

# CAS section la Gruyère



Numéro 7  
juillet 2012

## Président

Serge Blanc  
Pré-Vert 38, 1791 Courtaman, 026 684 15 78

## Adresse du club

Case postale 502 - 1630 Bulle 1

## Sites internet

<http://www.cas-gruyere.ch>  
<http://www.gjgruyere.ch>

## E-mail

[info@cas-gruyere.ch](mailto:info@cas-gruyere.ch)

## Local de la section

Bâtiment Setam - Ch. de Bouleyres 79 - 1630 Bulle  
Geo Lebesnerais, tél. 079 620 39 14

## Rédaction du bulletin

Catherine Labhart  
Rue du Pays d'Enhaut 30 - 1630 Bulle  
Tél. 026 912 85 85 ou 079 652 33 50  
E-mail : [catherine.labhart@gmail.com](mailto:catherine.labhart@gmail.com)

## Gestion des membres

Francis Van Wynsberghe  
Route de la Buchille 27, 1633 Marsens  
026 915 03 36 et 079 244 31 71  
Email : [francis.vanwynsberghe@bluwin.ch](mailto:francis.vanwynsberghe@bluwin.ch)

## Photo de couverture

Les Gastlosen vues par avion, photo offerte par Laurent Scheurer

## Hommage à Pascal Folly



À toi Pascal... Tes lundis au soleil se sont terminés tragiquement le 23 avril, nous laissant orphelins de ta gentillesse, de ton sourire et de tes yeux pétillants de bonheur lorsque l'on te parlait de voyages. Toi qui vivais à 200 à l'heure,

en quête de découvertes et d'un monde nouveau, tu as su transmettre ton expérience de la montagne aux jeunes et même aux plus vieux...

En se remémorant ces deux années de préparation à notre « expé 07 », plein de souvenirs refont surface... nos soirées pour peaufiner le projet, la poudreuse de la « Mischfluh » ou encore la « Dent de Combette »

et sa fondue au sommet, cet endroit qui t'était cher, lieu magique que l'on a découvert grâce à toi. Nous avons encore tous en mémoire notre camping au mois de novembre dans le frigo du Gros-Mont par -13°!

## Sommaire

Reflets de la section  
Les cabanes de la section  
Groupement jeunesse

5  
7 - 11  
13

Récit GJ  
Les courses du mois  
Grand récit par épisodes  
Récits de courses

13 - 15  
16 - 23  
25 - 32  
32



Merci pour ces coins de « paradis » et, en particulier, ce 10 août 2007 à 8 heures du mat' au sommet du « Kangyaste », un moment d'émotion indescriptible qui restera à jamais gravé dans la mémoire et le cœur de chacun et chacune.

Avec ton béret et ta veste rouge,  
tu étais notre guide!  
Avec ton béret et ta veste rouge,  
tu es notre berger!  
Avec ton béret et ta veste rouge,  
Veille sur nous!



Tout de bon et à tout bientôt  
*Le groupe « Expé 07 »*



## Plaisirs partagés



ECOSA 1666 Villars-sous-Mont  
Tél. +41 (0)26 928 40 10 • Fax +41 (0)26 928 40 19  
ecosa@bluewin.ch • www.ecosa.ch

**ECOSA**  
EBENISTERIE • AGENCEMENT DE CUISINES

LES CUISINES COMPLICES

# Reflets de la section

## Activités du mois

---

Date	Course	Participants
01.05	Tour du Javroz	10
03.05	Tête de Ran	29
05.05	Tour du haut Lac	6
10.05	Gorges de Cotavanne	28
12.05	Vanil des Cours	6
15.05	Les Pléiades	20
19.05	Les Merlas	11
22.05	Gorges du Gottéron	13
24.04	De bisses en bisses	38
29.05	Tour du haut lac de la Gruyère	12

## Coin de la sympathie

---

Nous présentons nos sincères condoléances et assurons de notre amicale sympathie toutes les personnes touchées par les décès de :

