



# Rapport d'activités

## 2023 - 2024

## Adhésions

Isabelle de Andrade

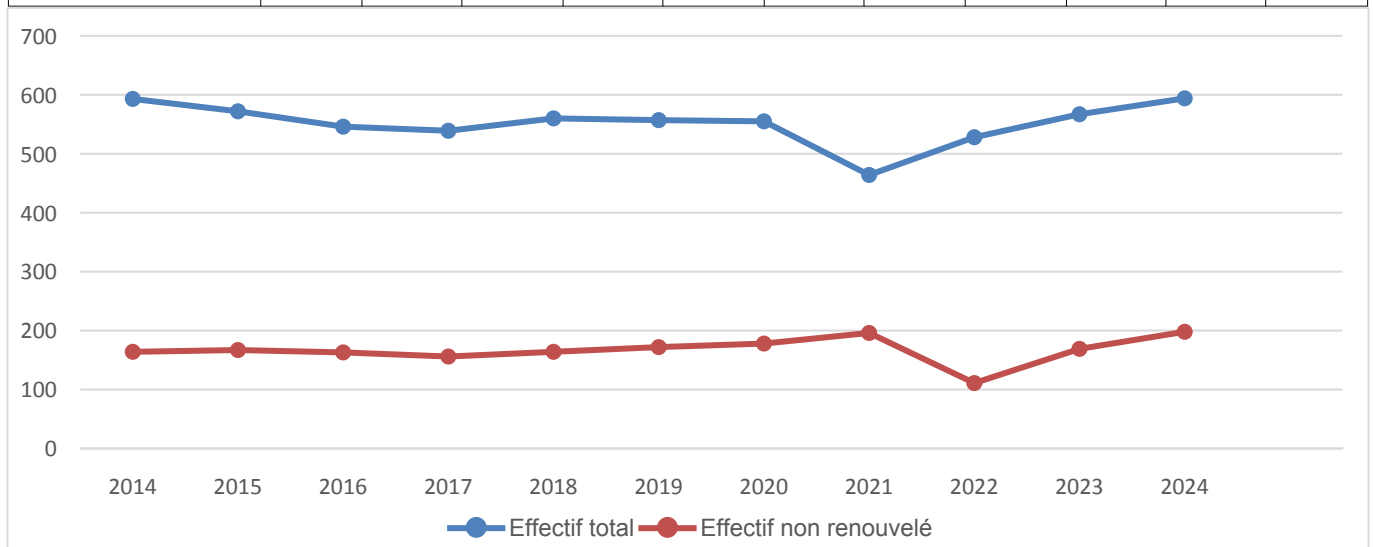


### Exercice 2023/2024

Avec 594 adhésions enregistrées pour cet exercice 2023/2024, nous atteignons le record des dix dernières années. Le dernier effectif quasi aussi important remonte à 2014 avec 593 adhésions. À noter que près de 200 personnes n'ont pas renouvelé leurs adhésions. Si cela est aussi le record des 10 dernières années, le taux de non renouvellement de 33% est très proche de celui observé en moyenne sur les 10 dernières années (30%).

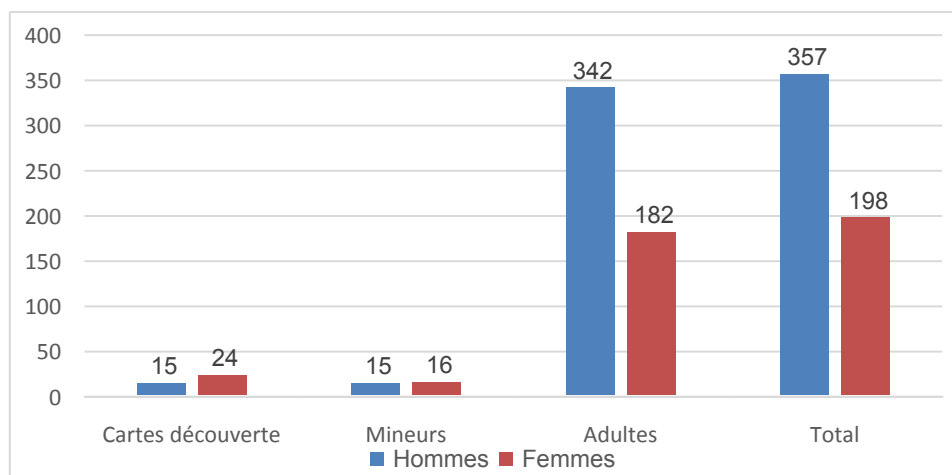
#### Fluctuation des adhésions sur les dix dernières années :

Adhérents	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Effectif total	593	572	546	539	560	557	555	464	528	567	594
Effectif non renouvelé	164	167	163	156	164	172	178	196	111	169	198



Quant à la répartition femmes/hommes, elle reste sensiblement identique à l'année dernière, à savoir pour 2022/2023 - 38% et 62%, et pour 2023/2024 37% et 63%.

Les mineurs représentent 5% des effectifs du club.



## Alpinisme

François Simonneau, Sylvain Charaud



### Les chiffres de la saison

36 journées d'activités et 17 nuits. Les journées sont réparties en 18 sorties à la journée, et 18 journées sur un week-end ou une semaine (2 stages d'été).

	Hommes		Femmes	
Jours/participant	170	67%	84	33%
Jour/encadrant	109	100%	0	0%

2 soirées de formation théorique en salle ont rassemblé 10 femmes et 34 hommes ainsi que 4 encadrants (non comptabilisés dans les jours ci-dessus)

### Le bilan

Le cycle de formation à l'autonomie en alpinisme n'avait encore jamais eu tant de succès. Pour la première fois, nous avons été contraints de mettre en place une sélection à la fin de l'automne, pour préserver la qualité et le suivi de cette formation. En effet, plus de trente personnes souhaitaient suivre cette formation. Il est impossible pour notre petit groupes d'encadrants de former autant de personnes à la fois ! Après cette sélection improvisée pour réduire le groupe à 12 personnes, que nous avons essayé de rendre la plus transparente possible pour les participants, la participation du groupe a été plus ou moins assidue lors des sorties pendant l'hiver, puis renforcée au printemps.

