

Expédition  
Mont Blanc  
2006

Les cordées du courage



## L'édito d'Eric BOEUF

Je tenais tout d'abord à remercier toutes celles et ceux qui ont manifesté d'une manière ou d'une autre leur soutien lors de la naissance prématurée de notre petit Eliott arrivé le 3 mars dernier. Tout est maintenant rentré dans l'ordre.

Expé J - 40... avant dernier bulletin avant le départ... sur Chamonix.

De nombreux éléments positifs ont marqué notre groupe depuis le dernier bulletin.

Vous allez découvrir ces informations dans les différents articles qui suivent.

Le point d'orgue du mois d'avril fut sans aucun doute la soirée du 14 avril où plus de 350 personnes avaient répondu à mon appel pour fêter mes 25 ans de greffe mais aussi pour officialiser le lancement des Cordées du Courage... Elus, parrains, partenaires, médecins, journalistes, participants à l'expé, amis, sont restés plus de 4 heures pour assister à cette soirée exceptionnelle.

Vidéos, diaporamas, témoignages, tables rondes et surprises ont rythmé ce moment inoubliable.

Le mois écoulé a vu l'arrivée de deux nouveaux parrains (Raphaël LAPOIRIE, 2<sup>ème</sup> à Mr Univers en 2003 et 2005) et Jean-Patrick NAZON, cycliste professionnel, vainqueur de l'Etape des Champs d'Elysées lors du Tour de France 2003 qui ont décidé de rejoindre Richard et Marie BERRY pour soutenir la cause du Don d'Organes.

De nouveaux partenaires se sont également lancés dans l'aventure avec notamment l'arrivée des Mousquetaires comme sponsor officiel aux côtés de NOVARTIS et PROFIL +.

L'équipe qui partira au Mont Blanc le mois prochain est définitivement arrêtée (Liz Schick, transplantée hépatique, anglaise sera la 9<sup>ème</sup> greffée tandis que Stéphane

9 greffés à 4810 mètres

22 juin 2006 - 2 juillet 2006

# Ensemble dans l'aventure

N° 06

J- 40

13 mai 2006

14 avril : 25 ans de greffe  
d'Eric et lancement de l'expé



MERCIER vient renforcer l'équipe d'encadrement technique)

Vincent Mauté, le kiné du groupe donne quelques conseils « diétético-sportifs » pour terminer au mieux la préparation de cette ascension.

Vous trouverez également un article sur la Crèmerie du Glacier, gîte des Bossons où nous installerons notre PC durant l'expé.

La condition physique de tous continue à se parfaire tant pour les cadres (3 entraînements techniques dans goulottes et couloirs au Hohneck) que pour une partie de l'équipe (sortie randonnée le 14 mai en Alsace) ou encore pour l'ensemble des Cordées du Courage lors de l'ultime sortie des 20 et 21 mai prochains...

Enfin dernière bonne nouvelle, après l'accord de Christian Poncelet, Président du Sénat et du Conseil Général des Vosges et de Xavier Bertrand, Ministre de la Santé de placer l'expédition sous leur Haut Patronage, Jean-François LAMOUR, Ministre de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative a également décidé de placer les Cordées du Courage sous son Haut Patronage.

Bonne lecture à toutes et à tous et rendez-vous quelques jours avant le départ pour le dernier bulletin avant le Mont Blanc...

**Eric BOEUF - Organisateur**

Eric entouré de Pascal Lance, Raphaël Lapoirie, Marie Berry et Claude Vanony, parrains de l'expédition

## Sommaire

L'édito d'Eric Boeuf	1
14 avril 2006	2
Les nouveaux parrains	7
Les nouveaux renforts	8
Les nouveaux membres	8
Il apporte son soutien	8
Entraînements techniques effectués	9
Sortie optionnelle	11
Lu dans la presse	12
Entraînement numéro 3	14
Conseils diététiques	14
La Crèmerie du glacier	15
Sponsors et partenaires	16

Un grand moment de bonheur et d'espoir.

Pour ses 25 ans de greffe, Eric Boeuf avait décidé de fêter l'événement sous forme d'une grande soirée en faveur de la promotion du don d'organes.

Avec le soutien de François Diot, Maire de Chantraine, ce sont plus de 350 personnes qui se sont pressées à la Maison Grandemange (salle de spectacle chantrainoise) pour assister à cet anniversaire couplé du lancement officiel de l'expé « Les Cordées du Courage »

Durant près de 4 heures, tous les spectateurs sont restés « scotchés » sur leur chaise tant les supports, les intervenants et les témoignages étaient riches et poignants.

