randonnées à skis de rando dans l'Atlas Marocain et les Tatras Polonais en compagnie cette fois de Patrick Joye, Silvio Kofmel et Gino Zollo.

Mais ce qui m'a le plus impressionné, c'est l'expédition organisée à l'Everest en 2002, sur les traces de son père Raymond qui était arrivé à 200 m du sommet en compagnie de Sherpa Tensing. 50 ans plus tard, Yves et Tashi Tensing (petit fils de Sherpa) arrivent au sommet mythique de 8600 m. On peut dire que c'est un authentique exploit chargé d'émotions et se symboles forts.

Yves a présidé aux destinées du Piolet pendant les années 1996 - 1997, présidence menée de main de maître par un homme habitué à commander.

Le Piolet-Club a considérablement profité des capacités de notre ami Yves et nous espérons que cela durera encore longtemps.

Cher Yves, au nom de tous les membres du Piolet-Club de Genève, je te remets l'insigne doré de membre honoraire. Dans le mot honoraire, je retiendrai honneur à un grand montagnard et un excellent camarade.

André Gardel

«Volere è potere»

A cœur vaillant, rien d'impossible



Cette randonnée estivale était écrite. Ce 26 août 1893, quand l'industriel du textile et «baron du chemin de fer» zurichois Adolf Guyer-Zeller découvrit l'Eiger, le Mönch et la Jungfrau lors de son ascension du Schilthorn depuis Mürren, il décida de construire un train à crémaillère au sommet de la Jungfrau. L'idée audacieuse d'ouvrir un accès mécanique à la Jungfrau n'était pas nouvelle. Trois projets similaires avaient déjà été imaginés dès les années 1889/90, mais tous avaient avorté face aux difficultés techniques et financières. Ils envisageaient tous un accès direct à la Jungfrau depuis la vallée de Lauterbrunnen.

NOTES DE LECTURE...

Un centenaire à 3454 mètres d'altitude

Willy Goetschmann a trouvé cet article de Gabriel Ehrbar dans le magazine philatélique « La Loupe » de janvier 2012. Il fête la mise en vente d'un timbre-poste spécial commémorant le centenaire du chemin de fer de la Jungfrau. De quoi enrichir notre culture personnelle...

Adolf Guyer-Zeller eut une approche plus pragmatique. Lors de sa randonnée estivale sur le Schilthorn, un train à crémaillère reliait Lauterbrunnen à Grindelwald par la Kleine Scheidegg depuis deux mois. Pourquoi ne pas profiter des installations existantes et poursuivre le chemin de fer de la Jungfrau à partir de la Kleine Scheidegg ?

Cela représentait tout de même un dénivelé de 2000 mètres jusqu'au sommet. Mais à cœur vaillant, rien d'impossible ! Le chemin de fer de M. Guyer-Zeller ferait le détour par l'Eiger et le Mönch afin que la pente n'excède jamais 25%. Pour faciliter le financement du projet (M. Guyer-Zeller fonda en 1894 sa propre banque privée pour lever des capitaux), le chemin de fer de la Jungfrau serait construit et mis en service par étapes : les deux premières années jusqu'à la station Eismeer, les deux suivantes jusqu'au sommet. Les deux chambres du Parlement crurent en ce projet visionnaire et M. Guyer-Zeller obtint la concession pour la construction d'un train à crémaillère sur la Jungfrau à la fin de l'année 1894.

