

terra

P3 Trophées du Commerce : l'Escape Games de Val-Cenis plébiscité par le public. **P5** En quête de la mémoire de la gare **P6** Des animaux en mode survie **P9** Hébergement de loisir, interview de Laura Gagnière **P9** Axel Le Palabe sélectionné en coupe du monde de ski freestyle **P11** Qu'est-ce que le chamanisme ? Réponse avec un film et un débat.

Modana



HAUTE MAURIENNE VANOISE

Transport Haute Maurienne Vanoise, acte III : Cet hiver, restez zen, prenez le bus ! Les détails du service dans le nouveau guide mobilité p4



Pour Noël, la RD 1006 rendue à la circulation... p5

Avec Micheline Buisson, redécouvrons les matériaux naturels de Maurienne p7



Ph. Département Savoie



Retrouvez les services du territoire sur www.cchautemaurienne.com



Se la rouler douce...



1 Pass'Mobilité : 17 villages, 6 stations !



Infos +
Guide
Mobilité



17 villages, 6 stations : Valfréjus - La Norma - Aussois - Val Cenis - Bessans - Bonneval sur Arc

www.haute-maurienne-vanoise.com

La Région
Auvergne-Rhône-Alpes





Journal gratuit
d'information du territoire
Haute Maurienne Vanoise.

Art de vivre, habitat, culture,
économie, sport et nature,
circuits courts, sorties,
spectacles,
patrimoine, histoire...

www.cchautemaurienne.com

N°215
DEC
2019

terra Modana
HAUTE MAURIENNE VANOISE



Dans le cadre du Téléthon 2019, diverses animations et évènements se dérouleront sur le territoire de Haute Maurienne Vanoise, à savoir :

Judi 5 décembre : Fourneaux
Concours de belote organisé par le « Club Arplane » à la Salle des fêtes de 13h30 à 18h30.

Vendredi 6 décembre : Fourneaux
Repas dansant proposé par la commission animation, à la salle des fêtes dès 19h30. Réservation : Boucherie Rittaud 04 79 05 00 92 (les ingrédients sont offerts par la boucherie).

Samedi 7 Décembre : Fourneaux
Les pompiers de Modane se mobilisent, sur le parking d'Intermarché, de 14h à 18h et proposent : une montée à la grande échelle et Vente de crêpes et boissons.

Dimanche 8 décembre : Modane
Concert de Noël à salle des fêtes de Modane à 17h proposé par la Chorale le « Petit bonheur » avec les « Chœurs de la Citadelle » de Montmélan et les « Chœurs de l'Arc » de St-Etienne de Cuines, corbeille au profit du Téléthon.

Le Téléthon et les écoles

Fourneaux, vendredi 6 décembre, école Primaire : vente de gâteaux et cartes de vœux 11h30 et 16h30.

Modane, vendredi 6 décembre, « Courseton » Ecole élémentaire Jules Ferry de 14h à 15h15.

Aussois, vendredi 6 décembre, « Courseton » Ecole élémentaire de 15h à 16h.

Bessans, vendredi 6 décembre, petit déjeuner avec l'école élémentaire à la salle « verte » de la mairie de 8h30 à 11h30.

Lanslevillard : samedi 7 décembre, petit-déjeuner à la Salle de réunion de l'office de tourisme de 7h45-10h30

Sardières, samedi 7 décembre, fabrication et vente de pains et brioches au Four communal de 8h à 13h.

Bramans, samedi 7 décembre, petit déjeuner + vente de pains à la Salle des fêtes de 7h à 11h. Zumba + pizza + vin chaud à partir de 18h00 au four du Verney. Accordéon au four du Verney à 19h.

Aussois, samedi 7 décembre, fabrication et vente de pains et brioches au Four communal de 8h à 13h.

Villarodin-Bourget, samedi 7 décembre, petit déjeuner à la salle communale de 7h à 19h30. Vente de soupe + buvette avec les « JB » à la Salle communale de 17h30-20h.

Entreprise

Trophées du commerce savoyard
L'Escape Games de Val Cenis et Max Vince plébiscités par le public



« Les Trophées du Commerce Savoyard » est un concours organisé par la CCI 73. Outre l'Escape Games de Val Cenis, deux autres entreprises mauriennes (et même haut-mauriennes) figuraient parmi les finalistes : le **Biocoop Esprit Vert** à Modane et la **Librairie Histoire de Lire**, à Modane également (voir Terra Modana de novembre). Le jury était en partie composé de représentants de chambres de commerce et d'industrie. Le public a eu la possibilité de s'exprimer, à la foire de Savoie à Chambéry ou par Internet sur le site de la CCI et il a plébiscité l'Escape Game de Val Cenis, créé par Max Vince. Rappelons que les Escape-games sont des jeux d'immersion réels dans des décors se rapprochant du Cinéma. Il faut résoudre des suites d'énigmes et de manipulations afin que les histoires se terminent bien. A Val Cenis, 3 histoires sont proposées : La Chambre de l'Empereur, L'Avalanche et La Coulée (réservée aux enfants). Une Quatrième salle « La Forteresse » doit voir le jour prochainement. Une salle mobile « L'Igloo » se déplace également partout en France sur demande. « La force de nos jeux est qu'ils sont basés sur des histoires vraies qui se sont déroulées sur notre territoire. Ce concept unique allie le loisir et la culture pour un résultat proche des 100% de satisfaction », explique Max Vince. Bravo !

La Communauté de communes Haute Maurienne Vanoise à votre service :



À Modane, à la Maison Cantonale (Gare), 9 place Sommeiller

- Pour joindre les services de la CCHMV : **04 79 05 10 54**
- Pour joindre l'accueil / Maison de Services Au Public : **04 79 05 26 67**
- Du lundi au jeudi 8h30 - 12h / 13h30 - 18h et vendredi 13h30 - 17h30.
- ✓ Point Info Tourisme / Espace Expo / Ordinateurs en libre-service / WIFI
- ✓ MSAP Maison de Services Au Public, **sur RDV** en appelant le 04 79 05 26 67 : accompagnement de 1^{er} niveau sur Pôle Emploi / CAF / cartes grises & permis de conduire. Plages de rdv : mardi 14h-17h et jeudi 9h-11h30.
- ✓ Permanences taxe de séjour : lundi 9h-12h/13h30-18h. Mardi 13h30/18h. Jeudi, 9h-12h/13h30-16h. Vendredi, 13h30-16h.
- ✓ Autres permanences (Logement : SOLIHA/Mission Locale/...) se renseigner.

A Val-Cenis Lanslebourg - Antenne CCHMV, 6 rue Napoléon

- Pour joindre les services de la CCHMV : **04 79 05 90 78**
- ✓ Permanence MSAP : lundi 9h-11h30 / 14h-17h.
- ✓ Permanence Taxe de séjour : mardi 9h/12h à partir du 26/11.

www.cchautemaurienne.com



terra Modana
HAUTE MAURIENNE VANOISE

9, place Sommeiller, 73 500 Modane.
Tél. 04 79 05 57 91.

Directeur de la publication :

Xavier Lett (xavier.lett@wanadoo.fr)

Rédacteur en chef

Bruno Cilio (b.cilio@cchmv.fr)

Pour participer au comité de rédaction :

04 79 05 57 91.

Publicité : Patou Robin (info@cchmv.fr)

et Jessica Grivel (j.grivel@cchmv.fr)

Imprimerie : Rotimpres

Diffusion : 7 000 à 22 000 exemplaires suivant les périodes de l'année dans une centaine de points répartis sur le territoire HMV.

Dépôt légal : à parution. ISSN : 2608-3426

Ne pas jeter sur la voie publique ni dans la Nature

Vacances de Noël à la Maison des Jeunes : on t'attend !

La Maison des Jeunes t'ouvre ses portes pour les vacances, du 30 décembre au 3 janvier avec plein d'activités. Les rendez-vous se feront de 9h à 9h30 le matin et entre 13h30 et 14h l'après-midi. Possibilité de manger sur place (prévoir pique-nique). Au programme, entre autres : snowtubing, ski, Master Chef, match de hockey à Grenoble, parties de rigolade (tous niveaux :-). Alors n'hésite pas à contacter la Maison des jeunes, 28 rue Jules Ferry. Inscription avant le 26 décembre au 04 79 05 17 90 ou 06 32 79 39 86. a.lefebvre@cchmv.fr Navette gratuite pour tous les villages sur demande. Hors vacances, la Maison Des Jeunes est ouverte les mardis, jeudis pour l'aide aux devoirs et des jeux ainsi que les mercredis, vendredis et samedis pour des sorties. Un programme pour ces sorties est disponible sur Facebook ou sur place entre chaque période de vacances. Inscriptions obligatoires pour les activités une semaine à l'avance. Dans l'agenda des semaines à venir : le **24/01 concert de Ninho** à Chambéry, le **5/02 spectacle de Malik Bentalha** à Chambéry et le **3/04 spectacle de Norman** à Chambéry.

Marché de Noël du Bourget

Organisé par le club Loisirs Créatifs Modanais, salle Communale du Bourget, dimanche 8 décembre, de 10h à 18h.

En bref

Saint Sylvestre à Fourneaux

L'Association Fourneaux Animations présidée par Bruna Guendouz organise son réveillon dansant musette de la St Sylvestre à la salle des fêtes de Fourneaux, animé par l'accordéoniste Lionel Belluard. **Inscriptions au 06 81 56 98 73 ou 06 83 80 86 61.**

Bulletin d'acheminement du journal de territoire à renvoyer à

Terra Modana Haute Maurienne Vanoise

Maison Cantonale, 9 place Sommeiller 73 500 Modane

Je souhaite faire acheminer le journal pour un an au prix de **28 €** vers l'adresse suivante :

Coordonnées :

Nom : Prénom :
 Adresse :
 Code Postal : Ville :
 Tél : E-mail :

Règlement par chèque bancaire ou postal à l'ordre de : **La Régie Accueil - MSAP**

Pour garder le lien, acheminer le journal vers un ami, un parent...

Terra Modana
Terra Modana
Terra Modana

Terra Modana



nobilite



Cet hiver, restez zen, prenez le bus !

Entretien avec Nicolas Mourot, nouveau responsable mobilités en Haute Maurienne Vanoise

Terra Modana : Nicolas Mourot, présentez-nous le réseau de transport par bus ?

Nicolas Mourot : Rien de plus simple ! Ce réseau est structuré autour de deux lignes principales :

- M11 Modane - Val Cenis Lanslebourg via Aussois

- M12 Modane - Bonneval-sur-Arc.

Ces lignes constituent l'épine dorsale du réseau, elles vous emmènent à la découverte de la Haute Maurienne Vanoise et de ses villages. À partir d'elles, d'autres lignes transversales desservent les stations et de nombreux sites exceptionnels de notre territoire.

On parle d'un réseau de transport « à la demande »...

Il l'est en partie, certaines lignes fonctionnent en continu, d'autres sont déclenchées seulement sur réservation (voir encadré ci-contre). Attention, dans ce cas il faut anticiper en réservant la veille avant 18h au 04 79 05 99 06. Rappelons que toutes les informations pratiques sont disponibles dans le Guide Mobilité qui paraît début décembre sur l'ensemble du territoire.

Incontournable ce Guide Mobilité !

Oui, c'est un concentré d'infos pratiques ! Exemple, les conditions de circulation peuvent changer en fonction des périodes, le guide vous renseigne donc sur les dates de circulation de la ligne que vous souhaitez emprunter.

Pratique, il a le format d'un portefeuille et se glisse facilement dans la poche ou le sac à main ! On peut se le procurer à l'Office de Tourisme et à la Maison Cantonale Les socioprofessionnels sont évidemment invités à le distribuer à leur clients.

Un réseau de transport pour les habitants, mais également très pratique pour les clientèles touristiques !

En effet, pour venir et repartir de HMV depuis ou vers la gare SNCF de Modane, nous avons mis en œuvre des solutions de transport en commun desservant tous les villages et les stations de Haute Maurienne Vanoise. Et tout le monde peut en profiter !

Citez-nous un bon plan du réseau ?

Et bien... Pour les lignes M9, M10, M11 et M12, en particulier le samedi, le bon plan c'est d'acheter son billet en avance. Cela permet tout simplement de réserver sa place. Pour cela, il faut joindre le 09 70 83 90 73 (appel non surtaxé), se connecter à vente-bellesavoieexpress.fr ou s'adresser à l'Office de Tourisme.



Le principal est quand même de pouvoir circuler en toute sécurité sur les routes enneigées de l'hiver !