Eric avait promis une soirée mémorable et il ne s'est pas trompé.

François Diot et Yvon Eugé (Vice-Président du Conseil Général des Vosges) ont ouvert le bal par des discours chaleureux et plein d'enthousiasme.

Dans la foulée, un diaporama donna immédiatement le ton de la soirée... suivi d'une vidéo de 25 minutes retraçant les 25 ans de greffe d'Eric.

Ensuite, tout s'enchaîna très vite... remerciements d'Eric à tous ceux qui l'ont aidé dans son combat pour le Don d'Organes (médecins, élus, journalistes, partenaires aux différents défis et expéditions, amis, proches...)

Des discours entrecoupés de photos, de vidéos, de diaporamas...

Moments très forts de la soirée : La présence des parrains de l'expédition 2006.

A commencer par l'acteur Richard Berry qui depuis Los Angeles par vidéo interposée avait décidé d'être présent à sa manière. Puis sur scène, sa sœur Marie, sauvée l'an dernier par un rein qu'il a accepté de lui donner... mais aussi, Claude Vanony, Pascal Lance (ancien cycliste professionnel), Raphaël Lapoirie (2<sup>ème</sup> à Mr Univers en 2003 et 2005)...

Vinrent ensuite deux tables rondes animées par Eric.

La première, médicale avec la présence du Pr Michel Pierson qui sauva Eric en 1964, du Pr Luc Frimat, néphrologue qui suit Eric depuis les débuts de sa greffe et du Dr Laurent Durin de l'Agence de Bio Médecine.

La seconde, plus émotionnelle avec l'intervention d'André Boeuf, père d'Eric, de Marie Berry (greffée rénale), d'Olivier Coustère (greffé rénal 2 fois et en attente d'une troisième greffe) Président de la Fédération Mondiale des Transplantés Sportifs (WTGF) et Directeur de TRANS FORME (Association Fédérative Française des Sportifs Dialysés et Transplantés), de Bernard Massard de Montauban (greffé rénal une première fois et greffé cœur puis d'un nouveau rein...) enfin de Joël Coutable de Poitiers... papa d'une petite fille décédée à l'âge de 4 ans dans un accident de circulation. Lui et son épouse ont accepté de donner les organes de Mélissa. Un témoignage bouleversant et poignant mais d'une extrême simplicité.



L'équipe des greffés avec François et Jacques



Un public nombreux et attentif

Enfin Eric a mis à l'honneur quelques-uns de ses amis pongistes (Nicolas Généaux, Hélène Thirion et Youssef Hardial) avec qui il avait réalisé des records du monde.

La fin de la soirée s'est déroulée dans une ambiance de fête avec de nombreuses surprises pour Eric... L'arrivée de Liz Schick (anglaise, greffée du foie qui intègre les Cordées du Courage) en habit de lumière et chantant happy birthday repris en cœur par le public présent, la chanson de Renaud et Axel Red « Manhattan Kaboul » transformée par Alain Rémond et son épouse Nathalie en « Montagnard Maboul » et chantée par toute l'équipe des greffés, un énorme gâteau de 300 personnes réalisé et offert par Philippe THOUVENOT (Le Comptoir à Vittel et Epinal) et enfin un magnifique buffet où tous ont pu se retrouver autour du verre de l'amitié.



Marie et Eric, une complicité pour un même combat

## Salut Eric

Nous tenions à te féliciter pour l'organisation et les intervenants. C'était une soirée très agréable et très touchante. Nous te souhaitons un bon anniversaire et une bonne expédition au **Mont Blanc**.

**A bientôt Thomas et Magalie (70)**



Yvon EUGE

« J'ai vécu 33 ans avec le rein de ma mère et j'ai choisi d'oublier la maladie... Sans ce don, je serais morte à 17 ans... Et sans le don de Richard l'année dernière... »



Marie BERRY



Eric, Hélène et Nicolas



**Eric, Cher Ami,**  
Alors là... Tu m'en as bouché un coin !... Je ne m'attendais pas du tout à une telle soirée !... Quelle organisation irréprochable et quelle façon tu as de tenir en haleine ton auditoire, tu es, en plus de toutes tes autres qualités, un grand artiste ! Chapeau Rognon !..  
Mon épouse a, elle aussi, été sidérée par ton aura, ta présence, ton grand coeur, ton élocution et tout !..  
Bien cordialement à toi et "à la revoyotte !.."  
**Claude, Lili et Lucas Vanony.**

**Extrait du Pr Michel PIERSON** qui a sauvé Eric en novembre 1964.



« On s'est dit : Ce bébé va mourir si l'on ne fait rien donc il faut procéder à la dialyse... Eric est un des rares bébés à avoir survécu à ce traitement... Aujourd'hui ça nous reconforte de voir que tout cela marche et de voir tout ce qui a été fait. Eric a eu une maladie infectieuse qui touchait le rein et le sang, un syndrome néphro-

anémique.

