

ASSOCIATION DES RANDONNEURS OLLIOULAIS  
« LA GODASSE BAGNADO »

*Fondée en 1977*

AVRIL 2002

Bulletin n° 35

# LA GODASSE BAVARDE

Ont collaboré à ce numéro :

Denis Colonna - Jean-Marie Cruvellier - Ginette Gaggioli - Norbert Gimenez -  
Fabienne Laroux - Monique Lemanceau -

COMITE DE REDACTION

Marie-Thérèse BALDI - Marie-Angèle PENTENERO

*Siège social : 271, Chemin de la Cacoye - Quartier Saint Honorat -  
83190 OLLIOULES*

LA **POLITESSE**, c'est le respect d'autrui, LE **COURAGE**, c'est de faire ce qui est juste, LA **SINCERITE**, c'est s'exprimer sans déguiser sa pensée, L'**HONNEUR**, c'est d'être fidèle à la parole donnée, LA **MODESTIE**, c'est parler de soi-même sans orgueil, LE **RESPECT**, sans respect aucune confiance ne peut naître, LE **CONTROLE DE SOI**, c'est de savoir se taire lorsque monte la colère, L'**AMITIE**, c'est le plus pur des sentiments humains.

#### « RANDO » PLUMES -

Nous avons reçu les amitiés par carte postale de Jean-Marie et Marcelle du Viet-Nam, de Jo et Evelyne du Jura en raquettes, d'Eugène et Marie-Thérèse de Paris, Merci à tous...

#### CARNET -

En ce début d'année 2002, la Godasse Bagnado a reçu les vœux de Monsieur BENEVENTI, Maire d'Ollioules, Monsieur BERNHARD, Conseiller Général, Monsieur AUDIOLY, Président du Comité Départemental de la FFRP, Monsieur FALCO, Président du Conseil Général, Monsieur PAECHT, Député de la 7<sup>ème</sup> circonscription, Madame PEIRANO, Conseillère régionale, et aussi les vœux du Musée de Préhistoire des Gorges du Verdon...

Nous saluons l'arrivée de la petite LEELOO au foyer de Géraldine et Olivier Dannhauer, qui fait aussi la joie de sa grand-mère, notre amie Monique Lemanceau.

Bienvenue aux nouveaux : Michel et Louise SALIBA, Jean-Pierre et Josyane CHAUVEAU à suivre...

Nous avons eu la peine de perdre notre amie Marinette, au mois de février, après une douloureuse maladie. Marinette nous a accompagnés très souvent, le mercredi en particulier, et nous a fait connaître quelques randonnées, dont le sentier merveilleux que nous avons arpenté le mercredi 27 février dernier...

Tu nous conduisais ce jour-là en reconnaissance sur le Sentier Merveilleux. Ce n'était là qu'une entrée en matière car, en réalité tu nous emmenais vers un autre sentier, un peu moins « ... merveilleux », le Balcon des Sangliers : sportif, vertigineux, pleins de surplombs... surprenants. Tu as su nous guider et nous encourager pour franchir les difficultés de ce parcours que nous avons tous terminé sans problème, tous satisfaits de nous-mêmes. Merci à toi pour nous avoir fait découvrir ce site très particulier ainsi que la révélation d'une autre forme de randonnée.

Au revoir Marinette... tu seras toujours présente auprès de nous... tant qu'il y aura des sentiers...

*Ginette*

### LES « BAGNAS » ECLOPES -

Nous souhaitons de prochaines longues marches à notre Président Eugène, quand son pied aura repris toute sa vigueur (attention aux tapis !!), et aussi à Christine après son pénible accident de circulation.

### VIE de L'ASSOCIATION -

#### Dimanche 6 Janvier 2002 - Gâteaux des Rois

Nous avons fêté comme il se doit les Rois au foyer des anciens en présence de Monsieur Beneventi, Maire d'Ollioules accompagné de l'adjoint aux sports Monsieur Teyssier, et aussi la présence officielle de notre amie Odette, qui membre de la Godasse Bagnado, a aussi des fonctions importantes au sein de la Mairie.

Donc notre réunion de début d'année a été très conviviale et très fréquentée car nous étions très nombreux, pratiquement tous les adhérents étaient là, sauf Monsieur le Président et Madame qui passaient leurs premiers jours de l'année en « grippe ». Ils ont pu goûter la galette car Mario leur a apporté une part de gâteau, ils ont donc participé à distance.

Les galettes étaient très bonnes et beaucoup de convives avaient apporté des tourtes salées, des quiches et aussi des gâteaux, des chocolats, il y avait abondance de biens !

