



COMPTE-RENDU DU SEJOUR NEIGE à

AUTRANS

Du 24 au 31 JANVIER 2015

❄❄❄❄❄

ORGANISÉ PAR LA FSGT 93

AVEC LES SECTIONS + DE 50 ANS

DE L'ASGBAGNOLET - ART ET SPORTS DE DRANCY -

L'ESVITRY-SUR-SEINE- L'USMA SAINT-OUEN

❄❄❄❄❄

58 PERSONNES ONT PARTICIPÉ À CE SÉJOUR

❄❄❄❄❄

Gève

Le bois aux sabots

Canyon de Nave

La Sure

La Molière

Méaudre

Les crêtes

Le Bouchet

Il pleuvait fort, sur la grand'route, certes, mais dans toute l'Ile de France ! Nous cheminions avec sacs, valises, skis, …. avec ou sans parapluie ….. pour nous rendre chacun au lieu de rendez-vous précisé !

Après avoir vérifié la présence de tous les inscrits, l'embarquement dans le car eut lieu le samedi 24 janvier 2015 à 7 h 30 à Saint-Ouen pour 29 personnes, un peu plus tard à Bagnolet pour 7 personnes et, enfin, peu après 8 h, pour 22 personnes à Vitry, soit 58 skieurs et raquettistes potentiels qui prenaient la Direction de l'Escandille, centre de vacances Cap France situé à Autrans, station du Vercors.

Quelques indications sur Autrans et la région

Autrans est une commune française, située géographiquement dans le massif du Vercors, administrativement dans le département de l'Isère en région Rhône-Alpes et autrefois rattachée à l'ancienne province du Dauphiné.

Le territoire du village d'Autrans est situé dans massif du Vercors septentrional, également connu sous le vocable des Quatre-Montagnes ou du Val de Lans. Ce secteur est la zone du massif la plus développée économiquement et démographiquement. Elle est bien desservie par un réseau routier qui la relie à la vallée de l'Isère et aux grandes métropoles de la région (Grenoble, Valence).

Ses habitants se dénomment les Autranais et les Autranaises.

Le canton est organisé autour de Villard-de-Lans dans l'arrondissement de Grenoble. Son altitude varie de 560 m (Engins), à 2 286 m (Corrençon-en-Vercors), pour une altitude moyenne de 1 021 m.

Ce canton, d'une superficie de 255 km^2, est composé de sept communes : Autrans, Corrençon-en-Vercors, Engins, Lans-en-Vercors, Méaudre, Saint-Nizier-du-Moucherotte et Villard-de-Lans. Il comportait 11570 habitants en 2012.

La commune d'Autrans comprend 20 hameaux, dont certains nous sont devenus familiers :

- les Eperouses (où est situé l'Escandille)
- le Bourg du-dessus (nous y sommes passés en raquettes)
- le Bouchet, avec sa cascade (randonnée raquettes).

Le transport

Un peu longuet en raison des pluies verglaçantes et de la prudence qui fut de mise tout le long du trajet.

Après Sassenage et au fur et à mesure de la montée vers la station, l'épaisseur de neige se faisait plus conséquente.

Arrivée à destination vers 18 h 30, installation et repas reconstituant : raclette ! et, pour digérer, soirée dansante !



De bien belles stalactites !

Nous voici maintenant arrivés et, dès le dimanche matin, les différentes activités commencent.

Sur les 37 personnes qui ont rendu leur programme d'activités, il ressort les éléments suivants :

ACTIVITES PRATIQUEES

Activité	Nombre de personnes	Durée moyenne
Raquettes	28	5,6 demi-journées
Ski de fond	3	7,6 demi-journées
Ski alpin	5	4,3 demi-journées
Gym/aqagym/piscine	19	----
Sortie à Villard-de-Lans	17	----
Participations aux soirées de l'Escandille	Entre 20 et 27	----

Cependant, au vu des inscriptions effectuées au cours de la semaine, ajoutons que :

- 11 raquettistes sont partis avec leur pique-nique pour la journée du mardi
- le groupe des 7 skieurs de fond a fait la sortie en journée complète le dimanche
- les skieurs alpins étaient au nombre de 8
- 50 personnes ont fait la sortie du vendredi :
  - 6 fondeurs et 11 raquettistes sont partis de Corrençon pour rejoindre l'Auberge de la Glisse
  - les autres participants ont fait une balade à Bois Barbu.



On chausse les raquettes à l'arrivée du télésiège de la Sure

Randonnées en raquettes

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que les raquettistes ont retrouvé les chemins enneigés d'Autrans.
Fred et Victor nous ont accompagnés pour apprécier cette belle nature.
Il faut sortir des sentiers battus, aller à l'aventure comme disait Fred, pour découvrir des sites remarquables, telle la carrière de lauzes des Echalées, lauzes qui valorisent les pignons des maisons traditionnelles, ou bien encore la cascade du Bouchet : jolie balade, très fréquentée en été, par les familles, car très fleurie.