En quelque sorte, Eric est né 3 fois... Ses parents l'ont mis au monde en mai 1964, nous l'avons sauvé d'une mort certaine en novembre 1964 et les équipes des Dr PRENAT et Pr KESSLER l'ont amené vers la greffe en 1981... »



Un gâteau à la hauteur de l'événement



Pour conclure son intervention, Joël cita quelques lignes de son recueil de poèmes... en souvenir de sa fille

**« Je ne peux toujours pas oublier  
Le doux velours de tes baisers  
Ni l'écharpe de tes petits bras  
Lorsqu'à mon cou tu criais Papa ! »**



Youssef **HARDIAL**



Le Dr Laurent **DURIN**



Nicolas **GENERAUX**

« Je n'oublierai jamais cette nuit du 14 avril 1981 quand j'ai reçu un appel téléphonique de l'hôpital m'informant qu'il y avait un rein pour mon fils... ».

**André Boeuf**



Durant le buffet

**Salut Éric,**

Merci pour cette super soirée, très émouvante et fraternelle, ce fut une leçon d'humilité et nous sommes très fiers d'approcher une famille aussi soudée pour le meilleur et le pire...

**Merci encore Pascale et Gilles (54)**

**Salut Eric**

De retour dans le Jura, nous tenons encore à te féliciter Martine et moi, pour ta soirée du 14 avril... du rire, de l'émotion et du rêve... que demander de plus.

Si tu as besoin d'un coup de main pour l'expé au Mont-Blanc, n'hésite pas, nous nous rendrons disponibles et mettrons au service du groupe notre expérience de la Montagne.

A bientôt j'espère  
**Thierry et Martine (39)**

**Salut Rognon,**

Bravo et Félicitations pour cette superbe soirée du 14/04/2006. Une fois de plus tu nous as scotché, ce fut un véritable one man show rassembleur.

Tout y était réussi, l'organisation de la manifestation, la mobilisation des hommes de tout bord et des différents médias, la qualité des reportages et des tables rondes, l'animation visuel, le buffet à la hauteur de l'événement mais surtout les témoignages très forts en faveur du Don d'organes, en bref rien ne manquait.

Sache que nous sommes solidaires de cette cause et que nous ne perdons jamais une occasion d'en parler ....

Bien entendu, nous suivrons ta prochaine grande expédition « Mont Blanc - Les Cordées du Courage »

Encore un grand merci à toi et à ton « équipe » et Bises à la famille Rognon.

A bientôt,

PS : ce soir nous avons suivi sur France Bleu, le premier épisode de ce passionnant feuilleton.

**La Famille THIRION (88)**



La salle

## Bonjour Eric,

Excuse-moi de ne pas t'avoir écrit plus tôt, j'étais partie quelques jours.

Ta soirée était vraiment super! Tu as des dons certains d'organisateur, et ferais un excellent animateur TV !

Encore merci pour ces moments très forts, où tu as su faire partager tes passions. Je suis admirative devant ce que tu as déjà réalisé, et te souhaite de garder le même tonus encore au moins 25 ans...

Bises

**Elisabeth PRENAT – Responsable du Centre de Dialyse de Vittel**



Durant le buffet



« J'ai été greffé

une première fois d'un rein puis un jour, mon greffon étant en phase de rejet, il fallait envisager une nouvelle greffe de rein mais... mon cœur étant fatigué, on m'annonce que je ne supporterai pas l'opération et qu'avant il faudrait me changer le cœur ...

Je n'ai donc pas eu le choix, c'est ainsi qu'aujourd'hui, je vis avec mes deux reins propres, deux autres reins greffés et un cœur tout neuf ! »

**Bernard MASSARD**



Autour des défis en tennis de table

Lors de cette soirée, une séance de dédicace a eu lieu durant le cocktail.

Joël Coutable dédicait son recueil de poèmes tandis que Marie Berry dédicait son livre le Don de Soi.