**Pascal Vuichard**, fils d'Armand Vuichard  
membre ;

**René Linder**, papa de Charlotte Linder,  
membre ;

**Roger Dafflon**, membre ;

**Louisa Blanc**, mère de Serge Blanc,  
président du CAS de la Gruyère ;

**Esther Mooser**, maman de Dominique  
Mooser, membre du comité.

## Candidats

---

<b>Monney David</b>	
Route de la Coulate 71	Seiry
<b>Delomenède Céline</b>	
Rue Chantebrise 6	La Tour-de-Trême

## Admissions

---

<b>Jaccoud Sidonie</b>	
Route de Blessens 9	Vauderens
<b>Perroud Murielle</b>	
Rue Pierre-de-Savoie 7	Romont
<b>Bulliard André</b>	
Rue de Locarno 4	Fribourg
<b>Fragnière Florence</b>	
Route de la Tour 15	Avry-devant-Pont
<b>Demierre René</b>	
Chemin de Chatel 44	Botterens
<b>Pittet Lise-Marie</b>	
Rue Paradisières 1	La Tour-de-Trême
<b>Schneuwly Gérard</b>	
Route des Echelettes 25	Cerniat
<b>Dougoud Evelyne</b>	
La Fonjalla 4	Pringy
<b>Schneuwly Jean-Claude</b>	
Rte du Bugnon 24 - Case 10	Villars-sur-Glâne
<b>Schneuwly Nicole</b>	
Rte du Bugnon 24 - Case 10	Villars-sur-Glâne

## GJ

---

<b>Minnig Fabio</b>	
Route des Bugnons 30	Marsens
<b>Beaud Noé</b>	
Chemin de la Paix 38	Sorens
<b>Fragnière Bruno</b>	
Route des Bugnons 50	Marsens

# Les cabanes de la section

*La liste complète des gardiennages est à consulter sur le site internet: [www.cas-gruyere.ch](http://www.cas-gruyere.ch)*

## **Cabane de l'Oberegg**

---

**La cabane est fermée durant l'été**

**Réservations et gardiennages:**

Menoud Dodo – 079 219 06 39 ou Bussard Bernard – 079 740 86 48

***Pour les clés, prendre contact avec Charly Girard – 079 391 35 20***

## **Cabane des Portes**

---

**La cabane est fermée durant l'été!**

**Responsable:** José Romanens - 026 915 32 29 ou 079 706 50 24.

**Responsable adjoint:** Daniel Romanens - 026 915 27 81 ou 079 644 58 83.



## Cabane de Bounavaux

---

<b>Juillet</b>	1	Seydoux Maurice et Anne – Chenaux Benoît
	2 – 6	Grémaud Dodo et Chappuis Bob
	7 – 8	Poffet Jean-Luc et famille
	9 – 13	Vonlanthen Hélène et Jean
	14 – 15	Bosson Eloi et Antoinette
	16 – 20	Rachel – Mimi et Anne-Laure
	21 – 27	Roulin Pierrot et Myriam
	28 – 29	Spicher Monique et Olivier
	30 – 31	Chavaillaz Michel et famille - Sauteur Frédy

**Août**      1 – 3      Chavaillaz Michet et famille – Sauteur Frédy

**Week-end:** du samedi 10 h au dimanche 16 h

**Semaine:** du dimanche 16 h au samedi 10 h

**Responsable:** Alfred Sauteur – 079 603 68 78

## Cabane des Clés

---

### Juillet 2012

Me 04 au sa 07	Géraldine Demarle
Week-end 07-08	Brigitte Girard et Lucie Suard
Semaine du 08 au 14	Brigitte Girard et Lucie Suard
Week-end 14-15	Henri et Georgette Maillard
Semaine du 15 au 21	Henri et Georgette Maillard
Week-end 21-22	Olivier et Christelle Liard / André et Madeleine Liard
Semaine du 22 au 28	Olivier et Christelle Liard / André et Madeleine Liard
Week-end 28-29	Bobonne et Maillard
Semaine du 30 au 4 août	Bobonne et Maillard

