

Rapport d'Activités 2022



ALPES LÀ !

Bilan Activités 2022



Alpes-Là

L'association Alpes Là a pour objet de proposer et promouvoir des initiatives répondant aux enjeux spécifiques des territoires des Alpes façonnés par les montagnes et la vie de ses habitants.

Nous initiions ou portons à connaissance des initiatives porteuses de sens visant à renforcer les solidarités humaines, contribuant au respect de l'environnement et à la construction d'un présent dynamique et d'un futur soutenable. Au travers l'ensemble de nos projets et notamment au travers de la découverte de la montagne et de son environnement naturel et humain, l'association souhaite susciter la sensibilisation, le partage, la réflexion et le débat autour de problématiques d'ordre social, économique, écologique et politique.

Notre association est ouverte à toute personne ou structure partageant nos valeurs et voulant contribuer à un développement humain et durable des Alpes.

Les Adhérents de l'association

Le nombre d'adhésions durant l'année 2022 est de 245, en augmentation de près de 37% par rapport à 2021. Parmi les adhérents, on compte 49% de femmes soit pratiquement autant que d'hommes.

Notre association regroupe plus largement environ 500 sympathisants qui suivent nos lettres d'infos, et environ 2500 abonnés sur les réseaux sociaux.



Les Ressources Humaines

L'association compte 2 salariés (à temps partiel) et a fait intervenir en 2022 une vingtaine de professionnels indépendants (accompagnateurs en montagne, professionnel de la communication,...) Elle s'appuie également sur une vingtaine de bénévoles (tenue de permanences, encadrement de randonnées, gestion de l'association, ...)

Actions réalisées en 2021

Outils de communication et d'informations

Développement du site web Alpes-La.info



- Le site web compte environ 75 000 visiteurs uniques sur l'année 2022, en forte hausse par rapport à 2021.
- 13 articles (texte, vidéo et podcasts), partageant des initiatives alpines variées autour de l'environnement, de la solidarité et de la culture, ont été mis en ligne en 2022, rédigés par des membres de l'association ou par des sympathisants, partenaires,... ou relayant des initiatives proposées par d'autres personnes.
- 27 événements en lien avec les transitions dans les Alpes ont été publiés en 2022 (événements proposés par Alpes Là ou par des partenaires)

Le nombre d'événements diffusés est en hausse en raison de sollicitations plus nombreuses de partenaires.

Le nombre d'articles est en revanche en baisse, notamment du fait du peu de temps disponible par notre association pour animer la plateforme, rédiger des articles ou solliciter des partenaires pour le faire.

Lettres d'information

- La diffusion de la lettre d'information numérique s'est faite de manière plus irrégulière en 2022 à une fréquence d'une lettre tous les 2 à 3 mois, diffusée à 350 personnes environ pour partager les actualités de l'association et une sélection d'articles publiés.

Présence sur les réseaux sociaux

- Animation d'une page Facebook autour d'actualités dans les Alpes, partage d'articles, photos, vidéos - 2000 J'aime environ
- Lancement en 2022 d'une page Instagram pour toucher de nouveaux publics

Chaîne Vidéo

- Vidéos publiées sur Facebook, Vimeo vimeo.com/alpesla et [chaîne Youtube](https://www.youtube.com/channel/UC...)

Événements pour janvier 21, 2022 - août 26, 2022



janvier 2022



Théâtre, montagne, dérèglement climatique avec la Compagnie Les Non Alignés autour de la pièce « Mort d'une montagne »

Le festival de la nature et de l'environnement de France (FNPA) France organise à Grenoble en décembre et janvier plusieurs ateliers de réflexion avec la Compagnie de théâtre Les Non Alignés autour de leur pièce « Mort d'une montagne »... La pièce de théâtre « Mort d'une montagne » a été écrite suite à une réunion de comités dans le massif de la lecture, après quelques premières représentations dans des villages de montagne... (résumé des événements de l'été 2021 avec l'association Alpes La...)

mai 2022

ET SI VOUS APPRENIEZ A FAIRE LE DIAGNOSTIC DE VOTRE VELO AVANT DE PARTIR EN VOYAGE A VELO?

Pour éviter le panne... Et le réparateur en cours de route?