Oui, nous sommes en montagne ! C'est un vrai service que nous rendons aux habitants, mais aussi à tous ceux qui viennent ici en train ou qui ne souhaitent pas utiliser leur voiture durant leur vacances ! Et si en cas de conditions difficiles de circulation, les lignes peuvent prendre un peu de retard, soyez certains que nous ferons tout notre possible pour assurer le meilleur service. Nous comptons aussi sur la compréhension des usagers du réseau !

Comment l'usager peut-il lui-même participer à la fluidité du trafic ?

Tout simplement en préparant son ticket, sa monnaie ou son forfait avec duplicata avant de monter dans le bus. Chacun y gagne du temps.

Le Guide Mobilité HMV hiver 2019-2020 est disponible à l'Office de Tourisme et à la Maison Cantonale (Modane) à partir du 14 décembre et téléchargeable dès à présent sur cchautemaurienne.com



En bref...

Lignes permanentes

- M9/M10 Valfréjus – Modane – La Norma
- M11 Modane – Val Cenis Lanslebourg (via Aussois)
- M12 Modane – Bonneval sur Arc
- B Val d'Ambin – Bramans – Termignon
- C Termignon - Lanslevillard

Lignes sur réservation au 04 79 05 99 06

- 1 Modane – Saint-André
- 2 Le Bourget – La Norma

Lignes Intra-Station (gratuite)

- A Aussois
- D Termignon
- E Bonneval sur Arc

Tarifs et conditions de ventes

- Les navettes Intra-station sont gratuites.
- Tous les forfaits saison et 6 jours et + donnent accès aux transports en illimité durant leur période de validité sur l'ensemble du réseau.
- Tout forfait Valfréjus ou La Norma donne accès gratuitement aux lignes M9 et M10 (un forfait 6 et + ou saison reste nécessaire pour accéder au reste du réseau).
- Pour les lignes 1, 2, M9, M10, M11 et M12, tout usager doit être détenteur d'un titre de transport valide (payant pour tous). En cas de contrôle, il pourra lui être demandé de justifier son identité. Le titre peut être acquis à la montée dans le bus. Un 2^e ticket doit être acquis dans le second

bus en cas de correspondance. Pour les détenteurs de forfait, un justificatif d'achat indiquant la date de validité de ce dernier est nécessaire pour monter dans le bus.

Pass'Mobilité (non valable le samedi)

- Pass'Mobilité Saison : 25 €
- Pass'Mobilité Semaine : 10 €
- Pass'Mobilité Jeune : gratuit (enfant de - de 5 ans nés en 2014 et après)
- Pass'Mobilité Senior : gratuit (adulte de + de 75 ans en 2020)
- Tous les tickets à l'unité sont en vente auprès du conducteur du véhicule ou aux bureaux de l'Office de Tourisme.

Personnes à mobilité réduite : le samedi, les lignes M9, M10, M11 et M12 leur sont accessibles sur réservation. Appelez le jeudi avant 17h au 09 70 83 90 73.

Enfants : les enfants de moins de 5 ans doivent être accompagnés. Pour des raisons de sécurité, ils ne peuvent pas rester dans les poussettes.

Chiens : les chiens guides d'aveugle sont acceptés sans restriction. Les chiens en panier voyagent gratuitement. Les propriétaires de chiens hors panier ou de plus de 10 kg doivent s'acquitter d'un titre de transport. Les chiens de +10 kg doivent être muselés et tenus en laisse.

Vous avez une question ?

Appelez l'Office de tourisme : 04 79 05 99 06



Quizz Mobilité HMV : jouez et gagnez un Pass'Mobilité saison¹

Participez au jeu en répondant aux questions ci-dessous² et en vous aidant du Guide Mobilité³ (téléchargeable sur cchautemaurienne.com). Découpez ensuite le questionnaire et déposez-le (renseigné avec vos coordonnées) dans l'urne disponible à l'Office de Tourisme ou à la Maison Cantonale (Modane). Vous pouvez également répondre en téléchargeant le questionnaire numérique sur le site www.cchautemaurienne.com (cliquez sur « se déplacer »), le remplir et le renvoyer par mail à l'adresse : contact@cchmv.fr

Règlement du concours sur le site cchautemaurienne.com. Tirage au sort des gagnants le 3 janvier... Les gagnants seront joints par téléphone et/ou par e-mail et le Pass'Mobilité saison leur sera remis.

- Question 1** Quel est le coût d'un Pass' Mobilité nominatif saison hiver 2019-2020 ?
 10€ 25€
- Question 2** Quel(s) jour(s) les lignes M11 et M12 sont utilisables avec le Pass'Mobilité ?
 Le lundi Le mercredi Le samedi Le dimanche
- Question 3** Quel est le tarif d'un trajet aller simple entre Modane et Bonneval/Arc ?
 9€ 13,50€
- Question 4** Quelle(s) ligne(s) est (sont) sur réservation obligatoire la veille avant 18h00 du 23 décembre au 17 avril ?
 1 2 M9 M10 M10
- Question 5** Avec quel type de forfait puis-je emprunter le réseau de transport du dimanche au vendredi ?
 Forfait HMV 6 jours et + Forfait HMV saison Nordic Pass Forfait saison autres vallées

CADRE A REMPLIR (version papier)

Nom

Prénom.....

Adresse.....

N° de tél.....

E-mail.....

Tirage au sort le vendredi 3 janvier

¹ Saison hiver 2019-2020 ² Plusieurs réponses possibles ³ La version papier du Guide Mobilité sera disponible à l'Office de Tourisme et à la Maison Cantonale à partir du 14 décembre.

Pour Noël, la RD 1006 rendue à la circulation...



Ph. Département Savoie

À la suite des deux éboulements rocheux de 160 m³, survenus coup sur coup en décembre 2018, le département de la Savoie a engagé début 2019 des travaux importants pour renforcer la sécurisation d'un secteur très instable. Réouverture de la route départementale d'ici fin décembre mais le chantier se clôturera fin février 2020.

Le 22 décembre 2018, un premier éboulement depuis la partie sommitale avait obligé le département de la Savoie à fermer préventivement la RD 1006, les écrans pare-blocs ayant permis de retenir l'essentiel des matériaux. Le second éboulement, plus important, survenu le lendemain, avait détruit les écrans de protection en pied de falaise et endommagé le merlon de la galerie SNCF pour finir sa course sur la RD 1006 et dans l'Arc. Après les études de terrain engagés en urgence pour identifier les risques résiduels, un programme de travaux a été lancé début 2019 afin de renforcer la sécurité de ce secteur menacé par 15 000 m³ de roches encore instables. La complexité du terrain, la proximité de la voie ferrée et l'instabilité de la zone ont nécessité l'intervention d'équipes spécialisées encordées pour évoluer sur le site (entreprise CITEM).

Ce qui été fait cette année : l'aménagement des accès et des installations de chantier au sommet de la zone, le minage et les purges de blocs, la pose de plus de 10 000 m² de filets métalliques de protection (photo). En partie basse : la protection provisoire des voies et de la galerie SNCF, la pose des containers (par la SFTRF) pour protéger provisoirement les voies d'autoroute et l'installation d'un nouveau dispositif de surveillance des mouvements de la falaise.

Depuis début novembre : construction d'un merlon de 5,5 m de hauteur et 150 m de longueur pour protéger la galerie SNCF et la RD 1006. Ces travaux dureront 3 mois, route ouverte, nécessitant à certains moments un rétrécissement de chaussées et une réduction de la vitesse de circulation.

Le traitement de l'éboulement aura coûté 4 M€, dont 1,4 million pris en charge par la SNCF. Autre chiffre : 357 000 €, une estimation de ce que le département paiera à la SFTRF, concessionnaire de l'autoroute de la Maurienne. En effet, depuis janvier dernier et la fermeture de la RD 1006, les véhicules légers empruntent gratuitement l'autoroute, entre Le Freney et le diffuseur de Saint-Michel... mais la facture a été adressée au Département.

Les élus HNV privilégient l'autoroute
Suivant une position plusieurs fois exprimée au sein de la Communauté de communes Haute-Maurienne Vanoise, les élus locaux souhaitent que la portion d'autoroute entre le diffuseur du Freney et La Praz, où se trouve un accès technique pour, notamment, le déneigement, soit banalisée. Ils font état d'études anciennes établissant que la falaise au-dessus de la RD 1006 ne pourra jamais être stabilisée. « Il y a des solutions plus judicieuses que de vouloir sécuriser à tout prix cette route », indiquait un élu de l'intercommunalité, lors d'une visite du chantier en novembre. Pour sa part, le département répond qu'il n'abandonnera pas le moindre kilomètre de route départementale. Une réunion a néanmoins été programmée le 10 décembre à Modane, entre le Département et la CCHMV, pour évoquer les premières études en vue de l'éventuelle création d'un demi-diffuseur à La Praz, tourné vers l'amont.

En quête de la mémoire de la gare (2)

Tout en « creusant » le terrain pour mener à bien leurs travaux, les chercheurs en sociologie arpentent souvent les territoires sans laisser de trace, tandis qu'ils ont pu y collecter la matière intéressante de leurs enquêtes et études. Dommage... les populations apprendraient beaucoup de choses sur leur propre société s'il y avait à leur attention une restitution de la matière collectée. Les restitutions se font plutôt dans les laboratoires scientifiques et alimentent bien souvent d'autres programmes de recherche ou des publications internes, mais restent hermétiques pour le grand public.



Les trois sociologues enquêtant sur le terrain : Iwan Barth, Etienne Ciapin et François Marchive, du collectif Le Champ des Possibles.

La commune de Modane commanditaire

Cette fois, pour ce projet de collecte de la mémoire de la gare, c'est différent. Le commanditaire est la commune de Modane, qui confie aux chercheurs de l'association grenobloise **Champ des Possibles** le soin de mener une enquête sur la mémoire de la gare. Le travail d'Etienne Ciapin, Iwan Barth et François Marchive servira à mieux comprendre les interactions entre la gare et la société locale modano-fornioline, son économie, le tourisme ; mieux éclairer les rapports que l'univers de la gare a fait naître au sein et à partir de corps professionnels organisés dans son champ : chemins, transitaires, douaniers pour ne citer qu'eux ; en quoi elle a généré du lien social, de l'histoire commune ; comment elle a tissé une mémoire collective.

Du « matériel » pour enrichir le fond documentaire du Muséobar

Les entretiens de collecte de la mémoire de la gare menés par les chercheurs auprès d'anciens professionnels - une trentaine - ayant travaillé directement dans la gare ou en relation étroite avec elle sont filmés et il est prévu qu'une part de ces documents audiovisuels viennent plus tard enrichir, par exemple, le fonds muséographique du Muséobar, des expositions qu'il organisera ou que d'autres lieux mettront sur pied. La partie la plus visible de la restitution passera par là.

Pérenniser le travail en formant des habitants

L'idée est donc bien de laisser une trace du passage de ces chercheurs. Mieux, après une phase d'audition des témoins de l'épopée ferroviaire de Modane et de Fourneaux, encore actifs ou retraités (jusqu'à 90 ans), il sera proposé à des témoins volontaires de continuer à collecter la mémoire en se formant aux méthodes et techniques d'audition. Ils seront formés fin janvier par les sociologues eux-mêmes. Autrement dit, des habitants de Haute Maurienne Vanoise seront initiés à cette discipline qu'est la sociologie de terrain et ils seront capables, demain, de conduire d'autres travaux de



Roger Pascallon, ancien facteur dans la gare, a reçu les scientifiques dans son appartement de la résidence Pré-Soleil.



Suzanne Fontaine, Jeannine Bernardinello, deux anciennes bibliothécaires SNCF interrogées par François Marchive.

collecte stimulants pour la mémoire collective et enrichissant sur le plan culturel et historique partagées, au sein d'associations locales, en employant les méthodes d'enquête utilisées par les scientifiques. Somme toute, un projet scientifique peut avoir des conséquences en matière d'éducation populaire et du tissage de liens intergénérationnels parmi les habitants d'un territoire..

Définition :

La sociologie est l'étude des relations, actions et représentations sociales par lesquelles se constituent les sociétés. Elle vise à comprendre comment elles fonctionnent et se transforment. Elle s'intéresse aux : Rapports individus-société



Automobiles descendant du train, à Modane, en 1975.

Des animaux en mode survie

L'hiver s'installe progressivement. Les jours diminuent, la température baisse et la nourriture vient à manquer. Afin de subsister durant la saison froide, les animaux de nos montagnes ont leurs solutions. Certains migrent comme le circaète Jean-le-Blanc ou le monticole de roche, d'autres hibernent comme la marmotte, ou d'autres encore se protègent du froid enfouis sous la neige et ne ressortent que pour se nourrir. C'est le cas du tétras lyre. Mais pour la plupart, ils s'adaptent de différentes manières.