**Responsables:** Berset Gilbert et Henri Maillard

**Réservations et gardiennages + clés de la cabane:** Henri Maillard, tél: 079 625 17 07

Gardiennage du week-end: du samedi 10 h au dimanche 16 h

Gardiennage de la semaine: du dimanche 16 h au samedi 10 h



## Cabane des Marindes

---

<b>Juillet</b>	Semaine	2 au 6	Julien Progin
	Sa – di	7 et 8	Alain Repond
	Semaine	9 au 13	Savary Geneviève et Guy Seydoux
	Sa – di	14 et 15	René Vallélian - Jungo Hermann
	Semaine	16 au 20	François Guex
	Sa – di	21 et 22	Julien Progin
	Semaine	23 au 27	Gillon Henri-Paul et Geneviève
	Sa – di	28 et 29	Yerly Pascal et Francis
<b>Août</b>	Semaine	30 au 3	Jean-Marie Sciboz, Rossier Sylviane, Sciboz René, Gaby Python
	Sa – di	4 et 5	<b>Libre</b>
	Semaine	6 au 10	Pierre-André Jaquet
	Sa – di	11 et 12	<b>Libre</b>
	Semaine	13 au 17	Antoine et Corinne Barras
	Sa – di	18 et 19	Rausis Marie-Hélène
	Semaine	20 au 24	Blatter Pierrette
	Sa – di	25 et 26	Bobonne, Maillard et Dafflon
	Semaine	27 au 31	Bobonne et Maillard

Dès maintenant, veuillez appeler le 079 790 45 33.

Les nouveaux responsables, Bernhard Mooser, dit STO, et Armelle Murith prennent volontiers vos inscriptions pour un gardiennage ou vos réservations.

**Week-end:** samedi 10 h au dimanche 16 h

**Semaine:** dimanche 16 h au samedi 10 h



**Entreprise de bâtiments**

**CLAUDE NOLL SA**

Maçonnerie, béton armé, rénovations, échafaudages

Crépis de finition, chapes, carrelages, aménagements extérieurs

Tél. 026 912 53 52

Fax 026 912 53 85

Natel 079 635 15 92

Les Bruyères 5

1635 La Tour-de-Trême

# Groupement jeunesse

## Info expédition

### Course conseillée :

Camp d'été du 22 au 28 juillet 2012

### Invitation aux moniteurs du groupement jeunesse !

L'assemblée des courses pour préparer le programme 2013 aura lieu le vendredi 28 septembre 2012 à 19 h 30 au stamm.

Merci de réserver cette date et venez avec plein d'idées!

À bientôt.  
*Le comité du GJ*

## Camp d'été

Du dimanche 22 juillet au samedi 28 juillet

Le camp est complet!

## Récit GJ

### Weekend au Balmhorn

Samedi 17 mars 9 h. Alex, Johannes, Alexis, Antoine, Gaëlle et Vincent ont le bonheur de commencer leur escapade par attendre sur deux participantes qui ne sont finalement pas venues. Finalement on a décidé de partir à la Coop pour faire nos provisions sous la direction du grand chef gastronomique Alexis. Au menu pain, gendarmes, spaghetti bolognaise, fromage et bircher. Tout ça étant très équilibré! De retour au bus, direction le Kandersteg. Durant le trajet, Alex décida de mettre le volant entre les mains d'Antoine. Et oui! Quelle dure vie d'être guide surtout quand on fait des trajets avec le groupement jeunesse! 2 heures après,

arrivés au téléphérique on a distribué la nourriture. En essayant de soulever nos sacs ayant atteints des volumes inimaginables ont s'est rendu compte ce que ça voulait dire être « sherpa ». Après avoir dîné sur un seul banc pour 6 et avoir trouvé un endroit plus ou moins plat nous nous sommes tous mis avec une énorme dose de motivation à la construction du luxueux igloo: terrasse, banc avec table, cuisine, toilette, moquette 100% branches de sapin et lumière lunaire! Tout ça avec une capacité de 4 pour 6! Quoi de mieux? Vers 16 h nous sommes remontés à la station. Eh oui! Un minimum de dénivelé par jour oblige! puis on a décidé d'aller boire un verre. Tout le monde a commandé un coca sauf Gaëlle qui préférait un ice thé et en



