

La g@zette

du Valbonnais

N° 1 janvier 2007

Le chamois et le gros Patou blanc

Une aventure insolite est arrivée à un couple du Col d'Ornon sur la commune de Chantelouve, lors d'une ballade en montagne.

Jean et Sophie, accompagné de leur jeune chien, Pongo, montent à la « Tête de Louis XVI » au dessus du Col de Corbière. En se dirigeant vers le sommet pour déjeuner, ils croisent sur le pâturage un troupeau de moutons, sans berger. Tout à coup, un énorme Patou blanc accourt avec une attitude pour le moins déroutante. « Nous étions pourtant qu'à 300 m du troupeau. Acculés au sommet de la Tête, nous étions face au chien qui aboyait et nous montrait les dents, sans portable et sans bâton ». Impossible de bouger ! Et pendant un quart d'heure, notre trio reste dans cette mauvaise posture. Soudain, à 20 mètres, un chamois tranquille et insouciant sort de derrière un rocher. Quelle aubaine pour nos trois randonneurs ! Le Patou, comme prévu, se précipite sur le chamois des cimes et une folle poursuite s'engage. Mais Jean et Sophie n'ont pas le temps de se remettre de leurs émotions, que déjà, le Patou déclare forfait dans sa course poursuite et revient vers eux à la charge, encore plus hargneux.

« Me souvenant des consignes des anciens, je fais partir en arrière ma femme et mon chien et je reste planté devant le Patou sans le quitter du regard. Je commence à reculer en prenant bien garde à ne pas tomber » nous dit Jean.

Au bout de 200 mètres de marche arrière, le gros chien blanc considère que nos trois randonneurs sont sortis de son territoire de garde et rebrousse chemin. « Sur le chemin plus tranquille du retour vers Ornon, nous avons pu enfin déjeuner et reparler de l'intervention salutaire de notre bon samaritain ! » sourit malgré tout Sophie, un peu inquiète pour les prochains randonneurs qui monteront à « La tête de Louis XVI ». Il faut dire que Jean et Sophie Kirtsch sont propriétaires du « Chamois » au Col d'Ornon. Un gîte à la gloire de cet animal gracieux et emblématique, lequel a joué pour une fois dans cette aventure insolite le rôle du « Saint Bernard ».

Pour en savoir plus.
Sophie et Jean KIRTSCH
Gîte le Chamois
Col d'Ornon
04 76 80 40 61

Gilbert Jacquet



Une folle poursuite s'engage sous la tête de Louis XIV....mais bientôt le gros Patou déclare forfaitet revient vers eux à la charge encore plus hargneux.

Pour contacter par courriel **la g@zette du Valbonnais**, envoyez votre message à Gilbert Jacquet :

jacquet.gilbert@neuf.fr

Bonne Année 2007 à toutes et à tous

Une belle conférence sur le sommeil et les rêves

A la salle polyvalente de Valbonnais, le Président Guy Baret et l'association Valbonnais Activités Loisirs Bienvenue avaient invité le Professeur Jean Perret, à donner une conférence sur le thème du sommeil et des rêves. Sans endormir l'assistance ! Deux heures et demi plus tard, le célèbre neurologue, toujours amoureux de son terroir matheysin avait réussi ce pari.

Notre sommeil occupe un tiers de notre vie qui passe par trois états : l'éveil, le sommeil et le rêve.

A 60 ans, à l'heure de la retraite, vous avez passé 20 ans à dormir et 5 années complètes à rêver. La nuit est une succession de 5 à 6 cycles de sommeil, qui durent chacun de 1 h 30 à 2 heures, avec $\frac{3}{4}$ de sommeil lent et $\frac{1}{4}$ de sommeil paradoxal. Au début, notre sommeil est léger (sommeil lent léger) et nous sommes encore très réceptif à l'environnement.

Puis, progressivement, nous nous coupons du monde extérieur, bien en sécurité dans notre nid douillet. L'activité de notre cerveau ralentit de plus en plus (sommeil lent profond). Toutes les 90 mn environ, survient un type de sommeil particulier, le sommeil paradoxal : l'activité de notre cerveau y est intense, notre sommeil très profond, notre corps presque totalement paralysé. C'est le moment des rêves.

« J'ai retenu que pour dormir, l'espèce humaine recherche une température magique de 27 degrés à 1 millimètre de la surface de la peau » nous confie une lycéenne amusée par le comportement des animaux : le chat domestique dort 20 heures, le chat sauvage 8 heures, la vache a le sommeil léger et très peu de sommeil paradoxal.

Au cours de l'exposé qui a réussi à vulgariser des connaissances scientifiques très ardues, nous avons eu des réponses à certaines de nos interrogations : notre horloge biologique dérégulée par le décalage horaire et la travail posté, le rôle de l'hypothalamus, centre d'éveil et de sommeil, les variations dans la sécrétion de l'hypocrétine, la justesse de la maxime populaire « la nuit porte conseil » et le mythe des rêves prémonitoires. « 80 % des insomnies sont dus à un hyper éveil (peur, bruit, douleurs, préoccupations...) » a retenu une sympathique mamie du Valbonnais, en regrettant ne pas avoir trouvé réponse à sa question : « pourquoi dormons nous ? »

.Une question légitime, elle avait passé déjà plus de 20 ans à dormir

Gilbert Jacquet



Le Professeur Jean Perret au cours de sa conférence sur le sommeil et les rêves



La question des « nuits blanches » du vieux bonhomme de Noël n'a pas été traitée



L'église St Pierre de Valbonnais était comble pour le 50^e concert du Chœur des vallées du Valbonnais. En première partie, le « Coro Italiano » sous la direction de Jean-Pierre Pesenti et sa guitare magique, accompagné par Luigi Lolli et son accordéon, a enchanté l'assistance avec son répertoire nostalgique de berceuses et scènes de la vie transalpine : « Italia Bella », « La Montanara »... En seconde partie, le Chœur du Valbonnais, accompagné par Claude Gauch à l'accordéon, René Decaens au clavier, Jean-Louis Sarret à la guitare, Maurice Vigne aux percussions a régalé le public et les élus présents. Sous la direction ferme et précise d'Alain Paolucci, le Chœur a chaviré dans la nef celui des petits et des grands avec son florilège de chants de Noël. Des œuvres classiques ou originales interprétées à la veille de Noël, dans leur langue d'origine : Noël blanc, Mon beau sapin, Mille colombes, Berceuse cosaque, Je reviens chez nous, Leise rieselt der schnee, Noël de Praetorius, Panis angelicus, Douce nuit, Entrelas ochoy las nueve, Hymne à la nuit.

50^e concert du Chœur du Valbonnais

Samedi 23 décembre 2006

