

La Charte du Randonneur:

Respectons les Espaces Protégés,
Restons sur les sentiers car dans la nature, seul le sentier est le Territoire de l'Homme,
Nettoyons nos semelles pour ne pas transporter des graines, des germes lors de séjour à l'Etranger,
Refermons les clôtures et les barrières sur notre passage car des animaux domestiques sont dans les parcs traversés,
Gardons les chiens en laisse afin qu'ils ne dérangent et ne poursuivent pas les animaux sauvages,
Récupérons nos déchets car le « meilleur déchets » est celui que nous ne produisons pas,
Partageons les espaces naturels avec les autres utilisateurs de cet espace (VTTistes, Chasseurs, bergers avec leur troupeaux...etc),
Laissons pousser les fleurs et ne les ramassons pas car elles sont plus jolies dans leur milieu naturel que dans un bouquet puis dans un vase à la maison,
Soyons discrets afin d'écouter le chant des oiseaux et le cri des animaux sauvages,
Ne faisons pas de feu car l'incendie peut tout détruire et si vous voyez un feu faite le 18,
Préservez nos sites en étant acteur de leur qualité,
Privilégions le Covoiturage et les transports en commun pour nous rendre sur la zone où nous allons marcher et au retour bien entendu. Le transport est l'une des principales sources d'émission de « gaz à effet de serre ».



Cette charte, de simple bon sens, est également **valable pour les autres activités que nous pratiquons** : Raquettes, Skis de randonnée, Alpinisme, Escalade...etc.

Famille en marche Mercredi 13 février:

Un départ à **13 h 30 devant la Mairie pour les 3 Chapelles** ; nous avons choisi un versant exposé sud car + de soleil (la neige aura + de chance d'avoir fondu... si elle tombe !).

Et rando facile, qui peut permettre à des personnes qui osent peu sortir avec nous, d'oser, cette fois.

Vous, *cafistes*, merci de dire à Françoise Reynier (fr.iris@free.fr) dès que vous le savez (*au plus tard le 6 février*) si vous pouvez m'aider à encadrer la sortie ; merci de me dire aussi si vous ne pouvez pas, que je sache où j'en suis.

Si par miracle il y avait trop de neige, on annulerait.



Club Alpin Français de Haute Provence

Centre Desmichels

Avenue Paul Martin-Bret

04000 DIGNE LES BAINS

Tél. 04.92.31.07.07 - Permanences :

Vendredi. de 18 heures à 19 heures 30

Site web : <http://cafdehauteprovence.ffcam.fr>

CLUB ALPIN FRANÇAIS DE HAUTE PROVENCE

Lettre d'information – Février 2019

Sortie Raquettes Névache les 23, 24 et 25 mars 2019 :

Jour1 : Névache, refuge du Chardonnet

Départ Samedi 23/03 8h30 Digne rue de la Gde Fontaine en face le resto Vietnamien

Dénivelé +630 m 10Km Temps 3 h30 environ

Jour 2 : Refuge Chardonnet ; col du Chardonnet ; retour refuge du Chardonnet; refuge de Buffère

Dénivelé +830 m 10Km Temps 5 h30 environ

Jour3 : refuge de Buffère ; Porte de Christol ; Névache

Dénivelé +830 m 10Km Temps 6 h00 environ

Arrhes = 20€ ne seront pas restituées en cas de désistement (À vous de trouver une, ou remplaçant(e))

½ pension 95€ hors boissons, covoiturage = environ 25€, **10 places ont été réservées**

En fonction des conditions météorologiques, les parcours pourront être modifiés.

Matériels incontournables : ARVA, PELLE, SONDES

Inscription définitive à la réception des arrhes, à ce jour 22/01 il resterait 6 places

Contactez Gérard Pini au 0675550765 ou gp.amlf@orange.fr

Journée environnementale citoyenne:

Étant hébergés dans les locaux communaux et subventionnés, nous nous devons de faire des actions dans notre ville. Nous avons donc lancé l'idée de faire une journée basée sur l'environnement.