A cette occasion Michel LAFON (l'Editeur du livre) avait décidé d'offrir gracieusement à Marie 200 exemplaires de son livre afin que la totalité des fruits de la vente puisse aller à l'AIRG que défendent Marie et Richard Berry.

Ce beau cadeau a été possible grâce à Laurent MUNEREZ, beau-frère d'Eric qui travaille chez INTERFORUM Editis en tant que Commercial ; c'est lui qui a personnellement fait les démarches auprès de Michel LAFON pour apporter sa contribution à la réussite de cette soirée.

**Marie et Joël**



Pour Eric

A l'occasion de ses 25 ans de greffe  
Et de la lancée de l'expédition Mont-Blanc

Donner, ce n'est pas facile  
Et donner pour donner,  
Ce n'est pas non plus facile  
Et donner ce qui plaît à l'autre  
C'est encore plus difficile.

Et donner ce qu'il y a de plus beau  
Est-ce possible ?  
C'est tellement grand et fort  
Que l'émotion est vive.

Donner la vie et,  
Apporter du bonheur à l'autre  
C'est plus qu'un acte héroïque  
C'est manifestement divin.

Alors comment donner  
A celui qui donne la vie ?  
Remercier, ce n'est pas facile...

Et d'aller là-haut ?  
Est-ce suffisamment  
Grand et beau ?

C'est le désir de chacun,  
Et de la cordée du courage  
Pour remercier et encourager  
**Barbara, médecin de l'expé**

## Salut Eric,

Le temps passe vite, nous sommes déjà au 2 mai et 15 jours se sont écoulés depuis la soirée du 14 avril. Franchement, quelle soirée ! Tout était bien présenté, bien ficelé et ce fut un vrai régal. Pascal et moi ne sommes pas restés longtemps au cocktail mais j'ai été contente de te saluer quelques secondes ! Tu étais la vedette et difficile de t'approcher.... Dommage que Guy PELLERIN n'ait pas pu être présent.

Simplement, encore merci de nous y avoir conviés. J'ai découvert des gens bien émouvants à cette soirée et des messages forts d'espoirs aussi. Me revoir au sommet de la Croix de Rougny avec Denis m'a fait frissonner tu sais. Quelle émotion !

**Catherine (88)**



Tableau offert par Chloé à Eric pour son 25ème anniversaire de greffe en remerciements pour l'avoir guidée au sommet de l'Obiou en 2005 .



**Extrait du Pr Luc FRIMAT qui suit Eric depuis sa transplantation**

« L'histoire d'Eric, c'est une chose que l'on n'imaginait pas à nos yeux lorsque la greffe à eu lieu car en 1981, les résultats n'étaient pas aussi bons qu'aujourd'hui.

Ce qui me frappe chez Eric, c'est le sérieux et je crois qu'il n'aurait pas réussi autant d'expéditions s'il n'était pas sérieux et il n'aurait pas eu une greffe qui dure depuis si longtemps s'il n'avait pas modifié ses habitudes de vie, s'il n'avait pas pris conscience de faire attention au jour le jour tout en essayant de vivre normalement ; c'est exemplaire !

Un exploit qui m'a purement fasciné d'un point de vue médical, ce sont les 35 heures de ping pong du Téléthon... J'ai même regretté de ne pas avoir organisé une étude médicale plus poussée pour surveiller le greffon... »



Duplex Richard BERRY

**Partenaires de la soirée**



MAIRIE DE CHANTRAINE



« Je ne m'imaginai jamais marcher 11 heures dans la montagne. C'est bizarre parce que

l'on en chie pour monter, on en bave et arrivé là-haut on dit : c'est génial !

Il y a quand même un mystère, il y a quelque chose qui m'a toujours impressionné. Je crois que ce qui pousse tout ça, c'est de mesurer la chance que l'on a d'être en vie...

Et la beauté de ce défi 2006, c'est que l'on va réussir quelque chose ensemble grâce à Eric qui a l'étrange pouvoir de transformer les rêves en réalité... c'est rare de nos jours... »

**Olivier COUSTERE, directeur de TRANS FORME**

## Jean - Patrick NAZON Parrain

Coureur cycliste professionnel et vosgien, Jean-Patrick NAZON se distingue depuis bientôt 10 ans sur les routes de France et de l'étranger.