Avec les raquettes, nous sommes au plus près de la nature. Quantités de traces d'animaux : écureuil, renard, lièvre, chevreuil (ainsi que ses crottes) n'ont (presque) plus de secrets pour nous !



Victor nous montre un crâne de chevreuil

Les deux groupes, accompagnés soit par Fred, soit par Victor, se sont rendus à peu près dans les mêmes endroits, quelquefois par des chemins différents, quelquefois regroupés (notamment le jeudi sous la neige) et ont « raquetté » dans le Bois aux Sabots, la forêt de Gève, descendu le canyon de Nave, tracé leur chemin au Bouchet, au Guinchet et près de Méaudre, entre autres ….

Les moments les plus marquants furent :

- le lundi matin, avec le froid sur le télésiège de la Sure ; mais après quelques efforts pour arriver sur les crêtes (bravo Bernadette!), la récompense était là avec le superbe panorama sur les massifs de Belledonne et de la Chartreuse et la vue sur Grenoble.

- la journée du mardi en direction des crêtes Nord, qui restera un bon souvenir pour un groupe de 10 courageux (!) qui prirent le départ au parking du télésiège de la Quoi (1.256 m), puis attaquèrent la montée et passèrent (sans le voir en raison de l'épais brouillard) près du tunnel du Mortier. Après avoir atteint « Sous la Brèche », ils continuèrent jusqu'à la « Grande Brèche » (1.600 m), dans une neige qui épaississait au fur et à mesure de leur avancée, si bien que Victor prit la décision de redescendre !

  Le brouillard et le blizzard continuant à les poursuivre, la décision a été prise à l'unanimité de rejoindre le refuge de Gève (1.288 m) qu'ils ont atteint vers 13 h 15 pour consommer leur pique-nique, qui s'est terminé par du café, du chocolat (portés par des participantes) et du génépi artisanal fabriqué par Victor ! Il fallait bien tout ça pour se requinquer ! .

  Le retour fut un peu long, en passant par le Lac aux Fées (où le groupe 2 nous avait précédé et « imprimé » des prénoms dans la neige), les Civières et la forêt aux Sabots.

  Ce fut un parcours technique, sportif et physique, dont chacun est revenu fourbu, …. mais heureux !

  Victor a tout de même pris le temps, sur quelques replats, de nous faire un cours sur la forêt, le loup et l'ours ainsi que sur l'adaptation des animaux au froid.

  Pour le groupe de Fred parti pour la matinée, les conditions météorologiques étaient meilleures mais le parcours comprenait quelques difficultés : notamment des raidillons pour rejoindre le Lac aux Fées. Certaines n'ont pas hésité à se jeter dans les bras du guide pour éviter la chute ! Elles se reconnaîtront !

- La sortie de vendredi à Corrençon pour les uns et Bois Barbu pour les autres a été très appréciée. L'apparition du soleil a donné des couleurs à ces paysages féériques faits de silence et de sérénité.

Qu'il est agréable d'entendre crisser la neige sous les raquettes !

Quel plaisir aussi d'agiter les branches pour arroser de neige les copains ! C'est ce qu'a voulu faire Thierry mais voilà, une erreur de position et l'arroseur fut, non seulement arrosé, mais aussi projeté dans la poudreuse ! Quelle magnifique chute !



Profitons de la belle neige



Entre Corrençon et l'Auberge de la Glisse

Ski de fond

En ce petit matin de dimanche, arrivés de la veille, nous, les 7 fondeurs, avons la pression : nous partons skier pour la journée avec le pique-nique dans la musette, encadrés par notre guide, Marie. Allons-nous être à la hauteur ? Du jamais vu depuis bien des années ! ça ne va pas être une journée « pépère » !

Il est 9 h. C'est parti. Marie nous teste sur nos skis entre l'Escandille et Autrans. Notre comportement lui convient. Il est décidé de se rendre à La Sure. Nous prenons la navette puis le télésiège. Là nous subissons le grand froid, le brouillard. Nous sommes gelés comme des rats. Marie nous motive et c'est reparti sur les skis. Finalement nous retrouvons le moral, la forme et tout va bien. Vers midi, nous arrivons au refuge de Gève où nous « attaquons » notre pique-nique au chaud ; il est le bienvenu.

Voilà déjà l'heure de repartir. 2 skieurs, les anciens, descendent à l'Escandille par la navette. Pour les 5 restants, Marie décide, avec notre accord, de descendre à skis par la piste dite « le Toboggan » : c'est la plus technique du secteur. Ma foi, ça passe ! Mais Marie ne s'arrête pas là, elle en a de bonnes idées ! Nous ne sommes plus qu'à 300 mètres de l'Escandille et elle décide de nous faire rentrer dans la poudreuse bien profonde. Et là, arrive ce qui devait arriver …… ! Notre Mireille et notre Lulu se prennent ski dans ski et quelle partie de « jambes en l'air », emmêlés dans cette neige épaisse ! Un coup de mains pour les sortir de ce pétrin a été nécessaire.

