



Les randonneurs de l'intérieur

"Allons d'Ancey" : le 24/05/2017, sur le plateau de Panges

n° 7

Editorial

Les confinés parlent aux confinés...

Voici déjà deux semaines que Jean-Claude nous a quitté. Nos chemins se sont séparés. Après avoir lutté avec acharnement contre la maladie, cette dernière a gagné. Nous garderons le souvenir d'un camarade de randonnée sympathique et jovial, fortement engagé dans la vie associative, notamment à l'ALC. Nos pensées vont à Martine et aux siens.



Pas facile d'enchaîner là-dessus ! Toutefois il le faut bien. Le maître mot du jour est « prudence ». En effet, si le Premier ministre a confirmé la levée progressive du confinement, tout n'est pas terminé pour autant. Nous allons devoir apprendre à vivre et à randonner avec le virus. Quelles conséquences pour nous tous, suite à cette annonce ?

Tout d'abord, avec les membres du conseil de section nous avons décidé de cesser (comme prévu Cf. LRDI n°1) la parution, des « Randonneurs de l'Intérieur » avec le prochain numéro, celui du 18 mai.

Ensuite, il nous faut collecter toutes les directives nationales et leurs déclinaisons locales, (notamment en matière d'accès aux forêts publiques et privées). Les premiers échos ne permettent pas d'envisager une reprise rapide et complète de notre activité. La fédération nous en dira plus prochainement, mais pour l'instant elle annonce des contraintes fortes en matière de transport et d'effectif.

Prudence donc pour celles et ceux qui iront randonner individuellement. N'oubliez pas que nous venons d'arrêter notre activité pendant plus de deux mois. Reprenez doucement. L'organisme est rouillé et même fatigué après cette période de confinement. D'autre part les premières chaleurs se font sentir, et nous savons que chaque année à cette période nous ressentons généralement un petit coup de barre. Donc mollo sur la vitesse, la dénivelée et buvez...de l'eau régulièrement.

De notre côté nous continuons à réfléchir pour nous adapter à la situation, comme vous pourrez le constater un peu plus loin dans ces colonnes. Et j'espère que très prochainement nous pourrions en discuter de vive voix sur les sentiers.

Thierry

Le billet de Fernand

Le billet d'Andrée « Amande ou noisette » a manifestement inspiré Fernand qui exerce ici son « droit de réponse ». Je lui laisse la « parole ».

« Méaventure fictive d'un promeneur solitaire

Au cours de ma rando d'une heure autorisée, un agent de police me demanda mon autorisation de sortie.

Je lui tendis ma tablette.

L'agent de la marée-chaussée au regard noir me dit :

" la date est celle de la veille "

Comprenant mon erreur, je devins tout blanc.

J'étais chocolat !

Je le confesse, je suis un peu étourdi.

Une amende de 135 euros me fut infligée.

Bien sûr, en ces temps difficiles, l'Etat a besoin de noisettes.

Je vais tenter de me faire rembourser dans ma prochaine déclaration fiscale.

On peut toujours rêver.

Oui Andrée c'est bon le chocolat et peu importe l'embonpoint, l'accès des plages est prohibé..... »

Fernand R.

NDLR : L'actualité est donc bien faite, puisque pas plus tard que ce matin, j'ai entendu le résultat d'une étude, oh combien importante, qui annonce qu'en moyenne, nous aurions pris 2.5 kg depuis le 17 mars. C'est bien la première fois que j'espère avoir en dessous de la moyenne...

Le coin du balisage

Les techniques du balisage (épisode 2)

La peinture

Les supports principaux sont : Les arbres en général (sauf bouleaux, merisiers, et platanes dont l'écorce part en lambeaux), les poteaux en béton (tolérance EDF), les poteaux télégraphiques (tolérance Télécom), les grosses pierres fixes, ou sur des jalons.