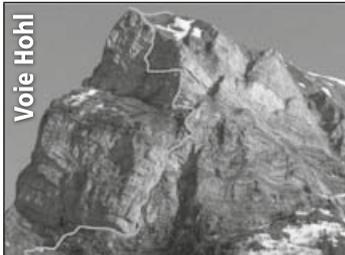
plus il n'était pas bon! Bref, Simon est arrivé avec le téléphérique, on est tous redescendus vers nos quartiers et nous avons mangé nos fameux spaghettis avec une sauce bolognaise pour varier un peu du Pic Chaussy. Après avoir mangé comme des gloutons et nettoyé la table crépée d'un coup de pelle, on s'est tous préparés pour aller se coucher. A 5 h Alex est venu nous lever. Quelle nuit nous avons passée! Beaucoup ont peu dormi, peu ont beaucoup dormi. Tout le monde se dépêche de se préparer dans le froid de la nuit passée puis en route pour ce Balmhorn! Alex part devant et prend un rythme qui nous permet de nous réchauffer et surtout de nous réveiller. Durant la montée on s'est arrêté pour déguster notre bircher. Un peu gelé, mais succulent. Quand nous sommes arrivés au pied du col, le vent commençait à se lever. Un vent si fort qu'on tombait presque comme des feuilles mortes pendant les conversions. Que c'était dur de progresser contre ce vent

et sur une pente verglacée! Après avoir franchi les 3000 m on a dû malheureusement prendre la décision de redescendre. Ça aurait été trop dangereux sur la crête. Les nuages passaient à vive allure au-dessus de nos têtes. Après avoir englouti nos derniers gendarmes et être redescendus au camp, nous nous sommes tous mis à plier nos affaires et à ranger l'intérieur de notre palace. Une dernière petite descente à travers les forêts pour arriver au parking et retrouver notre bus. Avant de prendre le chemin du retour, on a été boire un verre au bistrot du coin avec un joli petit air de youtze. Quelle belle musique! Toute notre jeunesse! Allez! En route toute l'équipe!

Merci à tous et surtout à Alex et Simon pour cette super aventure.

**Participants:** Alex, Simon, Johannes, Alexis, Antoine, Gaëlle et Vincent.  
Vincent Frossard

Voie Hohl



## *Via ferrata Moléson*

*Accès gratuit*

*à tous les membres*

*de la section «La Gruyère»*

# Les courses du mois

## Grand-St-Bernard, 3 cols

Je 5 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h

### Situation/altitude

Grand-St-Bernard 2500 m

### Itinéraire choisi

Col du Grand-St-Bernard (2469 m) - col des Chevaux (2715 m) - col du Bastillon (2755m)  
Lacs de Fenêtre (2456 m) - Fenêtre de Ferret (2698 m)

### Difficulté et cotation

T3 , environ 6 h de marche

### Matériel

De randonnée

### Substance

Pique-nique

### Coût approximatif

Transport

### Renseignements et inscriptions

Michel de Techtermann au 079 245 03 45 ou  
026 652 33 64 ou Kurt Stern au 026 912 98 91  
ou 079 296 69 76

### Délai d'inscription

Mercredi 4 à 12 h

### Remarque/descriptif

Belle et longue course de ... : 3 cols , 3 lacs,  
3 vallées et le tout entre 2400 et 2760 m  
et magnifique décor alpin, il y en a pour les  
jambes, les yeux et le coeur !!!