L'association VOYAGE ECOLOGIQUE LOCAL OXYGÈNE vous invite à une rencontre

Samedi 7 mai à 10 heures 30 plage d'Angon à Talloires (74)

- Atelier autour de la mécanique vélo/voyage avec fiche diagnostic, découverte du fonctionnement du vélo.
- Echange autour de l'équipement vélo, les itinéraires de proximité

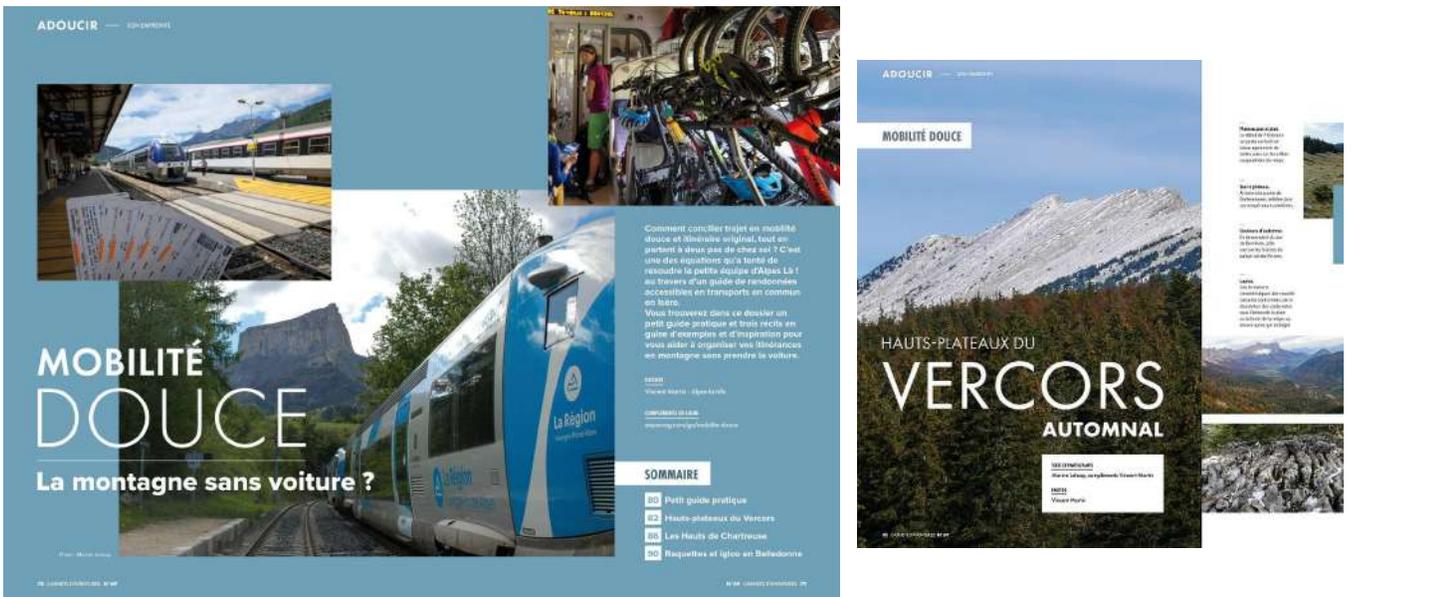
Prévoyez votre pique-nique pour prolonger nos échanges sur la pratique de l'itinérance à vélo et découvrir notre association.

Contacts : contact.velo@lelo.org
Fayence au 06 84 05 63 70
Catherine au 06 77 11 52 67
www.velo-a-velo.fr

Présence dans les médias

Nos projets ont suscité l'intérêt de différents médias :

- Le **podcast Camp de Base** qui a partagé plusieurs épisodes en lien avec les Ecotroversées Alpines.
- Le **journal Le Dauphiné**, en particulier concernant les activités du club Grenoble Rando Université.
- Le **magazine Carnets d'Aventures** au travers d'une collaboration pour la publication d'un dossier sur la mobilité douce en montagne dans les massifs du Vercors, de la Chartreuse et de Belledonne.
- **France Bleu Isère**, le **Journal MiniZou** ou encore le **magazine Le Vercors** pour aborder les randonnées accessibles sans voiture.



VOS COMMUNES

SAINT-MARTIN-D'HÈRES

Des étudiants ont découvert des richesses naturelles autour de Grenoble

Grenoble randonnée université, le club de randonnée de l'association Alpes-4, a organisé 24 balades permettant à quelque 250 étudiants de découvrir la montagne et son patrimoine naturel en "mode école" pendant les Journées du patrimoine.