Il ne faut jamais utiliser la peinture sur les éléments du patrimoine : (Monuments historiques, mégalithiques, fontaines, lavoirs, calvaires), les murs et clôtures privés sauf accord du propriétaire, les installations de la SNCF, les transformateurs EDF, les bornes kilométriques, les supports métalliques en milieu urbain.

Sur les rochers, murs, poteaux en béton et arbres à écorce lisse, il est indispensable de passer la brosse métallique pour éliminer les mousses. Sur les arbres à écorce épaisse et irrégulière, égaliser la surface à l'aide d'une râpe. Si non voici le résultat.

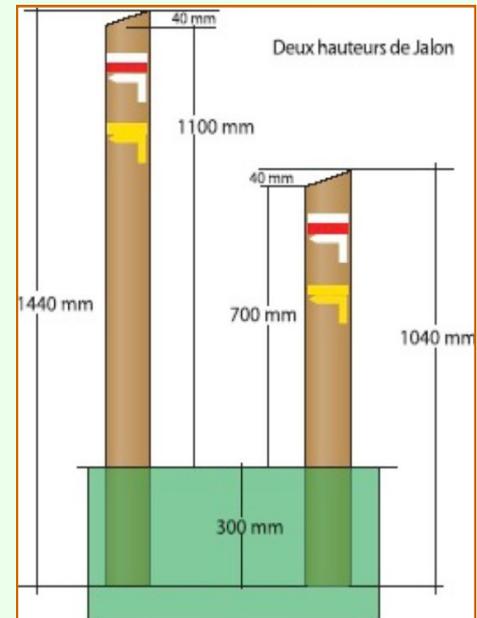


Les pochoirs

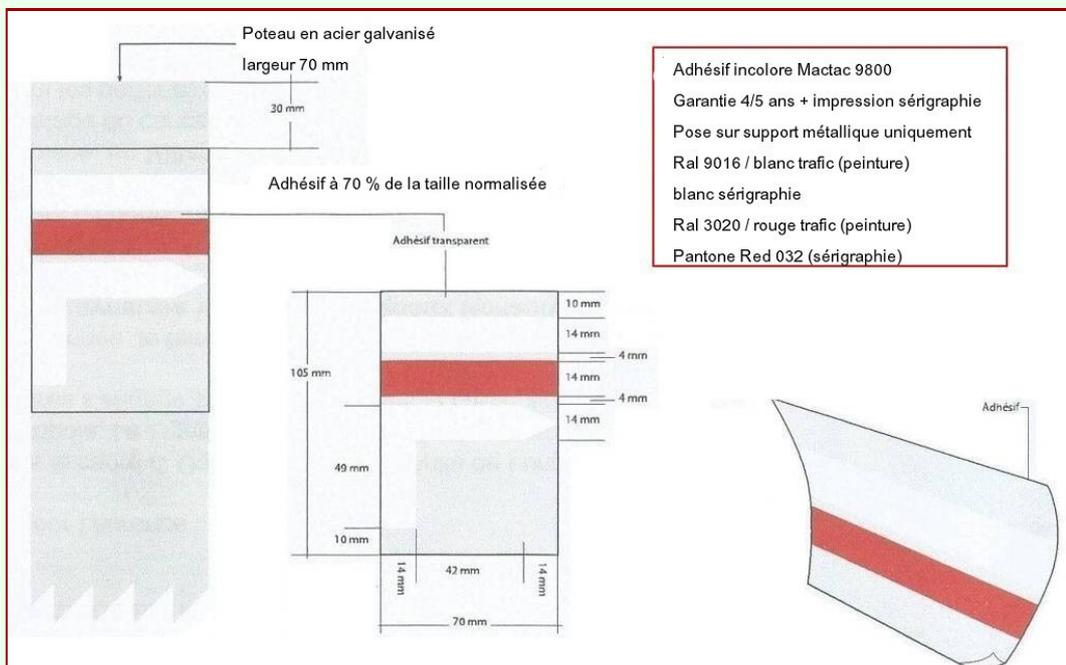
L'utilisation de pochoirs est recommandée afin d'homogénéiser la qualité du balisage sur les itinéraires. Cette technique permet de réaliser des balises propres, sans coulures, et aux bonnes dimensions.