Cette action sera portée par la commune, les services municipaux, territoriaux (SYDEVOM) en collaboration avec le CAF et d'autres associations, lycées, IUT qui seront sollicités par la municipalité, en fait, il s'agit de sensibiliser le maximum de personnes.

Elle s'appellera :

Journée environnementale citoyenne samedi 4 mai 2019 de 09h00 à 12h00

Il s'agira de ramasser tous les détritrus sur une zone définie par la commune.

Rendez vous : Cour de la Maison des Jeunes et des Etudiants place Thisy, un barnum y sera installé .

Périmètre: parking place Thisy (préfecture) le stationnement sera interdit pour l'occasion, alentours Avenue de Bad Mergentheim et place Pierre Carrias (zone située entre la préfecture et Intermarché), Parking Intermarché, les rives du torrent des Eaux Chaudes depuis la fin de sa couverture (face au Grand Paris) jusqu'au pont du pigeonier, secteur assez pollué par les canettes que nous pourrions prendre en charge.

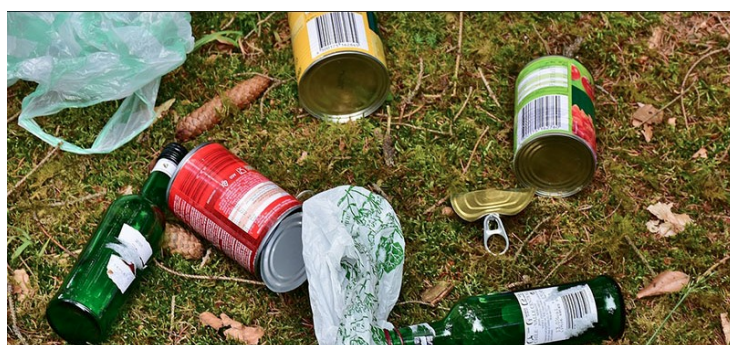
Les services municipaux seront présents avec des machines si nécessaire, la commune et les services de l'agglomération fourniront les sacs poubelles et les gants.

Cette opération s'inscrira dans une action environnementale du club.

La publicité sera faite dans les médias, panneaux lumineux, notre site web, affiches sans flyers pour éviter des déchets

Donc réservez votre matinée du samedi 4 mai 2019

A bientôt



Club Alpin Français de Haute Provence
 Centre Desmichels
 Avenue Paul Martin-Bret
 04000 DIGNE LES BAINS
 Tél. 04.92.31.07.07 - Permanences :
 Vendredi. de 18 heures à 19 heures 30
 Site web : <http://cafdehauteprovence.ffcam.fr>

CLUB ALPIN FRANÇAIS DE HAUTE PROVENCE
Lettre d'information – Février 2019

Les jeunes grimpeurs fêtent Noël:

Le mercredi 19 décembre, pour finir l'année et fêter Noël un peu en avance, les 2 groupes de l'école d'escalade du CAF de Haute Provence (7-9 et 10-12 ans) se sont réunis et ont grimpé ensemble toute l'après-midi. Au programme, il y a eu un peu d'échauffement, un peu d'entraînement, mais beaucoup de jeux et plein de gâteaux. En fin d'après midi, les poches n'étaient pas assez grandes pour récolter toutes les papillotes que le Père Noël avait caché sur le mur d'escalade. En parlant du Père Noël, certains l'ont vu dans la salle, mais l'ont trouvé moins grand et avec moins de ventre que d'habitude. Surement un de ses lutins ! Bravo et merci à Seb, pour avoir proposé cette belle après-midi.
 Vivement Noël 2019.



