

# PROGRAMME SORTIES MONTAGNE

Rejoignez-nous  
pour un bon bol d'air pur  
à la montagne

ÉTÉ 2019

Maison de Quartier des Eaux-Vives  
Chemin de la Clairière 3  
C.P. 6230  
1211 Genève 6

T 022 736 72 71  
F 022 700 60 46  
mqev@fase.ch  
www.mqev.ch



Chaque samedi à 7h30  
départ en car depuis Genève  
pour CHF 20.- / 25.- / 30.-  
selon la destination  
enfants gratuits



ET ÇA FAIT  
**30 ANS**  
QUE ÇA DURE !

## PRÉSENTATION DES RANDONNÉES

Le groupe de bénévoles – organisateur et accompagnants – est heureux de vous proposer ce programme d'excursions, randonnées à la montagne, chaque samedi, de la mi-juin à début octobre.

La saison débutera **LE DIMANCHE 9 JUIN** par un avant-goût d'évasion avec une sortie familiale.

**Nous avons encore élargi notre périmètre et proposons de nouvelles destinations.** Nous avons retenu les remarques formulées par les uns et les autres afin de ne pas nous cantonner dans un périmètre qui nous fait « tourner » chaque saison sur les mêmes randonnées. Pour élargir notre « cercle », nous avons augmenté un peu le tarif depuis l'an dernier. Selon la distance effectuée par le car et au-delà du forfait proposé par notre transporteur, la course est majorée de CHF 5.- ou CHF 10.-. Le tarif passe pour certaines destinations à CHF 25.- ou CHF 30.-. (Le tarif de base étant de CHF 20.-).

Il est toujours nécessaire de valoriser le travail et l'engagement des nombreux bénévoles, organisateurs et accompagnants dont certains(nes) œuvrent depuis de nombreuses années. Nous espérons que cet engagement va susciter des vocations car nous sommes toujours à la recherche de nouveaux accompagnants, nouvelles énergies. Nous vous invitons à vous renseigner auprès des accompagnants sur les tâches à effectuer ou à contacter Jean-Yves, animateur épaulant le groupe des accompagnants, montagnards. Vous vous rendez compte que c'est extrêmement facile et valorisant.

Par le biais de cette activité, nous nous attachons à cultiver un état d'esprit qui met en avant l'accueil, la rencontre, l'échange, le respect entre chaque participant. Nous essayons d'offrir lors de la plupart des sorties,

différentes possibilités de randonnées accessibles aux marcheurs de tous âges, mais également des possibilités de restauration à ceux qui souhaitent simplement passer une journée au grand air, sans randonner. Nous précisons tous ces types de formules dans le descriptif de la course. Sachez que nous ne nous occupons d'aucune réservation et ne garantissons pas qu'il y ait de la place dans les restaurants.

Prévues dans de très beaux sites de Suisse ou de France voisine, les randonnées nécessitent impérativement une tenue appropriée : petit sac à dos, pull-over, anorak léger, crème solaire, chaussettes de rechange et chaussures de marche imperméables...

Pour chaque course la durée est donnée à titre indicatif, elle dépend du rythme de chacun. Il appartient aux participants de connaître leurs limites et d'engager pleinement leur propre responsabilité, l'ensemble des randonneurs se retrouvant à des points de rendez-vous. Dans la mesure du possible, un descriptif de l'itinéraire est annoncé ou fourni à tous les participants au départ de la course. Selon l'itinéraire, il est parfois possible, pour celles et ceux qui le désirent, de ne faire qu'une partie de la course, ceci est à négocier avec les accompagnants.

Les accompagnateurs des sorties sont bénévoles. Ils assurent la reconnaissance des courses, le bon fonctionnement, les regroupements des départ/retour et l'encaissement de la participation financière. Il peut arriver que le programme soit modifié pour des raisons diverses. Dans la mesure du possible, nous vous en informerons dans le message du vendredi.