En ce début de saison je m'étais fixé pour objectif de photographier l'adaptation des animaux à l'hiver. Pour rencontrer certains d'entre eux, il aura fallu atteindre les 3 000 m d'altitude et affronter la neige et le froid. Dire que ces animaux vivent la haut, sur les sommets toute l'année... Certaines de ces rencontres ont été le fruit du hasard, d'autres, celui de nombreuses heures passées sur le terrain.

Le chamois : l'alpiniste chevronné



Ah le chamois ! Cette étonnante chèvre des montagnes ! Mais comment s'adapte-t-il pour affronter l'hiver ? Et bien, tout se passe au niveau de son pelage. Celui-ci devient plus sombre, tendant vers le noir ce qui lui permet de capter un maximum de chaleur. Aussi devient-il plus épais afin de lutter contre le froid. Il peut atteindre 10 à 12 cm d'épaisseur pour seulement 3 à 4 cm l'été.

La neige a recouvert les sommets, l'herbe se fait rare, les chamois sont alors contraints de regagner des altitudes moins élevées dans l'espoir de conserver leurs réserves. La période du rut étant là (octobre à décembre), cette énergie est précieuse. Cet habitant des cimes, venu à ma rencontre, est resté quelques instants à mes côtés, juste le temps de quelques clichés. Pour espérer croiser leur regard, il sera parfois nécessaire de braver la neige et la tempête. Malgré mon camouflage et mon extrême discrétion, la plupart du temps les chamois parviennent à repérer ma présence, il est alors difficile de les photographier.

Le lagopède : blanc comme neige



Voici une autre merveille de nos montagnes, le lagopède alpin ! Également appelé perdrix blanche, il se rencontre de 1 700 à 3 000 mètres d'altitude, selon les saisons, dans des paysages ouverts comprenant éboulis, barres rocheuses... offrant de nombreuses cachettes. Réaliser cette photo, dans son plumage hivernal n'a pas été très simple, d'autant plus que la chance n'a pas toujours été avec moi. De nombreuses randonnées consacrées à sa recherche se sont faites sous la pluie, la neige ou le brouillard. Les empreintes laissées dans la neige trahissaient sa présence, mais son mimétisme parfait ne rendait pas son observation facile. Car oui, dès le début de l'automne, le lagopède change de plumage, passant du gris-brun au blanc.

Un beau jour, entre roches et névés une étrange "boule de neige" attira mon regard. Il était là !! Ou plutôt elle ! Une femelle. Elle semblait être seule dans le secteur. Afin de ne pas provoquer de stress chez l'animal, je me suis assis, le temps qu'elle puisse s'habituer à ma présence. Quel plaisir de se retrouver face à cet oiseau fascinant dans sa magnifique robe blanche. Le plus dur est de le repérer...

Extrêmement confiant en leur mimétisme, les lagopèdes ne prendront la fuite qu'au dernier moment, mais voilà que leur coûte beaucoup d'énergie... Cette étonnante adaptation leur permet d'échapper à leurs prédateurs comme l'aigle ou le renard. Originaire de la toundra arctique, le lagopède est parfaitement adapté au froid et à la neige. Ses larges pattes plumées facilitent sa progression. D'ailleurs, son nom signifie : "patte de lièvre". Par froid mordant le lagopède se blottira au creux d'une cavité, à l'abri du vent et des prédateurs. Tapis, il nous observe, l'inverse est plus rare !!

Le Lièvre variable : clin d'œil du blanchon



De la même manière que le lagopède, le lièvre variable devient entièrement blanc afin de se fondre dans les paysages enneigés de l'hiver. Lui aussi est parfaitement adapté à la vie en montagne. Ses pattes font office de raquettes dans la neige, sans parler de son épais pelage qui lui permet de lutter contre le froid. Sa silhouette trapue et ses courtes oreilles limitent la déperdition de chaleur. Rien n'est fait au hasard !

Les rencontres avec ce « fantôme » sont, pour ma part, entièrement le fait du hasard. Sa discrétion, son camouflage et ses mœurs nocturnes rendent son observation difficile. Depuis son abri il nous surveille probablement, sans que nous puissions nous douter de sa présence. A l'approche d'un danger, il restera immobile, attendant que la menace s'éloigne. En France, le lièvre variable, également appelé "blanchon", se rencontre uniquement dans les Alpes, au-dessus de 2 000 m d'altitude. Dès l'arrivée du printemps, il recommencera sa mue qui durera une quinzaine de jours. Il se fondra ensuite à merveille parmi les rochers.



L'hermine, dans sa livrée hivernale

Une fusée blanche l'hiver, marron l'été, disparaissant entre les rochers pour ressortir une vingtaine de mètres plus loin... il s'agit sans aucun doute de l'hermine ! Aussi discrète qu'imprévisible. La photographie demande beaucoup de patience et de persévérance.

Les rencontres sont souvent très brèves mais l'on s'en souvient longtemps. Sa nervosité et sa curiosité la rendent très attachante. Elle aussi arbore un pelage blanc l'hiver, plus dense et plus chaud. Cependant, l'extrémité de queue reste noire toute l'année trahissant sa présence. Ce mécanisme est avant tout déclenché par la durée des jours et la température. Il en est de même pour le lagopède et le lièvre variable. L'hermine est constamment à la recherche de nourriture. En hiver, elle se faufile entre le sol et la neige créant ainsi un véritable réseau de galeries souterraines afin de dénicher les rongeurs dont elle se nourrit. Plus rarement, ce petit mustélidé s'attaque à des proies plus grosses comme des lièvres. Ne vous fiez pas aux apparences, l'hermine est un redoutable prédateur !!

Le gypaète barbu



Pour finir prenons un peu de hauteur, avec l'emblématique gypaète barbu. Ce vautour est le dernier maillon de la chaîne alimentaire. En effet, le gypaète se nourrit exclusivement d'os et de ligaments. Un repas qui ne serait pas au goût de tout le monde !! Ci-dessus, cet adulte vient tout juste de trouver de quoi se rassasier. Une patte d'ongulé recouverte de givre. Par la suite, elle sera lâchée dans un pierrier pour être brisée. Ainsi, le gypaète pourra l'avalier sans difficulté. Ses puissants sucs gastriques se chargeront du reste. L'hiver est une excellente période pour se "casseur d'os". De nombreux animaux, affaiblis, succombent aux basses températures de l'hiver, d'autres décrochent des pentes abruptes des falaises ou se font emportés par des avalanches. Après le passage des corbeaux, aigles ou renards, c'est au tour du gypaète de se mettre à table...

Conclusion

En hiver, chacun s'adapte du mieux qu'il peut afin de passer cette période dans les "meilleures conditions". Toutes ces stratégies sont le résultat de milliers d'années d'évolution. Eh oui, lorsque nous sommes bien au chaud sous notre couette, les animaux affrontent le froid et la tempête. Malgré cela, un très grand nombre ne parviennent pas à survivre. D'autant plus que leurs réserves accumulées durant l'été ne suffisent pas toujours. Chaque dérangement les oblige à puiser dans leur stock d'énergie et réduit leurs chances de survie.

Chaque rencontre, même très furtive reste pour moi un moment inoubliable même si celles-ci ne se terminent pas toujours par de beaux clichés. Au décours des balades, se sont parfois des rencontres inattendues qui se présentent à moi. Photographier les animaux, c'est aussi les respecter, se fondre dans le paysage et ne laisser aucune trace !

Texte et photo Emile ARNAUD

Instagram : faune_de_montagne

Avec Micheline Buisson, redécouvrons les matériaux naturels de Maurienne

Cette autodidacte de la construction prône l'utilisation de produits transformés issus du calcaire, du gypse mais aussi du chanvre jadis cultivé le long de l'Arc. Elle organise des formations pour transmettre savoirs et techniques au service d'une construction moderne, économique, écologique et durable.

Le temps n'est plus aux carrières professionnelles linéaires et sans surprise ! On pratique déjà plusieurs métiers dans une vie, dans des secteurs parfois très différents, ce qui suppose des périodes de formation ou de reprise d'études. Il y a aussi et toujours l'apprentissage sur le tas, directement au contact de « pros » capables de transmettre les méthodes et techniques d'un métier, et les valeurs qui permettent de l'exercer dans les règles de l'art.

Micheline Buisson, qui habite Le Bourget, est dans cette veine-là. Elle a d'abord appris et exercé la couture, après avoir obtenu un BTS textile « modéliste ». Elle ne pratique plus ce métier, mais continue à l'enseigner. Ce qu'elle a découvert en revanche, dans l'intervalle, la passionne tout autant et occupe une bonne partie de son temps aujourd'hui : c'est l'univers de la construction, spécialement le secteur mettant en œuvre des méthodes et techniques traditionnelles et utilisant des matériaux naturels : chaux aérienne, chaux-chanvre, greya (ou griaz, grillaz, greïa, griaz...).

« Enduits de chaux aérienne, béton de chaux-chanvre, façade en greya... ces méthodes traditionnelles utilisant des liants naturels ne sont pas dépassées, bien au contraire ! Elles sont très actuelles et répondent toujours aux exigences de la construction. Elles sont économiques, écologiques, logiques, durables, s'inscrivent dans les filières courtes et peuvent être mises en œuvre par soi-même. »

Micheline Buisson

APPRENDRE

Les matières premières
La chaux, le plâtre, les farines de marbre, les sables semoule, le talc, le méthyle sont des poudres blanches qui se ressemblent... pourtant ce sont des liants, des charges, des adjuvants... Comprendre leurs fonctions et leurs importances dans la composition des recettes est capital pour la réussite d'un chantier.

Les usages
Chaux aérienne pour les décors et finitions : enduit, façade, badigeon, stuc.
Chaux-chanvre : en enduit pour la correction thermique des murs épais maçonnés, en pierre ou en brique ; dans la construction pour le montage de mur sur ossature bois.
Greya : l'enduit traditionnel de Maurienne, lié à la géologie de la vallée et ses affleurements de gypse blanc ou rose.



Gisement de gypse dans le Val d'Ambin. Une ressource naturelle pour faire du plâtre. Ph. Bruno CILIO



Pigment pour créer la couleur des enduits.

Ph. Jonathan PASCAL



Truelles, brosses, pinceaux, les outils de la mise en œuvre



Ph. Jonathan PASCAL



Détails de l'enduit sur un support bois.

Ph. Jonathan PASCAL

Les supports
Savoir reconnaître un support, ses caractéristiques, et adapter les solutions techniques en fonction de celui-ci et de la finition choisie.

Les recettes
De nombreux ouvrages permettent de fabriquer des produits (enduits, stucs, colle, peintures, huile dure et autres) Comprendre le rôle des composants permet de s'approprier une recette, de la faire évoluer selon ses envies et les contraintes de son habitat. Vous pouvez les découvrir avec Micheline Buisson.

La mise en œuvre
S'initier aux outils spécifiques et aux règles de mise en œuvre, comprendre les étapes, respecter les règles simples de pose et réaliser ainsi des finitions de qualité

Pour apprendre avec Micheline Buisson
buissonm3@gmail.com
06 37 88 33 07
www.apprendrelachaux.fr





Théâtre avec le Gida

Elle va devenir quoi, ma ferme ?

Le Groupement Intercommunal de Développement Agricole de Haute Maurienne a convié tous les agriculteurs de Haute Maurienne jeudi 14 novembre dernier à un théâtre forum sur le thème « Elle va devenir quoi, ma ferme ? ». Un projet qui a pu voir le jour avec les financements LEADER Maurienne et qui fait suite à la première représentation, plus bas dans la vallée, au printemps dernier, à Saint Julien Montdenis.



La compagnie ForceNez a joué des saynètes courtes sur le thème de la transmission avec ses difficultés comme l'accès au foncier, les bâtiments, les conflits de génération... puis a proposé des temps de débats, invitant les spectateurs à rejouer à leur manière en prenant la place des comédiens. Le public, de près de trente personnes, s'est pris au jeu de cette forme de spectacle dynamique et interactif : plus d'une dizaine d'agriculteurs se sont mêlés à la troupe de comédiens pour intervenir et livrer leur vision, diriger les échanges, susciter des réflexions, proposer des solutions...



Le buffet montagnard a ensuite permis de faire perdurer ces échanges, dans la détente, l'humour et la convivialité.

Glisse

Portrait express

Axel Le Palabe, un Haut-maurienais sélectionné en coupe du monde de ski freestyle !

