Les coups de main sympas

Je peux monter du bois, des produits frais, le courrier ou le journal, redescendre des "bricoles" ... en fonction des besoins du gardien.

Je peux proposer au gardien de participer à la vaisselle.

Aux petits soins pour les ressources

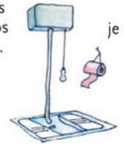
J'éteins les lumières et je ferme portes et fenêtres.

Pour ne pas grossir la poubelle du refuge, je descends mes déchets.

Les réserves d'eau et de gaz sont limitées, d'autres attendent... Je prends ma douche vite fait, bien fait !

J'utilise des produits biodégradables.

Je n'ai pas les yeux plus gros que le ventre.



En refuge, je ne jette pas n'importe quoi dans les WC !

En montagne
je profite, mais aussi...

Je m'informe sur les conditions de bivouac, de pique-nique et de feu en plein air.

Je reste à distance des animaux sauvages. Je ne les touche qu'avec les yeux.

Une fleur cueillie, c'est une couleur de moins dans la montagne.

De nombreux refuges sont situés dans des espaces protégés, je me renseigne sur les ressources et les règles de bonne conduite.

Numéro des secours en montagne : 112
Y'a pas de réseau partout, mais j'insiste quand même.

Dans tous les cas, je respecte la nature.

J'ai choisi ce métier par passion. Je suis le capitaine à bord du refuge. Je dors peu, essayez de tenir toute la saison avec un rythme pareil !

La matinée *: les derniers randonneurs partent, je range et nettoie la maison. De temps en temps, j'observe aux jumelles la progression d'une cordée. Le porteur arrive avec des produits frais. Je sers en terrasse les premiers randonneurs assoiffés. Je commence à préparer les repas.*

L'après-midi *: il y a un peu d'entretien et des réparations à faire avec l'aide-gardien : changer deux néons, réparer une douche... L'accueil des premiers arrivants ne va pas tarder... vite en cuisine, ce soir on sert 29 couverts !*

En soirée *: c'est l'effervescence du dîner, il faut être sacrément bien organisé. Ce soir, l'ambiance était bonne et les randonneurs nous ont bien aidés.*
Extinction des feux ! Tout le monde prend le chemin des dortoirs ou des chambrées. Il me reste encore un peu de vaisselle et la table du petit déj' à préparer.

Avant le lever du soleil *: 3h du matin, aujourd'hui la météo annonce beau. Je prépare un bon petit déj' à nos alpinistes que je vais ensuite réveiller. Après, ce sera le tour des randonneurs.*

Le gardien ou la gardienne

Le gardien est un montagnard soucieux de bien vous accueillir chez lui. Comme lui, les accompagnateurs et guides de montagne vous feront découvrir et aimer les richesses de ce monde à part. Vous pouvez aussi participer à des sorties/évènements à thème organisés en refuge. Enfin, pour les pédagogues, la nuit en refuge est la promesse d'une riche expérience éducative.

Document réalisé en écriture collective avec une quarantaine de professionnels. Merci à eux ! Coordination : REEo5 (éditions 05 - 2002/2006) et REEMA (édition Alpes - 2014) - www.reema.fr, Gap
Co-conception : Etienne Trautmann - Réalisation, aquarelles, impression : A l'atelier - Photo : © Parc national des Ecrins, J.-P. Nicollet
Partenaires de la plaquette 05 (2002/2006) : CG 05, FNH, PN Ecrins, PNR Queyras, DREAL PACA, Région PACA, Association Gardiens 05, CDT05

MASSIF ALPIN

Bienvenue dans les refuges de montagne

Un monde à découvrir

reema

RÉSEAU ÉDUCATION ENVIRONNEMENT 05 ÉCRINS

Partenaires Alpes (2014)

Autres partenaires versions 05 (2002+2006)

En partenariat avec l'association des Gardiens de Refuges 05 et le CDT 05

Savoir vivre en refuge

Tous ces petits gestes vous feront apprécier davantage la vie en refuge et soulageront le travail de la gardienne ou du gardien.

Avant de partir en refuge

Je me renseigne sur internet sur l'accès et l'ouverture du refuge, l'accueil des enfants et des animaux domestiques...

Je contacte le gardien à l'avance pour réserver mon séjour (en laissant mon numéro de portable). Je me renseigne sur les conditions d'itinéraire et de météo. Je préviens si je ne viens pas.

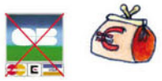
J'emporte mon "drap-sac", **ma lampe**, mes bouchons d'oreille, et des vêtements chauds de rechange.

Dans le refuge

Je me déchausse en entrant et je range mes affaires.

À mon arrivée, je me présente au gardien.

Je respecte les consignes de sécurité et les horaires fixés par le gardien : Repas - Ouverture des dortoirs - Extinction des feux/lever.