## Brenleire – Folliéran

Sa 7 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

### Situation/altitude

Dent de Brenleire 2353 m / Dent de Folliéran  
2340 m

### Itinéraire choisi

Départ du Gros Mont - traversée de la Dent  
de Brenleire sur la Dent de Folliéran

### Difficulté et cotation

Dénivelé 1214 m, T6, attention aux pentes  
herbeuses glissantes, 8 h de marche

### Matériel

De randonnée + un piolet + éventuellement  
bâtons

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Angélique Tinguely, 078 708 34 14  
ou [angelique.tinguely@hotmail.ch](mailto:angelique.tinguely@hotmail.ch)

### Délai d'inscription

Vendredi 6 juillet

### Remarque/descriptif

Course magnifique et peu fréquentée mais  
nécessitant beaucoup de vigilance



## Pointe Paray – Vanil de l'Écri

Di 8 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h 30

### Situation/altitude

Pointe de Paray 2373 m et Vanil de l'Écri 2375 m

### Itinéraire choisi

Depuis Tsavas, pointe de Paray, Vanil de l'Écri, Petsernetse, Tsavas

### Difficulté et cotation

T3 (descente de l'Écri en T4)

### Matériel

De randonnée

### Subsistance

Pique-nique

### Coût approximatif

Transport

### Renseignements et inscriptions

Jean-Claude Mauron - 079 710 67 34

### Délai d'inscription

Samedi à 20 h

### Remarque/descriptif

Environ 7 h. de randonnée

## Lobhornhütte

Je 12 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h 30

### Situation/altitude

Circuit dans les Préalpes bernoises

### Itinéraire choisi

Lauterbrunnen - Grütschalp en téléphérique et retour en téléphérique Grütschalp - Lauterbrunnen - Grütschalp - Marcheggwald - point 1768 - Souslager - point 1776 - Suls 1903 m - Lobhornhütte 1955 m - Sulsseeroli 1920 - point 1903 - point 1712 - Souslager - passage en dessus des cascades - point 1541 - Grütschalp

### Difficulté et cotation

T2, 6 h

### Matériel

De randonnée pédestre

### Subsistance

Pique-nique tiré du sac et possibilité d'avoir une soupe et boissons à la cabane

### Coût

Transport - téléphérique aller-retour Fr. 16.40 et 1/2 tarif Fr. 8.20 et participation aux frais de parking

### Renseignements et inscriptions

Claude Trezzini au 026 915 22 33 ou natel 079 503 20 52 ou c.trezzini@bluewinm.ch

### Délai d'inscription

Mercredi 11 juillet à 17 h au plus tard



## Tour Famelon – Mayen

Di 15 juillet

*Course annulée pour raison de santé de la responsable.*

## Barrhörne

We 14 – 15 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 5 h

### Situation/altitude

Turtmantal

### Itinéraire choisi

Barrhörne, 3610 m, voie normale

### Difficulté et cotation

T3+ pour 11 heures de course

### Matériel

De randonnée

### Subsistance

Pique-niques pour 2 jour

### Coût

Transport + cabane, Fr. 100.-- environ

### Renseignements et inscriptions

Jean-Claude Perroud – 079 230 68 35

Délai d'inscription : Au plus tard, le 7 juillet

**Seydoux** PAPETERIE  
BUREAU SA

Tél. 026 919 62 62  
Fax 026 919 62 63

Web [www.seyd.ch](http://www.seyd.ch)  
Mail [info@seyd.ch](mailto:info@seyd.ch)

Rue des Ecoles 15  
1635 La Tour-de-Trême



## Le Toûno

Je 19 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 6 h

### Situation/altitude

Région Val d'Anniviers - St-Luc

### Itinéraire choisi

St-Luc 1684 m – Funiculaire – Tignousa 2178 m – Chalet Blanc - Lac du Toûno 2659 m – Le Toûno 3018 m et retour par Le Chiesso 2198 m et Le Prilett 1695 m

### Difficulté et cotation

T2, 6 h - 6 h 30

### Dénivellation

Montée 1050 m - descente 1350 m

### Matériel

De randonnée pédestre

### Subsistance

Pique-nique

### Coût

Transport + funiculaire (AG + Abo demi pas valables) env. Fr. 50.–

### Renseignements et inscriptions

Charly Bochud - 026 402 30 27

ou natel/sms 079 348 29 74

ou e-mail charly.bochud@bluewin.ch

ou Antoinette Bussard - 026 653 17 43

ou natel/sms 079 253 45 71

ou e-mail ant.bussard@hotmail.com

### Délai d'inscription

Mercredi 18 à 18 h

### Remarque/descriptif

Seulement par beau temps! C'est assis sur un banc à plus de 3000 m que vous pourrez admirer un panorama saisissant sur les hauts sommets valaisans et bernois! Retour à Bulle après 18 h 30!