Les balises autocollantes.

Leur utilisation est indispensable sur support métalliques, notamment en milieu urbain : poteaux de signalisation, poteaux d'éclairage etc. Ne pas oublier de dégraisser les supports avant l'apposition de l'autocollant. Les balises autocollantes doivent respecter la taille et les couleurs des balises officielles fédérales.



Jean-Pierre B.



Le coin des gourmands

Recette basque : AXOA (*) de veau

Ingrédients pour 4 personnes

- 500 g de veau haché (dans la noix qui est moins grasse)
- 3 poivrons (rouges et verts mélangés) épépiné et coupés en petits dés
- 1 à 1/2 (selon le goût) cuil. à café de piment d'Espelette
- 200 g d'oignons émincés
- 1 gousse d'ail
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 10 cl de vin blanc doux
- 10 cl de vin blanc
- 2 cuil. à café de fond de veau déshydraté
- 10 cl d'eau
- sel

Facultatif :

un peu de lard fumé haché



Dans une sauteuse, faites fondre l'oignon dans l'huile d'olive pendant 1.0 minutes.

Ajoutez l'ail et les poivrons et faites cuire encore 15 minutes à feu doux.

Ajoutez la viande et émiettez-la à l'aide d'une fourchette.

Salez, pimentez, ajoutez le fond de veau et le vin, puis incorporez 1/2 verre d'eau.

Laissez cuire à feu doux 20 à 30 minutes en remuant de temps en temps, la viande doit être légèrement caramélisée.

Servez chaud ou tiède, accompagné de pommes de terre bouillies ou de riz ou de cœur de laitues croquantes

(*) prononcer ACHOA

Janine D.

Cookies aux pralines



180 g de farine

130 g de beurre

75 g de sucre

125 g de pralines concassées

1 œuf

1 cuillère à café de levure chimique

1 gousse de vanille

Dans un saladier, mélangez le beurre fondu et le sucre jusqu'à ce que le mélange blanchisse puis incorporez l'œuf et la vanille.

Ajoutez ensuite la farine, la levure puis les pralines concassées.

Réservez la préparation au réfrigérateur pendant 15 à 20 minutes.

Préchauffez le four à 200°C

Réalisez une vingtaine de petites boules de pâte et disposez-les sur une feuille de papier sulfurisé.

Aplatissez-les avec le dos de la cuillère.

Enfournez de 12 à 15 minutes selon la cuisson désirée.

Denise B.

Réfléchissons un peu !



Comme annoncé, dans l'attente plus que probable (fort heureusement) d'une levée progressive (mais possiblement réversible) du confinement, le conseil de section et les animateurs ont entamé une profonde réflexion (si, si, comme quoi tout peut arriver !)

En effet, comment parcourir, bois, champs et forêts, arpenter monts et vallons tout en évitant le perfide COVID ?

Quelle attitude prendre face à cet ennemi qui ne s'attaque qu'aux effectifs supérieurs à 10, puisqu'il semble que telle doit être la limite ?

Moult idées germèrent, quand soudain, la lumière fût (mais pas forcément à tous les étages).