C'était la 4^e édition de l'événement de rentrée organisé par le club Grenoble randonnée université, permettant aux étudiants de découvrir la montagne via les circuits bien connus. Partant très tôt de la gare de Grenoble en direction des massifs du Vercors, de la Chartreuse et de Belledonne, les étudiants ont pu découvrir la faune et flore des montagnes iséroises avec des accompagnateurs de randonnées et divers intervenants porteurs comme des agents du parc naturel régional du Vercors, de la réserve naturelle des Hauts de Chartreuse, de la réserve naturelle régionale de l'Étang de Houdjaris ou encore de la Ligue pour la protection des oiseaux Isère.

Des étudiants enchantés du patrimoine.

Dimanche soir au retour d'une balade autour d'Aurans, Clotilde, une étudiante angevine en master 3 géographie, témoignait : « C'était une petite randonnée tranquille, mais qui m'a fait découvrir le Vercors. On a fait 3 heures de marche à peu près, c'était très convivial, c'était super ». Pour Morgan, une étudiante lyonnaise en L2 sciences humaines, « c'était très intéressant d'avoir un guide, un garde du Parc du Vercors pour nous expliquer [à propos] pas mal de choses. Et puis même le guide de la rando



Lors d'une randonnée des journées de patrimoine à Aurans, organisée par Grenoble randonnée université, le club de randonnée de l'association Alpes-4. (photo : Grenoble randonnée université)

nos a appris pas mal de choses ». Accompagné d'une bivouac de l'association, Julien Pérol, le groupe de 11 randonneurs est parti en car à 7 h 25 de Grenoble pour arriver à 9 heures à Aurans où ils ont rencontré Alan Fraschini, un intervenant du parc naturel régional du Vercors, devant l'office de tourisme. Il les a guidés pour une balade en direction de la grotte de la Tère, puis, arrivés à la cabane Société, un apéritif avec des produits locaux a été offert au groupe : fromage, vin et jus de raisin.

Le club propose, tout le long de l'année, des sorties à la journée, des sorties à la semaine ou avec bivouac. C'est mainly par temps chaud et raquettes en hiver. Ceux qui ne sont pas équipés pourront louer l'équipement nécessaire (gilet, rechaud, raquettes...) à un prix très accessible. Le principe est simple, avec une adhésion annuelle, il est possible de faire des sorties en transport en commun pour seulement 5 € la sortie.

L'association a également déposé un guide actualisé 30 randonnées sans voiture en Isère, présent dans toutes les librairies depuis juillet de cette année.

Anne-Élisabeth BOZON-VERDURAZ

Plus d'infos : grenoble-rando-universite.fr ; guide : 30 randonnées sans voiture en Isère, édité par Alpes-4.

MÉTROPOLE DE GRENOBLE

SAINT-MARTIN-D'HÈRES

La saison d'hiver a débuté pour le club Grenoble rando université

C'est le début de saison "hiver" pour le club de randonnée de l'association Alpes-4. Le Grenoble Rando Université. Au programme : sorties en raquettes le week-end et à la journée, mais aussi sur les deux jours avec bivouac en cabane ou en igloo.

Le week-end des 2 et 3-4 octobre, le club a proposé deux sorties à la journée avec bivouac. L'objectif : l'installation des appareils de détection de victimes d'avalanches (DVA).

« On a fait quelques marches prototypées en situation, avec des appareils cachés dans la neige. Le but était de retrouver les victimes en moins de 15 à 20 minutes pour retrouver les victimes », explique Vincent Calvo, accompagnateur en montagne et responsable de la randonnée Alpes-4.

À la sortie du car, les participants ont été accueillis par Vincent Calvo, accompagnateur en montagne et responsable de la randonnée Alpes-4. Ils ont été guidés par Jean-Christophe pour découvrir les richesses de la montagne. Les guides ont accompagné les participants en raquettes et bivouac. Les guides ont accompagné les participants en raquettes et bivouac.

Vincent Calvo propose pour la semaine prochaine une sortie sur le week-end en cabane. « Comme d'habitude, le week-end juste avant les vacances de Noël, on part en raquettes et on dort dans une cabane sans guides et bivouac, quelque soit un bivouac. Le week-end des 2 et 3-4 octobre, on mange une fondue savoyarde faite avec du bleu de Vercors sur des jolies herbes chaudi-plats ».