La formation s'est conclue cet été par un stage d'une semaine à Chamonix pour vérifier le fameux dicton « qui trop écoute la météo passe sa vie au bistro ». Si la pluie et le brouillard nous ont bien détrempés le premier jour, nous avons pu profiter des conditions exceptionnelles de neige tout le reste de la semaine. Nous avons ainsi pu proposer trois belles courses le dernier jour, au dessus du refuge d'Argentière : Aiguilles d'Argentière par Flèche Rousse et par la voie Whymper, et traversée du Tour Noir.

Pour la saison 2024-2025, nous avons modifié la rubrique « [formation alpinisme](#) » avant le lancement du nouveau cycle de formation, afin notamment d'expliquer les modalités de sélection d'entrée dans le groupe. Avec une trentaine de candidats cette année aussi, une nouvelle sélection sera nécessaire. Nous avons à cette occasion renforcé le niveau des prérequis pour pouvoir suivre la formation.

Si nous avons été tenus de maintenir un haut niveau d'encadrement pour le cycle de formation à l'alpinisme, les propositions de sorties ouvertes aux alpinistes déjà formés ont été plus imitées : Il a s'agit essentiellement d'une semaine d'alpinisme dans les Ecrins début juillet, et d'un week-end dans le Mercantour cet automne. C'est encore un axe de progression à travailler ...

La traditionnelle sortie initiation à la cascade de glace a dû être annulée cette année, elle est littéralement tombée à l'eau.

Côté matériel, un important renouvellement de notre parc de cordes est à prévoir à court terme.

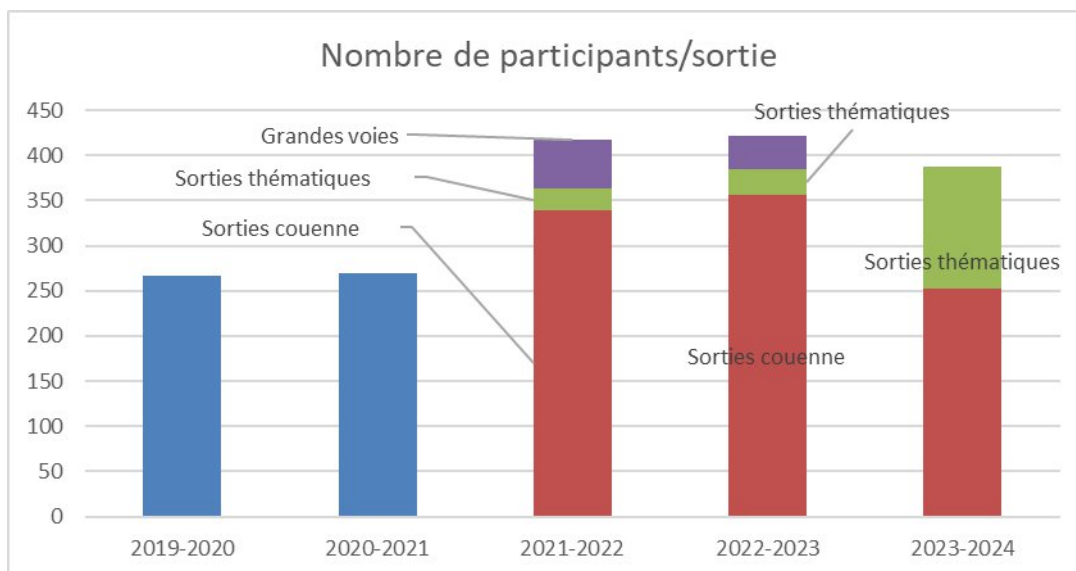
Cette année, deux nouveaux candidats au brevet d'initiateur ont réussi cette année la première étape de leur formation, Thomas Frappart et Baptiste Anceau, bravo à eux !

## Escalade

Jean Borgarino, Alison Moine



Le niveau d'activité sur la saison 2023-2024 est en légère baisse par rapport à la période précédente avec 52 sorties de formats variés (soirée, journée, week-end plus ou moins long). Cela représente 388 journées participants, réparties entre les sorties tous niveaux, les cycles de d'initiation/formation et les week-ends multiactivités.



4 nouveaux encadrants ont rejoint l'équipe ce qui permet de maintenir le nombre de sorties mais sans répondre complètement à la demande importante des adhérents du club.

Des groupes thématiques (« vers l'autonomie » et « progression ») ont été proposés cette année pour permettre une formation poussée sur 10 mois. Les cycles de formations proposés par les encadrants sont plébiscités par les pratiquants de l'activité mais le nombre de places, limité par groupe, ne permet pas de répondre pleinement à la demande.

Par ailleurs, les encadrants mobilisés pour ces groupes sont moins disponibles pour ouvrir des sorties « tous niveaux ».

Concernant les créneaux en gymnase, la gestion de celui du gymnase Cournaud reste un point à améliorer. Nous disposerons également d'un créneau dans un gymnase de la Duranne qui pourra permettre de varier l'offre de séances en semaine.

Comme pour toutes les activités du club, l'escalade reste dépendante de la disponibilité et de la motivation des bénévoles pour proposer un agenda diversifié sur l'année.

## Spéléo, canyoning



Par manque d'encadrant, notre club n'a pas pu proposer de sorties pour ces deux activités cette année. Mais cela devrait changer en 2025 !

## Vélo de montagne



Inscrites au programme par Borja et encadrées par un professionnel (Laurent Aublette), notre club propose à nouveau depuis cet automne quelques sorties de vélo de montagne.