Nous avons fait connaissance avec les randonneurs du mardi qui étaient tous là et nous avons beaucoup de plaisir à les compter parmi nous car ils participent aussi à l'agrandissement de notre cercle.

*Marie-Angèle PENTENERO*

Pour la rentrée pensez à des idées de randonnées et pour les reconnaissances les volontaires sont toujours bienvenus, les topoguides et les cartes sont à votre disposition chez le Président.

### ACTIVITES RANDONNEES -

#### Dimanche 9 décembre 2001 - Les Mayons ou « Mon père ce héros ».

Comment être la plus objective pour parler d'une randonnée quand le responsable n'est autre que votre père.

Celui qui pendant des années a su me guider sur le chemin le plus dur au monde, celui de la vie, en me poussant dans les montées trop fatigantes, en me freinant dans les descentes enivrantes et cela grâce à une main toujours rassurante. Donc imaginez bien que 5 heures de randonnée pour moi c'était d'une facilité déconcertante.

Et là, j'ai encore pu constater qu'il avait été à la hauteur, car il a su retrouver et ramener le randonneur égaré, affronter l'homme armé et pour le feu, que des inconscients avaient abandonné, là aussi il y était..

Alors vous aurez compris, pour moi ce mec là... IL EST TERRIBLE !!

*Fabienne LAROUX*

Dimanche 23 Décembre 2001 - Barres de Saint-QUINIS

- 14 participants -

Evidemment, une veille de Noël, nous ne pouvions pas être très nombreux à partir crapahuter sur les collines, mais nous avons attaqué vaillamment la petite côte du départ vers 9 heures et avons terminé la rando à 14 heures.

Le temps froid et sec avec un soleil pâle nous a accompagnés toute la journée et nous avons découvert un très joli panorama au fur et à mesure que nous montions vers la chapelle de Saint-Quinis. En arrivant sur les crêtes quelques traces de neige sont encore visibles et nous entrons dans le petit sanctuaire qui recèle de très anciens ex-votos, la chapelle a été rénovée et elle se trouve juste sous le sommet des barres rocheuses qui, à leur point culminant atteignent les 636 mètres. Nous promenons au milieu d'une végétation luxuriante avec vue sur la plaine qui va de Besse à Sainte-Anastasie et aussi sur les sommets tels que la Loube, les Monts Auréliens et plus loin les cimes enneigées des Alpes Maritimes et du Haut-Var. Beaucoup de houx et de mousse sur les rochers.

*Marie-Angèle PENTENERO*

Dimanche 13 Janvier - COLLOBRIERES - Les menhirs de Lambert -

- 43 participants -

Rendez-vous sur le parking de l'église où nous démarrons chaudement vêtus car la gelée blanche recouvrait la campagne, il faisait - 3°. Nous attaquons par le sentier botanique qui monte tranquillement sur la colline et au bout d'une heure nous rejoignons le GR, nous quittons le sentier pour une piste et arrivons au plateau de Lambert (474 m.). Nous traversons le pré vers les deux menhirs et en contournant la plantation de pins Douglas nous découvrons un châtaignier millénaire rescapé des incendies et du temps, qui ne mesure pas moins de 8,90 m de circonférence. Les deux menhirs, 3,15 m et 2,98 m, sont les plus beaux spécimens du département du Var et sont devenus site classé.

Nous poursuivons notre montée et arrivons en crête sur la piste Martel et nous choisissons notre coin repas ensoleillé, face à la mer tout en bas. Le retour s'effectue encore dans les châtaigneraies et passe sur un joli pont de pierre sur le torrent. Ensuite nous grimpons par un sentier qui nous fait passer près des figuiers de barbarie, puis traverse un bosquet de mimosas et enfin par une descente rapide nous arrivons au village. Merci Francis pour cette belle randonnée !

*Marie-Angèle PENTENERO*

## Dimanche 27 janvier - CIRCUIT DE LA FLORIEYE et des chapelles de Lorgues

- 45 participants -

Après quelques problèmes pour regrouper tous les participants, nous attaquons le chemin de croix, jalonné de magnifiques oratoires et qui, par 122 marches, nous conduit à l'Esplanade de l'Ermitage de Saint-Ferreol.

Au bas de la descente nous récupérons un sentier qui, à travers une zone boisée, nous amène jusqu'à un moulin en ruine et une cascade. Un court arrêt pour admirer les lieux puis nous nous dirigeons par un chemin de terre vers les ruines du château de Florieyes et de son vieux moulin.