Imaginez que vous vous élanchez à 60km/h à ski du haut d'un tremplin à plus de quarante mètres de hauteur en marche arrière (switch pour les initiés)... et que vous faites trois tours la tête en bas.

Voilà le quotidien d'Axel Le Palabe, 21 ans membre de l'équipe de France de ski freestyle et qui est sélectionné pour la prochaine coupe du monde en décembre, en Chine (Beijing 12 au 14) et aux États-Unis (Atlanta 19 au 21). Après une grosse blessure en janvier dernier (ligaments croisés du genou), une rééducation à hauteville (Ain), une préparation physique au CNE (centre national d'entraînement d'Albertville), le voilà de nouveau prêt à défendre ses chances sur le circuit mondial.

À la recherche d'un sponsor depuis septembre, Axel vient également de décrocher un contrat avec Mont Blanc Hélicoptère lui permettant de poursuivre ses rêves de victoire.

Suivez le sur ses réseaux sociaux :

Facebook : Axel Le Palabe
Instagram : axel_lepalabe



A table !

La recette d'Isabelle

Gâteau de carottes



Ingrédients pour 8 pers :

- 300 gr de farine de riz
- 50 gr de noisettes concassées grossièrement
- 20 gr de fécule de pomme de terre
- 10 gr de poudre à lever
- 2 pincées de sel
- 1 a 2 c. à café d'un mélange d'épices à pain d'épices en poudre
- 250 gr de sucre complet
- 200 gr de carottes râpées finement
- 100 gr d'huile de coco fondue
- 15 ml de vinaigre de cidre
- 30 ml de lait végétal au choix (environ, à ajuster)

1) Préchauffer le four

Mélangez soigneusement les 7 premiers ingrédients (secs) dans un saladier puis incorporez les carottes.

2) Mélangez ensemble le reste des ingrédients dans un petit bol (les trois derniers liquides).

3) Versez ensuite le contenu du petit bol dans le saladier en mélangeant doucement à l'aide d'une spatule.

4) Versez le tout dans un grand plat à four préalablement huilé.

5) Cuisez environ 1 heure. Laissez refroidir totalement avant de déguster !

6) Recouvrez d'un nappage chocolat

noir ou d'un glaçage noix de cajou. (Mixer 100 gr de noix de cajou + 1 pincée de vanille + 40gr d'huile de coco fondue, allonger avec un peu de lait végétal pour obtenir une crème facile à étaler)

Puis laissez votre imagination faire le reste pour la déco de Noël !!

Et ce délice est sans gluten et sans lait !



COOPÉRATIVE LAITIÈRE
Haute-Maurienne Vanoise

Fabrication, affinage, vente en circuit court :

Beaufort AOP
Bleu de Bonneval

CIRCUIT DE VISITE : SALLE DE FABRICATION DU BEAUFORT AOP - LANSLEBOURG
le matin - toute l'année www.coophautemaurienne.fr

Retrouvez nos produits dans nos 8 points de vente

VAL CENIS - Lanslebourg* 84 r du Mt Cenis 04 79 05 83 44 36 r de l'Arc 04 79 05 92 79 - Lanslevillard 04 79 05 82 64 - Termignon 04 79 20 59 89	AUSOIS 04 79 20 32 68 BESSANS 04 79 59 15 79 BONNEVAL 04 79 05 93 10 MODANE* 04 79 64 00 24
--	--

*ouvert toute l'année

RITTAUD BOUCHERIE
*** Depuis 1967 ***

BOUCHERIE CHARCUTERIE
TRAITEUR EPICERIE FINE VIN

Du mardi au samedi de 7h à 12h15
et de 14h30 à 19h15
Le dimanche de 8h à 12h

3, rue de la Concorde
73500 FOURNEAUX

CHEZ BIOCOOP ON SÈME POUR LA VIE !

RESTAURANT BIO & LOCAL
à emporter ou sur place

À DÉCOUVRIR !

Cuisine originale, maison et 100% dans un Bocal !
Tous les midis du mardi au samedi * 04 79 05 42 78

+ Votre magasin BIOCOOP l'Esprit Vert une alimentation saine et durable sur 180 m²
Lundi 9h-12h/14h-19h du mardi au samedi 9h-19h

22 av. Jaurès à Modane BioCoop Esprit Vert
biocoop.espritvert@gmail.com

Coupe du monde de ski-alpinisme Les vendredi 20 et samedi 21 décembre à Aussois

La station d'Aussois accueillera la manche d'ouverture de cette Coupe du Monde. Une grande première et une consécration pour cette terre de ski-alpinisme, qui promet un week-end sportif, festif et familial.

Au pied de la Dent Parrachée, dans les décors majestueux du massif du Grand Châtelard et de la Fournache, plus de 100 coureurs issus de plus de 20 nationalités différentes vont en découdre. Deux jours de compétition durant lesquels les concurrents se disputeront la victoire sur les épreuves de l'individuel, du sprint, dont le format ultra court offrira une course explosive et spectaculaire, et de la Vertical Race, ouverte à tous. Avec en tête d'affiche les parrains de la compétition **Thibault Anselmet**, grand



espoir du ski-alpinisme français, originaire de Bonneval-sur-Arc et **Lorna Bonnel**, multiple championne du monde, originaire de La Toussuire : les tricolores espèrent briller devant leur public.

Un week-end convivial avec de nombreuses animations en cœur de station : cérémonie d'ouverture, village des partenaires, spectacles pour enfants, dégustations de produits locaux, conférences et projections de films de montagne, bar en

glace ou encore ateliers nature.

La Coupe du Monde de ski-alpinisme, portée par la Jarienne des Cimes Maurienne, s'inscrit dans la continuité de la Trace du Châtelard, épreuve de renom dans le monde du ski-alpinisme, et du Championnat de France de course individuelle, organisés l'hiver dernier à Aussois.

Quant au ski-alpinisme, il est la pratique en compétition du ski de randonnée. Elle consiste à parcourir des itinéraires de montagne en une ou plusieurs montées et descentes, à l'aide de skis équipés d'une fixation mobile à la montée et bloquée à la descente. Une discipline en plein essor puisqu'elle compte plus de 150 000 pratiquants en France et a fait son entrée dans le programme des Jeux Olympiques de la jeunesse de Lausanne 2020.

D'autres événements sportifs pour ce début d'hiver :

- **SAMSE National Tour Biathlon à Bessans 3 au 5 janvier.**
- **Marathon international de Bessans 11 et 12 janvier.**
- **La Grande Odyssée Savoie Mont-Blanc en Haute Maurienne Vanoise du 19 au 22 janvier 2020.**

Immobilier de loisir

Laura Gagnière a intégré l'Office de Tourisme. Elle est notamment chargée des audits de labellisation et de l'animation du Club Propriétaires Ambassadeurs de Haute Maurienne Vanoise

Le Label Qualité Confort, Hébergement un sésame pour valoriser la destination

Laura Gagnière a terminé en 2004 son cursus Sup de Co à Grenoble en effectuant un stage dans une entreprise hôtelière de Haute Maurienne Vanoise. Positivement impressionnée par le cadre de vie et les paysages, elle n'est plus jamais repartie. Toutes ces années passées en HMV lui ont apporté une solide connaissance des différents secteurs-clés de l'économie du territoire, en particulier du tourisme, plus spécialement de l'agencement et de la décoration intérieure. Elle a d'ailleurs géré durant 6 ans une boutique de déco à Val-Cenis. Pour elle, la qualité de l'hébergement est un facteur déterminant du développement de territoires comme le nôtre. Son parcours l'a naturellement conduite vers le développement touristique et depuis peu au service Commerciale de l'Office de Tourisme HMV, où elle est désormais chargée de mission Label Qualité Confort Hébergement.



Terra Modana : Quelle est votre mission ?

Laura Gagnière : C'est une mission multiple, consistant à effectuer les audits de labellisation de l'hébergement touristique ; sensibiliser les propriétaires loueurs à l'importance de la rénovation de leur bien, afin que celui-ci réponde mieux aux exigences de la clientèle. Veiller à la qualité globale de la prestation (esthétique, confort, équipements) est le leitmotiv ! Mon rôle consiste aussi à animer et encadrer le Club des Propriétaires Ambassadeurs de Haute Maurienne Vanoise, dédié aux propriétaires labellisés. La labellisation est un parcours. Si dans un premier temps un propriétaire ne peut y accéder parce que son bien n'atteint pas les critères d'acceptation, nous le mettons en relation avec notre partenaire Lichô, qui peut proposer un accompagnement personnalisé de coaching rénovation ou relooking en vue d'obtenir la labellisation.



de la clientèle d'aujourd'hui, avec une esthétique moderne, représentative de notre beau cadre montagnard ; que l'on puisse y trouver des équipements complets et actuels pour que le client se sente aussi bien en vacances dans notre vallée qu'à la maison. Il y a des éléments auxquels on ne peut déroger : accueil personnalisé, WIFI, lave-vaisselle, couettes + oreillers, harmonie des couleurs, matériaux et textiles... La liste des critères est détaillée dans notre plaquette d'information, disponible à l'Office de Tourisme, ou par téléphone en me contactant.

Quels sont les critères pour obtenir le Label Qualité Confort Hébergement HMV ? L'hébergement doit répondre aux exigences

Quelle est le chemin vers la labellisation ? D'abord me contacter pour tout renseignement et pour organiser un RDV d'audit.

Si l'hébergement correspond aux critères, je le labellise. Si les critères ne sont pas atteints, je peux organiser une visite conseil de relooking ou de rénovation avec un architecte chez notre partenaire Lichô.

Que cherche-t-on à obtenir pour le client ?

Des hébergements modernes et de qualité, beaux, esthétiques, confortables. Le cadre de vie évolue vite, la déco également, les attentes voire les exigences des clients ont beaucoup évolué durant ces deux dernières décennies. Il est donc nécessaire de mettre son bien à la page, pour que celui qui a le désir de passer ses vacances sur notre territoire le choisisse. L'esthétique d'un hébergement, le soin apporté dans la décoration, l'ambiance jouent un rôle déterminant dans le choix du client en quête d'une location !

Vous avez cité tout à l'heure, qu'est-ce que le « Club Propriétaires Ambassadeurs », comment y entre-t-on, qu'y fait-on et qu'y gagne-t-on ?

Le Club Propriétaires Ambassadeurs rassemble tous les hébergeurs labellisés en Haute Maurienne Vanoise. On en devient membre dès que la labellisation est effective. Il concrétise un partenariat entre les hébergeurs et le territoire, dans l'intérêt commun, car quand l'image de notre destination est valorisée, tout le monde y gagne et c'est plus de clients heureux.

Le Club organisera des animations pour ses membres chaque année. Les hébergements des membres du Club gagneront surtout en visibilité dans la nouvelle rubrique dédiée sur le site web de la HMV. Ils bénéficieront aussi d'un carnet d'Avantages Privilège et profiteront de réductions dans les commerces et services partenaires du label.

Contact Laura Gagnière :
07 66 35 43 73
label@hautemaurienne.com

Programme

Jeudi 19 Décembre :

- 17h30 : « Défilé des nations » et remise des dossards du TOP 5 - Front de neige
- 18h15 : descente aux flambeaux et feu d'artifice - Front de neige
- 18h à 19h : vin chaud, chocolat chaud, costumes maurienais. Front de neige

Vendredi 20 Décembre :

- 8h30 à 18h30 : ouverture du village partenaires - Front de neige
- 9h à 10h : DÉPARTS DES COURSES
- 11h/11h30 : Cérémonie des fleurs - Front de neige, ligne d'arrivée
- 11h : fanfare - Domaine skiable
- 14h/15h : sculpture du bar à glace - Village partenaires
- 16h à 18h : diffusion du film "Le rêve Blanc" et conférence - Village partenaires
- 18h : Remise des médailles et des dossards - CCAS amphithéâtre.

Samedi 21 Décembre :

- 8h30 à 18h30 : ouverture du village partenaires - Front de neige
- 8h45 : COURSE OPEN - Front de neige
- 9h/12h : COURSE SPRINT - Front de neige
- À partir de 11h : Repas des coureurs.
- 14h30 : Remise des prix - CCAS amphithéâtre
- 16h : dédicace avec le parrain et la marraine.