Quelle épopée ! Finalement, quelle belle journée ! Ce que nous venions d'accomplir au long de cette première journée de ski nous ne l'aurions jamais fait sans notre guide. Nous n'aurions pas eu la force morale pour prendre cette initiative alors que, physiquement, nous avions cette capacité.

Cette capacité physique était là parce que toute l'année ce petit groupe pratique une activité sportive. Il n'y a pas de secret, il faut se bouger.

Les journées ou demi-journées suivantes ont été, pour nous les fondeurs, des sorties formidables. Nous avons skié dans des paysages féériques ; nous nous sommes « régalés ». Dans le bon sens du verbe, nous nous sommes également régalés dans deux refuges : « Les Narces » et « l'auberge de la Glisse ».

Nous pouvons donc conclure qu'à partir de toutes ces sorties, nous avons eu grand plaisir à partager nos valeurs morales et physiques dans ces sites merveilleux. D'autres participants, tels les raquettistes, auraient cette possibilité de nous rejoindre. Ce serait bien là l'aboutissement de la culture et de l'esprit qui sont développés par la FSGT.

Mercredi matin, à l'occasion de la journée libre, quelques personnes, coachées (le mot à la mode) par Martine et Jean, se sont initiées au ski de fond. Peut-être le groupe de fondeurs s'agrandira-t-il l'année prochaine ?



Quelques fondeurs avec Véronique

Si certains se sont initiés au ski de fond, un fondeur émérite a chaussé les raquettes pour la 1ère fois ! Bravo Jacquot !



Ski Alpin

Cette année, une skieuse bagnoletaise est venue rejoindre le petit groupe de skieurs vitriots-audoniens.

Ainsi, les 8 skieurs téméraires ont emprunté la navette de « Papi », parfois sans succès car le brouillard avait englouti la montagne, pour dévaler les pistes de la Sure sous le regard et les conseils avisés des plus aguerris.

Profitant d'une éclaircie, et du car transportant nos petits camarades en excursion à Villard-de-Lans, nous avons pu découvrir le domaine skiable de Méaudre et ses longues pistes ensoleillées et bien enneigées.
Du haut du télésiège de la forêt, la vallée se découvre dans un panorama époustouflant laissant entrevoir, au loin, Autrans et les bâtiments de l'Escandille.

La météo nous ayant prédit de fortes chutes de neige qui se sont confirmées, nous nous sommes orientés vers d'autres découvertes : initiation au ski de fond pour les uns, raquettes et aquagym pour les autres …. Avant de rejoindre l'ensemble du groupe autour d'une « tartibleue » à l'Auberge de la Glisse.

Belle semaine, quelques belles chutes et bonnes rigolades, malgré une météo capricieuse…

La Bagnoletaise remercie vivement ses petits camarades de Vitry et de Saint-Ouen pour sa bonne intégration. Je suis le témoin de la bonne entente amicale de ce joyeux groupe soudé.



Fait pas chaud sur le télésiège !



Le groupe des skieurs

Le mercredi, une sortie en car a été organisée à Villard-de-Lans, où chacun s'est égaillé : qui à faire du shopping, qui à fréquenter salon de thé ou bar, qui (les sérieux) à visiter la Maison du Patrimoine.

Au 1er étage sont notamment relatés les événements qui ont marqué la vie du canton à travers la résistance, les Jeux Olympiques de 1968 entre autres.

Le 2ème étage est consacré à la vie quotidienne, à l'agriculture et à l'artisanat de la fin du 19è siècle, avec des photos, objets, outils ou matériel agricole.

Nous apprenons que la race des « Villard de Lans », vaches utilisées pour le débardage, a failli disparaître. Une poignée d'éleveurs l'a cependant relancée en 1976.

Surprise de Yolande de trouver là une récompense de présentation de bétail de race « Maine/Anjou » du Comice Agricole de sa ville natale, Cherré (Maine et Loire) !





De plus, une exposition très intéressante intitulée « le climatisme en Vercors », retrace la lutte contre la tuberculose enfantine et l'Escandille fait partie de cette histoire.



Pour terminer, n'oublions pas les animations des soirées : film tourné dans le Grand Paradis (voyage au bout de l'hiver), soirée « pétanque en salle » au moyen de « balles molles » en cuir au cours de laquelle notre groupe s'est distingué et a finalement vu la victoire de René et Roger, soirées dansantes, soirée théâtre avec les improvisations d'Alain et Nicolas, soirée jeux.