Après les raquettes, une nuit en cabane ou en igloo

Ensuite, les activités reprendront à partir du 14 octobre jusqu'en mai, sans interruption, avec des sorties en week-end complet et nuit en cabane ou en igloo. « On part en raquettes le samedi vers la nuit journalière, on s'installe en bivouac et on continue en bivouac pour trois ou quatre semaines. Ensuite, on mange et on profite de la nuit avant d'aller dormir en cabane, pour évaluer les bivouacs en igloo à l'abri du gel. Il faut être équipé pour ça, mais on a de bons matérieliers et des bivouacs sont à disposition. L'accompagnement est très professionnel. Les sorties sont prévues en transport en commun. L'équipement est fourni par le club pour la moderne am-



En plus de la randonnée, les participants ont appris à utiliser un détecteur de victimes d'avalanches.



Vincent Calvo, accompagnateur en montagne bivouac à Alpes-4.

Le club Grenoble rando Université est ouvert à tous. Inscription en ligne : grenoble-rando-universite.fr

Événements

Des événements autour des Alpes durables et engagées

- **Exposition “La Montagne accessible sans voiture” :**

En partenariat avec la Ville de Grenoble et la Métropole de Grenoble, nous avons programmé à la Maison de la Montagne de Grenoble et à l’Office du Tourisme de Grenoble-Alpes **une exposition sur le thème de “La Montagne accessible sans voiture”** afin de sensibiliser le public à la réduction de son empreinte carbone pour aller en montagne et aux solutions de transports alternatifs existants, un événement labellisé Grenoble Capitale Verte (Juin à Août 2022). Une soirée de vernissage associée à une conférence avec différents acteurs en lien avec les enjeux de transitions et de mobilité a lancé l’exposition.



Cette exposition a par ailleurs été programmée à l’automne 2022 à **Villard de Lans à la Maison des habitants Agopop** en partenariat avec la Communautés de Communes du Vercors. (Septembre-Octobre 2022)

- **Le Mois de la Montagne sans voiture en Isère :**

Toujours en lien avec l’année Grenoble Capitale Verte, nous avons animé la première édition du Mois de la Montagne sans Voiture en Isère. En plus de l’exposition sur ce sujet a été programmé :

- **des Bus Montagne** : proposés les dimanches de juin par notre association sur les massifs isérois depuis Grenoble permettant au public de rejoindre des points de départ de randonnées non accessibles par les réseaux de bus existants, bien que très fréquentés (Freydières en Belledonne, Gresse en Vercors, le Col du Coq en Chartreuse)

- **des Apéros Topos** : proposés les jeudis soir à la Maison de la Montagne, ils ont permis aux grenoblois de découvrir les possibilités de rejoindre la montagne sans voiture et de rencontrer d’autres pratiquants intéressés par cette démarche afin de programmer leurs futures sorties montagne.



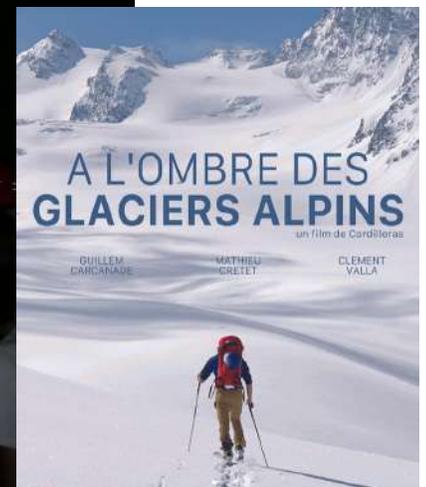
- **Projections de films :**

Nous avons réalisé en 2022 :

- une projection du film **“Ecotransversée de Belledonne, Notre avenir en chemin”** dans le cadre de la Fête de La Nature sur un Plateau en Chartreuse (Août 2022)



- une projection plein air en avant-première du film **“A l'ombre des glaciers”** à l'occasion d'un week-end en montagne (Octobre 2022)



- **Organisation de l'événement rando "J'Peux pas J'ai Rando" 4ème Edition**



La 4ème édition de l'événement J'Peux Pas J'ai Rando, a eu lieu **les 17 et 18 septembre 2022** pour la rentrée des étudiants.