## Dent de Tsalion

We 21 – 22 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 8 h

### Situation/altitude

Dent de Tsalion, 3589 m

### Itinéraire choisi

Arête ouest

### Difficulté et cotation

AD escalade 3 3+ en gros souliers

### Matériel

Complet d'escalade et glacier, sangles, coinces

### Subsistance

Pique-nique pour 2 jours et demi pension à la cabane

### Coût approximatif

Fr. 120.–

### Renseignements et inscriptions

Patrick Barbey - 079 286 51 22

### Délai d'inscription

10 juillet

### Remarque/descriptif

Belle course d'arête en haute montagne. Maximum 8 personnes.

Le 21 nous irons grimper, prendre les chaussons d'escalade.



## Louvie – col de Sarshlau, 2622 m

We 21 – 22 juillet

### Lieu et heure de départ

Place du stamm, samedi 21 juillet à 7 h

### Situation

Val de Bagne, circuit sur les hauts de Fionnay dans le cadre magique du Lac de Louvie, avec vue époustouflante sur le Grand Combin.

### Itinéraire

**Samedi:** Fionnay – cabane de Louvie, 2213 m, excursion au Col de Termin, 2648 m temps de marche, env. 5 h. Nuit à la cabane Louvie. **Dimanche:** cabane de Louvie – Col du Bec de l'Aigle – Le Dâ – Col de Sarshlau – Écurie du Crêt – Fionnay. Temps de marche env. 6 h.

### Difficulté

T3. Randonnée sans difficulté particulière mais avec quelques passages exposés. Bon entraînement nécessaire

### Matériel

De randonnée, bons souliers, bâtons de marche et habits chauds /pluie en réserve

### Ravitaillement

Demi-pension à la cabane + 2 pique-niques

### Coût

Fr. 64.– cabane + transports Fr. 35.–

### Renseignements et inscriptions

Jusqu'au mercredi 18 juillet auprès de la cheffe de courses, Mathilde Auer au 026 424 94 89 après 20 h.

## Giferspitz

Je 26 juillet

### Lieu et heure de départ

Au stamm à 7 h

### Situation/altitude

Gstaad, Giferspitz, 2542 m

### Itinéraire choisi

Schibe - Giferspitz - Lauenhore - Wasseregrat

### Difficulté et cotation

T4, randonnée de 7 h, 1400 m de dénivelé positif

### Matériel

De randonnée

### Substance

Pique-nique

### Coût

Transport

### Renseignements et inscriptions

Kurt Stern - 026 912 98 91

Martial Rouiller - 026 411 13 92

### Délai d'inscription

Mardi 24, course limitée à 15 personnes



## Randonnée alpine au Tessin

28 – 31 juillet

Sous la conduite de notre ami Othmar Urscheler nous partirons à la découverte des 3000 du nord du Tessin, dans le massif sauvage situé entre le col de la Furka et le Nufenen.

### **Samedi 28**

Realp – cabane Rotondo 2570 m. Temps de marche 3 à 5 heures

### **Dimanche 29**

Pizzo Rotondo, 3192 m par le Witenwasserenpass - Passo di Rotondo - cabane Piansecco 1982 m. Temps de marche 8 h

### **Lundi 30**

Pizzo Gallina 3061 m - cabane Corno Gries. Temps de marche 8-9 h.

### **Mardi 31**

Blinnenhorn 3255 m – Col du Nufenen 2478 m, temps de marche 8 heures. Possibilité de raccourcir si nécessaire, à décider sur place.