Au programme de beaux parcours sont proposés, agrémentés d'ateliers pour faire progresser sa technique. Nous espérons que cette activité pourra être relancée de manière pérenne. Pour cela notre club peut accompagner des bénévoles pour se former à l'encadrement de sorties, avis aux volontaires !

## Randonnée pédestre / Raquettes

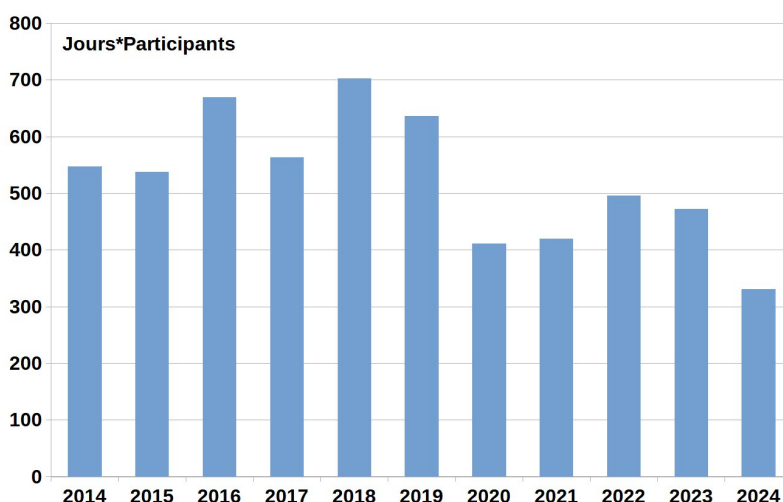
Laurent Trotignon, Jean-Pierre Mugard, Michel Manini



### Randonnée

Le bilan de l'année 2023/2024 de la section Randonnée pédestre du CAF d'Aix fait apparaître les points suivants :

- un nombre de sorties proposées légèrement inférieur à l'année précédente (33 vs 35)
- une participation globale en baisse (331 vs 473), la plus faible depuis 10 ans
- un équilibre hommes/femmes presque parfait dans la pratique



Les effets directs de la crise Covid étant maintenant estompés, ces chiffres reflètent en réalité la combinaison d'un manque d'encadrants (effectif faible et/ou blessures de certains) et, de façon plus marginale, la tendance à proposer des groupes d'effectif plus réduit lors des sorties. Car en réalité, il y a une forte demande des adhérents qui ne peut souvent pas être satisfaite.

Le déficit d'encadrants, sur lequel la section travaille depuis 3 ans, devrait se résorber en 2025/2026. En effet, 3 encadrants sont en cours de formation et 3 autres adhérents du Club ont manifesté de l'intérêt pour suivre la formation d'initiateur.

Il y a par ailleurs au Club plusieurs instructeurs en Cartographie-Orientation ainsi que l'espoir de voir un instructeur en randonnée/randonnée alpine être formé en 2025/2026.

Malgré ces chiffres en retrait par rapport à l'année précédente, la randonnée constitue toujours une activité suscitant intérêt et motivation de nombreux adhérents, comme cela s'est vu lors du week-end convivial de septembre 2024. De nombreux adhérents de la tranche d'âge 25-35 ans sont d'ailleurs demandeurs de cette activité.

Les encadrants forment une équipe soudée et partageant volontiers leurs retours d'expérience, ce qui permet de diffuser vers l'ensemble des adhérents les réflexes adaptés aux situations rencontrées. Les encadrants sont vivement remerciés pour leur investissement en temps, en énergie et leurs efforts pour maintenir un excellent niveau de compétence.

### Randonnée alpine

Au cours de cette année 2023-2024, nous avons pu réaliser 13 sorties pour 108 participants et 6 encadrants concernés ; c'est un bon résultat !

Les groupes restent relativement réduits, avec en moyenne 8,3 participants par sortie, ce qui permet de maintenir des bonnes conditions de sécurité.

Les annulations pour cause de météo défavorable, ont été rares, 1 ou 2 sur cette période.

La demande de rando alpine est importante, les attentes de sorties fortes ; il est vrai que pouvoir proposer davantage de sorties serait très apprécié !

Comme pour d'autres activités, cela dépend de la disponibilité des encadrants, et nous envisageons quelques améliorations sur la gestion des sorties : meilleure coordination entre encadrants, programmation anticipée autant que faire ce peut, et recrutement et formation de nouveaux encadrants dédiés.

A ce jour, une personne est en cours de formation, et nous espérons d'autres volontaires dans un avenir proche..."

## **Raquettes**

L'année 2023/2024 de la section Raquette à neige du CAF d'Aix est plutôt une bonne année avec une progression du nombre de sorties : 12 jours de sorties en raquettes, contre 8 jours l'année précédente, et 10 jours en 2022. Ces sorties sont organisées sur la période de janvier à avril.

Le nombre de participants jours est de 175, contre 89 l'année précédente (une très nette progression), avec une participation plus active des hommes (99 hommes et 72 femmes). Une sortie de 4 jours a été organisée en février pour les adolescents de Verticaillou.

Ce bilan doit cependant être nuancé par le faible nombre d'encadrants disponibles.

Nous accueillons Laurent Trotignon, qui termine sa formation d'encadrant pour l'activité raquette, ce qui permettra de répondre au souhait de nombreux pratiquants et d'augmenter encore le nombre de propositions. Les week-ends raquettes, ainsi que les week-ends conviviaux d'automne et d'hiver ont été des réussites et les encadrants qui se sont dévoués à ces occasions sont vivement remerciés par les responsables des sections Randonnée et Raquettes.

Pour l'année 2024-2025, le programme raquette est déjà bien plein.