De 1997 où il fut 2<sup>ème</sup> d'une étape au Tour de Vendée à 2005 où il fut 1<sup>er</sup> d'une étape du Tour de Bavière Bayern Rundfahrt, 1<sup>er</sup> du Mémorial Rik van Steenbergen et 1<sup>er</sup> d'étape du Tour de Hesse.

Jean-Patrick NAZON a brillé maintes et maintes fois en remportant des étapes dans différentes compétitions (l'Etoile de Bessèges, 4 jours de Dunkerque, Tour de l'Oise, Tour de l'Avenir, Tour de l'Ain, Critérium International...) mais aussi et surtout, son meilleur souvenir : Le Tour de France 2003 pour le maillot jaune qu'il a porté une journée et sa victoire sur les Champs d'Elysées. Dans l'impossibilité d'être présent lors de la soirée de lancement, il avait tenu cependant à écrire un petit texte de soutien lu par son ami Pascal LANCE le 14 avril.

« Bonsoir à toutes et à tous... C'est avec une grande sensibilité que j'ai accepté d'être un des parrains de cette manifestation pour le don d'organes.

Ne pouvant être présent ce soir pour des raisons sportives, je reste admiratif pour votre courage et votre dynamisme.

Vous souhaitant bonne chance pour la suite de votre action et un bon anniversaire pour ces 25 années de greffe.

Merci pour cette parenthèse et vive le sport !

Amitiés »

**Jean-Patrick NAZON**



## Raphaël LAPOIRIE Parrain

Raphaël est âgé de 36 ans, il a commencé la musculation à l'âge de 14 ans en même temps qu'il pratiquait le cyclisme de compétition (de 9 ans à 16 ans) Sa progression fut lente mais régulière.

Fin des années 80, début des années 90, il fait connaissance d'Eric dans le Club que tenait leur Professeur Elian Pierre, aujourd'hui sur Perpignan.

Ils ont lié d'amitié et en 1994, Eric proposait à l'équipe d'Elian de tenter un record du monde pour les Dons d'Organes.

Le défi qu'ils s'étaient lancé avait été baptisé « Les muscles soutiennent les organes » et l'objectif qu'ils s'étaient fixé était ambitieux... Soulever à 4 culturistes en faisant des répétitions avec une barre de 50 kg l'équivalent de 4 semi-remorques de 38 tonnes en 1 heure...

Le record fut explosé puisque l'équivalent de 7 semi-remorques fut soulevé...

Un souvenir que Raphaël, jeune culturiste à l'époque n'a pas oublié.

C'est tout naturellement qu'il a accepté d'être un des parrains de l'expédition.

Depuis ses débuts, il a remporté de nombreux prix et ses plus belles performances sont récentes puisqu'il vient de terminer 2<sup>ème</sup> à Monsieur Univers 2003 et 2005.

Diplômé d'état, il est aujourd'hui conseiller sportif en Alsace près d'Haguenau.

Avec plus de 15 années de pratique ainsi que plusieurs titres prestigieux, Raphaël met directement à votre service son expérience et ses compétences en matière de remise en forme et de bien-être. Il est spécialisé dans le travail de la perte de poids et la tonification (féminine et masculine) mais également dans le travail de la musculation correctrice et de la force.

Pour Raphaël qui coache également des cadres d'entreprises, il peut maintenant affirmer qu'un cadre en bonne condition physique, c'est 25% d'efficacité en plus pour l'entreprise.

N'hésitez pas à aller visiter son site [www.vosgianbeast.com](http://www.vosgianbeast.com)



## Ils apportent leur soutien

Bonjour à toute l'équipe de la rédaction. Toutes mes félicitations à Eric et Agnès pour la naissance d'Eliott qui semble déjà en pleine réflexion ! Peut-être réfléchit-il déjà à la nature du défi qu'il va pouvoir relever pour emboîter le pas de son « Super Papa » ?

J-90, le temps va commencer à s'accélérer sérieusement, l'entraînement aussi, et très vite la dernière ligne droite qui mènera la valeureuse cordée au sommet de l'Europe. Je vous renouvelle tous mes vœux de succès et c'est avec impatience que j'attends les prochaines infos.

Cordialement.

**Michel (91)**

## Ils apportent leur soutien

Bravo pour ce numéro : encore un coup de maître ! Toujours autant de photos magnifiques et de témoignages amicaux et en plus, des stars !!!

J'aurais dû me douter que tu n'en resterais pas là.

J'aurai une pensée pour toi à l'occasion de ton anniversaire de greffe et tel que je te connais, la fête sera belle, généreuse et pétillante !

