

# A.P.R. infos

Siège social : Maison des Associations – bureau 4 - 19 bd de la Gare  
13821 LA PENNE S /HUVEAUNE – site web : aprando.net

N°100 - Décembre 2018



## GALETTE /EXPO

N'oubliez pas la galette des rois qui se tiendra au Foyer des Loisirs de la Penne sur Huveaune le 6 janvier 2019 à 17h après la randonnée de Jacqueline.

A cette occasion les adhérents artistes pourront exposer quelques unes de leurs œuvres  
(voir modalités ci-dessous)

## EDITO



### Heureuse Année

Puisse cette nouvelle année vous être douce, vous apporter la joie, épargner votre santé et vos amitiés, ne vous enlever personne de ceux auxquels vous tenez ...

Meilleurs vœux de Bonheur

[www.textes-voeux.com](http://www.textes-voeux.com)

**Devant le succès remporté par cette opération post galette des rois, nous avons décidé de continuer cette manifestation.**

*Artistes créateurs vous avez donc toute liberté pour exposer vos œuvres*

Voici comment procéder :

1. Dans un premier temps il faut vous inscrire auprès de Jacqueline Peyras qui est chargée de l'organisation de cette « manifestation » au n° 06 13 16 08 94
2. Lui dire le genre d'objet que vous désirez exposer et la place que ces objets sont susceptibles d'occuper.
3. Jacqueline vous dira ensuite quand apporter vos œuvres et comment les disposer, de toutes façons cela ne pourra se faire qu'à partir de 17h. Pour ceux qui randonneraient il faudra laisser vos objets dans votre voiture.

**A noter que Jacqueline est seule habilitée à décider du mode opératoire et de la gestion du patrimoine des membres « Apériens »**

## LE DIMANCHE 7 OCTOBRE 2018



*Brousse du Rove P2\*\*T2 16 km D.Diane*

En les voyant partir le matin sous la pluie, certains auraient pensé qu'ils manquaient de jugement. Et pourtant, les sept téméraires avaient bien regardé la météo et y avaient cru. Et voilà, ce fut une bien belle journée, pas trop chaude ni trop ventée, pour randonner c'était le pied !

Au départ d'Orgon, Le dimanche 7 octobre de l'an de grâce 2018, Daniel nous fit faire moult kilomètres avec d'un côté l'étang de Berre et de l'autre la mer Méditerranée, spectacle magnifique s'il en est. Et il n'y avait pas que de la brousse (!) car notre rando.

était culturelle aussi. D'abord l'oppidum du camp de Laure, puis la chapelle, bien restaurée et le château St Michel de Gignac pour finir avec la grande et belle ferme de Cosimon. La Provence est plus riche qu'on ne le pense parfois et nous aussi après cette rando dont on remercie Daniel.

## WEEK-END DANS LE QUEYRAS DU 1 AU 4 NOVEMBRE 2018

WE dans le Queyras : un, deux trois, quatre.

Les quatre premiers jours du mois de novembre de l'an de grâce 2018, 15 marcheurs ont suivi le grand Clément à 80kms au nord de Gap dans le hameau de Villargaudin à 1600m d'altitude. Les intempéries

neigeuses des jours précédents ayant rendu impossible de randonner dans les hauteurs prévues par Christian, il a rapidement adapté nos déplacements à des terrains ne dépassant pas 2000m et nous avons donc bien marché.



Les forêts de mélèzes à cette époque de l'année sont un camaïeu d'orange et de jaune qu'un rayon de soleil est parfois venu illuminer. Les terrains enneigés et parfois un peu glissants demandaient une attention particulière mais on y a pris grand plaisir. Petite mise en jambe de 8 kms le jeudi après-midi par un sentier en balcon jusqu'à Arvieux Marche de 16 kms le vendredi avec 450m de dénivelé de la Chalp au hameau de

Souliers avec un déjeuner au gîte de Grand Rochebrune où l'on s'octroie une part de fondant au chocolat !! Mais si, mais si !!!

Le samedi, point de fatigue. On reprend le chemin pour monter au col de Fromage au départ de Molines en Queyras pour gravir le sommet du Bûcher mais le brouillard nous empêche de l'atteindre. Il y a aussi la neige de plus en plus épaisse et la pluie qui commence à tomber. Un peu plus bas, la cabane d'Henry est un refuge agréable avec un poêle à bois pour nos agapes de midi. Au retour, comme il est encore tôt, malgré nos 10 kms, nous visitons saint Vêran, plus haut village de France.

Chaque soir nous retrouvons le gîte 'La Fruitière' où œuvre Christophe avec diligence et bonne humeur. Ses repas naturels et roboratifs nous ont réunis autour d'une grande table où rires et quolibets montraient la bonne entente du groupe et son plaisir d'être là après une bonne douche et un apéritif stimulant. Le dimanche est bien pluvieux et nous décidons de rentrer sans attendre. Un pique-nique pris en commun sur une aire d'autoroute met fin à ce beau WE dont nous remercions vivement Christian.

## COL DES SEIGNORS – DIMANCHE 25 NOVEMBRE 2018

P2\*\*T1 14 KM – Jacqueline Peyras

Le croiriez-vous, nous étions 12 intrépides à nous lancer à la suite de Jacqueline en ce 25 novembre de l'an de grâce 2018, au-dessus de st Jean de Garguier. Le temps était prévu à la pluie mais dans l'après-midi seulement et effectivement la matinée a été très correcte, le soleil hésitant à se montrer mais s'imposant de temps en temps le long de notre montée le long du vallon de Seignors et ensuite de la Gorge du Renard.