**ATTENTION ! Le N° 022 736 79 69 vous renseigne sur le maintien ou l'annulation de la course dès le vendredi à partir 12h au samedi 8h. (Ne prend pas les messages.)**

## CONDITIONS DE PARTICIPATION AUX SORTIES MONTAGNE

### INSCRIPTIONS

Inscription à l'aide du bulletin au dos ou par courriel à l'adresse [mqev@fase.ch](mailto:mqev@fase.ch) en nous indiquant **vos coordonnées complètes**, le nombre de personnes et la destination. Un seul bulletin par famille. Les inscriptions sont enregistrées par ordre d'arrivée. Si vous envoyez votre bulletin tardivement, veuillez vérifier que votre inscription a été bien prise en compte en appelant à notre accueil le jeudi précédant la sortie.

**Les inscriptions «last minute» peuvent se faire par téléphone le vendredi de 16h à 18h30 au 022 736 72 71 en juin et septembre.**

### ANNULATION

Pour annuler votre inscription, prière d'appeler le 022 736 72 71 jusqu'à 18h30 le jeudi précédant la sortie. Les annulations qui nous parviennent au-delà de ce délai ou qui ne nous sont pas annoncées, vous sont facturées CHF 20.- par personne.

### RENSEIGNEMENTS

A la MQEV ou par téléphone au 022 736 72 71 du lundi au jeudi de 14h à 18h30 et le vendredi de 16h à 18h30. **ATTENTION:** pendant les vacances scolaires d'été (du 1<sup>er</sup> juillet au 23 août 2019), l'accueil est ouvert uniquement le jeudi de 9h à 12h et de 15h à 18h30.



### TARIFS

Tarif A: CHF 20.-, CHF 25.- ou CHF 30.-  
Tarif B : jeunes de 12 à 18 ans, étudiants, apprentis : CHF 5.-  
Gratuit pour les moins de 12 ans  
Paiement en cash à l'entrée dans le car.  
Veuillez prévoir la somme exacte.

Les personnes ayant des difficultés financières peuvent obtenir un arrangement auprès de la MQEV qui dispose d'un fond d'entraide. N'hésitez pas à nous contacter.

### HORAIRES

Si l'horaire n'est pas indiqué dans le descriptif de la course, le rassemblement est fixé à 7h15 pour un départ à **7h30 précises**. Le lieu du rendez-vous se situe au 56 route de Frontenex, devant le théâtre Am Stram Gram, arrêt du bus 31-Décembre (lignes 9, 1, 33 et A). Il se peut qu'un autre lieu soit prévu, dans ce cas il est spécifié dans le descriptif de la course. Retour au même endroit vers 18h (heure indicative).



### REPAS, ARGENT, PAPIERS

Chaque participant emmène sa nourriture et boisson, l'argent nécessaire et **ses papiers d'identité pour la France**. Il est à noter que la plupart des destinations offrent des possibilités de restauration sur place, renseignez-vous. Nous ne nous occupons d'aucune réservation pour les restaurants et ne garantissons pas qu'il y ait de la place.

### MATÉRIEL

**Veillez à avoir un équipement adapté et de bonnes chaussures** en particulier. La location de matériel, les forfaits des remontées mécaniques, etc., incombent aux participants.

### BÉNÉVOLES

Les accompagnants des sorties sont bénévoles, ils assurent le bon déroulement des courses et l'encaissement. Nous les remercions pour leur engagement qui permet la continuité de cette activité. Si vous avez des propositions de sorties ou l'envie d'encadrer une course, n'hésitez pas à nous le faire savoir. L'esprit des sorties met l'accent sur la rencontre, l'échange et le respect entre les participants.

### IMPORTANT

Certaines sorties ne font pas appel à notre transporteur habituel mais aux bus TPG ou aux trains (voir programme). Dans ce cas, prière de vous munir de titres de transport.

**Attention : le numéro 022 736 79 69 vous renseigne sur le maintien ou l'annulation de la course. Vous pouvez appeler ce numéro dès le vendredi 12h.** Il ne prend pas les messages. Pour annuler votre inscription ou pour toute autre question, prière d'appeler la MQEV au 022 736 72 71.

### RÉSUMÉ



Tarif A /  
Tarif normal

Tarif B

Enfants et jeunes de 12 à 18 ans et/ou étudiants, stagiaires, apprentis. Gratuit pour les plus petits

CHF 20.- / 25.- / 30.-

CHF 5.-

**Si enfant âgé de moins de 4 ans, prévoir réhausseur ou siège si bébé. Prière de nous indiquer l'âge des enfants lors de l'inscription.**

L'argent est encaissé à la montée dans le car. Prévoir le montant exact.