## **Marche nordique**

*Delphine Gillier*



La section marche nordique a connu une année malchanceuse en raison de l'indisponibilité de ses encadrants dont la responsable de la section. Néanmoins, Philippe JEANDET a fait en sorte de faire vivre cette section avec 13 sorties et 90 participants, soit 7 participants en moyenne par sortie, dont quelques transfuges d'autres activités qui ont compris l'intérêt de la marche nordique pour les intersessions de certaines activités sportives. Rapportés à la demi-journée, ce sont 29 femmes et 16 hommes qui ont participé aux sorties de deux à 3 heures.

Les sorties se font dans un rayon de dix kilomètres autour d'Aix en Provence.

La section vit néanmoins et poursuit son développement :

- Fidélisation des participants qui s'inscrivent dans une réelle progression sportive et accueil de six nouvelles personnes;
- Achat de 9 paires de bâtons du club supplémentaires, ce qui nous permet d'avoir 16 paires ainsi qu'une housse de transport ;
- Création d'un compte Whatsapp dans lequel toute personne qui en fait la demande peut être inscrit et qui nous a bien servi pour nous retrouver tout au long de l'année pour des moments sportifs et conviviaux à hauteur de 31 rencontres ;
- Équipements individuels en bâtons grâce à une commande groupée ;
- Guide du choix des bâtons de marche nordique réalisé par Philippe JEANDET.
- Exercices ludiques et pratiques tout au long des séances

Je remercie le comité directeur qui a permis le développement de cette activité et qui nous fait confiance.

Pour 2024-2025, nos objectifs sont :

- Conserver l'ambiance de groupe qui est particulièrement bonne ;
- Attirer les participants des autres activités afin qu'ils perçoivent la complémentarité des pratiques ;
- Aider les participants à s'équiper à moindre frais en réalisant une nouvelle commande groupée ;
- Participer à un ou des challenges de marche nordique ;
- Recruter de nouveaux encadrants pour pouvoir proposer des sorties en semaine.
- Acheter de 3 ou 4 paires de bâtons de petite taille.

## Via Ferrata

*Michel Manini*



Pour cette année 2023-2024, 6 journées ont été proposées sur 4 week-ends et 1 week-end convivial, pour un total de 62 personnes (33 hommes et 29 femmes), contre 5 journées pour un total de 51 participants l'année dernière (28 hommes et 28 femmes). Exclusivement proposées par deux encadrants, cette activité est donc en légère augmentation par rapport à l'année précédente.

Pour les lieux : Champsaur, Queyras, Les Vigneaux.

En général, cette activité est jumelée avec un week-end de randonnée pour les mois de septembre, octobre et juin, ainsi que lors du week-end convivial d'automne.

## Ski de montagne

*Brigitte Fournier*



Globalement, l'année 2023/2024 de la section ski de montagne du CAF d'Aix en Provence ressemble à l'année précédente. La légère baisse du nombre de sorties, 44 sorties au lieu de 48, est compensée par une hausse du nombre des journées participants : 354 journées participants au lieu de 333.

Pourquoi n'avons-nous pas fait plus de sorties ? Plusieurs hypothèses.

Nous avons fait face à l'indisponibilité de plusieurs encadrants : certains ont eu des contraintes familiales, d'autres se sont blessés (ils sont guéris maintenant, heureusement !), enfin, les conditions de ski n'ont pas été bonnes tout au long de l'hiver, le changement climatique rendant l'enneigement capricieux. De plus, les sorties de début de saison affichent complet alors que les sorties suivantes sont souvent incomplètes.

STAT Ski de Randonnée	Saison 21/22	Saison 22/23	Saison 23/24
Nombre journées de ski de randonnée	30	48	44
Nombre de Journées encadrants ou co-encadrants	40	97	69
Nombre de journées participants	197	333	354
Proportion participation Femme/ total		33%	40%
Nombre de participants par sortie, en moyenne	6.5	6.9	8.04
Nombre d'encadrants actifs = ayant encadré au moins une sortie		15	14
Nombre d'encadrants à jour des brevets		8	10
Nombre d'encadrants brevetés cette saison		2	2
Nombre d'encadrants en cours de formation		7	4

Si on regarde plus en détails, au plan qualitatif :

Nous notons que la pratique du ski alpinisme tend à se féminiser un peu. 40% des participants sont des femmes contre 33% la saison dernière, et surtout, une initiatrice est en formation.

On constate que plusieurs sorties ont été réalisées dans le cadre d'un cursus de formation ; les Reines Des Neiges, les jeunes de Verticaillou, mais malheureusement le groupe de progression proposé par François n'a pas pu fonctionner à cause de sa blessure.

On remarque que peu de WE ont été organisés par les encadrants eux-mêmes. Les encadrants peinent à proposer des sorties. Par contre il y a eu de nombreuses sorties dans le cadre d'un gros événement qui regroupait plusieurs encadrants et proposait plusieurs sorties sur un même week-end comme le CLAP d'ouverture, le Week-End Convivial ou le Grand Parcours Ubaye (le GPU est organisé par le Comité Régional PACA).

Nouveauté : il y a eu un week-end de validation des compétences des Initiés. Cette évaluation n'était pas la conclusion d'un cursus de formation comme nous le faisons dans un groupe de progression mais elle se déroulait sur un seul week-end.

Autre nouveauté : le Camp de Base. Il y a eu de longs échanges en amont. Cette année les encadrants ont choisi d'être présents dans chaque groupe. La saison prochaine verra certainement un Camp de Base avec un fonctionnement qui responsabilise plus les pratiquants. dans un cadre clairement posé.

Au sujet de la communication : notons que l'activité ski de randonnée a disparu du site pendant trois mois : Un problème informatique fédéral finalement résolu en fin de saison ! Pour l'hiver prochain, nous avons du nouveau : les inscriptions se feront plus facilement, directement sur le site et il y aura un groupe WhatsApp pour communiquer rapidement entre encadrants et adhérents.