Dimanche 22 Décembre :

- 8h30 à 18h30 : ouverture du village partenaires - Front de neige
- 8h30 à 10h : petit déjeuner offert sur le village partenaires - Front de neige
- 9h30 à 18h30 : animations du PNV (stand + tables rondes + ateliers) - Village Partenaires.
- 10h : Inauguration de la nouvelle piste de ski de randonnée d'Aussois. RDV au Front de neige pour le départ de la rando tous ensemble : 2 parcours au choix (600m ou 850m de Dénivelé+)
- 11h30 : Apéritif dînatoire offert pour l'inauguration de la nouvelle piste de ski de randonnée d'Aussois - Front de neige
- 17h : Pot d'accueil ambiance musicale de Noël - Front de neige

Habitat

Trêve hivernale En cas de difficultés liés au loyer... frappez à la porte de l'ADIL !

Comme chaque année, le 1^{er} novembre a marqué le début de la trêve hivernale qui s'étendra jusqu'au 31 mars 2020.

Si la loi suspend les expulsions locatives pendant ces quelques mois, les situations d'impayés de loyer en revanche, ne sont pas différées. Sans aide et sans conseil pour y faire face, elles peuvent même s'aggraver. L'ADIL de la Savoie en tant qu'antenne de prévention des expulsions se tient gratuitement à la disposition des locataires et des propriétaires bailleurs pour délivrer des informations sur les différents points de la procédure d'expulsion. Elle conseille sur :

- Les solutions permettant l'apurement de la dette locative
- Le contenu de la décision de justice et ses conséquences,
- Les dernières étapes de procédures (comment se déroule l'expulsion...)

Les conseillers juristes apportent un conseil de proximité.

Après consultation d'une ADIL, 2 locataires sur 3 trouvent une solution concrète à leur problème d'impayé. Et près de 90 % des bailleurs trouvent une solution, amiable ou judiciaire.

L'ADIL réunit l'État, le Département, les collectivités locales, Action Logement, des organismes d'intérêt général, des professionnels publics et privés concourant au logement et des représentants des usagers.

Agréée par l'État, l'ADIL s'appuie sur le centre de ressources de l'ANIL (Agence nationale pour l'information sur le logement) et offre un conseil complet, neutre et gratuit sur toutes les questions juridiques, financières et fiscales concernant votre logement.

Permanences ADIL à la Maison de l'Habitat, Place Fodéré à St-Jean-de-Maurienne (à côté de la Poste).

le 1^{er} et le 3^e jeudi du mois (matin et après-midi)

sur rendez-vous au
04 79 83 55 30.

Site ADIL : www.adil73.org

Permanences téléphoniques : 04 79 69 90 20.

Sortir... Lire... Voir... Aller vers...

Val Cenis Lanslebourg
Soirée de présentation
de la saison culturelle de
l'Auditorium Laurent Gerra
Jeudi 19, à 21h.



harmonie parfaite avec la nature... nous suivrons à travers ce spectacle la vie du petit Ourneck, enfant nomade, qui doit quitter les siens pour partir à la découverte du monde. Au fil du voyage, la magie des rencontres extraordinaires qui parsèment son chemin, vont faire d'Ourneck, un Troubadour, un nomade capable de jongler avec n'importe quel objet... Pour le bonheur de tous. Une plongée dans l'imaginaire des colporteurs, un voyage festif aux couleurs solidaires, entre théâtre, musique, jongleries, interactions fortes avec le public... **Spectacle gratuit.**



Humour musical
à Val Cenis Lanslebourg,
Auditorium Laurent Gerra :
Les Désaxés, Saxophonissimo,
jeudi 26, à 21h.

Un joyeux quatuor de saxophonistes pour les fêtes de fin d'année. Que la fête commence ! Dans « Saxophonissimo », Les Désaxés viennent avec leurs tuyaux de laiton, des musiques du monde entier et de toutes les époques. Une musique qui parle, une musique qui nous cause avec humour. Ils désaxent Bach, Brahms, Khatchatourian, Ravel, Bizet et les



tableaux poétiques et humoristiques s'entremêlent. Ils compilent les musiques du groupe « LM ». Ils amalgament les genres, du jazz au flamenco, de la pop à la samba, en passant par le rythm and blues et le disco.
Tarif plein : 35 €, Tarif réduit : 30 €,
compris dans le Pass Auditorium
Réservation au 04 79 05 99 06,
en ligne à auditoriumlaurentgerra.fr

Humour décalé avec
Didier Super, Ta vie sera
plus moche que la mienne,
à Val Cenis Lanslebourg,
Auditorium Laurent Gerra,
jeudi 9 janvier, 21h.

Un spectacle qui pique, fait rire, dérange et met en lumière des situations qui nous ont tous eus un jour questionnées. Dans ce « conte moderne pour adultes », Didier Super tente d'interpréter une quinzaine de personnages tout en restant accompagné de ce qui reste de sa guitare...
Tarif plein : 18 €, tarif réduit : 12 €
compris dans le Pass Auditorium.
Réservation au 04 79 05 99 06,
en ligne à auditoriumlaurentgerra.fr



Une soirée d'ouverture pour vous présenter une programmation pointue... et piquante, suivie d'un Catch d'improvisation. Le catch d'improvisation, c'est la création de pièces de théâtre instantanées avec une équipe de comédiens friands de nouveaux défis et gourmands d'aventures. Il oppose deux duos d'improvisateurs face à un arbitre, le maître du jeu. Celui-ci impose des thèmes aux comédiens choisis par le public ; et peut, à tout moment, leur dicter des contraintes.

Gratuit, réservation au 04 79 05 99 06,
en ligne à auditoriumlaurentgerra.fr

Musique et cirque pour Noël
à Fourneaux, salle des fêtes.
Ourneck le Troubadour, par
la Cie Les Colporteurs de
Rêves. Dimanche 22 à 17h.

Il y a des milliers d'années notre planète Terre était habitée par les Nomades, un peuple imaginaire, vivant en

Val Cenis Samedi 14 et dimanche 15 Tous en piste ! avec **Charlie Winston !**

Une semaine avant les vacances de Noël, Val Cenis et tous les acteurs de la station se mobilisent pour deux jours de fête à destination des familles et groupes d'amis. À cette occasion, le **samedi 14, grand concert gratuit de Charlie Winston en pied de piste, à partir de 17h30**, suivi d'une soirée animée dans les bars et restaurants partenaires.

À ce propos, le quatrième album de Charlie Winston « Square 1 » est sorti. Une expression qui désigne en anglais l'idée de recommencer à zéro. Charlie Winston

dévoile sous un nouveau jour les thèmes récurrents de ses albums, de l'art de vivre aux sujets plus engagés comme celui des réfugiés politiques.

En tant qu'album, c'est le travail le plus honnête, le plus personnel et le plus socialement conscient de Charlie. C'est son 4^e album studio et nous retrouvons dans son écriture une voix de conscience sociale, d'espoir et d'inspiration. L'objectif n'est jamais de prêcher, mais en tant qu'artiste, de prendre la responsabilité d'entamer la discussion, de poser des questions et de susciter l'inspiration.





Un monde plus grand, avec Cécile de France, sera projeté le mardi 10 décembre, à 20h45, au cinéma La Ramasse, à Val-Cenis Lanslebourg.

Film et débat sur le chamanisme



Le film : Partie en Mongolie chez des éleveurs de rennes pour enregistrer des chants traditionnels, Corine pensait pouvoir surmonter la mort de Paul, son grand amour. Mais sa rencontre avec la chamane Oyun bouleverse son voyage, elle lui annonce qu'elle a reçu un don rare et doit être formée aux traditions chamaniques. De retour en France, elle ne peut refuser ce qui s'impose désormais à elle : elle doit repartir pour commencer son initiation... et découvrir un monde plus grand. C'est ce film, *Un monde plus grand*, réalisé par Fabienne Berthaud et sorti sur les écrans le 30 octobre, avec Cécile de France et Ludvine Sagnier, que La Ramasse vous propose de découvrir.

Le Chamanisme (extrait de *Carnet de voyage chamanique*, de Liliane van der Velde - Baroch Editions) : « Selon les traditions anciennes et la vision chamanique, l'être humain fait partie de la grande Toile invisible, dont les fils lumineux relient toutes choses entre elles pour former l'univers. »

La vision chamanique du monde est la vision systémique la plus ancienne qui soit : tout est inter relié, un système ne peut survivre seul, sans échanges avec les autres systèmes. L'être humain évolue grâce à sa collaboration et à l'échange avec la nature ; il peut ainsi prendre sa juste place au sein de son environnement, développer sa propre nature et contribuer à la vie du clan. Selon les lois fondamentales du vivant, ce qui n'est plus relié et nourri perd son sens et son équilibre et finit par se fragiliser. »

Trois questions à l'invitée de cette soirée, **Sonia Bouteiller** (ci-dessus), qui pratique la sophrologie, la santé ayurvédique* et s'est formée au chamanisme.

Quel regard portez-vous sur le chamanisme ?

Sonia Bouteiller : « Beaucoup de traditions de par le monde pratiquent le chamanisme, il est une méthode pour se connecter à sa nature profonde, mais aussi à la nature qui nous entoure (l'eau, les arbres, les animaux) et à laquelle nous appartenons. Nous avons perdu ce contact, or les enjeux d'aujourd'hui, le réchauffement climatique, les atteintes à la biodiversité, l'eau, l'homme... nous invitent fortement à nous reconnecter avec la nature. »

*Médecine de l'Inde traditionnelle

En quoi le chamanisme permet-il de se « reconnecter » avec la nature ?
 « Il y a plusieurs méthodes traditionnelles. L'une d'elles consiste à utiliser un simple tambour. Battre le tambour crée une vibration propre à emmener l'individu dans un voyage intérieur, pour réactiver des connexions inutilisées. On se sert aussi de « l'animal totem », il est notre nature profonde. Chaque personne en possède un. Le chaman aide à le découvrir. »

N'est-ce pas un peu « magique » ?
 « Il n'y a pas de magie ! On ne peut pas l'expliquer avec des mots rationnels, c'est tout. D'ailleurs on ne peut pas tout expliquer : pourquoi nous utilisons aussi peu notre potentiel cérébral... Pourquoi se connecter aux arbres apporte la sérénité... Pourquoi des personnes sont sensibles à la Lune. Personnellement je suis quelqu'un de très cartésien, mais à l'instar de scientifiques qui s'intéressent aujourd'hui au chamanisme je pense qu'il existe des phénomènes inexpliqués parce que non-visibles. »



Lire...
Carnet de voyage chamanique, de Liliane van der Velde, aux Ed. Baroch.
 Récit de voyages entre pays et continents, de rencontres surprenantes avec la nature et ses gardiens et une autre façon de voir la réalité. La vision chamanique, qui perçoit toutes les choses reliées entre elles, semble plus que jamais d'actualité. En témoignent les nombreuses personnes qui l'appliquent dans leur quotidien. Y est présentée une pratique ancestrale adaptée au monde moderne pour rencontrer son animal totem et explorer une autre face de la réalité.

CD inclus.
 127 pages, 24 €

24 décembre à Bessans La crèche vivante

La crèche vivante de Bessans est devenue une tradition dans la tradition en Haute Maurienne. Chaque année, plus de cinquante figurants bénévoles, habillés en costumes traditionnels font revivre la naissance de Jésus de Nazareth, en l'accompagnant de vieux chants des Noëls Bessanais, en patois (francoprovençal, écrits à partir de 1650) et de textes en français. La représentation donnée au cœur du village commence dès que la cloche de l'église sonne 18 h.

Des « anges » s'avancent alors sur un sentier éclairé par des bougies. Des habitants de Bessans et des hameaux des environs, revêtus eux aussi de costumes traditionnels, arrivent. Ils viennent, par petits groupes, rendre hommage à l'enfant nouveau-né, les bras chargés de présents (polenta, agneau...). Dans la grotte creusée dans la neige, Marie et Joseph sont là, entourés par le bœuf, l'âne, les moutons, la chèvre et le berger... La semaine suivante, une nouvelle crèche vivante est programmée, avec cette fois-ci l'arrivée des rois mages. Croyant ou pas, la magie de Noël opère !



Gérard Depardieu, Françoise Fabian et Daniel Auteuil en têtes d'affiche pour la 9^e édition de « C'est l'Printemps » à Val Cenis, du 21 au 25 mars..

Un beau rendez-vous dans l'agenda culturel de la vallée, c'est "C'est l'printemps", en mars ! 9^e édition ! Laurent Gerra, directeur artistique, et les équipes de l'auditorium ont vu les choses en grand...

Ainsi, Gérard Depardieu est programmé le samedi 21 mars, il chantera Barbara.