A partir de cet endroit, nous suivons un magnifique sentier qui va longer la Florieyes rive droite, pour arriver au lieu dit le Claou, et traverser le pont de la Saint-Barthélemy ou pont de 1745 (qui est la date de sa dernière restauration...)

De là nous empruntons l'ancien chemin caladé de Draguignan à Lorgues qui nous mène jusqu'au hameau du Content.

Après avoir traversé la D 562 nous prenons le chemin du Saint-Esprit. Sur ce chemin, dans une descente directe, nous longeons à notre gauche un imposant mur en pierres qui n'est autre qu'une ancienne garnison militaire datant de Napoléon 1<sup>er</sup> puis nous nous arrêtons pour recharger les batteries. (obligatoire à côté d'une garnison militaire !!!)

Vers les 13 h 30, après le discours de présentation de notre secrétaire, Jean-Marie, nous reprenons notre bâton de pèlerin pour arriver devant les vignes du domaine du Castel Roubines, puis devant le portail du Jas Sainte-Marie. Une route légèrement goudronnée, nous amène jusqu'au hameau des Pailles où nous traversons à gué la Florieyes pour aller visiter la chapelle de Notre-Dame de Florieyes qui date du XIII<sup>e</sup> siècle.

A partir de là, c'est le chemin du retour qui nous ramène tranquillement à l'ermitage Saint-Ferréol, au Chemin de Croix et aux voitures.

*Denis COLONNA*

## Dimanche 10 février - Gardanne - Circuit des collines

- 54 participants -

Beaucoup de monde ce matin-là, malgré le froid, au rendez-vous de la place Paul Lemoyne. Après avoir distribué l'itinéraire routier ainsi que le petit topo concernant la sortie, le lieu de ralliement à Gardanne est le parking « Mistral ».

La trompette sonne et notre petite troupe s'emballe sous la conduite du chef, Marcelle. Nous faisons l'animation du marché et aussi une petite halte devant la maison où vécut Cézanne de 1885 à 1887, et où il peignit trois fois le vieux village couronné par son église, avec à l'arrière plan la colline des trois moulins.

Après le lycée Fourcade la file s'allonge, le chemin n'est pas difficile et les langues se délient, quelques petites montées et nous arrivons, pour le repas de midi, à l'ancienne ferme de Fontbelle, transformée en centre aéré.

L'après-midi le départ est dur, nous étions si bien au soleil !! Nous longeons quelques temps les crêtes apercevant sur la gauche le Massif de l'Etoile et le Pilon du Roi, et sur la droite le Massif de la Sainte-Victoire, toujours aussi majestueux. Puis la descente est là, nous longeons un canal, une route, pour arriver à Gardanne.

Enfin une randonnée agréable conduite sans faille par notre chef aidé par le serre file Jean-Marie, pour une très belle journée d'hiver appréciée par beaucoup.

*Jean-Marie CRUVELIER*

### Dimanche 24 février - Tourtour - Tour de Grimaldi - Rocher des Infirmières - Vallon des Moulières

-35 participants-

Du joli village de Tourtour (450 habitants l'hiver, environ 2000 en été), nous accédons à la tour de Grimaldi accompagnés par un vent violent. La Tour de Grimaldi est une grande tour carrée datant de 1129. Le point de vue est très étendu du sud à l'ouest, sur l'Estérel, les Maures, le centre varois, la Sainte-Baume, Sainte-Victoire, Vautubière et toute la partie sud du Haut-Var à nos pieds. Au nord la montagne des Espiguières, des Infirmières et entre celles-ci la montagne de la Liesse. Entre une haie de peupliers et des restanques nous passons au-dessus du ruisseau des Moulières et nous contournons le Camp Redon. Nous entrons dans un bois sur un terrain herbeux qui nous protège un peu du vent qui n'a pas faiblit et nous rejoignons une bifurcation face à la ruine du vallon des Moulières. Enfin il est l'heure de déjeuner et nous nous installons dans un vallon bien ensoleillé encombré de blocs de pierres, de tailles et de formes très différentes, et où le sol est recouvert de fougères sur un terrain sablonneux.

Nous repartons le vent se calme un peu et de pistes en pistes nous entrons à nouveau dans un sous-bois où le calme règne, nous pouvons déguster notre randonnée et parler entre nous, chose impossible le matin... Nous sortons du bois et plongeons sur le village où nous entrons en passant devant un bassin où une dame est en train de rincer son linge, image insolite qui excite la verve de certains messieurs sur le « grand confort » qui est le lot quotidien de leurs épouses !! (Ils n'ont pas eu le dernier mot !!)