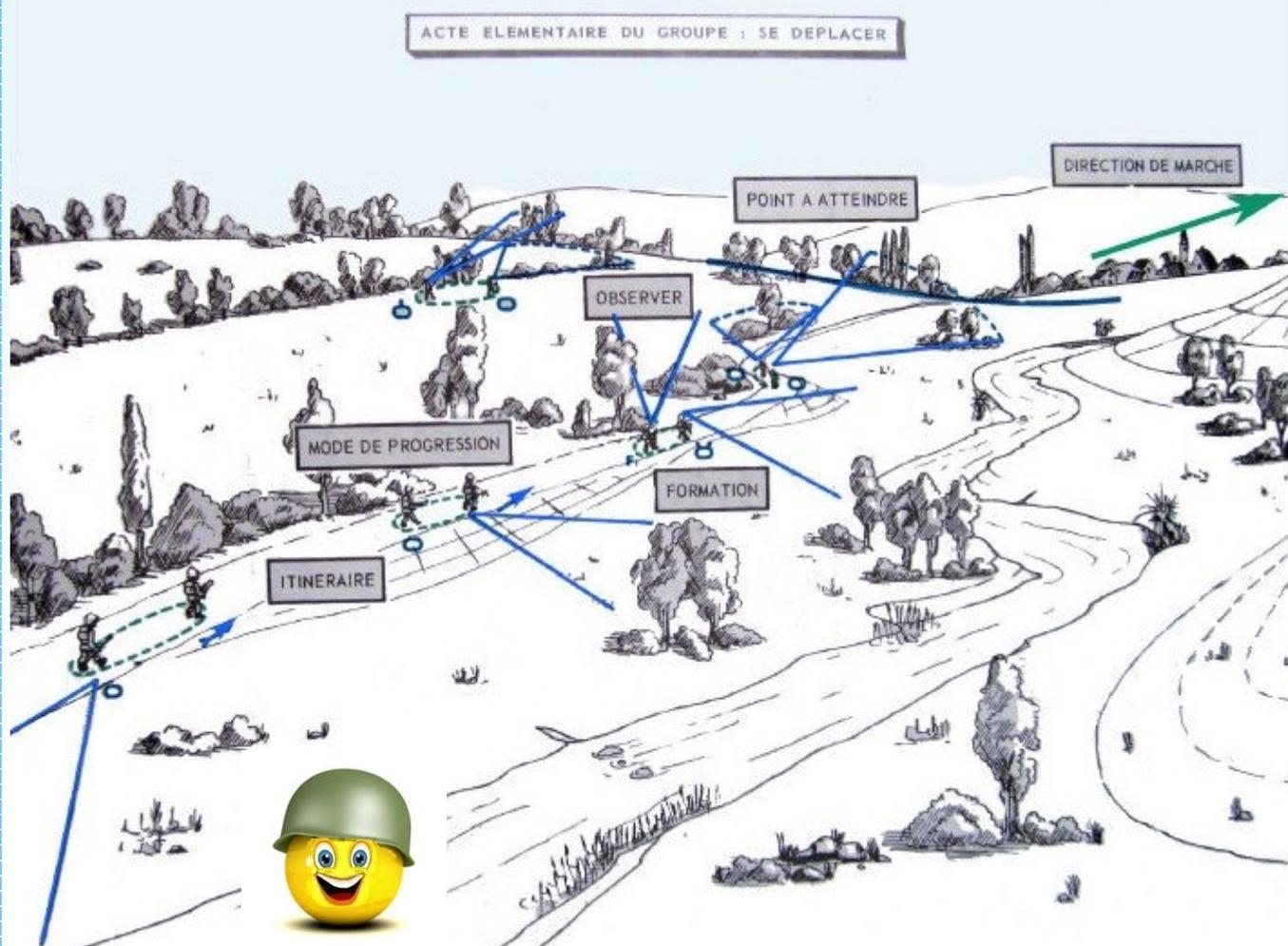
Car, dans un temps reculé (qui rappellera certainement bien des choses à ses messieurs), cette nécessité de se déplacer à 10 face à un ennemi invisible avait déjà été étudié. Élémentaire, il fallait y penser.

Mais un doute m'assaille (comme ils disent au Kenya), me serais-je fourvoyé ?

A vous de me le dire.



Thierry



Voyages, voyages !

LES AÇORES



Cet archipel, connu pour son anticyclone (qui s'appelle anticyclone des Bermudes aux USA !) est à l'écart, pour le moment, des hordes de touristes.

Les paysages encore préservés sont un paradis pour les amoureux de la nature et des randonneurs.