### **Équipement**

De randonnée + de haute montagne: baudrier, crampons, piolet, 2 mousquetons, 2 sangles, 1 corde pour 3 personnes + pique-niques pour 4 jours

### **Difficulté**

Randonnée alpine T4, glacier et rocher: Facile. Bon entraînement et endurance indispensables

## Rogneux, 3084 m depuis Liddes

Sa 4 août

### **Lieu et heure de départ**

Au stamm à 6 h 30

### **Situation**

Val d'Entremont

### **Itinéraire choisi**

Liddes – Erra – Oujets de Mille – Mont Rogneux

### **Difficulté et particularité**

T3, très longue randonnée.

### **Matériel**

De randonnée

### **Subsistance**

Pique-nique

### **Coût**

Frais de transport

### **Renseignements et inscriptions**

Netty Bersier 026 663 46 22

### **Délai d'inscription**

Le 3 août à 18 h

### **Remarque/descriptif**

Environ 5 heures de montée avec 1740 m de dénivelée positive

# Sisters' expedition au Putha Hiunchuli 2011

## Grand récit par épisodes 3/4



### Décrivons le graphique de notre expédition :

Les plus grands dénivelés ont été enregistrés entre Kakot, 3267 m et le Camp de base situé à 4886 m (1<sup>er</sup> palier) puis du Camp de base au Camp 1 situé à 5466 m (palier 2) et enfin du Camp 1 au Camp 2 situé à 6114 m (palier 3). Les jours précédents, les grimpeuses, pour parfaire leur acclimatation, étaient allées poser des balises ou faire une excursion d'acclimatation avant de retourner dormir au camp situé plus bas en altitude.

Malgré ces précautions, un incident allait brutalement changer le cours de l'expédition et remettre brièvement en question l'aventure : Lhakpa Diki - jeune athlète de l'extrême participant régulièrement à des courses d'endurance telles que le marathon de l'Everest – se montre fort peu loquace lorsqu'elle atteint le Camp 2 en début d'après-midi et se retire sous sa tente.

Comme cela ne lui ressemble pas, Monika va lui demander si tout se passe bien : « Oui, oui Didi, ne t'inquiète pas – il fait juste chaud ». Effectivement, elles ont beaucoup transpiré durant l'ascension et avaient emmené trop peu d'eau avec elles – pensant qu'à peine arrivées au camp elles feraient fondre de la neige et pourraient ainsi se désaltérer.

Mais laissons plutôt la parole à la doctresse Monika :

« Soudain, Lhakpa Diki sort en titubant de sa tente et vomit plusieurs fois violemment. Il devient alors évident qu'il ne s'agit pas seulement de la chaleur : le matin déjà elle avait souffert de maux de tête et s'était massé régulièrement les tempes avec du baume du tigre. Lhakpa Diki devient somnolente, sa fréquence cardiaque est de 78, sa saturation en oxygène est de 51%. Rapidement, je place un cathéter et lui injecte du Fortecortin – une administration orale n'étant alors plus possible. Et voilà qu'en plus il se met à neiger.



Dans les 20 minutes qui suivent l'injection, Lhakpa Diki se porte mieux. Elle tient debout et marche d'un pas assez sûr. C'est avec Pasang Chhutin et sans bagages qu'elle entreprend la descente. Pasang Lhamu et moi, nous rangeons le Camp, laissant là les tentes et du matériel. Nous mangeons sur place puis suivons nos deux compagnes dans la descente. Au Camp 1, Lhakpa Diki se sent beaucoup mieux; elle dort un peu, est capable de manger et boire et après deux heures de temps elle peut entreprendre sa descente jusqu'au Camp de base. C'est là qu'elle sera prise en charge par Ingrid qui va continuer à la soigner. Nous passons la nuit au Camp 1 à trois et retrouvons l'espoir de tenter un deuxième essai vers le sommet.