La course a-t-elle lieu ?

Message à partir du vendredi 12h au 022 736 79 69

**Annulation au plus tard le jeudi 18h30 au 022 736 72 71. En cas d'absence non annoncée, la somme de CHF 20.- vous sera facturée.**

**Départ 7h30 précises, sauf horaire exceptionnel**

Attention, au cas où il y aurait moins de 25 participants inscrits (hors accompagnants), la course est annulée.

[www.mqev.ch](http://www.mqev.ch)

1.

## SORTIE SPÉCIALE FAMILIALE !

### LES BRASSES

Haute-Savoie, France

### DIMANCHE 9 JUIN

LANCEMENT  
PROGRAMME ÉTÉ

Jean-Yves Parichon,  
Fabiana et Maritza Rudaz

Pas de marche particulière si ce n'est pour cueillir et admirer les milliers de fleurs, balade, flânerie, tout est possible ! Petit abri en cas d'ondée passagère auprès d'une superbe place pour griller et mettre en commun – pourquoi pas –

ses salades, grillades et desserts. L'installation du grill et les boissons pour l'apéritif sont offertes par la Maison de Quartier

**ATTENTION!**  
Départ exceptionnel  
à 8h30

2.

### CHARMEY - GORGES DE LA JOGNE - GRUYÈRE

### SAMEDI 15 JUIN

LA SUISSE A L'ÉTAT PUR !

Anne Marie Dovat et Lydie Carbou

Sentiers de lac, de gorges, de champs, de pèlerins, de rivières et de château... Au départ de Charmey, nous débutons notre randonnée de 10 km en empruntant les bords du lac de Montsalvens. Le chemin est bien équipé grâce à des garde-corps. Nous continuons par les gorges de la Jogne, Broc, La Chapelle des Marches (pèlerinage très visité depuis 1705) afin de rejoindre les bords de la Sarine en empruntant un pont en bois

couvert appelé « Le Pont qui branle », pour arriver tranquillement à Gruyère en passant par l'église et le cimetière. **Prenez des lampes de poches** car nous traversons des tunnels le long de la Jogne. Marche de 3h avec un dénivelé en montées de 200 m et descente de 320 m. **Non-marcheurs** : le village de Gruyère nous offre ce qu'il y a de meilleur dans la région pour émousser tous les sens. N'oubliez pas de visiter « mon » château !

3.

### PLATEAU DU SALÈVE

Haute-Savoie, France

### SAMEDI 22 JUIN

PRÈS DE CHEZ NOUS

Alessandra Arba et Maritza Rudaz

Nous profitons de la **Fête de la musique** pour organiser une course proche de Genève afin de rejoindre les festivités en milieu d'après-midi si vous le désirez. **Rdv à 9h**, arrêt TPG Veyrier-Douane, terminus bus 8. Montée et descente en téléphérique (ab. TPG : 1/2 tarif pour le billet). Il est proposé de se rendre jusqu'à

la Table d'orientation (vue magnifique sur Genève) et de continuer à travers les pâturages pour atteindre les Crêts. Le retour s'effectue par l'autre versant en passant par la Grange Gaby. Pas de difficulté particulière. Dénivelé 250 m, durée de la course 3h30. **Non-marcheurs** : balades, restaurant à la Table d'Orientation.

4.

### LAC DE JOUX - LE PONT, LE SENTIER

Jura / Vaud, Suisse

### SAMEDI 29 JUIN

PAUSE LACUSTRE

Fabiana Castela et Maritza Rudaz

Magnifique randonnée de 12 km le long du Lac de Joux entre Le Pont (Jura) et Le Sentier (Vaud). Dénivelé de 150 m et durée aléatoire car plusieurs haltes intermédiaires permettent d'adapter la rando selon l'humeur.

Pratique avec des enfants ! **Non-marcheurs** : au Sentier, possibilités de restauration, de balades ou autres (baignade, farniente, etc.). Sortie idéale en cas de forte chaleur...

5.

