



Le COL-porteur

1 – Le-COL confiné mais toujours présent

Le nouvel assaut de la COVID-19 met à l'épreuve la vie sociale et associative, et freine considérablement les activités sportives, qui, pour autant, n'en deviennent que plus nécessaires à l'entretien et la préservation de la santé. Evidemment, le COL ne peut plus, durant cette nouvelle période de confinement, organiser ses sorties de marche nordique, ses sorties thématiques, et les festivités qui devaient marquer son trentième anniversaire. Néanmoins, ce bulletin de liaison, ouvert à tous les adhérents, est là pour maintenir le lien, permettre à chacune et chacun de faire part de ses idées, suggestions, souvenirs, conseils, questions...

Le site Internet du COL et le bulletin de liaison ne manqueront pas de diffuser toute nouvelle information relative à une éventuelle reprise des activités « sur le terrain ». Dans cette attente, il est conseillé à tous de profiter au mieux de l'heure journalière de sortie autorisée (avec attestation dérogatoire) pour se maintenir en forme : une heure de marche rapide, avec ou sans bâtons, représente déjà un bel entraînement... et nous retrouverons, le plus tôt possible, l'amitié et la joie qui caractérisent les sorties de marche nordique dans notre magnifique environnement naturel.

2 – Une Sortie en Cévennes « confinée »

A l'automne, était prévue une sortie en Cévennes pour découvrir le patrimoine cévenol avec ses alternances de forêts de chênes, de châtaigniers, ses murets de pierre et ses hameaux isolés. Une terre schisteuse et granitique qui, malgré l'exode rural, a gardé les traces d'une agriculture familiale où le châtaignier appelé aussi « arbre à pain » en est l'arbre emblématique. Pendant longtemps en effet, ses fruits ont constitué la base de l'alimentation des cévenols.



Les châtaignes, particulièrement nutritives étaient récoltées sur le flanc des collines et descendues au village dans de grands sacs de jute, avant d'être, le plus souvent, séchées au feu de bois pendant plusieurs jours dans une « *clède* », petite maison en pierre. Les châtaignes séchées, appelées « *blanchettes* » permettaient aux cévenols de s'alimenter à partir de ce produit de leur terre toute l'année. Ils n'avaient plus qu'à les réhydrater pour les consommer, en particulier pour préparer le « *badjanat* », traditionnelle soupe de châtaignes sèches cuites à l'eau. Moulues, elles produisent une farine, adjuvant ou base de diverses préparations culinaires. Mais ce que préfèrent les petits (et les grands !), c'est la grillée de châtaignes fraîches ! Régala de l'automne après une cueillette sous un ciel d'un bleu azur limpide comme on en voit durant les belles journées d'octobre... Quel plaisir d'entendre crépiter les châtaignes dans la poêle posée sur un trépied dans la cheminée, de les « couvrir » à tour de rôle une fois cuites et emballées dans plusieurs épaisseurs de papier journal, puis d'enlever la peau noircie par le feu avant de les déguster accompagnées d'un verre de Carthagène, au milieu des rires des enfants qui s'amuse à marquer leur visage de leurs doigts noircis ! En préparation plus élaborée, la châtaigne apporte douceur et saveur sucrée au dessert : la confiture de châtaignes ou le miel de châtaignier révèlent tout le parfum et le goût corsé de ce terroir. A la fin du mois de juin, le châtaignier produit des fleurs d'un jaune pâle qui libèrent un parfum enivrant et font le régala des abeilles qui en récoltent le nectar. Les ruches ont longtemps été fabriquées avec un tronc de châtaignier creusé recouvert d'une *lauze*. D'ailleurs, certains perpétuent encore la tradition de ces « ruchers-troncs ».



La sortie prévue devait s'organiser autour d'une marche à travers ce paysage cévenol avant de rencontrer Michel, au hameau de Valbonne, qui transforme lui-même les châtaignes qu'il produit. Malheureusement, un épisode cévenol d'une grande violence a provoqué une crue centenaire qui a abîmé le pont, seul accès praticable au village. Au confinement lié au Covid-19 s'est alors ajouté l'isolement géographique....



Rapidement un pont submersible a été mis en place, lui-même emporté par une nouvelle crue trois semaines après...

Il faudra donc attendre de meilleurs jours, des jours *déconfinés* et un accès possible pour espérer goûter la confiture de châtaignes et se plonger dans ces paysages sauvages des Cévennes.



Christine Triaire

3 – Souvenirs du stage de reprise de septembre 2018

Quelques souvenirs de la saison 2018 - 2019 de Marche Nordique, avec son stage de reprise des 15 et 16 septembre 2019, pour donner des idées post-confinement : voici une destination idéale pour un séjour insolite au cœur de l'Aubrac ! Le gîte d'étape est situé sur de grands sentiers : le GR 60 Tour des Monts d'Aubrac, le Chemin des amis de St Guilhem le Désert, le Chemin du pape Urbain V, à proximité de la Route des Lacs.



La cascade du Saltou



Le groupe de Marche Nordique devant un Buron



La fermeture d'un hangar au hameau de Brouillet

Jean-Pierre Combes, Président du COL

Si vous êtes intéressés, vous pouvez vous recommander du COL, qui a laissé un bon souvenir de son passage, auprès de :

Denise PIGNOL
Le Brouillet

48340 – Saint-Pierre de Nogaret
Tel 04 66 32 60 73 – 04 66 32 68 74

jeanphilippe.pignol@nordnet.fr

www.gite-lozere-aubrac.com