L'activité volcanique et l'histoire ont également laissé des traces sur ces îles à mi-chemin de la vieille Europe et du Nouveau Monde. Les palais et églises témoignent de l'âge d'or qui a vu le Portugal régner sur le monde.

Les randonneurs trouveront plaisir à parcourir les chemins bien balisés sur les différentes îles et découvriront des caldeiras, des lacs de cratères et des sources d'eaux chaudes.

Sur l'île de Sao Miguel, dans la vallée de Furnas, n'oubliez pas de déguster le « cozido » spécialité cuite dans la terre chaude et ensuite vous pourrez vous baigner dans une piscine naturelle d'eau chaude (le bonheur !) après avoir visité le jardin botanique Terra Nostra, un des plus beaux d'Europe.



Sur l'île de Terceira, la visite de la ville d'Angra do Heroísmo (classée au patrimoine de l'UNESCO) s'impose.

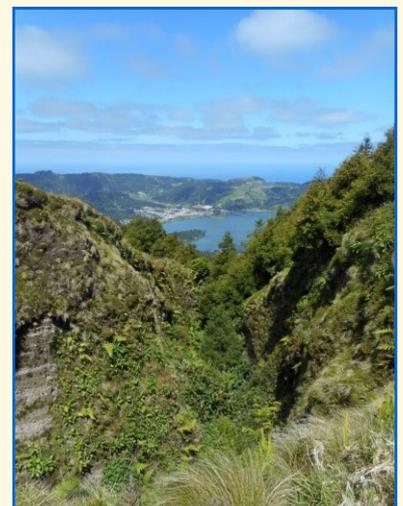
Sur l'île de Faial, Horta décrite comme la « plus petite grande ville du monde » était, jusqu'à l'apparition des satellites, un centre mondial de télécommunications grâce aux câbles sous-marins. Le Café Peter était la boîte aux lettres de tous les marins qui faisaient escale à Horta. Ils prenaient leur courrier et laissaient le leur à charge des autres marins de les distribuer. Les marins

ont pour tradition de laisser une trace de leur passage en peinture sur les quais.

L'île de Pico était un centre baleinier d'importance et vous aurez la possibilité de visiter le musée ou encore de faire à pied le tour du mont Pico soit 22 km (nous n'avons pas pu le faire à cause des nuages et du brouillard). Pour terminer, un tour dans les vignes qui n'ont rien à voir avec les nôtres (le vin non plus d'ailleurs)

En résumé, dépaysement garanti

Commentaires et photos : [Claude D.](#)



Le saviez-vous?

Au moment où le Brexit est sur les rails et que les discussions sont en cours pour négocier les futurs accords de coopération, [Claude D](#) nous invite à revoir un moment précis de l'histoire.

Comme ça, juste au cas où....

Comment on s'est fait avoir

Franck Ferrand, historien, nous rappelle un fait d'histoire complètement oublié !



Le 9 mars 1911. Jour de capitulation pour la France ! Pas une capitulation militaire, une capitulation scientifique ! Ce jour-là, en effet, la France, en adoptant le méridien de Greenwich, abandonne le méridien de Paris, c'est-à-

dire la référence horaire qu'elle entendait imposer au monde.

De longues négociations ont été menées avec le reste du monde, depuis la Conférence internationale de Washington, en 1884. Cette réunion de 25 pays avait pour but de mettre tout le

monde d'accord en matière de calcul horaire ! Cela passait par un découpage du globe en 24 fuseaux de 15° chacun, et par le choix d'un méridien 0, c'est là que les choses deviennent politiques.