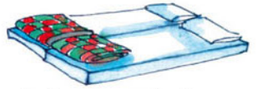


Je paie ce que je dois (même si le refuge est non gardé).

Pour profiter pleinement des lieux, j'éteins mon portable *(je ne suis pas certain de pouvoir le recharger)*. Le téléphone du refuge n'est pas à usage public.

Pour le bien-être de tous, le refuge est un espace non-fumeur.

Je débarrasse la table et je participe au nettoyage et au rangement.



Je plie et range systématiquement mon couchage.

Le refuge, comme un bateau ancré aux flancs de la montagne

Le refuge, hier...

Au XIXe siècle, dans leur conquête des cimes, au cœur de ces montagnes méconnues, les premiers alpinistes ont cherché des lieux où s'abriter, se protéger, se reposer et se réchauffer. Au début, il s'agissait de simples abris sous roche aménagés, que les montagnards ont ensuite transformés en refuges de bois et de pierre. Enfin, grâce aux techniques nouvelles et à la ténacité des hommes, les refuges les plus récents offrent toujours plus de confort et de sécurité.

Même neufs, ils conservent les contraintes d'un hébergement en site isolé.

L'isolement

C'est un défi au quotidien,
une contrainte, mais aussi le charme du refuge !

Le savez-vous ?
N'étant accessibles qu'à pied, certains refuges ont encore recours aux porteurs pour le ravitaillement en produits frais. L'hélicoptère achemine le gros de l'approvisionnement en début de saison.
L'isolement complique la gestion de la clientèle, réserver ou annuler est indispensable !

1 L'autonomie énergétique

on consomme avec modération !
Pas de ligne électrique qui arrive d'en bas. L'énergie, il faut la produire et la gérer sur place ! Poêle, groupe électrogène, panneaux photovoltaïques, micro-centrale hydroélectrique ... sont les principales sources. Là-haut, comme ailleurs, l'énergie est précieuse !

Le savez-vous ?
Ce refuge de 25 places consomme 18 bouteilles de gaz de 26 kg par été : 12 pour le four, 6 pour le chauffe-eau (vaisselle). L'énergie pour l'éclairage (néons 12V) nécessite 6 panneaux solaires.

2 Les déchets

un vrai casse-tête !
En montagne, les éboueurs ne passent pas, alors que faire des déchets ? Où et comment les trier, les stocker et les traiter ? Compactez-vous vos déchets ?

Le savez-vous ?
1/2 kg de déchets/jour, c'est ce que vous produisez en refuge, soit 1 tonne par saison pour un refuge moyen. Descendre les déchets est délicat et coûte cher.

3 La gestion de l'eau

ça ne coule pas de source !
Pas de raccordement à l'eau de ville ou au tout-à-l'égout. Mais alors, d'où vient et où va l'eau que nous consommons? Comment gérer sa qualité? Et l'hiver, quand tout gèle? Comment traiter ces surplus d'eaux usées lors des pointes de fréquentation estivale? Pas simple tout ça !

Le savez-vous ?
En refuge, vous générez 50 litres d'eaux usées par jour (WC, vaisselle, douche ...).

Le savez-vous ?
Là-haut, tout est différent, même le temps de dégradation d'une peau d'orange : plus de 2 ans ! De 100 à 450 ans pour les emballages de barres énergétiques !

4 L'hébergement

il faut se tenir chaud !
L'espace restreint du refuge vous propose un hébergement collectif, en dortoir ou en chambrée. La simplicité, voilà ce qui fait le charme des lieux.

5 La restauration

le gagne pain du gardien
Là-haut, le gardien est à la fois, "cuistot", serveur, plongeur, économe. Le repas unique est courant. Renseignez-vous lors de votre réservation sur les formules proposées : 1/2 pension, "hors sac" ...

...et aujourd'hui

Devenue terrain de découverte, de loisirs et de sport, la montagne n'est plus seulement une affaire de spécialistes. Été ou hiver, le refuge est le lieu de rencontre entre alpinistes et randonneurs de tous âges et de toutes origines. Pour tous, c'est le réconfort après l'effort. Entre le confort d'une hôtellerie de vallée et la rudesse d'un bivouac de haute altitude, le refuge est un lieu convivial d'accueil et de repos. Son fonctionnement peut varier selon sa taille, son altitude, son environnement alpin, ses publics et ses pratiques (ex. : horaires...). C'est aussi l'endroit d'où le gardien donne l'alerte et participe aux secours. Les gardiens sont l'âme du refuge, ce sont eux qui gèrent et font tourner la maison, et ce n'est pas une mince affaire ...

Le milieu montagnard

Une nature splendide mais fragile !
Les plantes et les animaux de montagne sont uniques car ils se sont adaptés aux rigueurs de l'altitude. Passer la nuit en montagne offre plus de chance de pouvoir les observer. Apprenez à les reconnaître !