Et enfin, nous avons proposé une soirée d'information à l'attention de tous les adhérents : nous avons organisé une conférence avec le guide Paulo Groebel. Il nous a présenté sa méthode de préparation coopérative d'une sortie. La CSV, Cartographie Systémique de Vigilance ». Il s'agit de préparer la sortie ensemble, en mettant le groupe au centre du projet. L'encadrant n'est plus le *chef de la course* mais il est un véritable *initiateur*. Cette méthode s'adapte très bien à toutes les activités : Ski ; alpi, rando. Nous avons organisé cette soirée en lien avec le comité Régional PACA. Soirée très appréciée.

Les instructeurs Neige et Avalanches du Club ont proposé des stages de formation inscrits au catalogue des stages fédéraux, niveau perfectionné. Ces stages ont été très riches en enseignements.

Pour ce qui est de la formation des cadres du club, pierre angulaire de mon projet en tant que responsable d'activité, le bilan est très positif. Je tiens à féliciter tout particulièrement nos encadrant.e.s qui sont entré.e.s dans le cursus de formation, qui l'ont terminé ou qui se sont recyclés. Je félicite en particulier pour leur implication dans le club :

- François A. et Olivier K ; qui ont obtenu cette année leur brevet d'initiateurs,
- Marine B., et Sébastien M. qui sont initiateurs stagiaires,
- Les 4 skieurs qui s'engagent dans le cursus de formation (Dominique, Marc, Valentin, Claude)
- les 2 encadrants dont les compétences sont reconnues par le club et qui souhaitent valider leurs expériences et obtenir la certification (François P. Olivier R. retardés par des blessures cette année)
- et ceux qui se sont recyclés.

En conclusion, j'avais pris la responsabilité de la section ski de montagne pour trois ans. J'ai fait de mon mieux pour faire le lien entre les adhérents et la fédération, pour mettre en œuvre la réforme des cursus de formation, pour lancer une dynamique de formation, afin que les adhérents deviennent autonomes et progressent en sécurité. J'arrive au terme de mon engagement.

Je passe la main à Marc Schuhmann qui va prendre la responsabilité de la section ski de montagne.

## Groupe « multi activités familles »



Le groupe famille n'a pas repris son activité cette année.

En quoi consistait ce groupe ? Quelques familles se réunissaient en week-end, parents et enfants ensemble. Une fois pour parcourir de jolis sentiers, une autre fois dans un secteur d'escalade, etc. Si cela vous intéresse, nous pouvons vous renseigner à la fin de cette assemblée générale ...

## École d'aventure « Verticaillou » (14-18 ans)

*Martine et Claude Boucharat*



Avec 14 jeunes inscrits et 28 jours de sorties variées, Verticaillou a passé une année bien dynamique. La mixité n'est pas encore au rendez-vous, avec 4 filles pour 10 garçons. Depuis la rentrée de septembre 2022, le groupe s'est ouvert aux jeunes à partir de 12 ans. Deux jeunes filles étaient dans cette tranche d'âge de 12 et 13 ans, parfaitement adaptées au groupe. Le groupe de jeunes a été très joyeux, très solidaire, très enthousiaste.

L'année a commencé par une sortie terrain d'aventure pour laquelle Laurent Coursol nous a prêté main forte.

La participation au weekend convivial de fin septembre a été particulièrement appréciée par les jeunes.

Loïc Peltier, notre DE escalade, a encadré 6 journées à la Sainte Victoire, dont une de via cordata pour laquelle il a été aidé par Noémie, sa compagne. Pour les autres sorties escalade falaise et initiation manips, il a été aidé par Claude, Martine, Michele et Olivier Roux. Loïc a également encadré, avec l'aide précieuse de Noémie et de Mélissa Bedjai, une maman, lors du week-end départemental à Digne les Bains, organisé par le CAF Aubagne.

Un week-end randonnée-escalade durant les vacances de la Toussaint nous a mené en Ardèche, au gîte du Viel Audon.

Pour la saison de neige, quelques jeunes ont participé à l'entraînement DVA dans les broussailles. Nous avons organisé un week-end neige en janvier, avec Dominique Blond et François Martineau du CAF Calanques pour l'encadrement ski de rando, avec aussi Claude et Martine en alternance sur ses deux activités. Nous avons deux jeunes de la toute nouvelle école d'aventure du CAF Calanques avec nous. Au début des vacances de février, ils étaient 12 jeunes pour quatre jours au refuge de Maljasset, encadré par Nicolas Poiré, François Linck, Michele Garonne, Claude et Martine.

Au printemps, pour les ponts du mois de mai, Lara Loss, responsable de l'école d'aventure du CAF Calanques, nous a proposé de nous joindre à son groupe pour 3 jours entre Verdon et Annot, avec Lionel Catsoyannis, DE escalade et canyon. Au programme un canyon sec, la visite d'une grotte magnifique et une via ferrata vertigineuse et aussi les récits merveilleux de Lionel au coin du feu.

Une belle sortie VTT encadrée par Sylvain et Claude.

Et pour clôturer l'année, notre séjour alpinisme nous a emmené aux refuges de l'Alpe de Villard d'Arène et du Pavé, où nous avons pu faire la pointe des Chamois, par une météo magnifique malgré les bulletins très pessimistes des jours précédents. Jean-Christophe Le Denmat nous accompagnait, comme l'année précédente, pour co-encadrer notre groupe de 8 jeunes, dont un jeune du CAF Calanques.

Quelques jeunes quittent le groupe Verticaillou, notamment parce qu'ils ont passé le bac. Beaucoup se réinscrivent et nous avons quelques nouveaux. L'année s'annonce bien.

## Week-ends multi-activités

*Marion Di Cocco*



Première saison sans notre binôme habituel Laurent et Michele. L'organisation est confiée à trois nouveaux bénévoles non encadrants : Marion di Cocco, Marie-Ange Bournazel, et Marc Schumann avec de fortes ambitions ! Le week-end d'automne a eu lieu le dernier week-end de septembre au gîte « la vie Sauvage » dans le Queyras. Un projet ambitieux pour le début de l'automne. Heureusement une météo impeccable avec plus de 30°C a grandement

contribué à la réussite de ce week-end. De plus, une multitude d'activités furent proposées : escalade en couenne et grandes voies, randonnée alpine ou pédestre et via ferrata. Presque 70 personnes ont participé à ce week-end, un grand défi pour notre nouvelle équipe qui s'en tire haut la main.