A cette occasion, **24 randonnées à la journée, de tout niveau, ont permis à près de 300 participants étudiant.es** (public en majorité féminin : 182 femmes et 98 hommes) de découvrir les montagnes iséroises depuis la Métropole de Grenoble.

L'accès s'est fait **en bus ou en train pour une approche écologique et économique.**

Les randonnées étaient **encadrées par des accompagnateurs et des accompagnatrices en montagne ainsi que des bénévoles expérimentés du club Grenoble Rando Université** afin de les guider en toute sécurité et leur proposer une **découverte des territoires de montagne Isérois**, dans le plus grand respect de l'environnement.

A la pause midi, les participant-es ont été récompensé-es de leurs efforts : un **apéritif composé de produits locaux et zéro déchet** leur a été offert.

De nombreux acteurs des territoires ont contribué aux sorties au travers des interventions sur l'environnement :

- Le **Parc Naturel Régional de Chartreuse et le Parc du Vercors se sont associés** à l'opération pour proposer des **interventions autour de la préservation du milieu naturel lors de randonnées avec** le garde de la Réserve Naturelle des Hauts de Chartreuse et les écogardes du Parc du Vercors
- Les **réserves naturelles régionales de la Métropole (Réserve des Isles du Drac et Réserve de l'Étang de Jarrie)** ont proposé des interventions qui n'ont cependant pu avoir lieu en raison du report de dates des randos à cause de la météo.
- 2 chercheurs de l'**Institut des Géosciences de l'Environnement** sont intervenus pour parler des enjeux climatiques et de transitions en montagne
- **La Ligue de Protection des Oiseaux** a proposé plusieurs interventions naturalistes sur le Trièves et le Vercors.
- La **Commune de Chamrousse** est intervenue pour parler de la préservation de l'environnement autour de la station et sur le site classé du Lac Achard.

Chaque randonnée est par ailleurs l'occasion pour les intervenants et encadrants de rappeler les bons usages en montagne pour préserver l'environnement et respecter les différents usagers.

Une empreinte environnementale réduite :

Au total, les kilomètres parcourus en transports en commun correspondent à **plus d'1,5 tonne de CO2 économisée** * en évitant l'usage de la voiture grâce à l'utilisation de bus ou du train (en tenant compte d'une économie de 100g/CO2/km/personne).



L'apéritif du terroir offert aux participants avait également un impact limité :

- Déchets très réduits/recyclés (écocup's Grenoble Rando Université fournis et récupérés, bouteilles en verre et papiers d'emballage du fromage mis au recyclage ou consignés)
- Produits locaux de la métropole et des massifs alentours, achetés dans la Métropole de Grenoble auprès de commerces ou producteurs locaux ("La Soupe aux Cailloux" épicerie biologique et locale, "La Clef des Champs" viticulteur-récoltant à St Pierre de Soucy en Savoie, "Chez Gilbert" fromagerie du Marché de l'Estacade)



- **Organisation d'Écotraversées Alpines :**

Après les écotraversées de Belledonne (2020) et des Ecrins (2021), de nouvelles itinérances écotraversées ont eu lieu dans plusieurs massifs alpins. Lors de chaque écotraversée, les étapes ont été ponctuées de **rencontres et d'échanges avec des acteurs de la montagne** (scientifiques, professionnels, artistes, ...) afin de mieux comprendre les spécificités et enjeux des territoires et milieux naturels traversés, fortement impactés par le réchauffement climatique.



- **La première édition de l'Écotraversée de l'Ubaye (Août 2022) :**

Une semaine d'itinérance sur le thème du dérèglement climatique et des glaciers, en compagnie d'un glaciologue et avec la rencontre d'autres acteurs de la montagne (garde de Parc du Mercantour, gardiennes de refuges, géologue,...)

Partenaires principaux :

Le Parc national du Mercantour, le Labex Innovations et transitions territoriales en montagne



- La **première édition de l'Ecotransversée du Queyras** (Octobre-Novembre 2022) :

Une semaine d'itinérance proposée à des jeunes adultes de 18-30 ans, dans le cadre des projets "Une Cop d'Avance" de la région Sud-PACA, pour leur faire mieux découvrir le territoire, ses enjeux environnementaux et les pousser à agir, avec la rencontre de nombreux acteurs et professionnels de la montagne (garde de la Réserve de Ristolas-Mont Viso, hydrologue, gestionnaire de zone Natura 2000, chercheur en transition touristique, artistes,...)