### COL DU PILLON

Vaud, Suisse

### SAMEDI 6 JUILLET

FROMAGE D'ETIVAZ

Lydie Carbou et Anne Marie Dovat

Magnifique randonnée en boucle au départ du Col du Pillon (1545 m) qui nous amène au Lac de Retaud dans lequel se reflète le grandiose massif des Diablerets. Nous poursuivons en direction du Col des Andrérets (2034 m). Tout au long du trajet la vue est impres-

nable en particulier depuis le pied de la Palette sur Feutersony, le lac d'Armort et Chalet vieux avec son fromage d'Etivaz. Randonnée de 4h avec un dénivelé de 620 m. **Non-marcheurs** : vous trouverez au lac de Retaud une auberge et de nombreuses promenades.

6.

### LES PACCOTS (RATHVEL) - LE NIREMONT - SEMSALES

Fribourg, Suisse

### SAMEDI 13 JUILLET

GRUYÈRE « RAPÉE »

Madeleine et Michel Morel

Au départ des Paccots (Rathvel) 1222 m, magnifique traversée qui monte au Niremont, montagne qui culmine à 1513 m et qui nous mène à Semsales (868 m) à travers de magnifiques paysages. Temps total de marche : 4h. Montée 291 m. Randonnée sans aucune difficulté. **Non-marcheurs et familles avec enfants** : au point de

départ, il y a le restaurant du Petit oiseau. Vous y trouverez de quoi vous restaurer, des jeux pour les enfants, un mini zoo et une promenade en petit train avec un circuit touristique à travers les pâturages. Petites marches possibles. Le groupe de non-marcheurs rejoindra en car les randonneurs à Semsales.

7.

### LE VALLON DU NOZON - LA SARRAZ - ROMAINMÔTIER

Vaud, Suisse

### SAMEDI 20 JUILLET

PROMENADE ET CASCADE

Alessandra Arba et Régula Rabehi

De La Sarraz, nous allons vers le nord en direction de Croy (env. 2h) par le vallon du Nozon. Avant Croy, arrêt à l'imposante cascade du Dard, puis via Romainmôtier (1/2h). Pique-nique, visite de l'abbatiale et du bourg. L'après-midi nous marchons vers le sud par un chemin parallèle à

celui du matin pour arriver à Ferreyres après env. 1h1/2. Temps total de marche : 4h. Montée 270 m., descente 250 m. **Non-marcheurs** : visite de La Sarraz et/ou de Romainmôtier. Balade facile de 7 km sur le Sentier des Fours à chaux à partir de Romainmôtier.

8.

**LAC DE GERS - SAMOËNS**  
Haute-Savoie, France  
**SAMEDI 27 JUILLET**

RANDONNÉE

*Denise Jan et Lydie Carbou*

Agréable randonnée dans la forêt avec du replat qui nous amène à découvrir la Combe de Gers. Quelques chalets de côté... pour enfin arriver au lac de Gers avec une vue imprenable sur les sommets des Grands Vans et de la Tête Pelouse. Temps de

montée 2h depuis le pont de L'Ededian. Dénivelé 407 m., temps total de marche : 4h. **Non-marcheurs** : arrêt à Samoëns où chacun trouvera des possibilités de restauration et de petites randonnées.

**AOÛT 2018****SAMEDI 3 AOÛT**

*Exceptionnellement, il n'y a pas de randonnée organisée ce jour-là.*

9.

**SAINTE CROIX - MONT DE BAULMES**  
Vaud, Suisse  
**SAMEDI 10 AOÛT**

RANDONNÉE EN BOUCLE

*Hans Thurnherr et Denise Jan*

Départ de Sainte-Croix à 1080 m. Nous commençons par descendre de 150 m puis nous montons à travers la forêt par un chemin parfois un peu raide jusqu'au lieu-dit le Granit de Procession. Nous continuons presque à plat sur un chemin forestier plus large avant d'attaquer la montée et, après quelques lacets, nous arrivons au sommet du Mont de Baulmes

à 1285 m (Chalet-restaurant). Magnifique panorama (promontoire aménagé). Retour à Ste-Croix par un chemin différent. Marche sans difficulté particulière, environ 4h. Aller : descente de 150 m, montée : 360 m. Retour : descente de 210 m. **Non-marcheurs** : restaurants à Ste-Croix et nombreuses balades possibles à partir du lieu.