Le week-end neige s'est également déroulé au gîte « la vie Sauvage » dans le Queyras, la délicieuse cuisine et son confort du gîte ont rapidement séduit les participants puisque le weekend fût complet en 2h ! Nous avons ouvert à presque 65 participants ce week-end, un groupe assez élevé au vu de la logistique du matériel. Il s'est déroulé mi-février afin d'être certain d'avoir de la neige. Malgré les conditions neigeuses samedi, les encadrants ont pu proposer des sorties à chaque groupe. Le retour au gîte le soir s'est accompagné d'une séance de sauna + jacuzzi pour requinquer le moral des troupes. Et la fameuse raclette du gîte a fini de réchauffer le cœur et le corps des participants. Heureusement le dimanche, soleil et poudreuse ont permis de finir en beauté le week-end.

Ce week-end demande beaucoup de travail au vu du nombre de participants, et les encadrants font un super travail de gestion de groupe et d'entraide pour faciliter l'organisation.

Deux week-end conviviaux sont prévus pour la saison 2024-2025 avec une équipe un peu modifiée (Marion et Carole). Le prochain se tiendra à Arvieux le 25-26 janvier 2025.

## Formation

**Martine Boucharat**



### Membres de la commission :

Martine Boucharat (responsable de commission), Jean-Paul Bouquier, Brigitte Fournier, Michele Garone, Alison Moine

La commission s'était réunie le 18 septembre 2023 pour préparer l'année.

Il n'y a pas eu d'autre réunion ; les membres de la commission ont accompagné plusieurs actions de formation variées au cours de l'année.

Notre club a une belle dynamique de formation depuis quelques années et les projets sont encore nombreux pour le nouvel exercice 2024-2025.

### Objectif de la commission :

Suivre et soutenir les actions de formations réalisées au sein du club. Initier de nouvelles actions de formation. Sensibiliser les adhérents à l'intérêt des formations. Rendre accessible l'information sur les formations qui se déroulent au sein du club ou qui sont organisées par le comité régional ou la FFCAM. Désormais la fédération nous demande aussi de mutualiser les formations et de faire celles de niveau 1 au nom du Comité départemental et celles de niveau 2 au nom du Comité régional et de les faire apparaître sur la liste des formations du site national.

## **Formations de l'année 2023-2024**

### **Formations courtes**

Le club a proposé un programme de formation diversifié au cours de l'année. Pour commencer l'année, une formation intitulée « mais que ce cache-t-il derrière le CAF ? » par Delphine et Marie-Ange.

Toujours la continuité des formations aux premiers secours (PSC1) avec les pompiers du service départemental d'incendie et de secours, organisées cette année par Alison et Michele.

Des formations neige-avalanche de grande qualité, assurées par Pascal et Gérard, qui ont encore attiré beaucoup de participants.

Les encadrants ont été nombreux pour animer la traditionnelle formation à l'utilisation des DVA dans les broussailles à Sainte-Victoire.

Sur l'initiative de Brigitte, en partenariat avec le CAF du Garlaban, et avec la participation du comité régional PACA, Paulo Grobel a animé une belle soirée de présentation de la « cartographie systémique de vigilance ».

Jean-Pierre a animé une soirée sur le thème « alimentation et hydratation en montagne ».

Delphine, Michele et Laurent poursuivent leurs formations carto niveau 1 et niveau 2 avec plusieurs personnes du CAF d'Aix qui ont validé ces formations. 7 personnes de notre club ont validé leur Carto 2 en mars 2024.

Une nouvelle session de l'Unité de Formation Commune aux Activités (UFCA), prérequis à l'obtention de tous les brevets d'encadrement fédéraux, a été proposé en septembre 2024 par Jean-Paul, Delphine, Laurence, Myriam et Martine. Elle a permis de former 19 personnes.

En ski de randonnée, Brigitte, en tant qu'institutrice Neige et avalanches, a organisé un stage du niveau perfectionné Neige et Avalanche niveau 2 (NA2) + « Réussir Sa Sortie » (RSS) à Estenc. François Allard a participé à l'animation dans le cadre de sa formation initiateur stagiaire.

Gérard et Pascal ont également organisé des stages du niveau perfectionné (NA2 + RRS) à destination des skieurs et des alpinistes.

Enfin, Michele, a encadré à destination des randonneurs en raquettes, entre février et mars 2024 dans le Champsaur, un stage de niveau perfectionné NA2+RSS, un stage recyclage raquettes et il a co-encadré un stage initiateur.

## Cycles de formations

**Ski de randonnée** : RDN24, groupe féminin de progression de niveau perfectionné, en partenariat avec Marseille. Oser ensemble pour améliorer sa pratique et/ou se diriger vers l'encadrement en club.

Des encadrants qui avaient commencé un cycle de formation perf ont dû renoncer à cause de leur blessure. Ils sont maintenant en pleine forme.

Ces formations s'adaptent aux nouveaux cursus de formation proposés par la FFCAM, avec des formations pour valider les compétences clairement identifiées dans les fiches « initiés » et « perfectionnées ».

**Raquettes à neige** : Un week-end de validation initiés a été proposé, en janvier, par Michele, Jean-Pierre, Laurent et Edwin et 15 personnes du CAF d'Aix ont pu en bénéficier. Ce même week-end, Gérard, Laurent et Luc ont proposé une validation initiés en ski de randonnée. Les deux groupes se sont retrouvés le soir dans le même gîte pour passer de bons moments ensemble.