C'est également comme chanteuse que cette grande dame du cinéma français, l'actrice Françoise Fabian, sera présente en Haute Maurienne Vanoise, le mardi 24 mars,

Enfin, Daniel Auteuil clôturera le festival mercredi 25 mars avec un spectacle musical intitulé "Déjeuner en l'air", construit autour de l'oeuvre de Paul-Jean Toulet.

Réservez vos places ! au 04 79 05 99 06.



100
 1920 - 2020
Sports Hiver Modane - Valfréjus
 100 ans

29 décembre 2019
Descente aux flambeaux
1^{er} février 2020
Gymkana par équipes
26 février 2020
Slalom parallèle nocturne
Fin juin 2020
Concours de pétanque
7 novembre 2020
Soirée des 100 ans

SAVOIE DÉPARTEMENT | La Région Auvergne-Rhône-Alpes | MODANE VALFRÉJUS | Fédération Française de Ski | COMITE SAVOIE de Ski

Affiche X.L

Agenda

Pour s'organiser, quelques dates d'évènements à venir...

TOUS EN PISTE, concert Charlie Winston, Val-Cenis, **14 décembre**.

MANCHE DE LA COUPE DU MONDE DE SKI ALPINISME, Aussois, **20 et 21 décembre**.

CRECHES VIVANTES, Bessans, **24 décembre**.

SAMSE NATIONAL TOUR, Biathlon à Bessans, **du 3 au 5 janvier**.

MARATHON INTERNATIONAL à Bessans, (MIB 41 édition) **11 et 12 janvier**.

LA GRANDE ODYSSEE, 16^e édition, Bonneval-sur-Arc, Bessans, Val-Cenis, Aussois, **du 19 au 22 janvier**.

FESTIVAL NATIONAL D'ACCORDÉON, 19^e édition, Termignon, **du 25 au 31 janvier**.

RELAIS DES SORCIERS, Aussois, **26 février**.

K'RIBOU, Val-Cenis, **7 mars**.

SKI DE BOSSES, 2^e édition, La Norma, **7 et 8 mars**.



RENCONTRE DE LA DERNIERE GLACE (escalade sur glace), Bessans et Bonneval-sur-Arc, **14 et 15 mars**.

FESTIVAL C'EST L'PRINTEMPS, Val-Cenis **du 21 au 25 mars**.

LEKKAROD, Bessans et Bonneval-sur-Arc, **20 au 22 mars**.

TRAVERSATA DES ROIS MAGES (ski rando France-Italie), Val Fréjus, **29 mars**.

FESTIVAL MUSIQUE ET CHANTS DU MONDE, Bonneval-sur-Arc, Reporté été 2020.



LOGEMENT SAISONNIER en HAUTE MAURIENNE VANOISE



Saisonnier ou employeur, vous cherchez un logement ?

Propriétaire d'un logement vous souhaitez louer ?

Faites-vous connaître auprès de la Communauté de communes Haute Maurienne Vanoise nous pouvons vous mettre en relation !

Infos fichier logement saisonnier :
j.grivel@cchmv.fr
ou 04 79 05 90 78 & 04 79 05 26 67
(Maison de Services Au public)



L'agenda Scènes Hivernales...

Scènes hivernales, l'agenda culturel hiver-printemps 2019-2020 Haute Maurienne Vanoise est paru, pour vous présenter les bons plans culturels de la saison hiver-printemps 2019-2020 sur le territoire. Il est distribué dans votre boîte aux lettres. Vous pouvez également le télécharger sur www.cchautemaurienne.com
Piquante, tendre, hilarante ! Telle s'annonce cette saison culturelle à venir. Comédie, théâtre, jazz, cirque, musique orientale, chanson française, blues, danse, bal littéraire, musique classique, impro, tango, masterclass, magie... Le plus difficile pour les programmeurs a été de choisir, puisque l'horizon de la Culture, la plus belle richesse à partager, est sans fin.

Vive la culture !



Réseaux sociaux

Kestudi ?

Ceci est peut-être le début d'une rubrique dans Terra Modana... En tous cas, nous avons profité de la présence d'une jeune stagiaire, dans la rédaction, Roméa Le Palabe, élève de 3^e du collège La Vanoise, pour explorer les réseaux sociaux, côté jeunes. Comment les jeunes les utilisent-ils ? Telle est la question. Réponses par Roméa.

Les réseaux sociaux en ligne désignent les sites internet et applications mobiles (Facebook, Instagram, Snapchat, twitter...) qui permettent aux utilisateurs de se constituer un ou plusieurs réseaux d'amis ou de relations, et qui favorisent les interactions sociales entre individus, groupes d'individus ou même organisations.

Avec Instagram, Snapchat est un

des réseaux sociaux les plus utilisés par les jeunes, qui ont délaissé Facebook.

Snapchat est un réseau où l'on ne peut pas poster de photos mais où nous pouvons avoir des conversations très drôles avec ses amis.

Exemples 1

-coucou j'ai eu cours d'histoire aujourd'hui, tu savais que Marie Curie est la seule femme au monde à avoir eu deux prix Nobel ?

-nn srx (= non sérieux) ?

-mais si, je suis choqué (= étonné) ! Elle a mm (= même) sauvé un million de personnes en créant quatorze ambulances radiographiques.

-waouh (= impressionnant)

Exemples 2

-Alors comment c'était ce concert ?

-Trop bien, je me suis bien cassé la voix à chanter comme une caserole

-Ha, ha ! la chance que t'as eue d'aller voir ce chanteur, moi j'avais trop de devoir à faire. Pfff

-Tkt pas (= t'inquiète pas) la prochaine fois on y va ensemble

-Ça serait super cool !

Exemples 3

- tu c (= c'est) pas quoi ?

-Non, y'a quoi ?

-bah, tu vois Théo dans ma classe ...

-oui

-et ben il c'est fait exclure du cours d'histoire pqc (= parce-que) il a dit au prof qu'il ressemblait à un œuf depuis qu'il s'était rasé les cheveux.

-ah ah il est trop bête

-Qui ça ?...

Exemples 4

-Ça va mieux ta tête ?

-Ma mère m'a mis de la glace, ça va un peu mieux...

- J'ai quand même bien rigolé, tu marchais tranquillement en regardant ton tél et la tu te prends le

lampadaire dans la rue. Je kiff !

-oui mais mtn (= maintenant) j'ai trop mal.

- et ta mère elle a dit quoi dcp (=du coup)

- ARRÊTE D'ÊTRE SUR CE TÉLÉPHONE (les majuscules expriment la colère) 😡

- Ha, ha !

Comme on le voit les diminutifs (pqc = parce que ; dcp = du coup ; tfk = tu fais quoi ?) servent à gagner du temps dans les échanges et à lire et placer sa phrase plus vite si on est plusieurs. Les smileys sont aussi utilisés pour renforcer ou illustrer l'échange :-)

Comme on l'a dit déjà, d'autres réseaux sociaux sont utilisés, comme Instagram (pour diffuser ses images), Twitter (pour envoyer de courts messages - des tweets - limités à 140 caractères), Facebook (qu'on ne présente plus)...

Mais les réseaux sociaux ont aussi leurs mauvais côtés : la propagation rapide des rumeurs et du piratage, le cyberharcèlement (= harcèlement par internet), des menaces, des critiques...

Il faut aussi faire attention aux mauvaises informations et éviter de devenir addict aux réseaux.

Merci à Laura du Service Jeunesse, pour sa collaboration !



La division du monde

Depuis l'aube, la forêt rampe. Mélèzes en feu, trembles à l'aplomb du vide, frênes décharnés, champignons en berne : tous font gros dos de coton. Ploient, têtes vers le bas. Même les épicéas n'en mènent pas large, (Et c'est peu dire !). Pleurent dans leurs chaumières végétales. Se préparent au vent, à la neige, au froid polaire et que sais-je encore des éléments terribles qui leur font parfois regretter d'être nés.



PH. SERIKBAIB

Sous les ombrages, d'autres s'affolent : biches et faons aux abois, écureuils frénétiques transportant les dernières pignes à la vitesse de l'éclair, renards fuyants, sangliers, groins mal embouchés, labourant le sol de leurs féroces sabots, contrariés de l'inéluctable retour de la disette.

Quant au monde de l'infiniment petit ? Il préfère mourir ou s'endormir, plutôt que d'affronter la tempête.

Bientôt la glace prendra ses quartiers et il ne restera plus rien de la douceur de vivre.

Alors que faire ? Si ce n'est espérer un prochain printemps.

Et pourtant mon bonheur à moi est immense... Même si mon cœur saigne pour eux. Saigne. J'y pense, bien sûr et puis... Et puis j'oublie. Car comme toi, je vois midi à ma porte.

Qui peut comprendre... Oui, qui ? Hormis celui dont le cœur est jumeau du mien, qui retient son souffle, guette le ciel... Qui attend... Plexus à l'unisson de ma pompe à respiration. Celui qui prend l'immaculée conception à bras le corps, les mains chargées de flocons doux et légers. Celui dont les pas crissent, solitaires, au fond des bois. Qui se roule dans le blanc manteau, bien protégé du froid par la technologie humaine.

Très vite, viendront les loups, nus, hordes de sioux, descendant des hautes sphères tourmentées, pour étendre leur territoire de chasse tout près des maisons, en bas... Là où tous les êtres raisonnables prennent leur quartier d'hiver.

Ils ont faim... Car si la beauté du blanc nourrissait, ça se saurait depuis le temps. Quoi que...

Nus... C'est comme ça ici, que l'hiver se divise. Et ce, depuis la nuit des temps... En bas donc...

Tout le monde en bas. Ou l'homme/femme s'amuse.

D'abord, les fondeurs/euses qui déboulent, épaules voutées sous l'effort, dessinant des empreintes de strigidés* sur la neige immaculée.

Echallas maladroits, ridiculement moulés dans leur collant de gore-tex ou danseurs/euses solitaires, peu importe : le plaisir donne la grâce.

Tous les visages sont beaux, quasi extatiques. Fronts offerts au soleil, aisselles en nage, ils/elles ne cessent de renouveler la boucle et tournent des heures durant, en appui sur leurs solides mollets. Egrenant leur Mantra. Chapelets de km dévidés dans les poches. Leurs yeux finissent par se voiler et ils/elles s'oublient enfin, angoisse terrassée par la transe du mouvement mille fois répété.

Quant à moi ? Vous l'aurez compris, un peu plus et j'en tomberai en pamoison ! Solide vieille peau des sommets, abasourdie par cet inouï don du ciel, impatience au garde à vous, je sors frénétiquement l'anorak, le cachemire, les gants, bonnets, bottes, skis, vin chaud, raclette, fondue et tartiflette...

Du bonheur en barre, que je vous dis ! Rocheuse d'abord, lorsque je déboule à fond et que je m'immerge, libre comme l'air, en hors-piste, dans la poudreuse du domaine sauvage d'Arcelle. Puis, savoureuse et enrobée de chocolat, au moindre petit creux, dévorée au fond de la forêt, seule au monde... Appuyée sur le tronc d'un mourant qui ne sait rien à l'instant de sa probable résurrection.

En barre, le bonheur... En barre... Je souris béatement.

Dans le ciel si froid, un aigle tourne. Des stalactites de glaces réverbèrent l'Univers.

Au détour d'un brin de saule, quelques traces de lièvre paniquent sur le blanc. Peut-être celles de mon Pimpin, qui vient grignoter l'écorce des cynorhodons la nuit devant chez moi ? Lorsque l'hiver est à son apogée et que plus maigre qu'un déporté, il brave sa peur de l'homme et du renard pour ne pas mourir de faim. Oui, peut être celui-là... Ou sa sœur, son frère, sa cousine, son cousin... Ils sont si nombreux à grelotter et crever dans leurs terriers.

« Pense plutôt aux enfants de Syrie ! me crache un passant, haussant les épaules, en me voyant planquer des épluchures de carottes tout près des troncs secs. »

- Mais j'y pense, que je lui réponds, j'y pense ... (et c'est vrai !!! Je le jure devant mon Dieu de l'infinie commisération), Et puis j'oublie... Comme toi...

Oui, j'y pense. Parfois...

Car, comment pourrais-je trouver assez de place dans mon cœur fourmilière, pour toute la tristesse du monde ? Il est déjà plein, lui. D'amour, tu vois. Envahi d'une tribu vampire qui me laisse à peine le temps de respirer... Hommes, femmes, enfants, chiens, chats, arbres, oiseaux domestiques. N'en jetez plus la cour est pleine ! D'amour, toujours. Et pour tout dire, c'est juste merveilleux. Alors, j'ose oublier, pour ne pas me briser en mille morceaux et ne plus servir à rien ni à personne. Comme toi ma sœur, comme toi...