Le chemin de fer progresse lentement mais sûrement

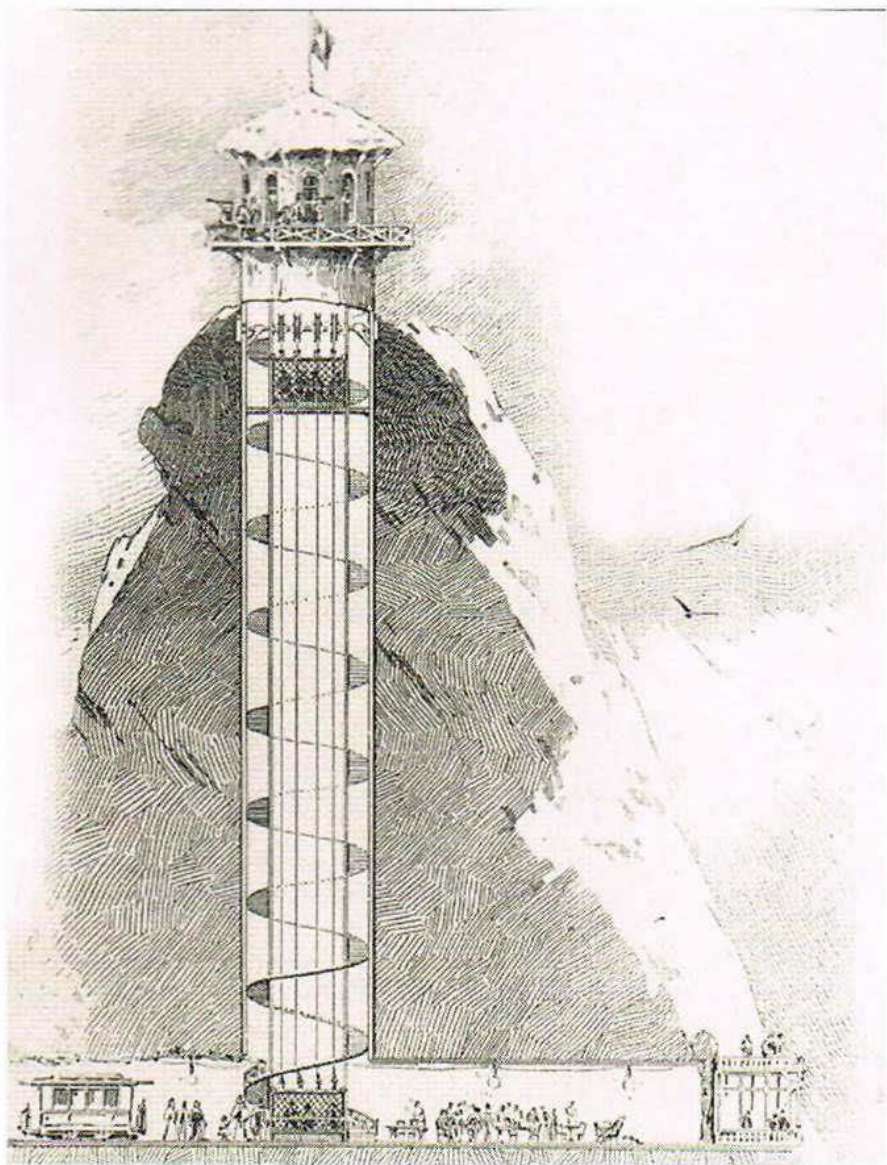
La fin du mois de juin 1896 vit le premier coup de pioche du premier tronçon, jusqu'à la gare du glacier de l'Eiger. L'estimation initiale de quatre années de travaux fut en réalité multipliée par quatre.

M. Guyer-Zeller ne survécut qu'à l'ouverture du premier tronçon. Il mourut le 3 avril 1899 d'une insuffisance cardiaque, à 60 ans tout juste. Les travaux reprirent après une courte interruption, car les fils de M. Guyer-Zeller tenaient à réaliser le rêve de leur père.

La progression des ouvriers était constamment ralentie par de fréquentes coupures de courant, des problèmes logistiques et la dureté inattendue de la roche. La gare souterraine Paroi de l'Eiger ne fut percée qu'à la fin 1902.

A partir de juillet 1905, les touristes déjà nombreux prenaient le train de la Jungfrau jusqu'à la station Eismeer. Les fonds manquèrent pour poursuivre la voie ferrée par le Mönchsloch, comme c'était initialement prévu. Les mineurs continuèrent donc de creuser par le plus court chemin vers le Jungfraujoch. Ils parvinrent de l'autre côté de la montagne fin février 1912, près de 16 ans après le début des travaux sur la Kleine Scheidegg. Le Jungfraujoch fut ouvert à la circulation le 1^{er} août 1912.