Les ados dans les salles d'escalade de Grenoble

Comme tous les ans, les ados de l'école d'escalade sont allés grimper dans les salles d'escalade de Grenoble. Ils étaient 9, encadrés par Laurent, leur guide, et Dominique, le weekend des 15 et 16 décembre. Ils ont grimpé sur les murs pouvant atteindre 15 m. de haut, des salles "Espace Vertical 3", le samedi et "Espace Vertical 2", le dimanche. Il y en a eu pour tout le monde : des voies en dalle au dévers "abo". Nos 9 jeunes se sont donnés à fond et les perfs du weekend ont atteint le 7a. Les journées ne se sont pas terminées sans un passage par les salles de pan, histoire de bien se finir les bras et les doigts.



Le Bigue Bivouac Le 29 et 30 Juin 2019

Suite à une indisponibilité, la date initiale de la première réunion est **reportée au 14 février 2019 à 18h00** à la Mairie salle 2b afin d'examiner l'organisation à mettre en place et lancer le projet. Les difficultés d'accès au Cousson pour les véhicules nous ont amenés à chercher un nouveau site pour notre bivouac. Nous avons choisi la « Bigue » et ses environs.

Venez nombreux pour nous aider



Agenda des mois de Février et Mars 2019

Vous pouvez retrouver l'agenda complet sur le site : <http://cafdehauteprovence.ffcam.fr/agenda.html>

Activité	Date de début	Date de fin	Sortie	Secteur	Encadrant
	03/02/2019		La Crête de la Plane	Devoluy	Laurence Lestienne

Club Alpin Français de Haute Provence

Centre Desmichels

Avenue Paul Martin-Bret

04000 DIGNE LES BAINS

Tél. 04.92.31.07.07 - Permanences :

Vendredi. de 18 heures à 19 heures 30

Site web : <http://cafdehauteprovence.ffcam.fr>**CLUB ALPIN FRANÇAIS DE HAUTE PROVENCE****Lettre d'information – Février 2019**

	03/02/2019		Pinasteous	Ubaye	Damien Billot
	10/02/2019		La Bigue	Thoard	Gérard Pini
	10/02/2019		Petite Autane	Ancelle	Matthieu Elouard
	17/02/2019		Pénas en traversée	Embrunais	Marco Rosso
	17/02/2019		Vallée de Chasse	Verdon	Frédéric Escuyer
	24/02/2019		Le Contadour		Laurence Lestienne
	24/02/2019		Pic de Céüse	Céüse	Blaison François
	03/03/2019		Vieux Chaillol	Chaillol	Matthieu Elouard
	09/03/2019		Col St Sauveur	Champsaur	François Lecomte
	10/03/2019		Tête de Glaudon	Ubaye Bachelard	Blaison François
	10/03/2019		Pic de Bernardéz	Seyne	Damien Billot
	10/03/2019		Le Pinet	Ubaye	Laurence Lestienne
	15/03/2019	17/03/2019	Massif de Champoléon	Plateau de Jugal	Blaison François
	17/03/2019		Eyssiloun couloir nord	Fouillouse	Matthieu Elouard
	17/03/2019		Ravin de la Scie, vallon de l'Ambion	Ubaye	Françoise Brun
	23/03/2019	24/03/2019	Boucle Larche Chiappera	Ubaye, Val Varaita	Marco Rosso

Club Alpin Français de Haute Provence

Centre Desmichels


Avenue Paul Martin-Bret

04000 DIGNE LES BAINS

Tél. 04.92.31.07.07 - Permanences :

Vendredi. de 18 heures à 19 heures 30

Site web : <http://cafdehauteprovence.ffcam.fr>**CLUB ALPIN FRANÇAIS DE HAUTE
PROVENCE****Lettre d'information – Février 2019**

	23/03/2019	25/03/2019	Vallée de la Clarée	Briançonnais	Gérard Pini
	24/03/2019		Pied Gros	Dévoluy	François Lecomte
	29/03/2019	01/04/2019	1.Sanguinière-Estenc 2.Point Côte de l'Ane 3.Sanguineirette 4.Trou Aigle couloir-Pelat-Bayasse	Bayasse	Matthieu Elouard
	31/03/2019		Col du Marinnet	Haute Ubaye	Blaison François
	31/03/2019		Le Trou de plein voir	Bas Verdon	Jeanny Marcel