10.

**JAUN VILLAGE - COL DE EUSCHELS - LAC NOIR**  
Fribourg, Suisse  
**SAMEDI 17 AOÛT**

GRUYÈRE « NON RAPÉE »

*Madeleine et Michel Morel*

Au départ de Jaun village : 1015 m, (avec Im Fang, les seuls villages germanophones du district de La Gruyère), nous partons pour une magnifique traversée à travers de très beaux alpages, qui monte en direction du col de Euschels (1567 m) et qui redescend

sur le Lac Noir (1046 m). Temps total de marche : 4h. Montée 552 m. Course sans difficulté. **Non-marcheurs et les familles** : vous trouverez au Lac Noir de quoi vous restaurer et de belles promenades au bord du lac. Vous y croiserez peut-être Flippon l'écureuil !

11.

**COL DE LA COLOMBIÈRE - LAC DE PEYRE**  
Haute-Savoie, France  
**SAMEDI 24 AOÛT**

BOUQUETINS ET MARMOTTES

*Denise Jan et Yvonne Trabichet*

Du parking du Col de la Colombière (1613 m), nous montons en direction de lac de Peyre. Puis nous continuons jusqu'au Col de la Balafresse (2240 m). Le retour emprunte le même chemin. Magnifique randonnée qui permet d'admirer bouquetins et marmottes de très

près. Dénivelé cumulé : 627 m, temps de parcours 4h. Pour les plus téméraires, il est possible pousser la randonnée par un chemin étroit et exposé jusqu'à la Pointe du Midi (2364 m + 2h). Possibilité de restauration et balades au Col de la Colombière.

12.

**LAC DE TARDEVANT - LES CONFIN / LA CLUSAZ**  
Haute-Savoie, France  
**SAMEDI 31 AOÛT**

... PAR LES CHALETs

*Barbara Chalut et Régina Lustenberger*

Depuis la chapelle des Confin (1408 m) nous empruntons un chemin confortable en passant par les Chalets de Paccaly d'en bas et d'en haut. Ensuite le sentier s'élève jusqu'à la Combe de Tardevant pour atteindre le lac à 2110 m. Itinéraire assez raide mais sans danger, ni passage aérien. Il est

possible de raccourcir la randonnée en s'arrêtant aux chalets de Tardevant à 1802 m). Retour : par le refuge de Bombardelle. Le dénivelé est 700 m et la durée entre 4 à 5h. Petites promenades faciles et points de restauration aux Confin et à La Clusaz.

**SEPTEMBRE 2018**

13.

**MORGES - ALLAMAN**  
Vaud, Suisse  
**SAMEDI 7 SEPT.**

FAUNE ET FLORE

*Hans Thurnherr et Gerda Bieg*

De Morges, nous passons devant le château, longeons le bord du lac jusqu'à l'embouchure du Boiron. Nous remontons le sentier didactique de la truite qui longe la rivière. Ce sentier propose douze lieux d'observation pour découvrir les richesses naturelles et historiques de la région : vestiges d'un village lacustre, la faune et la

flore de la ceinture littorale. Puis descente sur St-Prex, petit bourg médiéval. Pique-nique au bord du lac. Après quelques km nous arrivons sur les berges de l'Aubonne. Le dernier tronçon monte à travers les vignes en direction d'Allaman (château visible de loin). Au total 4h30 de marche et un cumul de +215 m et -170 m.

14.

**GRAND RASSEMBLEMENT**  
**SAMEDI 14 SEPT.**

SURPRISE

*J-Y Parichon et Alessandra Arba*

Vous aimez les surprises ? Alors venez participer à notre journée : petite randonnée pour toutes et tous. Nous prévoyons un abri si on déjeune, une place pour griller et mettre en commun, nos salades, grillades, desserts et notre bonne humeur. L'installation du grill et

les boissons pour l'apéritif sont offertes par la Maison de Quartier. C'est aussi l'opportunité de faire le bilan des sorties et de faire part de vos remarques éventuelles.