**Alpinisme** : La section alpinisme poursuit son cycle de formation bien rodé, avec toute l'équipe d'encadrants et notamment Jean-Paul, François, Laurent, Sylvain, Gérard, accompagnés de nos nouveaux co-encadrants en passe d'être brevetés.

**Escalade** : Cette activité s'est elle aussi bien engagée dans les cycles de formation, avec la poursuite de la formation débutants vers l'autonomie et la mise en place d'un nouveau cycle de progression, pour les grimpeurs du 6 qui voudraient avancer vers le 7.

## Brevets et « recyclages »

En ski de rando :

- François Allard et Olivier Kiriakos ont obtenu cette année leur brevet d'initiateurs ski de rando
- Marine Boucharat et Sébastien Mitaut sont désormais initiateurs stagiaires,
- Plusieurs skieurs s'engagent dans le cursus de formation (Dominique, Marc, Valentin, Claude, Gaétan)
- Deux encadrants dont les compétences sont reconnues par le club et qui souhaitent valider leurs expériences et obtenir la certification (François P. Olivier R.) ont été retardés par des blessures cette année.
- D'autres se sont recyclés (François Linck)

En raquettes à neige :

- Michele a obtenu les brevets d'instructeur Neige et avalanches et celui d'instructeur d'activité (raquettes).

En escalade :

- Arthur Phialy a été certifié initiateur SAE/SNE en octobre 2023.
- Damien Auzou et Dominique Lalot ont suivi le cursus initiateur complet SAE/SNE sur l'exercice 2023-2024

En alpinisme :

- Thomas Frappart et Baptiste Anceau sont brevetés initiateurs stagiaires et poursuivent donc maintenant la seconde de partie de leur formation.

En randonnée :

- Plusieurs personnes sont en train de suivre le cursus de formation pour devenir encadrants : Christophe, Céline, Christine, Yves, Pamela et Marion.

## Communication



Une newsletter est éditée assez régulièrement, et envoyée par mail à l'ensemble des adhérents.

Des informations sont aussi communiquées activité par activité : si vous souhaitez être mis au courant des nouveautés pour une activité en particulier, n'oubliez pas de cocher votre intérêt pour cette activité au moment de renouveler votre licence. C'est possible après-coup depuis votre « espace licencié FFCAM ».

Toutes ces informations sont publiées via l'outil de la FFCAM, qui permet de choisir assez facilement les destinataires de chaque message (encadrants, personnes intéressées par la randonnée, tous les licenciés, ...), et permet de garder une mise en page officielle mais dispose de la même interface « rustique » que celle du site internet.

## Animations

*Lucie Buchet*



Dans le courant de l'année, Marie-Ange a laissé sa place à Lucie à la tête de la commission animations, suite à sa mutation dans une autre région.

La grande nouveauté de la saison 2023-2024 a été la mise en place d'une équipe bar. Une dizaine de personnes tournent tous les jeudis soirs pour maintenir « l'esprit du pub alpin » lors de la permanence du jeudi, et cela sans compter les habitués qui viennent profiter de leur bière traditionnelle du jeudi soir ...

Concernant les animations 2023, nous avons eu en moyenne entre 10 et 15 participants à chaque événement. Nous avons organisé ces activités autour de deux grandes thématiques : les soirées "gastronomiques" et les conférences.

Voici un petit récapitulatif des événements dans chaque catégorie :

- **Soirées gastronomiques** : Accueil des nouveaux arrivants, galette des rois, carnaval et crêpes, pique-nique à la plage du Verdon, pique-nique de fin de saison au pied de la montagne Sainte-Victoire ...
- **Conférences** :
  - Hydratation et nutrition en montagne,
  - Fresque du climat
  - Histoire des Calanques

Pour cette année, nous allons en grande partie reconduire ces événements, tout en variant les thèmes des conférences. Voici quelques-uns des sujets déjà prévus :

- Vie pastorale et loup
- Soirée bobologie en montagne

- Histoire de la Sainte-Victoire
- Biodiversité

Si ces activités ou thématiques vous intéressent, surveillez bien vos mails et l'agenda du club (rubrique « [permanences, formations et événements multiactivités](#) »)

## Protection de la montagne

Jean-Paul Bouquier



### Informations fédérales

La Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne (FFCAM) a précisé cette année son projet de « label vert ». L'engagement des clubs dans la protection du milieu montagnard et une pratique durable peut désormais être reconnue par l'attribution du label « CIMES » Clubs Investis pour une Montagne et son Ecosystème Sauvegardés. Les critères d'attribution porteront sur :

- la désignation d'un référent qui anime et communique sur les actions de lutte contre le réchauffement climatique et l'effondrement de la biodiversité,
- la transmission des connaissances et des bonnes pratiques (transport, alimentation, vêtements, numérique...)
- la réduction des impacts : réalisation et suivi du bilan carbone du club, politique d'équipement du club, protection de la biodiversité
- la réalisation et la communication sur les actions entreprises : démarche Que la Montagne est Belle (QLMB)
- une veille locale sur les événements environnementaux avec intervention éventuelle auprès des instances concernées en partenariat avec les autres associations,

### Actions locales

Il n'est toujours pas constitué de commission de protection du milieu montagnard au sein de notre club, mais le club est représenté dans le conseil d'administration de l'Association pour Sainte-Victoire (ASV)

Celle-ci a poursuivi ses actions :

- Entretien des sentiers : 4 samedis de novembre à février (pluie en mars) sur 3 itinéraires du Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée (PDIPR), et un sur le tracé marron (grotte du Cheyenne)
- Collaboration avec le Grand Site Concors Sainte-Victoire (GCSCV) : 5 journées avec 3 participants ASV et 2 gardes-nature.

Grâce à un printemps pluvieux et un été sans vents forts, le massif n'a pas connu d'incendie et très peu de jours d'interdiction d'accès.