Il aura fallu poser 9,3 km de rails et graver 1393 mètres pour venir à bout du Jurigfraujoch. Les moyens financiers et les ouvriers arrivant à épuisement, le chemin de fer n'atteignit finalement jamais le sommet. Le terminus sur la Jungfraujoch n'en reste pas moins la plus haute gare d'Europe à ce jour.



Le dernier tronçon du chemin de fer de la Jungfrau ne vit jamais le jour, ni le puits qui devait permettre de gagner le sommet de la Jungfrau en empruntant un escalier en colimaçon ou un ascenseur.

Photo: AS-Verlag



1897: Adolf Guyer-Zeller pose fièrement dans une conduite forcée prête à être raccordée de la centrale électrique de Lauterbrunnen. Elle acheminera le courant nécessaire à la construction et à l'exploitation de sa ligne de chemin de fer. Photo: AS-Verlag

LA CHRONIQUE DU DOCTEUR PIOLU

GRAND FROIDS

Cet hiver, nous avons été confrontés à une situation météorologique rigoureuse associant un froid sibérien à une forte bise. Nombre de personnes ont ainsi souffert de gelures à différents degrés.

Par définition, la gelure est une lésion localisée causée par l'action directe du froid au cours d'une exposition plus ou moins longue à une température inférieure à 0°C.

DIAGNOSTIC

Les gelures se développent insidieusement et affectent de préférence les extrémités et les zones découvertes. Elles se manifestent initialement par des picotements ou une sensation de brûlure puis par une perte progressive de la sensibilité avec engourdissement et pâleur de la zone atteinte. La peau devient blanche, froide, insensible, comme anesthésiée. Ce phénomène est particulièrement visible sur le visage et aux extrémités où il se présente sous la forme de taches blanches décolorées.

Lorsqu'elles sont plus évoluées, les lésions deviennent douloureuses et les parties du corps concernées vont gonfler et changer de couleur en devenant rouge avec apparition éventuelle de cloques. Sans mesures de soins, la gelure va évoluer vers la gangrène caractérisée par une couleur noire et la perte de souplesse des tissus.

Plusieurs facteurs favorisent l'apparition des gelures : la température extérieure, le vent, l'humidité, le port de vêtements trop serrés entravant la circulation, les chaussures humides, la qualité de l'équipement, le manque d'oxygène, le tabagisme ou le contact direct de la peau avec des corps métalliques froids.

Le degré de profondeur de la gelure ne peut être évalué immédiatement. Seule l'évolution après 2 à 3 jours de réchauffement permet d'apprécier sa gravité.

TRAITEMENTS

Avant de commencer les soins, il est indispensable de protéger et d'isoler les zones exposées. Il ne faut surtout pas commencer à traiter les gelures si la victime doit à nouveau être exposée au froid car, en cas de regel, les conséquences sont d'autant plus importantes.

Le réchauffement est une urgence médicale. Le protocole habituellement préconisé est un bain de 30 à 60 minutes dans de l'eau à 38°C, jusqu'à ce que les tissus retrouvent leur souplesse. L'agitation du bain améliore les échanges thermiques. Ce traitement doit pouvoir être effectué en refuge. L'immersion de la partie gelée peut s'accompagner de douleurs vives, cette sensibilité laissant présager une évolution plutôt favorable.

A ces mesures immédiates, on associe l'administration d'Aspirine 250 mg par jour.

Le traitement des gelures profondes est plus complexe et doit être réalisé en milieu hospitalier selon des protocoles médicamenteux et physiques. Plus le traitement est entrepris rapidement, plus les chances de récupération sont importantes.

Après la première semaine de traitement, intervient le temps chirurgical avec tout

d'abord l'excision des cloques et des nécroses superficielles. Le temps des amputations est tardif afin de laisser le temps aux nécroses de s'installer pour respecter au mieux la délimitation naturelle. Les amputations resteront minimalistes.