Il y avait trois méridiens possibles : celui de l'île de Fer, aux Canaries ; celui de l'observatoire de Paris (défendu par la France) et celui de Greenwich, en Angleterre. D'où un bras de fer entre les habituels frères ennemis : la France et la Grande-Bretagne, les puissances dominantes de l'époque. **Enfin, ce sont les Britanniques qui l'emportent. En contrepartie, ils ont promis d'adopter le système métrique !**

La conférence a eu lieu en 1884, et l'adoption seulement le 9 mars 1911 ! Autant dire que la France, dans cette histoire, a freiné des quatre fers ! Le méridien de Paris n'a donc pas été retenu comme méridien 0, mais il a laissé des traces dans plusieurs communes de France. Notamment chez moi, à Villers, où sa ligne est représentée au bord de la mer. À Paris, il est matérialisé par 135 médaillons fixés au sol, portant tous le nom d'Arago, qui l'avait calculé.

Source : Europe.fr - un jour dans l'histoire »

C'était hier !

Cette rubrique n'ayant pas de « ligne éditoriale » bien définie, nous avons pensé que la proposition de [Monique B.](#) pouvait sans problème s'y rattacher. Voici donc quelques expressions « d'hier » que même ceux de moins de 60 ans connaissent... si si !!!

Ma grand-mère disait :

Vla - ti - pas !

Tu es fagoté comme un as de pique.

Tu risques de te casser la margoulette !

Ne te monte pas le bourrichon !

T'es pas en sucre !

On va pas attendre jusqu'à la St glinglin quand même ?

Il n'y a pas le feu au lac !

C'est kif-kif bourricot !

Je vais aller faire les commissions.

Ça ne tombera pas plus bas !

Il n'y a pas de petites économies.

On n'est pas sortis de l'auberge.

N'en fais pas tout un fromage !

Regarder une page de réclame.

Ne mets pas la charrue avant les bœufs.

Il a pris la poudre d'escampette.

Il est beurré comme un Petit Lu !

Elle a vu le loup !

Faire une tête de six pieds de long.

On n'est pas aux pièces.

Ça ne fait pas un pli.

Tu files un mauvais coton.

Brûler la chandelle par les deux bouts.

Je t'ai payé rubis sur l'ongle.

À la bonne franquette.

Parlons peu mais parlons bien.

Faut pas pousser Mémé dans les orties.

Cela ne fait ni une ni deux.

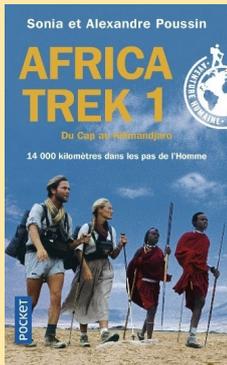
Péter plus haut que son cul.

Pas la peine de chercher midi à 14h.

Il a une descente que j'aimerais pas remonter à vélo. »

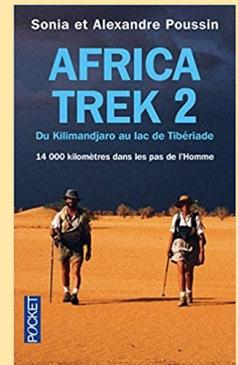
Le marque page

Cette semaine c'est **Claude D** qui nous propose deux livres, tout aussi impressionnant l'un que l'autre. Le premier en raison de la détermination qu'il a fallu à ce couple pour aller au bout de leur rêve. Quant au second, la lecture du résumé se suffit à elle-même. Et si c'était vrai ?

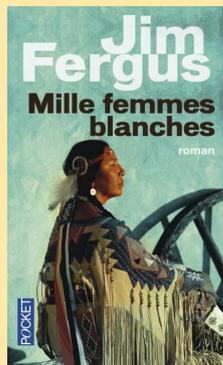


Sonia et Alexandre Poussin ont entrepris de remonter l'Afrique à pied, du cap de Bonne-Espérance au lac de Tibériade. Trois ans de marche le long de la vallée du Rift en Afrique de l'Est, pour refaire symboliquement le voyage du premier homme.