Le Département poursuit la rénovation de la signalisation directionnelle par panneaux en matière synthétique jaune. A la suite de notre intervention, la hauteur de certains poteaux de support a été ajustée à la taille des randonneurs. Il y a encore quelques petits défauts, par exemple le renommage du « Parking du Plan de l'Anchois ».

Le programme de la nouvelle signalisation, à la charge de la Métropole Aix-Marseille-Provence, a commencé sur le Concors.

Plusieurs fermetures d'accès sont en cours ou à venir dans le massif :

- Les travaux en cours sur le sentier Imoucha entraînent sa fermeture et celle des tracés rouges pendant 3 mois (octobre – décembre) en 2024 et 2025.
- Le Prieuré est actuellement fermé jusqu'à fin novembre, durant les travaux de réfection des toitures (pose de tuiles anciennes).

- L'extension de la réserve naturelle nationale de Roques Hautes (jusqu'au sentier Imoucha et au tracé rouge du Pas de l'Escalette), sera officielle prochainement. La pratique du parapente sera interdite dans ce secteur, de janvier à juillet (fermeture du décollage de l'Escalette), probablement à partir de 2026.
- Enfin, suite au très récent éboulement à proximité de la grotte aux hirondelles, les tracés verts et noir sont fortement déconseillés.

Le programme des 5 samedis d'entretien des sentiers sera reconduit cette année (16 novembre, 14 décembre, 11 janvier, 1er février, 15 mars), ainsi que le programme de travaux en semaine en collaboration avec les gardes-nature du GSCSV.

Le conseil d'administration de l'Association pour Sainte-Victoire a besoin de se renforcer. N'hésitez pas à proposer votre candidature !

## Site internet



Notre webmaster Rémy Viala assure la maintenance de notre site internet, qui est à la fois une vitrine de notre club et notre outil du quotidien (agenda, etc.)

Même si nous n'arrivons pas toujours à le mettre à jour assez rapidement, nous vous rappelons que de beaux « carnets de routes » sont régulièrement produits par les encadrants et les participants aux différentes sorties du club. Leur lecture est toujours aussi plaisante, et les photos souvent bien agréables à découvrir ...

Pour démultiplier les efforts de maintenance du site, des droits ont été ouverts à un certain nombre de personnes, activité par activité. Les pages dédiées aux activités sont petit à petit mises à jour sans que tout le travail ne revienne à notre webmaster. De nombreuses idées avaient été émises lors de la soirée « boîte à idées » l'an dernier. Nous les avons toujours bien notées.

Après quelques tests concluants dans la première moitié de l'année, vous avez peut-être vu (ou pas ?) que nous avons opté pour le nouveau système de gestion des sorties (agenda, inscriptions, ...) proposé par la fédération. Après l'investissement nécessaire pour passer à ce nouveau système, (rédaction d'un mode d'emploi, formation des encadrants, ...) ces fonctionnalités facilitent le travail des encadrants sur certains points (gestion des inscriptions, fiches de sorties, statistiques par activité).

A côté de ce nouveau « planning des sorties », nous avons dû garder l'ancien système d'agenda pour les formations et autres événements qui ne peuvent pas être rattachés à une seule activité (week-ends multi-activités, animations, ...). Si vous ne trouvez pas de sorties proposées pour votre activité préférée, c'est peut-être parce que vous ne consultez pas le bon agenda !

Après la refonte du système de gestion des sorties, la fédération est en train de refondre les modèles de site internet de tous les clubs alpins. La maquette qu'on nous a communiqué il y a quelques semaines est plutôt prometteuse, et devrait nous permettre de rafraîchir notre site internet, probablement en 2025.

Si quelques personnes ont envie de seconder Rémy pour assurer la mise à jour de ce site, nous saurons quoi leur proposer !

## Bibliothèque

*Isabelle de Andrade*



### **Fonctionnement de la bibliothèque**

Tout cafiote à jour de sa cotisation peut emprunter un ou plusieurs ouvrages, sauf les cartes IGN, consultables sur place, qui ne peuvent être empruntées que par les organisateurs des sorties.

Il s'agit de topos, de cartes IGN, mais aussi de livres et autres romans.

Ce fonctionnement, en libre-service, basé sur la confiance puisque l'emprunteur renseigne lui-même les sorties et retour des documents qu'il emprunte sur un cahier, exige néanmoins de respecter quelques règles de bon sens :

- D'abord avant le premier emprunt : laisser en dépôt un chèque de caution de 50 euros qui n'est pas encaissé, sauf si l'ouvrage est perdu ou abîmé. Ce chèque est valable quel que soit le nombre d'ouvrages empruntés.
- Jour de l'emprunt : inscrire LISIBLEMENT sur le cahier prévu à cet effet : date de l'emprunt, vos noms et prénoms, numéro de téléphone, le titre de l'ouvrage, sa référence dans la bibliothèque.
- Jour du retour : inscrire la date du retour et reclasser le document à sa place.
- Durée de l'emprunt : deux semaines maximum, sachant que d'autres personnes sont peut-être intéressées par l'ouvrage.

En ce qui concerne les topos, merci de vérifier sur l'agenda du club qu'aucune sortie n'est prévue dans le secteur du topo pendant la période d'emprunt : les encadrants comptent sur ces topos pour organiser leurs sorties !

Renouvellement et enrichissement du fonds : tous les ans, une vingtaine d'ouvrages nouveaux vient enrichir la documentation, à l'initiative des responsables d'activités, ainsi que de nouvelles cartes topographiques.

Afin d'éviter la redondance, il est conseillé de s'assurer avant tout nouvel achat, que l'ouvrage n'est pas déjà à l'inventaire, qu'il s'agisse de cartes, de topos ou de livres et qu'il sera utile à l'organisation de sorties du CAF d'Aix.

L'inventaire de **tous les ouvrages** est disponible en format :

- papier = classeur sur place
- informatique : rubrique bibliothèque de notre site internet.

Bonne lecture !