Une programmation grand public lors de soirées en gîtes et refuges a également permis de toucher un plus large public. Le **spectacle "Faces Nord"** joué par la Compagnie "Les Féroces" a eu particulièrement du succès avec près d'une cinquantaine de participants.



Partenaires principaux :

La Région SUD-PACA, le Parc régional du Queyras, la Réserve naturelle de Ristolas-Mont-Viso, la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne, le Labex Innovations et transitions territoriales en montagne.

- **La 2ème édition de la Mountain Research School :**

Pour la 2ème année, nous sommes intervenus pour l'organisation de la **formation Mountain Research School** proposée par les labexs de recherches ITTEM et OSUG à destination de doctorants des universités de Grenoble et de Savoie-Mont Blanc. Sous la forme d'une itinérance écotransversée dans les Ecrins, le groupe de participants a pu **rencontrer et suivre de nombreuses interventions scientifiques** réalisées par des chercheurs et des acteurs du territoire et bénéficier ainsi d'une formation sur le terrain de qualité.



Ce projet réalisé avec **une empreinte carbone réduite** (accès en mobilité douce, repas principalement à base de produits locaux et pique-niques zéro déchets ou presque) permet également de sensibiliser étudiants et chercheurs sur la préservation de l'environnement en montagne.



Développement d'initiatives

- **La coopérative de Prêt de Matériel de Montagne :**

Suite aux premières expérimentations menées en 2021, nous avons poursuivi le développement du service de prêt de matériel de montagne dans la Métropole de Grenoble.

A destination des publics non équipés qui découvrent la montagne, il propose du matériel de randonnée, de bivouac et hivernal (raquettes à neige). En plus de favoriser la pratique de publics non initiés et à faible ressources (les étudiants notamment), il contribue à **la réduction des déchets par la**

mutualisation et la réduction des achats de matériel par les particuliers. Grâce à l'emménagement dans de nouveaux locaux début 2022, nous avons pu développer le service, avoir de nouveaux usagers et proposer du matériel supplémentaire.



Partenaires principaux :

La Métropole de Grenoble, le Crous Grenoble-Alpes, la Fondation Université Grenoble-Alpes

- **La Grenoble Rando Université : sorties découverte et formations**

Nous avons poursuivi le développement du Club Grenoble Rando Université pour **favoriser la découverte de la montagne aux publics éloignés de la montagne, en particulier auprès des étudiants de la Métropole de Grenoble.**

Grâce au dispositif Pass'Sport, nous avons pu toucher des **étudiants boursiers** habituellement peu présents au sein des clubs de sport.

Nous avons augmenté le nombre de sorties proposées et trouvé de nouveaux encadrants bénévoles et professionnels pour les encadrer.

Des formations pour les encadrants ont pu être proposées, afin d'acquérir plus de compétences sur l'organisation de randonnée en milieu estival comme hivernal. **La prévention relative aux dangers des avalanches** a pu être renforcée.

Nous avons par ailleurs **organisé un nombre plus conséquent de randonnées accessibles en transport en commun**, pour tenir compte des enjeux environnementaux et des contraintes de mobilité des étudiants.



Partenaires principaux :

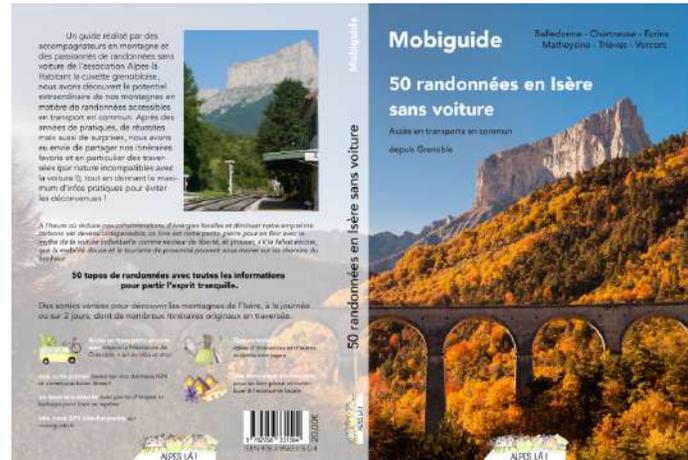
- Isère Attractivité
- Le Crous Grenoble-Alpes (organisation de bivouacs montagne découverte pour les étudiants des résidences)
- Big Bang Ballers (organisation de bivouacs découverte pour des exilés dans le Vercors dans le cadre de l'opération 1001 Nuits Alpines coordonnée par Educ'Alpes)

- **Topos et Guide de randonnées sans voiture**

Fruit de plusieurs années de travail, nous avons publié en juillet 2022 le mobiguide “50 randonnées sans voiture en Isère” (premier tirage de 2000 exemplaires) et diffusé en Isère.