Seuls, sans sponsor ni logistique, partageant le dénuement de leurs hôtes, ils nous parlent à chaque page de la générosité et de l'enthousiasme des hommes qui peuplent cette terre. Jour après jour, Sonia et Alexandre sont devenus un peu plus africains. (Source Fnac)



En 1874, à Washington, le président chef indien Little Wolf : troquer mille sons pour favoriser l'intégration du tent volontaires, la plupart viennent L'une d'elles, May Dodd, apprend sa diens. Mariée à un puissant guerrier, tribus et les ravages provoqués par origines, elle assiste à l'agonie de son



Grant accepte la proposition incroyable du femmes blanches contre chevaux et bi-peuple indien. Si quelques femmes se por-en réalité des pénitenciers et des asiles... nouvelle vie de squaw et les rites des In-elle découvre les combats violents entre l'alcool. Aux côtés de femmes de toutes peuple d'adoption... (source Fnac)

Bernard C. a pris le temps, entre deux mises en page du LRDJ, de me faire parvenir quelques maximes. J'en ai arbitrairement choisi deux.

« Lutte pour vos opinions, mais ne croyez pas qu'elles contiennent toute la vérité ou la seule vérité. »

« Aimer est le verbe le plus difficile à conjuguer, son passé n'est pas simple, son présent est souvent imparfait et le futur est inconditionnel. »

Jeux

Daniel S nous propose de réviser notre géographie nationale en complétant le texte ci-dessous avec les bons départements :

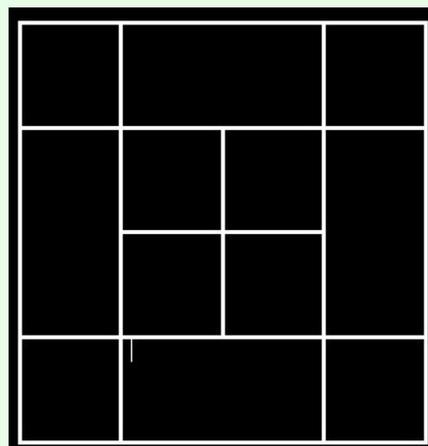
Réviser vos départements

J'étais assis au bar en train de boire un.....tandis que je regardais un clochard faire la..... Une dame vint s'asseoir à côté de moi ; elle portait un manteau deet j'en fus impressionné car je sais que le Nous engageâmes la conversation, et ce qui me charma chez elle futet ses yeux..... Au bout de quelques minutes, elle me demanda de monter chez elle. Il fallut donc que je....., et j'acceptai sans crier! Elle ne perdit pas le, nous entrâmes dans sa chambre, et à peine arrivés, elle se déshabilla. Ses seins étaient magnifiques, elle les..... En fait cette fille était vraiment et l'on s'amusa jusqu'à..... L'exercice ça, aussi, au petit matin, je lui proposai du jambon, du saucisson et du Elle fut si contente de ce petit déjeuner, qu'elle m'appela sonet me demanda uneque je refusai de payer. Trouvant que c'était tropElle me fit alors une terribleet je vis dans ses yeux une terrible A cet instant, j'aurais bien eu besoin d'un.....car elle me lança son sac au visage et me donna un coup de pied dans le..... Tout finit par s'arranger, mais avec des histoires pareilles, ellequ'on ne l'y prendrait plus.

Jeux (suite)

Comme il l'a déjà été dit, l'observation est souvent la source de toute chose. Donc Nicole J vous propose le jeu suivant.

Combien de carré pouvez-vous compter dans cette image ?

