

2 Carole Pierrehumbert Heuri Les randonnées d'Eloïse en Valais central : 20 itinéraires pour poussettes et jeunes marcheurs

Ed. Slatkine, Genève 2010, 15,5×22 cm, broché, 120 pages. Nombreuses photos en couleurs et cartes sommaires des itinéraires. ISBN 978-2-8321-0402-6. Prix : 25 francs

L'auteur est une femme amoureuse de la randonnée sous toutes ses formes, spécialement dans le Valais où elle habite. Lors de la naissance de sa fille, elle s'est refusée à faire rouler son landau sur du béton exclusivement et s'est mise à étudier des excursions possibles avec une poussette tout-terrain, puis avec des enfants en bas âge. Elle a recherché des balades intéressantes pour les parents et pour les petits enfants, pas trop longues – car les tout jeunes marcheurs ne sont pas très endurants – permettant des découvertes captivantes, ne présentant guère de dangers objectifs et réalisables sans efforts démesurés.

Une introduction très complète permet aux parents de prendre connaissance des impératifs de la randonnée avec des enfants de 0 à 5 ans approximativement et des différences qu'il convient de faire lorsqu'on part avec un nourrisson ou un gamin en âge préscolaire. Les mesures de sécurité sont détaillées et les conseils pertinents. Il convient par exemple de ne pas faire dormir à plus de 3000 mètres d'altitude des enfants de 2 à 10 ans et de prendre sérieusement garde au refroidissement lorsqu'un tout petit est inactif, dans une poussette, un sac ventral ou un sac à dos. Carole Pierrehumbert insiste particulièrement sur l'attractivité de la randonnée et des changements d'activités à pro-

grammer lors d'une sortie de quelques heures : découvertes de beaux cailloux, observations d'insectes, de plantes, de fleurs, d'oiseaux en vol, jeux au bord des bisses et des ruisseaux (en prenant garde à la toujours possible montée brutale des eaux), etc.

Les vingt randonnées proposées sont très variées. Elles présentent par exemple le pont bhoutanais à Susten, la vallée glaciaire à Zinal, les torrents et les glaciers à Arolla, le lac de Champex, les châtaigniers et le vignoble à Fully, ainsi que les pierres à cupules près de Grimont. Chaque itinéraire est résumé à l'aide d'une fiche complète et d'un graphique indiquant la distance et les dénivelés. Une description assez détaillée présente le cheminement et les difficultés éventuelles, et quelques photos en couleur agrémentent le texte. L'auteur précise ce qu'on peut voir et ce qu'on peut faire en chemin avec des enfants.

Les randonnées d'Eloïse est un petit guide original qui rendra sans doute service à de nombreux parents car, à ma connaissance, il fait œuvre de pionnier dans ce domaine bien particulier.

Maurice Zwahlen, La Chaux-de-Fonds