*Marie-Angèle et Marie-Thérèse*

### Dimanche 10 mars - Sommet de l'Agra à Saint-Jurs

-28 participants-

Nous étions tout de même 28, place Paul Lemoyne. Quelques indications sur l'itinéraire routier, distribution d'informations sur la randonnée (topo et carte) et c'est le départ. A Saint-Jurs, seulement une dizaine de minutes séparaient les premiers arrivés des autres, sauf Antoine et ses co passagères, suite à une petite erreur de

parcours. Marcelle prend la tête et débute la lente montée jusqu'au sommet de l'Agra, avec 2 passages un peu plus difficiles : une petite barre rocheuse et l'arête finale. Tout au long de cette petite ascension, les montagnes apparaissent les unes après les autres jusqu'au sommet où une table d'orientation nous confirme les explications données au fur et à mesure. Le panorama est magnifique et à 360° nous apercevons le lac de Sainte-Croix, le plateau de Valensole, le Mont-Ventoux, la Montagne de Lure, le Pic de Bure et le Dévoluy, les 3 Evêchés, le nord du Mercantour et enfin bien près de nous le Montdenier.

Pour le repas chaque groupe choisit sa salle à manger, tous au soleil et à l'abri du vent mais pas des boules de neige car des mains innocentes se sont régalées, une petite bataille s'engage, c'est le départ pour la descente, mais quelques boules sifflent encore aux oreilles.

Voici le col Saint-Jurs, nous continuons la descente le long d'un petit ruisseau bien agréable et une remontée en deux paliers nous ramène au village.

Encore une belle journée pour cette magnifique randonnée.

*Jean-Marie CRUVELIER*

### Dimanche 24 mars - Le Muy - Circuit du Rouet - Gorges de l'Endre

-49 participants-

Le car au complet nous laisse aux Esclans, nous descendons en longeant un vignoble vers le Gournié où nous traversons l'Endre à gué, en évitant les éclaboussures dues à des plaisantins. Sur l'autre rive se trouve un bon chemin que l'on prend vers la gauche en traversant de magnifiques sous-bois (platanes, cyprès, érables, marronniers, saules, peupliers, joncs, cannes etc.). Nous remontons en bordure d'une chute rocheuse qui surplombe les belles gorges encaissées de l'Endre. Sur le plateau rocheux et à travers la bruyère nous traversons un bois parsemé de rochers pour aboutir sur un chemin forestier qui s'élève progressivement vers le nord sur le flanc de la colline bordée d'yeuses, d'arbousiers, de fougères et dominant toujours les gorges de roches rouges.

Nous suivons ensuite une piste jusqu'à la Fontaine du chasseur pour prendre, après une bonne halte, le sentier de crête afin d'éviter une autre piste (point culminant 488 mètres). Merci à Paul et Marcel qui ont débroussaillé et cairné une bonne partie de ce sentier touffu lors de la reconnaissance. Pique-nique sous le sommet.

Dans l'après-midi, pour ne pas faire une mauvaise descente, nous décidons de contourner le domaine vinicole du Rouet et nous arrivons donc par le parc (l'autorisation nous avait été donnée par les propriétaires).

Halte dégustation de la « Belle Poule » au château du Rouet composé de plusieurs bâtisses dont la principale est ancienne avec un grand parc devant, des allées et des arbres ornementaux, une fontaine et la cave. Retour par les Pradineaux où de

splendides pins parasols forment des boules à l'infini, avec au second plan le rocher découpé de Roquebrune sur Argens.

Le car nous emmène de nouveau à la cave où quelques uns d'entre-nous feront des emplettes pour éviter de sucer de la glace plus tard. Vu l'ambiance joyeuse dans le fond du car au retour, on peut penser que la dégustation de la « Belle Poule » a été une réussite.

Bonne journée ensoleillée mais nous regrettons un petit incident, la blessure à la jambe de notre amie Maguy, que nous espérons sans gravité.

Quant au « problème » évoqué par notre ami Jean-Claude dans la chanson de Johnny Hallyday, je n'ose en parler surtout si Henriette a mis l'objet de ses soucis sous l'oreiller... la Clio, la caravane, tout va y passer !

*Marie-Thérèse BALDI*

### PLAISIR de la TABLE -

**PAIN D'ÉPICES** - 400 grammes de farine demi complète - 7,5 grammes de bicarbonate - 3 grammes de cannelle - 2,5 grammes d'anis vert - 500 grammes de miel - 20 cl de lait - Morceaux d'orange confite -

Préchauffer le four à th. 4 - Mélanger la farine, le bicarbonate, la cannelle et l'anis. Ajouter le miel en évitant de faire des grumeaux. Diluer la pâte avec le lait. Ajouter des morceaux d'orange confite.