*Un passage enneigé*

Rétrospectivement, il est remarquable de relever à quel point une situation peut empirer rapidement. Lors de la montée, Lhakpa Diki se plaignait de maux de tête, mais était en possession de tous ses moyens. En 45



minutes, elle passa en ataxie et dans un état de confusion - c'est alors que le diagnostic d'un œdème cérébral dû à l'altitude fut posé. Mais ce qui fut également impressionnant, c'est la rapidité extrême de l'amélioration de son état suite à l'injection de Corticostéroïdes: moins d'une demi-heure après, notre « patiente » redescendait par ses propres moyens d'un pas relativement assuré. Elle a encore vomi une dernière fois et voulait demeurer au Camp 1 afin de reprendre l'ascension avec nous le lendemain. Elle n'avait pas du tout pris conscience de la gravité de la situation. »

### **Boire et manger**

Maila, le formidable cuisinier qui accompagne les alpinistes de l'expédition jusqu'au Camp de base - malgré le fait que l'expédition ait réellement commencé depuis la vallée à cause des chutes de neige - pose par trois fois la question suivante à Monika: « Didi, es-tu sûre pour le Dal Bhat? Vraiment? » Un peu plus tard, c'est Pasang Lhamu qui vient s'assurer que, oui, vraiment, toutes les pizzas, les pâtes, les saucisses, etc. vont bien rester dans la vallée et que les grimpeuses ne vont monter au Camp de base qu'avec le riz et les lentilles prévues pour les indigènes? Monika est non seulement certaine de vouloir manger uniquement du Dal Bhat à partir de maintenant, mais elle est reconnaissante de la tournure que prend le programme alimentaire. Les quatre Sisters vont manger la même chose. Lors des préparatifs, Monika n'a jamais pu avoir d'influence sur les menus prévus ou sur les achats. C'est ainsi que, jusqu'à Kakotgaon, nous nous sommes vues obligées de man-



*L'équipe du Camp de base: Maila le cuisinier, Pasang Lhamu, Monika, Lhakpa Dikki, Pasang Chhutin et Gophal à Kakot.*

ger l'ordinaire des expéditions occidentales avec, selon l'ingéniosité du cuisinier, un peu de variété.

Forte des conseils prodigués par des collègues expérimentées, Monika avait acheté en Europe un choix de différentes nourritures lyophilisées à emmener, imaginant qu'il serait difficile d'acheter de la nourriture digeste pour des organismes européens à Katmandou.

Pourtant tout s'est passé différemment et nos trois Sherpanis étaient très contentes quand Monika les a envoyé acheter de la « high altitude food ». Comme le sujet intéressait Monika, celle-ci leur a demandé d'en prendre quelques portions supplémentaires, ce qui lui permettrait de goûter à la nourriture asiatique. Et quel bonheur: les sachets emmenés d'Europe avaient tous plus ou moins le même goût de carton, alors que les aliments achetés à Katmandou exhalaient les épices et les herbes asiatiques.



Lors de la préparation des repas, les Sisters faisaient attention à ce que les aliments ne soient pas trop épicés pour Monika. Il arrivait qu'elles ajoutent dans leur propre ration

du Kursani – une purée forte de piment et d'ail – qui est également bien appropriée à l'adaptation à la haute altitude.

*A suivre...*

## Récit de course

### Vanil des Cours

**Le 12 mai 2012**

Joseph notre chef de courses, Mathilde, Anne-Marie, Louis, Maurice et Catherine.

Départ à 8 h 15 des Ruines de Montsalvens par un temps couvert. Lors de la traversée du pâturage en compagnie des vaches nous avons eu droit à une bonne averse, puis le temps s'est levé et nous avons pu admirer le lac de Montsalvens, le lac de la Gruyère, le Moléson et les montagnes environnantes.

Nous avons pique-niqué au sommet du Vanil des Cours entouré de brouillard. Durant tout le parcours Maurice nous a fait partager sa passion pour la flore.

Sur le chemin du retour, avec la pluie, nous sommes passés par la grotte et avons pu admirer l'ours.

Après cette belle course, nous avons fait une petite pause au café de Châtel-sur-Montsalvens.

## OCCASION

**A vendre souliers de montagne Sportiva Trango Apl GTX  
pointure 45.5, neuf Fr. 449.–, cédé à Fr. 200.– (portés 10x)**

**079 688 34 46**