

## La forêt pour tous : randonnée d'automne au Col des Mosses

---

Chères participantes, chers participants,

Comme convenu, c'est avec grand plaisir que je vous adresse ici les informations pour notre randonnée du 23 novembre prochain au Col des Mosses (1445m). L'hiver, malgré une première tentative déterminée de s'installer à fin octobre, n'a pas résisté au retour des belles et chaudes journées de novembre. Je vous invite donc à découvrir avec moi des traces de vie végétale et animale en forêt de l'étage subalpin et à comprendre le rôle et responsabilité de l'homme dans maintien d'un fragile équilibre écologique.

**Participant-e-s** : Cécile, Chantal, Marie-Noëlle, Noëlle, Jean-Paul et Roland

**Rendez-vous** : vendredi 23 novembre 2012, à 7h30, Office du Tourisme du Col des Mosses

**Fin de la randonnée** : 11h00, au même endroit

**Caractéristiques de la randonnée** : au départ depuis le village du Col des Mosses, randonnée de 3h00 à travers les pâturages et les forêts. Distance : env. 6.5 km, 350 m de dénivelé positif.

**Difficultés** : randonnée sans difficultés techniques mais pouvoir tenir un rythme de marche régulier en montée ; en cas d'humidité ou de gel au sol important, la descente dans l'herbe pourrait, par endroit, devenir glissante. De bonnes chaussures sont indispensables et des bâtons peuvent s'avérer fort utiles.

**Equipement et matériel** :

- Veste de randonnée (imperméable et coupe-vent)
- Pantalon de randonnée
- Chaussures de randonnée avec très bon profil
- Gants, bonnet
- Lunettes de soleil et crème de protection solaire
- Protection contre la pluie (pèlerine)
- Raquettes\* et bâtons de randonnée (prenez les au cas où...)
- DVA\* (détecteur de victime d'avalanche, avec piles chargées !), pelle\*, sonde\*
- Event. jumelles
- Boisson chaude (thermos)
- Petit encas (barre énergétique, fruit secs, chocolat)

\* Je peux vous prêter ce matériel si vous ne l'avez pas. Prière de m'avertir par téléphone.

Remarque : pour réguler au mieux la température corporelle (chaud à la montée, refroidissement lors des pauses), mieux vaut s'habiller « technique » en plusieurs couches (pelure d'oignons).

N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions. A très bientôt, cordialement, Nicolas