



JÉRÔME GORIN

THÉRAPIE

Aider les malades à « gravir » leur rémission

Certains osent le parallèle symbolique entre la difficulté de l'ascension d'un sommet et celui du chemin vers la guérison. C'est en tout cas le leitmotiv de l'association À chacun son Everest, qui organise à Chamonix des semaines de stages en montagne pour les femmes et enfants en rémission d'un cancer. Pour faire face à la perte de confiance en soi qui accompagne souvent la maladie, l'association promet la « *thérapie par l'exploit* ». Rendez-vous sur leur site pour les aider à financer ces semaines d'exception.

achacunsoneverest.com



VINCENT MARTIN

Réhabiliter les paysages de montagne

Des constructions militaires aux anciennes exploitations agricoles, environ 3 000 installations obsolètes défigurent les montagnes et constituent un danger quotidien pour la faune et la flore. Grâce au recensement effectué par l'association Mountain Wilderness depuis 2001, 60 chantiers ont déjà permis de nettoyer les déchets qui jonchent les vallées. Cet été, de nombreuses actions sont prévues, du déblayage d'une clôture à moutons dans la commune de Falgoux (Cantal), les 5 et 6 juin, à la destruction de barbelés militaires sur le massif du Chenaillet (Hautes-Alpes), les 3 et 4 juillet. Chaque action nécessite des dizaines



de bénévoles : renseignez-vous sur les opérations à venir pour vous inscrire. mountainwilderness.fr



B. PICCOLI/ADOBESTOCK

MARCHE

Baliser les chemins de randonnée

Avez-vous déjà croisé, au détour d'un chemin de randonnée, cette main qui, pinceau entre les doigts, inscrit sur un tronc d'arbre les balises rouges et blanches du GR ? Sans elle, nous serions déjà perdus. Vous aussi, devenez baliseur d'itinéraire et prenez la responsabilité d'un bout de sentier, en faisant un stage à la Fédération française de randonnée.

formation.ffrandonnee.fr
(rubrique « Itinéraires »)



ANIMAUX

PARTIR SUR LA TRACE DE L'OURS

Sur son passage, l'ours brun laisse de grandes empreintes aux longues griffes, avec un bourrelet à l'avant de la paume. Facile à reconnaître ? Pas si sûr, et en plus, elles se font rares : il restait 57 ours dans les Pyrénées en 2020. L'association Pays de l'ours travaille à les comptabiliser pour protéger et faire perdurer l'espèce. Si vous pensez reconnaître leurs traces, faites-le savoir. paysdelours.com (rubrique « Ours : vos observations nous intéressent ! »)

L'homme qui a vu l'ours

SOLIDARITÉ

Aider les migrants à la frontière franco-italienne

Quand la nuit tombe sur la station de ski de Montgenèvre (Hautes-Alpes), des hommes seuls, des familles, parfois même des femmes enceintes, traversent la frontière enneigée à pied, au péril de leur vie. Alors un peu plus bas, à Briançon, des citoyens s'organisent pour leur porter secours. L'association Tous migrants lutte pour leurs droits fondamentaux et organise des maraudes dans les montagnes avec Médecins du monde pour éviter les accidents. Les exilés se reposent ensuite quelques jours et reçoivent des soins au Refuge solidaire. Orientation, préparation des repas, entretien, lavage du linge... « *Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues* », affiche le refuge, qui cherche en permanence bénévoles, dons de nourriture et de produits d'hygiène. À la MJC du Briançonnais, accompagnez aussi les exilés dans l'apprentissage de la langue. Habitant de Briançon

tous migrants

ou non, vous pouvez aider en accueillant temporairement chez vous une personne partie déposer sa demande d'asile ailleurs. tousmigrants.weebly.com



WILLY GUILLET

CONCOURS

Capter les « affleurements rocheux »

Ce terme poétique désigne un ensemble de roches calcaires typiques du massif jurassien. Leur sol, plus pauvre qu'ailleurs, accueille une faune et une flore particulières et fragiles. Pour contribuer à l'identifier et à la préserver, Jura nature environnement organise un concours photo, « À fleur' de roche », qui court d'avril à juin. À vos objectifs ! jne.asso.fr

Clic clac Roche!



MARION JOY/HANS LUCAS VIA AFP



YANN LAMASON/MOUNTAIN RIDERS

Pour que la montagne soit belle !

Rendre à la montagne sa propreté

À l'origine, c'est l'histoire d'un groupe d'amis qui ramassaient les déchets trouvés en montagne pour préserver leur terrain de jeu. Vingt ans et quelque 5 000 volontaires plus tard, c'est environ 30 tonnes de débris qui ont été récupérés par l'association Mountain Riders. La liste des collectes à venir est référencée sur une carte interactive, disponible en ligne. Il ne reste plus qu'à apporter ses gants et son sac réutilisable pour participer !

mountain-riders.org



A. SZOV/ADOBE STOCK

EXCLUSION

Partager les sommets avec tous

En raison de leur coût, les sports d'hiver restent inabordables pour un grand nombre de Français. Hugues Chardonnet, médecin, guide de haute montagne et diacre, a fondé en 2012 l'association 82-4000 Solidaires pour partager la montagne avec les plus démunis. Depuis 2013, l'association a organisé 75 stages d'alpinisme « avec ceux qui n'ont pas un rond », convaincue que « l'alpinisme est un rêve capable de relever une personne et de la mener toujours plus haut ».

Pour les rejoindre ou leur faire un don, rendez-vous sur leur site : 824000.org



82-4000 SOLIDAIRES

Pages réalisées par Manon Chapelain, Fanny Cheyrou et Marguerite de Lasa

ÉGALITÉ

FÉMINISER LES PRATIQUES DE MONTAGNE

En France, 98 % des guides de haute montagne sont des hommes. Face à ce constat, la Fédération française des clubs alpins et de montagne (FFCAM) a créé des groupes féminins pour promouvoir l'accès des femmes à l'autonomie et au leadership. Dans l'un des parcours proposés, les participantes s'entraînent ensemble puis montent un projet, comme cette précédente expédition dans les montagnes de Bolivie. Pari réussi : dans la dernière promotion, cinq femmes ont obtenu le diplôme d'initiateur alpinisme.

ffcam.fr (mots-clés : groupe féminin haute montagne)