Quelques rayons timides pour éclairer notre pique-nique au refuge de Tuny mais de pluie, point. Alors il ne s'agissait pas de trainer car un vent du sud nous avertissait que le temps allait changer ce qui ne tarda pas à arriver peu de temps après dans notre descente par la piste. Bruine plutôt que pluie. L'arrivée aux voitures fut la bienvenue et le timing parfait car alors la pluie se mit vraiment à tomber.

Belle journée avec 600m de dénivelé et 10kms. Merci Jacqueline !!!

*Fleur de chou*

## LE GRAND CAUNET – JEUDI 29 NOVEMBRE 2018 (CLAUDE SENTENAC)



Nous sommes 27 à prendre le départ, le 29 novembre, en ce beau Jeudi d'automne, ensoleillé. Mais le départ, ce n'est pas pour les barrages de Bimont et de Zola comme prévu, car notre animateur Claude, 2 Jours plus tôt, pour la reconnaissance, bloqué par les gilets jaunes avait mis + de 2 heures pour arriver au parking du Tholonet; c'est donc avec l'accord du Président et secondé par ce dernier que la décision a été prise de randonner au Grand Caunet.

Départ depuis le parking de Font Blanche. Un beau chemin en forêt de chênes au feuillage fané qui persiste jusqu'au printemps et nous offre de belles couleurs chaudes de saison, des arbousiers aux fruits panachés de couleurs rouge, jaune, orange, mais aussi chemins glaiseux, terre grasse et creusée de mares à contourner; Après la pluie vient le beau temps. Un rythme qui convient à tous les participants à voir la mine réjouie de chacun et chacune, personne n'a la langue dans sa poche: échanges de recettes de grands-mères, récits de voyages, cinéma, tout y passe et le plaisir de se retrouver pour certains ou de faire connaissance avec des nouveaux. Parfois, nous quittons la forêt pour une zone dégagée qui nous offre un merveilleux panorama sur Roquefort, Cuges, le pic de Bertagne, la sainte Beume, le Pilon Roy; nous surplombons des vignobles aux multiples couleurs.

N'oublions pas les ramasseurs de champignons, Paul et Jean Pierre (devinez lequel parmi les 4 présents) plus d'un kg chacun de pieds de mouton, de grisets, sanguins.

Notre pique-nique a eu lieu au soleil à la Chapelle St André de Julhans du XIIIe siècle (nommée aussi Notre Dame de la sécheresse).

Cette randonnée était très animée, pas monotone, loin de là, tant par le relationnel, par la vue, les paysages mais aussi à cause du relief : allez ! Une petite variante pour rire encore plus, histoire de faire les fous : Nicole s'est initiée prématurément à la luge en descendant sur les fesses, d'autres descendaient tout schuss, d'autres s'agrippant aux arbres pour se ralentir et se retenir dans la course, 2 autres ont glissé s'entraînant mutuellement. Les bâtons étaient très utiles pour marcher à « 4 pattes » ; terrain pentu, humide, gras, glissant, digne d'une piste de ski ; de quoi prendre chaud et des fous rires à l'arrivée. (Hum, hum !)



A l'arrivée, déception, mais aussi plaisir d'apprendre et de découvrir : rencontre avec un couple qui avait ramassé en une heure, un grand panier de champignons ; mais quels champignons ? Et bien ceux que nos ramasseurs avaient laissés par ignorance, pensant qu'ils n'étaient pas bons vu la couleur de vinasse. La dame qui en ramasse depuis 30 ans a eu la gentillesse d'en donner un gros pour goûter à ceux qui acceptaient ; délicieux !! Un champignon à ajouter à la liste de nos connaisseurs. La russule vesca comestible, (il n'y a pas de faux, non comestibles) leur chair ferme et craquante a une consistance agréable. A la cuisson il change de couleur pour devenir un peu jaune.

Merci et bravo Claude qui régule bien son groupe, nous en redemandons des semblables et merci aussi au président pour avoir servi de co-équipier. CN

## NOTRE CIEL D'HIVER



La taille du grand chasseur porte une ceinture de trois étoiles et il vous faudra une nuit un peu noire pour voir le baudrier qui en descend. Plus bas l'étoile Rigel brille dans le bleu car c'est une étoile jeune, on voit bien sa couleur.

Comme Orion était un chasseur il est accompagné de la constellation du chien où scintille l'étoile la plus brillante de notre ciel : Sirius. Sa lumière correspond à 20 soleils réunis mais comme elle est un peu loin (8.6 années lumières, c'est-à-dire presque 85.000 milliards de kilomètres), elle se contente d'être une étoile.

*Fleur de chou*

Il fait un peu plus froid, certes mais bien souvent le ciel est clair et il est une constellation que nous pouvons voir même de nos villes si polluées par les lumières. Celle d'ORION. Levez la tête vers le sud, sud-ouest, vous verrez c'est merveilleux.

Tout l'hiver Orion s'étend la-haut. C'est le grand chasseur par sa taille et par sa force. On voit ses deux épaules avec Betelgeuse, une géante rouge qui fait 800 fois notre soleil. Sa couleur indique qu'elle est en fin de vie et qu'un jour ou l'autre elle risque d'exploser. Mais elle est loin, nous ne craignons rien.

### A.P.R.-infos n°100

La gazette des randonneurs pennois

Responsable de la rédaction :  
S. Costelina

Directeur de publication :  
A. Malaguet

Diffusée avec le concours de :



**La Mairie de la Penne/Huveaune**

Christian Ducreux  
Luisa Cornazzani

et de nos envoyés spéciaux :  
Chantal N. – Magdeleine M.