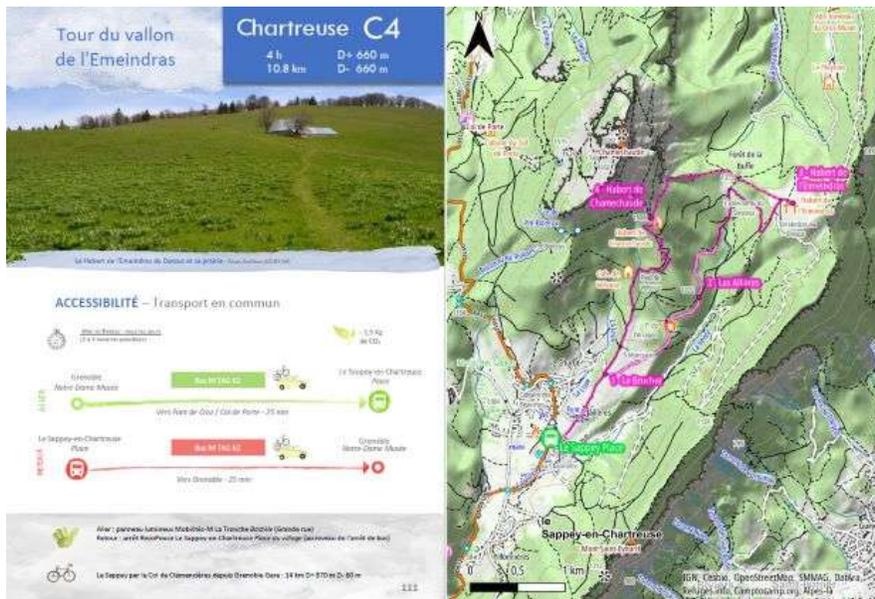
Pour ce premier guide, les randonnées sont situées sur le département de l’Isère dans les massifs accessibles en bus ou train depuis la Métropole de Grenoble.

Les topos ont été réalisés par nos salariés et grâce aux contributions d’accompagnateurs en montagne et de bénévoles.



Principaux partenaires :

Nombreux partenaires de territoires et associations : Isère Attractivité, Métropole de Grenoble, Parc naturel du Vercors, Offices du Tourisme, Camptocamp.org, le Comité de l’Isère des Clubs Alpins, la Fédération Française de la Randonnée en Isère, Mountain Wilderness, ADTC-Se déplacer autrement, ...

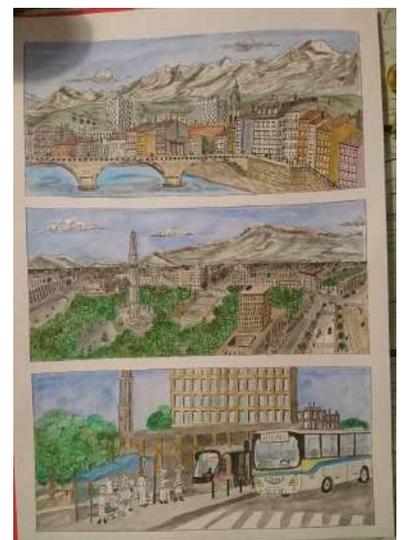


- **Réalisation d'une Bande Dessinée sur l'Ecotransversée de Belledonne :**

Nous avons poursuivi le travail de réalisation d’une bande dessinée élaborée avec l’illustratrice Chloé Mahieu et les accompagnateurs en montagne Nicolas Monseu et Vincent Martin, qui a pour but d’illustrer les enjeux des territoires de montagne en transition.

Le scénario a été amélioré en 2022, notamment grâce aux retours de scientifiques et experts sollicités.

Les premières planches ont été dessinées. Les dessins, la colorisation à l’aquarelle et la finalisation de la BD sont prévus pour 2023.



Merci à tous nos contributeurs, partenaires, collaborateurs et soutiens financiers