Et également la fréquentation des jacuzzi, sauna, hammam, piscine, pour se détendre après l'effort !

❁❁❁❁❁

EVALUATION DU SEJOUR

Sur les 58 participants à ce séjour ; **42** ont rendu le questionnaire d'évaluation et certains ont écrit quelques commentaires repris ci-dessous. Il en ressort les éléments ci-après :

	Note sur 10	*Commentaires*
Accueil et infos Choix du site	8,3	Disponibilité du personnel appréciée ainsi que le transport au cabinet médical. Bien que chacun ait reçu le programme détaillé de la semaine. 1 personne souhaite que les activités FSGT soient affichées dans le hall.
Transport	6	Les appréciations portent sur le car (mal chauffé, sale, sièges cassés, poignées dévissées, pas de poubelle). Le chauffeur conduisait bien mais était peu causant et n'a pas suffisamment anticipé les aléas. Il faudrait limiter la taille et le nombre de bagages et éviter d'accrocher des vêtements ou des petits paquets à l'extérieur de ceux-ci.
Hébergement	8,3	9 vacanciers ont trouvé que leur hébergement était peu confortable (froid – il suffisait peut-être de tourner le robinet du radiateur ! – manque de rangement, trop petit). 13 sont satisfaits.
Restauration / Pique-nique	7,7	La plupart ont trouvé que les portions étaient trop importantes et que cela entraînait du gâchis (rappel : établissement « chouette nature ») ; 7 considèrent que les repas n'étaient pas équilibrés ; 8 ont été satisfaits. Le pique-nique en libre-service a été apprécié par 8 « utilisateurs ».
Animations du centre	7,7	9 les ont trouvées bien, 4 les ont trouvées moyennes, le film ayant remporté le meilleur avis.
Raquettes : animation / matériel	8,9	- matériel : 7,7 - 6 raquettistes ont loué un bon matériel ; 4 ont eu du matériel de qualité moyenne - animation : 9 – tous les participants ont beaucoup apprécié les compétences et la disponibilité des guides.
Ski alpin / matériel	9,3	- matériel : 6 - animation : 10, l'encadrement étant fait par les skieurs eux-mêmes
Ski de fond	7,2	5 fondeurs ont rendu leur évaluation 2 souhaitent qu'il n'y ait pas de sortie à la journée le 1er jour.
Ensemble du séjour	***7,9***	***Malgré certaines critiques, la prestation a été jugée satisfaisante.***

Un grand merci aux bénévoles qui ont dépensé leur temps et leur énergie à l'organisation de ce séjour. !

Nous avons regretté l'absence de quatre personnes (3 de Vitry et 1 de Saint-Ouen) qui ont annulé leur séjour pour raisons de santé. Nous leur souhaitons de se rétablir rapidement.

❁❁❁❁❁

Remarques :

Pour l'avenir, les suggestions proposées par certains seront examinées pour dissiper quelques malentendus et préciser, s'il en est besoin, certains points du séjour pour éviter des discussions malvenues.

Voir également l'annexe jointe.

❄❄❄❄❄



Belle brochette ! Tous attentifs aux explications de Victor !

❄❄❄❄❄

Ont participé à ce compte-rendu : Annick, Claudine, Jacqueline, Lucien, Sylviane, Sonia, Véronique, Yolande.

AUTRANS 2015 « les plus et les couacs »



- 4 désistements cette année, nous leur souhaitons de récupérer très vite et de revenir parmi nous l'an prochain

&&&&&&&&&&&&&&

- Autocar très peu confortable / Réclamation faite (voir lettre jointe)
Il est à noter que pour avoir un confort assuré il nous faudrait prendre un car de 50 personnes !!!
Dommage de laisser quelques adhérents sur le trottoir !!



- Nous avons parcouru 1.436 km

&&&&&&&&&&&&&&

Des ratés :

- 1ère journée (après une journée de car) pour les fondeurs, Pas très pédagogique !

- Les grottes de CHORANGE fermées pour cause de réchauffement

&&&&&&&&&&&&&&



- Le pourboire des guides : 206€ pour les deux.
- Le pourboire du chauffeur 200€

&&&&&&&&&&&&&&

- Inciter toutes les personnes venant pour participer aux raquettes, au ski alpin ou nordique de se préparer. Trop de personnes n'arrivent pas à suivre, sont trop essoufflées.
- Devra-t-on faire faire une évaluation de la condition physique à chaque participant avant de partir ?

ou

Rappel sur la condition physique en milieu hivernal

1 – Ne pas oublier que nous nous situons dans des associations sportives dont la dominante est SANTÉ – FORME

2 – Accepter ou faire accepter, comprendre que les volontaires à des pratiques hivernales, en altitude, se préparent en condition physique +++ (tests cardiaques / musculaires / Ça va la forme).

&&&&&&&&&&&&&&