**ATTENTION !**  
**Départ à 8h**

## Inscriptions juin 1. 2. 3. 4.

### À NOUS RETOURNER À PARTIR DU 6 MAI 2019

Maison de Quartier des Eaux-Vives - Chemin de la Clairière 3 - C.P. 6230 - 1211 Genève 6

DATES	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE
	TARIF A* 20.-/25.-/30.- CHF	TARIF B** 5.- CHF
DIM 9.06.19 DÉP. À 8H30	20.-	
15.06.19 DÉP. À 7H30	30.-	
22.06.19 DÉP. À 9H	BILLET TPG	
29.06.19 DÉP. À 7H30	25.-	

\* Tarif normal \*\* Enfants et jeunes de 12 à 18 ans et/ou étudiants, stagiaires, apprentis.  
Gratuit pour les plus petits.

Attention! merci d'utiliser 1 bulletin par famille et de le compléter au verso.

## Inscriptions août 9. 10. 11. 12.

### À NOUS RETOURNER À PARTIR DU 1<sup>ER</sup> JUILLET 2019

Maison de Quartier des Eaux-Vives - Chemin de la Clairière 3 - C.P. 6230 - 1211 Genève 6

DATES	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE
	TARIF A* 20.-/25.-/30.- CHF	TARIF B** 5.- CHF
10.08.19 DÉP. À 7H30	25.-	
17.08.19 DÉP. À 7H30	30.-	
24.08.19 DÉP. À 7H30	25.-	
31.08.19 DÉP. À 7H30	20.-	

\* Tarif normal \*\* Enfants et jeunes de 12 à 18 ans et/ou étudiants, stagiaires, apprentis.  
Gratuit pour les plus petits.

Attention! merci d'utiliser 1 bulletin par famille et de le compléter au verso.

## Inscriptions juillet 5. 6. 7. 8.

### À NOUS RETOURNER À PARTIR DU 3 JUIN 2019

Maison de Quartier des Eaux-Vives - Chemin de la Clairière 3 - C.P. 6230 - 1211 Genève 6

DATES	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE
	TARIF A* 20.-/25.-/30.- CHF	TARIF B** 5.- CHF
06.07.19 DÉP. À 7H30	30.-	
13.07.19 DÉP. À 7H30	25.-	
20.07.19 DÉP. À 7H30	30.-	
27.07.19 DÉP. À 7H30	25.-	

\* Tarif normal \*\* Enfants et jeunes de 12 à 18 ans et/ou étudiants, stagiaires, apprentis.  
Gratuit pour les plus petits.

Attention! merci d'utiliser 1 bulletin par famille et de le compléter au verso.

## Inscriptions septembre 13. 14.

### À NOUS RETOURNER À PARTIR DU 3 AOÛT 2019

Maison de Quartier des Eaux-Vives - Chemin de la Clairière 3 - C.P. 6230 - 1211 Genève 6

DATES	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE	INDIQUEZ LE NOMBRE DE PERSONNE
	TARIF A* 20.-/25.-/30.- CHF	TARIF B** 5.- CHF
7.09.19 DÉP. À 7H30	20.-	
14.09.19 DÉP. À 8H	25.-	

\* Tarif normal \*\* Enfants et jeunes de 12 à 18 ans et/ou étudiants, stagiaires, apprentis.  
Gratuit pour les plus petits.

Attention! merci d'utiliser 1 bulletin par famille et de le compléter au verso.

Nom(s) - Prénom(s) :

Enfant(s) - Prénom(s) :

Adresse :

Téléphone :

E-mail :

Date - Signature :

Je déclare avoir pris connaissance du règlement, en accepter les termes et m'inscrire aux randonnées.

Nom(s) - Prénom(s) :

Enfant(s) - Prénom(s) :

Adresse :

Téléphone :

E-mail :

Date - Signature :

Je déclare avoir pris connaissance du règlement, en accepter les termes et m'inscrire aux randonnées.

Nom(s) - Prénom(s) :

Enfant(s) - Prénom(s) :

Adresse :

Téléphone :

E-mail :

Date - Signature :

Je déclare avoir pris connaissance du règlement, en accepter les termes et m'inscrire aux randonnées.



Nom(s) - Prénom(s) :

Enfant(s) - Prénom(s) :

Adresse :

Téléphone :

E-mail :

Date - Signature :

Je déclare avoir pris connaissance du règlement, en accepter les termes et m'inscrire aux randonnées.