Et je parle aussi, pour ne pas laisser la panique me déchirer, plus affamée que des mites dans mon placard.

Parfois bien sûr, ça ne fonctionne pas. Alors je me retrouve au fond du trou avec ma fragilité et ma culpabilité de plomb. Je lève alors la tête vers les étoiles, les nébuleuses et les trous noirs. Les soleils aussi. L'univers en expansion me sourit, ou pas... Tout est affaire d'interprétation.

Quoi qu'il en soit, ce qui se passe à l'échelle de la terre me ramène toujours à cette certitude : ce monde est parfait et au fond, il se fout bien de nous, petits pensionnaires de passage, glabres ou velus, à poils ou à sabots. Il nous survivra, car nous sommes impuissants devant tant de beauté.

Par exemple lorsque le soleil jaillit derrière la pointe de Pignes, qu'il balaie tout d'un seul rai et enflamme la neige de sa lointaine incandescence. Ou quand il envahit les eaux fortes du lac du Mont Cenis, le transformant, en l'espace de quelques secondes, en une mer de méthane balayée d'un brasier glacial venu du fond des temps. Ou bien encore lorsque la lune rousse offre au monde sa douce magie phantasmagorique. Que tout n'est plus qu'ombres et illusions.

A ce moment-là, bien sûr, tous les mots qui franchiraient nos lèvres ne pourraient qu'être sans saveur, sans sens, sans vie... Une petite bulle de son inutile dans l'atmosphère.

- Alors tais-toi donc, grosse pipelette ! m'intimeras-tu avec justesse. Qu'as-tu encore à dire qui ait le moindre poids, le moindre intérêt pour moi après ce que je viens de voir dans tes propres yeux, hein ?

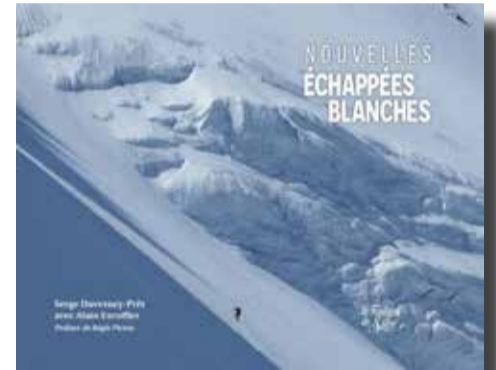
Je souris et je la ferme... Parce que, oui en fait, quoi d'autre ?

* Rapaces nocturnes : les hiboux, les chouettes sont des strigidés



Dédicaces chez Histoire de Lire

Samedi 7 décembre, à partir de 14h30, Serge Duverney-Prêt et Alain Excoffier, les compères skieurs alpinistes originaires de Maurienne viendront présenter leur récit d'aventures : **Nouvelles échappées blanches**. Ce livre raconte les péripéties de deux joyeux compères du ski-alpinisme qui trouvent que « *la vie est bien trop courte pour skier triste* ». Ils nous livrent une trentaine d'itinéraires à découvrir du Beaufortin à Belle-donne, de la Lauzière à la Vanoise et du Mont Blanc au Grand Paradis. Aux Ed. La fontaine de Siloé, 29 €



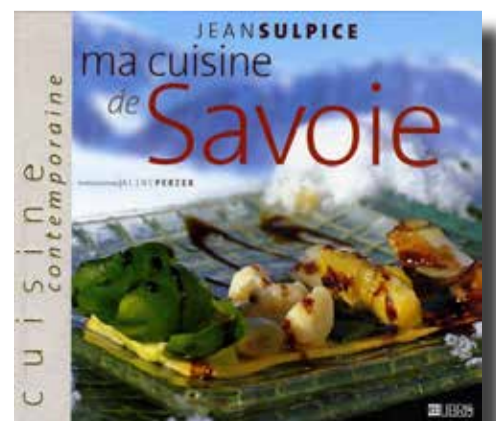
Samedi 14 décembre, à partir 15h, Thierry Barboux reviendra à Modane pour rencontrer les (futurs) lecteurs de son roman **Les larmes d'Etache**, un thriller passionnant avec la Haute Maurienne en toile de fond. Aux Ed. Librinova, 14 €.



Ma cuisine de Savoie

De Jean Sulpice et Aline Périer (Photographe), aux Ed. Libris.

Colorée, goûteuse, parfumée, la cuisine de Jean Sulpice étonne par son inventivité... et désarçonne par sa simplicité. Soixante deux recettes qui nous invitent... 19,99 €



Fréjus
OPTIQUE
MODANE

Fréjus Optique
Zone Commerciale Matussières
73 500 Modane Fourneaux
04 79 05 10 63

Spécialiste
et Relais Opinel,
Décoration
montagne,
Horloges à
coucou
Bijoux argent
& fantaisie
Art de la table
Location de draps

Le chalet de Calou
4 rue d'en haut - 73500 AUSSOIS
Tel: 09 52 46 73 04
Mail: lechaletdecadou@yahoo.fr

i@d

1^{er} réseau immobilier en France
Nouveau en Maurienne
et Haute Maurienne Vanoise !

Vendeur, Acquéreur, faites appel à
votre conseillère en immobilier

Sophie GASPAR
06 15 85 13 17
sophie.gaspar@iadfrance.fr

Pour une rentrée zen et réussie rendez-vous chez

SICOLICOPY

Déposez nous
vos listes Scolaires

Votre Papetier Spécialiste
s'occupe de tout !

FOURNITURES SCOLAIRES

Beaux arts Loisirs créatifs Papeterie

Bienvenue chez nous !! 04 79 59 80 34 | 04 79 05 27 19

Les infos pratiques

Office de tourisme de Haute Maurienne Vanoise
04 79 05 99 06
pour les stations de :
Bonneval-sur-Arc, Bessans, Val-Cenis
(Lanslevillard - Lanslebourg -
Termignon - Sollières-Sardières et
Bramans), Aussois, Valfréjus, La Norma.

**Point Info Tourisme
Maison Cantonale à Modane**
04 79 05 26 67

DECHETTERIES
Modane : (lieu dit de L'Isle)
Horaires d'hiver, du 1^{er} novembre au
31 mars inclus. Fermeture mercredi
après-midi, jeudi, dimanche et jours fériés.
Lundi 7h45 - 12h / 14h - 16h30
Mardi 7h45 - 12h / 14h - 16h30
Mercredi 7h45 - 12h
Jeudi Fermé
Vendredi 7h45 - 12h / 14h - 16h30
Samedi 7h45 - 12h / 14h - 16h30

Val-Cenis Lanslebourg :
Appeler pour connaître les heures
d'ouverture. Tél : 06 33 87 16 76.

POINT ECOUTE
Modane : Parents-Familles-Jeunes.
Gratuit. Sur RDV au 04 79 59 69 36.

PSYCHOLOGUE
Fourneaux : Stéphanie Baudin,
22 avenue de la Liberté. 04 79 05 32 35
Modane : Catherine Vié, 90 rue de
Polset. Tél : 04 79 59 85 70

**Centre Polyvalent
d'Actions Sociales CPAS)**
Lundi au vendredi 9h-12h/13h30-17h
50 r. S^{te} Barbe à Modane. 04 79 44 54 05.

- PMI (Protection Maternelle et Infantile)
et Assistante sociale. **Uniquement sur rdv.**
- Permanences CPAM : jeudi 9h/12h.
Sans rdv.

Messe de décembre
Samedi 7, Lanslevillard, 18h.
Dimanche 8 Modane, 10h.
Samedi 14 Termignon, 18h.
Dimanche 15 Modane 10h.
Samedi 21 Le Bourget 18h30.
Bramans 18h.
Dimanche 22, Modane 10h.
Lanslevillard, 18h.

Espace réservé aux entreprises Pour y figurer appeler le 04 79 05 26 67

Présents sur l'ensemble du territoire Haute Maurienne Vanoise, le commerce et l'artisanat sont des acteurs majeurs de la vie locale qui, par leur activité, dynamisent l'économie et l'emploi et joue un rôle essentiel en faveur du service de proximité. Ils constituent également un maillon indispensable de l'aménagement du territoire. Faire appel à un artisan, pousser la porte d'un commerce c'est donc aussi participer à l'économie de son village, à la préservation d'une identité locale et à l'amélioration du cadre de vie. Qualité, proximité, conseil et convivialité sont les valeurs de notre commerce et notre artisanat.

TAXI

TAXI FREDERIC DONADIO
TRANSPORT MEDICAUX ASSIS
Modane et Fourneaux 06 08 99 10 13

TAXI GROS-GRUART MODANE
Transports Médicaux assis - Tourisme.
Tél : 06 60 38 01 23

TAXI GERARD FELLMANN
Hospitalisation. Transport médical assis.
Modane et Fourneaux 06 08 40 34 60

TRANSPORTS

LIONEL TRANSPORT 24/24. 9 places.
06 09 68 39 91. info@lionel-transport.com
www.lionel-transport.com Villarodin-Bourget

BIEN-ÊTRE

SOPHROLOGIE - BIEN-ÊTRE ESTELLE DEHAN
Adultes - Adolescents - Enfants. Sur rendez-vous.
Villarodin, 88 rue Saint Antoine. 06 77 77 53 46.

ESPACE ESTHÉTIQUE ET BIEN-ÊTRE
349 r St Sébastien Avrieux. Tél : 04 79 20 39 67.
www.esthetique-avrieux.com

COIFFURE MARILYN Masculin féminin
6, r. Gambetta, Modane. Tél : 04 79 05 06 22.
1^{er} prix au concours qualité totale.

BEAUTÉ PASSION Modane
Stéphanie, soins esthétiques et corporels,
prothèses ongulaires. Tél. : 04 79 64 29 66

HARMONIE BIEN-ÊTRE (face à la gare)
Massages-bien-être + soins énergétiques.
Sur RDV : 06 85 69 82 68 à Modane (FFMBE)

TRAVAUX

SERVICES PLOMBERIE CLE SERVICES
Bernard Favre (ex Ets Botte) La Norma.
Entretien, dépannage... Tél : 06 60 66 47 03

LIBRAIRIE

LIBRAIRIE HISTOIRE DE LIRE
15 r. de la République. Modane 04 79 05 87 74
www.histoiredeliremodane.com

RESTAURANT

RESTAURANT "O' VIP" Restauration tradition-
nelle et vente à emporter. 19, place de l'Hôtel
de ville, Modane. 04 79 05 83 73

SANTÉ

OSTÉOPATHE D.O. Acupuncture
Luc BUISSON 14, pl. Sommeiller 73 500 Modane
Tél. : 06 07 50 87 33.

OSTÉOPATHE D.O. Marie Gauthier
6 pl. Hôtel de Ville à Modane. 06 28 32 55 37
http://www.marie-gauthier-osteopathe.fr

OSTÉOPATHE MRP POYET MODANE
C. BELLISSAND 9 rue de la République
04 79 05 49 37 ou 06 61 87 41 30

OSTÉOPATHE D.O./T.O. Novero-Borot
Amandine & ses collaborateurs. 850 Rte de
l'Eglise, Bramans. 06 85 26 71 03. Ouvert 7j/7.

CAMPING

CARAVANEIGE* LA BUIDONNIÈRE - AUSOIS**
Ouvert à l'année - camping@aussois.com
04 79 20 35 58 www.camping-aussois.com

HOTELLERIE

**Chambre d'hôtes LA GRANGE et Gîte. Maison
de Basile (8 pers.)** 3 épis Gîtes de France
06 80 82 30 81 Avrieux

Hotel RESTAURANT LE PERCE NEIGE**
14 av. Jean Jaurès 73500 MODANE GARE
04 79 05 00 50 www.hotel-leperceneige.com

Chambres et table d'hôte de caractère
Au Cœur des Alpes (15 pers.) 3 épis aux Gîtes
de France. Villarodin. Tél. 06 77 77 53 46.

VÉLO

Spirit Bike. Réparation, vente de vélos et matériel
à votre domicile, répare tous types de vélos et
toutes marques. Tél. 06 16 47 25 66

SPORTS DE MONTAGNE

Haute Maurienne Ski / Montagne Aventure.
Bureau des Guides Bessans. Ski HP, rando, télémark.
cascade glace, alpinisme, via ferrata. 06 70 63 94 65.