Placer le mélange dans un moule à cake largement beurré (personnellement j'utilise le papier cuisson sans beurre).

Enfourner  $\frac{3}{4}$  d'heure

Ce pain d'épices est encore meilleur rassis (si l'on résiste à la gourmandise !)

Attention ! ne pas trop remplir le moule, ça gonfle pas mal.

*Monique LEMANCEAU*

*Amis « Bagnas » nous attendons vos articles, poèmes, recettes, critiques et suggestions et lors de vos voyages un petit compte rendu de vos aventures ou mésaventures. Autant que possible des textes courts et veuillez nous pardonner les coupures effectuées dans les textes trop longs*



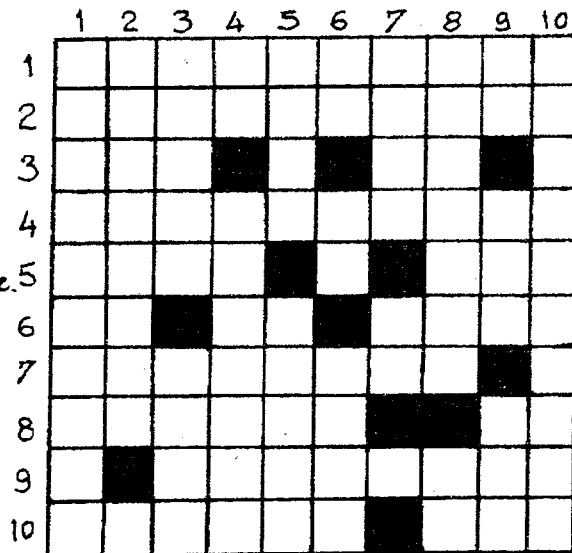
# LES MOTS DE TÊTE CHERCHEUSE

Grille n° 9

de Norbert GIMENEZ

## HORIZONTALEMENT

- 1 - Je suis tout, sauf francilien.
- 2 - Indigne, pénible.
- 3 - Très fréquente dans les stades —  
Jeu de pékinois.
- 4 - Ville de l'Aveyron, dite récente.
- 5 - Roi, il se noya dans la mer qui porte son nom — Atome.
- 6 - Conjonction nickel — Savoir conjugué —  
Plateau herbeux en Afrique du Sud.
- 7 - Personnes qui reproduisent des manuscrits.
- 8 - Fruit sucré du plancher des vaches — Sert  
à mesurer la muraille de Chine.
- 9 - Eric Tabarly l'était.
- 10 - Exclure les parasites — Avoir ses doigts  
c'est être adroit.



## VERTICALEMENT

- 1 - Habitante du Sud-Est de la France.
- 2 - Croyances et dogmes envers une divinité.
- 3 - Ellipse sans foyers — Présenté à la vue.
- 4 - Version originale — Epargner avec parcimonie.
- 5 - Sur-Têt dans les Pyrénées Orientales — N'est plus neuf.
- 6 - Aux abords de la nuit — Sans ornement — Empereur slave.
- 7 - Reçoit un escalier ou un ascenseur — Cale lettre.
- 8 - Extraordinaires — Assèche les bouteilles.
- 9 - Astate en chimie — Au dessus d'un nid de coucou — Le général Grant eut raison de lui.
- 10 - Fabuleux

## UNE PENSÉE D'HENNEGÉ

— Si ton cœur se pique, un trèfle à quatre feuilles ne t'empêchera pas de rester sur le carreau.

## SOLUTION DE LA GRILLE n° 8

1	A	L	T	I	M	E	T	R	E	S
2	R	A	I	S	O	N	N	A	N	T
3	S	T	O	U	T	U	R	E		
4	O	I	L	L	A	S	C	A	R	
5	U	N	I	T	E	S	H	I	E	
6	I	I	I	S	R	E	E			
7	L	S	L	A	I	M	U			
8	L	A	L	O	S	O	L	E	S	
9	E	N	O	U	E	T	A	N	E	
10	S	T	U	P	E	F	A	I	T	E

## SOLUTION DE LA GRILLE n° 9

1	P	R	O	V	I	N	C	I	A	L
2	R	E	V	O	L	T	A	N	T	E
3	O	L	A	L	G	O				
4	V	I	L	L	E	N	U	V	E	
5	E	G	E	U	I	O	N			
6	N	I	S	U	V	E	L	D		
7	C	O	P	I	S	T	E	S		
8	A	N	A	N	A	S				
9	L	R	E	G	A	T	I	E	R	
10	E	P	U	R	E	R				