QUE FAIRE SUR LE TERRAIN EN CAS DE GELURES ?

Il ne faut en aucun cas réchauffer une zone gelée si l'on n'est pas certain que ce réchauffement sera durable et permanent jusqu'à l'arrivée des secours. La situation la plus dramatique est celle d'une « re-gelure » sur une lésion préalablement réchauffée.

Si l'on opte pour le réchauffement, il faut que celui-ci s'effectue correctement : immersion de l'extrémité gelée dans un bain à 38°C additionné d'une solution antiseptique douce.

Il faut associer nécessairement un réchauffement général de l'organisme, par exemple par l'utilisation d'une couverture de survie et l'absorption d'un liquide chaud.

Il est interdit d'enlever les chaussures lorsqu'on suspecte une gelure du pied sous peine de ne plus pouvoir les remettre.

Ne jamais pratiquer de frictions directes, de flagellation ou de chauffage à la flamme (!).

Proscrire le tabac et l'absorption d'alcool. L'image du Saint-Bernard, avec son tonneau est sympa mais trompeuse. L'alcool ne réchauffe pas, bien au contraire.

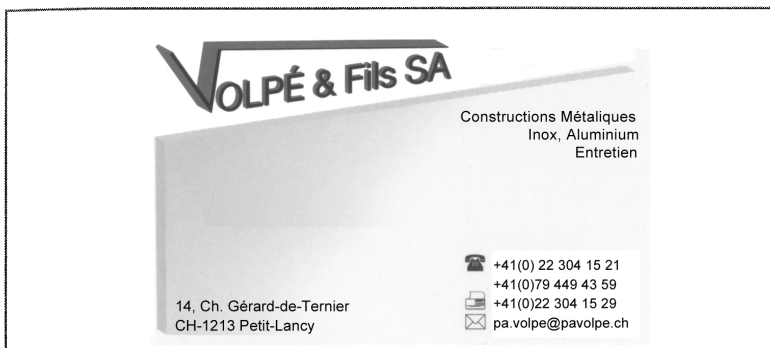
POUR EVITER L'ONGLEE

Réchauffer les extrémités par des grands mouvements de rotation des bras, placer les mains au chaud sur le ventre ou sous les aisselles, desserrer les chaussures, remplacer les gants par des moufles sont des petits moyens qui peuvent être utiles. Chercher à augmenter la production de chaleur corporelle par l'activité physique est préférable.

Pour le reste : maintenir une bonne hydratation, porter des vêtements techniques recouvrant ne retenant pas l'humidité, utiliser au besoin des crèmes protectrices du froid et une chaufferette à l'intérieur du gant, éviter le contact prolongé avec des objets métalliques froids (perche de téléski, garde-corps de télésiège).

Limiter la consommation d'alcool. Le vin chaud de l'amitié reste l'apanage des fins de course, bien au chaud au coin du feu. Après l'effort, le réconfort.

Jacques Dubas
jdubas@sunrise.ch



MEMENTO

AVRIL

mercredi 4

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

samedi 21 et dimanche 22

1^{er} groupe – Ski rando : Wildhorn, cabane des Audannes

dimanche 22

2^e groupe – Raquettes, marcheurs : Mont-Tendre

MAI

mercredi 2

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

samedi 5 et dimanche 6

1^{er} groupe – Ski rando : Monte Leone, Hospice du Simplon

dimanche 6

2^e groupe – Marcheurs : La Dôle

JUIN

mercredi 6

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

vendredi 15, samedi 16 et dimanche 17

1^{er} groupe – Escalade, marche : Orpierre

samedi 16 et dimanche 17

2^e groupe – Marcheurs : Les Gastlosen, chalet du Régiment

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 MAI – JUIN :**

**par e-mail (document Word) à : philippe.lentillon@etat.ge.ch
d'ici le 27 avril 2012**

Restaurant «Claire Vue»

Cuisine soignée

Spécialités diverses

M. et Mme NOGGLER

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



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