Numéros utiles

Appel d'urgence européen : 112.
Gendarmerie : 17. Pompiers : 18. SAMU : 15
Secours en montagne : 04 79 05 11 88

MÉDECINS

Fourneaux : Guittton Hervé, 18 avenue
de la Liberté 04 79 05 19 25
Modane : Bérard Bruce, 550 avenue
E. Charvoz 04 79 05 02 89
Burnier Michel, 550 avenue
E. Charvoz 04 79 05 10 89
Monvignier Annick, 6 rue
Jean Jaurès 04 79 05 22 30
Aussois : Adra Clément, 20 rue En Haut
04 79 20 33 42
Val-Cenis Lanslevillard : Cabinet médical,
223 rue des Rochers 04 79 05 91 96

SAGE-FEMME
Modane : Courtois Déborah, 06 85 50 59 92

AMBULANCES
Modane : Vanoise 04 79 05 00 40
Val-Cenis : Haute Maurienne 04 79 20 51 57

DENTISTES
Modane : Colin Pierre-Yves 440, avenue
Emile Charvoz 04 79 05 17 04

PHARMACIES
Modane : 8 av Jean Jaurès 04 79 05 00 08,
5 place Hôtel de Ville 04 79 05 06 09.
Fourneaux : ZAC Matussière 04 79 05 21 76.
Lanslebourg : rue du Mt Cenis 04 79 05 91 97

INFIRMIERES
Modane : 33 rue Jules Ferry 04 79 05 13 05
Fourneaux : 26 av. de la Liberté 04 79 05 26 16
Lanslebourg : 23 r. du Ventier 06 76 29 37 20

ORTHOPHONISTES
Fourneaux : 10 av. de la Liberté, Aline
Paquier, 04 79 05 36 80 ; Mélanie Gagnière,
09 54 45 75 36.

PODOLOGUE-PEDICURE
Fourneaux : M. Nousse, 10 r. Concorde,
04 79 56 78 30. **MODANE :** M. Legendre, 19
pl Hôtel de Ville. 04 79 05 34 74

KINESITHERAPEUTES
Modane : E. Chanoir, 8 pl de l'hôtel de ville,
04 79 05 47 71. Cabinet (5 praticiens),
5 r. République, 04 79 05 04 32. Cabinet P.
Cante, 26 rue Jean Jaurès, 04 79 05 37 45.
Val-Cenis Sollières-Sardières : Cabinet, Z.A.
Les Favières, 04 57 40 61 42.
Val-Cenis Lanslebourg : Cabinet, 23 route de
l'Iseran, 04 70 59 19 01.

ERGOTHERAPEUTE
Romy Charvoz, 06 58 12 45 10

VETERINAIRES
Modane : 6 rue de l'Eglise 04 79 05 13 44.
1 rue de la République 04 79 59 63 04.
Val-Cenis Lanslebourg : 45 rue des Jardins
04 79 05 88 19

Et si on s'offrait du cinéma à Noël

Offrez une carte d'abonnement

Carte 10 entrées valable 3 ans dans les cinémas de Fourneaux, Lanslebourg, La Norma et Saint-Michel-de-Mne
58 € abonnement adulte / 38 € abonnement jeune - En vente aux horaires des séances dans les cinémas

Dans nos cinémas

Un monde plus grand 1h40

Partie en Mongolie chez des éleveurs de rennes pour enregistrer des chants traditionnels, Corine pensait pouvoir surmonter la mort de Paul, son grand amour. Mais sa rencontre avec la chamane Oyun bouleverse son voyage, elle lui annonce qu'elle a reçu un don rare et doit être formée aux traditions chamaniques.



Lire aussi en page 11, l'article sur la soirée débat

Cinéma La Ramasse Mardi 10 : 20h45

Le meilleur reste à venir 1h57

Suite à un énorme malentendu, deux amis d'enfance, chacun persuadé que l'autre n'a plus que quelques mois à vivre, décident de tout plaquer pour rattraper le temps perdu.



Cinéma L'Embellie Mercredi 18 : 20h30 et Dimanche 22 : 17h30

Cinéma La Ramasse Dimanche 22 : 20h45 et Mardi 31 : 20h45

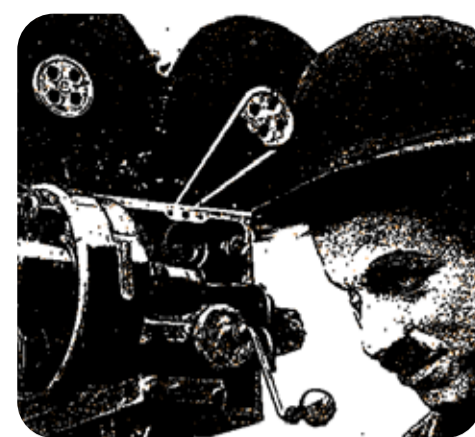
Cinéma Le Grand Air Lundi 23 : 21h00 et Dimanche 29 : 21h00

J'accuse 2h12

Pendant les 12 années qu'elle dura, l'Affaire Dreyfus déchira la France, provoquant un véritable séisme dans le monde entier. Dans cet immense scandale, le plus grand sans doute de la fin du XIX^e siècle, se mêlent erreur judiciaire, déni de justice et antisémitisme.



Cinéma L'Embellie Dimanche 8 : 20h30



« Le cinéma est un mélange de vérité et de spectacle. »

François Truffaut - Cinéaste

Programmation décembre 2019

Retrouvez la programmation complète des cinémas :

L'Embellie

à Fourneaux

Le Grand Air

à La Norma

La Ramasse

à Lanslebourg

sur www.cchautemaurienne.com

Chantelouve

à Lanslevillard

sur www.cinemachantelouve.fr



Toute ressemblance 1h23

Cédric Saint Guérande est LE présentateur préféré des français. Le nouveau Président de sa chaîne ne l'apprécie pas et la guerre est déclarée entre les deux hommes. La lutte sera sans merci, et l'issue forcément spectaculaire. Bienvenue dans les jeux du cirque médiatique !



Cinéma L'Embellie Samedi 14 : 20h30 et Dimanche 29 : 17h30

Cinéma La Ramasse Samedi 21 : 20h45 et Vendredi 27 : 18h00

Cinéma Le Grand Air Dimanche 22 : 21h00 et Mardi 31 : 21h00

Joyeuse retraite ! 1h40

L'heure de la retraite est enfin arrivée pour Philippe et Marilou ! Ils s'apprêtent à réaliser leur rêve : partir vivre sous le soleil du Portugal. Au revoir le travail, au revoir la famille, au revoir les emmerdes ! Ils pensaient enfin être tranquilles... mais leur famille a d'autres projets pour eux !



Cinéma L'Embellie Samedi 7 : 20h30 et Mercredi 11 : 20h30

Cinéma La Ramasse Mardi 17 : 20h45

Docteur ? 1h28

C'est le soir de Noël. Les parisiens les plus chanceux se préparent à déballer leurs cadeaux en famille. D'autres regardent la télévision seuls chez eux. D'autres encore, comme Serge, travaillent. Serge est le seul SOS-Médecin de garde ce soir-là. Ses collègues se sont tous défilés.



Cinéma L'Embellie Samedi 28 : 20h30

Cinéma La Ramasse Jeudi 26 : 20h45

Cinéma Le Grand Air Mardi 24 : 21h00

La reine des neiges 2 1h44

Pourquoi Elsa est-elle née avec des pouvoirs magiques ? La jeune fille rêve de l'apprendre, mais la réponse met son royaume en danger. Avec l'aide d'Anna, Kristoff, Olaf et Sven, Elsa entreprend un voyage aussi périlleux qu'extraordinaire.



Cinéma L'Embellie Samedi 7 : 17h30 et Dimanche 8 : 15h00

Cinéma La Ramasse Dimanche 22 : 18h00 et Dimanche 29 : 18h00

Cinéma Le Grand Air Lundi 23 : 18h00 et Lundi 30 : 18h00

Vic le viking 1h17

Vic est un jeune Viking pas très costaud mais très malin. Quand le chef du village, dérobe à son ennemi juré une épée magique qui transforme tout en or, l'appât du gain sème la pagaille chez les Vikings ! Vic va alors embarquer pour un périlleux voyage pour briser le sortilège de l'épée...



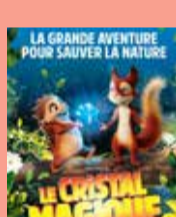
Cinéma L'Embellie Samedi 28 : 17h30

Cinéma La Ramasse Jeudi 26 : 18h00

Cinéma Le Grand Air Mercredi 25 : 18h00 et Mardi 31 : 18h00

Le cristal magique 1h21

Il existe un cristal magique, qui a le pouvoir de faire revenir l'eau dans la forêt. Mais il a été volé par Bantour, le roi des ours. Seul un héros courageux pourra le rapporter et éviter la sécheresse. Amy la petite hérissonne et son ami Tom l'écureuil décident alors de partir à l'aventure pour sauver la nature !



Cinéma L'Embellie Vendredi 27 : 17h30 et Mardi 31 : 17h30

Cinéma La Ramasse Mercredi 25 : 18h00

La famille Addams 1h27

La famille Addams se prépare à recevoir des membres éloignés encore plus étranges qu'eux à l'occasion de la Mazurka de Pugsley. Une cérémonie aux allures de rite de passage où le jeune garçon doit prouver qu'il est prêt à devenir un véritable mâle Addams.



Cinéma L'Embellie Mercredi 11 : 17h30 et Samedi 14 : 17h30

Cinéma La Ramasse Mardi 24 : 18h00 et Samedi 28 : 18h00

Cinéma Le Grand Air Mercredi 24 : 18h00

Les Misérables 1h42

Stéphane intègre la Brigade Anti-Criminalité de Montfermeil, dans le 93. Il découvre rapidement les tensions entre les différents groupes du quartier. Alors qu'ils se trouvent débordés lors d'une interpellation, un drone filme leurs moindres faits et gestes...



Cinéma L'Embellie Dimanche 29 : 20h30

Star Wars : L'ascension de Skywalker 2h12

La conclusion de la saga Skywalker. De nouvelles légendes vont naître dans cette bataille épique pour la liberté.



Cinéma La Ramasse Mercredi 25 : 20h45 ; Samedi 28 : 20h45 et Mardi 31 : 18h00

Cinéma Le Grand Air Jeudi 26 : 21h00 et Lundi 30 : 21h00

Last christmas 1h43

Kate traîne derrière elle une série de mauvaises décisions et erre dans Londres au son des grelots accrochés à ses bottes de lutin, seul espoir qu'elle ait réussi à décrocher dans une boutique de Noël. C'est pourquoi elle n'en croit pas ses yeux quand elle rencontre Tom qui semble voir en elle bien plus que ce qu'elle laisse paraître.



Cinéma L'Embellie Dimanche 15 : 17h30 et Mercredi 18 : 17h30

A couteaux tirés 2h11

Le détective Benoit Blanc est engagé pour élucider le meurtre de Harlan Thrombery, célèbre écrivain. Blanc plonge dans les méandres d'une enquête mouvementée, mêlant mensonges et fausses pistes, où les rebondissements s'enchaînent à un rythme effréné jusqu'à la toute dernière minute.



Cinéma L'Embellie Samedi 21 : 20h30 et Vendredi 27 : 20h30

Cinéma La Ramasse Mardi 24 : 20h45 et Dimanche 29 : 20h45 VOST

Le Mans 66 2h33

Basé sur une histoire vraie, le film suit une équipe d'excentriques ingénieurs américains menés par le visionnaire Carroll Shelby et son pilote britannique Ken Miles, qui sont envoyés par Henry Ford II pour construire à partir de rien une nouvelle automobile qui doit détrôner la Ferrari à la compétition du Mans de 1966.



Cinéma L'Embellie Dimanche 8 : 17h30 et Vendredi 13 : 20h30 VOST

A voir aussi



Zebulon, le dragon 40'

Cinéma L'Embellie Dimanche 15 : 15h00 et Samedi 21 : 17h30

Notre Dame 1h30

Cinéma Le Grand Air Mercredi 25 : 21h00



Brooklyn Affairs 2h25

Cinéma La Ramasse Vendredi 27 : 20h45 VOST

Midway 2h14

Cinéma L'Embellie Vendredi 20 : 20h30



Chanson douce 1h40

Cinéma L'Embellie Dimanche 22 : 20h30

Cinéma L'Embellie Dimanche 15 : 20h30 VOST



FÉDÉRATION FRANÇAISE
MONTAGNE
ESCALADE



Aussois
Haute Maurienne
Vanoise

COUPE DU MONDE SKI ALPINISME AUSSOIS ✕ FRANCE

20/21 DÉCEMBRE 2019

+ COURSE OPEN



aussois.com

© 2019 ISMF. All rights reserved.



Jarrienne des **cimes**



Trace du
Châtelard