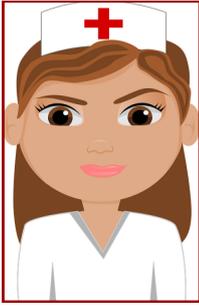


Solutions des jeux du N° 6

« Confiné, il racontait ce qu'il ferait, une fois libre, d'ici un mois, dans ces **Zola(1)**.
Ce moment sensible si **Duras(2)** urmonter...Mais les **Molière(3)** de la pensée, permettent de s'évader un moment, de laisser fuir ces **Maupassants(4)**.
Près de **La Fontaine(5)** dont les **Flaubert(6)** cent l'oreille distraite, des oiseaux **Voltaire(7)**, herbe et **Racine(8)** endormis. Les oiseaux sont là, souve**Rimbaud(9)**, jeunes encore.
Une trib**Hugo(10)** guenarde qui **Boileau(11)** et **Labe(12)** nédiction du soleil qui couvre leur **Ernaud(13)** vice.
Le ra**Baudelaire(14)** ne les épuise pas : ils n'en font **Camus(15)** par la douceur du jour.
Musset(16) le mot, mais sans mouvement : ils se posent l'arbre **Verne(17)** bouge presque pas.
Dumas(18) naturel, ils regardent au loin, plus ou moins anges, peu ou **Proust(19)** atues.
Braves bêtes, la **Beckett(20)** les rend grands mais **Houellebecq(21)** aujourd'hui.
Le héros poursuit son chemin rêvé. Les **Ronsard(22)** **Dantes(23)** frôlent ses pieds.
Il avance, doucement, cherchant une aide, blonde, brune, **Rousseau(24)** hasard.
Il a **Beauvoir(25)** toute cette splendeur, il ne s'y trompe pas.
Il a **Beaumarchais(26)** par l'esprit, il ne bouge en réalité pas.
C'est la force des **Poe(bonus, pas facile)** ètes : se promener sans mouvement, **Sand(27)** grands efforts.
Voir la **Vian(28)** beau malgré tout, malgré les épreuves.
L'esprit est une **Gary(29)** passent mille idées qui s'enfuient et nous entraînent.
Toujours l'**Aragon(30)** flé cette voile humaine, cette force : tenir bon, jusqu'au prochain voyage. »
Proposé par **Nicole J**

La photo représente
l'intérieur de cet arbre :





Une vieille dame belge est hospitalisée. A son arrivée, une infirmière lui demande :

« - Quel est le nom du médecin qui vous suit ? »

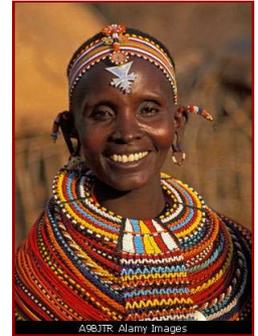
Et la vieille dame répond :

« - Vous voyez bien que je suis venue seule ! »

Denise R.

Un africain, très noir, arrive à l'aéroport de Lyon St-Saint-Exupéry avec un faux passeport et la photo de Léonardo DI CAPRIO dessus
Le douanier, très étonné, regarde le noir, puis le passeport ...!
Il regarde encore le noir, puis regarde encore une fois le passeport, et tellement étonné, il appelle son supérieur :
"Dites-moi chef, vous qui êtes un peu plus cultivé que moi ...! le Titanic, il a coulé ou il a brûlé ...?"

Taras H



Trois élèves sont interrogés par leur professeur. Celui-ci leur demande de faire une phrase négative avec le mot "manque".

Le premier commence:

- Mon père a acheté une voiture mais il manque la climatisation.

- Très bien !

Le second se lance:

- Moi, mon père a acheté une maison mais il manque la piscine.

- Très bien aussi !

Au tour du troisième:

- Moi, il ne me manque rien !

Le professeur est très étonné :

- C'est bien une phrase négative avec le mot manque mais il doit bien te manquer quelque chose chez toi, réfléchis un peu...

L'élève répond toujours la même chose malgré l'insistance du professeur.

À la fin, il ajoute tout de même :

- Je vous assure qu'il ne me manque rien parce que l'autre jour, on était tous chez moi en famille et ma sœur est entrée à la maison avec un Chinois et mon père a dit : Il nous manquait plus que ça !

Henri Pruvost



Devinette :

Quelle est la différence entre une hermine et un petit ramoneur savoyard ?

L'hermine a le corps blanc et la queue noire,

Le petit ramoneur savoyard a le corps noir et ...

...une petite échelle dans le dos !!!

Gérard G



Si vous voulez être décaféiné le 11 mai, ne buvez plus de café !

Fernand R