**Claire (21) Groupama Grand Est**

## Ils apportent leur soutien

Chaque mois j'attends le numéro du journal de l'expé pour découvrir de nouvelles informations sur cette aventure humaine. Vous nous donnez une énorme leçon de courage car vous prenez l'expression " croquez le vie à pleine dents" comme mot d'ordre dans votre lutte pour le don d'organes.

J'ai eu la chance de rencontrer Eric, lors de mes études je ne savais pas qu'un tel homme pouvait exister car Eric, c'est une source de courage, de volonté à l'état pur.

Je veux encourager cette aventure et l'équipe qui va gravir le Mont Blanc et je vais les suivre de près.

**Mailys (54)**

## Stéphane MERCIER Renfort Rêves d'AltitudeS

Agé de 36 ans, Stéphane est célibataire, il travaille dans un service de Recherche et de Développement en tant qu'ingénieur – Chef de projet en Electronique de puissance.

Il habite en Alsace. Il est très sportif et surtout multi-activités...

Escalade, parapente, vélo de route et VTT, course à pied... et en hiver un peu de ski de rando, mais aussi de l'alpinisme au sein du Club Alpin Français des Hautes Vosges...

De tous les sports liés à la montagne (hors ski), Stéphane a commencé par l'escalade lors d'une initiation faite par le CAF Nancy il y a de cela fort longtemps (22 ans)

Une chose en entraînant une autre, il a participé à des sorties d'initiation à l'alpinisme en hiver dans les Vosges. Dans ce cadre, il a rencontré Gilles DANGIN (Président du Club Alpin Français des Hautes Vosges) et bien d'autres personnes qui lui ont transmis leur expérience et le goût de la montagne. Stéphane apprécie autant de grimper avec des gens aussi forts que lui (voire plus forts) qu'avec des gens ayant moins d'expérience.

Dans le second cas, il aime essayer d'inculquer de bonnes bases pas forcément centrées sur la technique et la performance mais aussi et surtout sur la sécurité (chose plus que primordiale en montagne)

« Vous accompagner me fait plaisir à double titre. La premier est de monter au Mont Blanc avec des gens que j'ai trouvés très sympathiques lors de notre première rencontre dans les goulottes de neige du Hohneck. Le second (et non la moindre) est de pouvoir participer à votre aventure. Je dois reconnaître que votre défi m'a impressionné un peu... Mais cela prouve qu'avec de la volonté et un peu d'entraînement, on peut faire beaucoup de choses et tout cela dans la bonne humeur »



## Liz SCHICK Nouveau membre

Liz SCHICK est anglaise, elle est mariée, 2 enfants habite en Suisse (Anzère) où elle tient un magasin de sport.

Sportive accomplie, elle a réussi l'ascension du Kilimandjaro en 2003 avec une équipe de greffés du foie... En effet Liz est transplantée hépatique depuis quelques années et son combat pour le don d'organes est énorme et c'est ce qui l'a fait se rapprocher d'Eric.

Elle organise tous les ans des camps de vacances montagne pour des enfants transplantés...

A chaque fois, ce sont des dizaines d'enfants de 40 à 50 pays qui peuvent participer à cette manifestation qu'elle a baptisé TACKERS (Transplant Adventure Camps for Kids)

Connaissant Etienne Bischops, l'autre greffé du foie de l'équipe, elle ne sera donc pas en terrain inconnu.

Dotée d'un très grand dynamisme, elle saura, avec son accent, mettre l'ambiance dans ce groupe déjà bien joyeux...

C'est Liz qui a « organisé » la première rencontre entre Marie Berry et Eric... La suite, on la connaît !



### Ils apportent leur soutien

Magnifique comme d'Hab!

Mais comment faites-vous pour accrocher des parrains ?

Quelles sont leurs conditions ?

Cordialement.

Marie Magdeleine (83)

## Roger PIANTONI apporte son soutien

« Je vous souhaite beaucoup de plaisir mais surtout, je vous admire de pouvoir réaliser cet exploit digne des plus grands...

Bien amicalement... »

Roger PIANTONI,

Ancien grand joueur de football

En pro, a joué à Piennes, Nancy, Reims et Nice.

37 sélections en Equipe de France (l'époque des FONTAINE et KOPA) entre 1952 et 1961

A marqué 8 buts, gaucher reconnu unanimement de classe mondiale, le Real Madrid (entre autres) voulaient l'engager, mais les contrats étaient bétonnés par les clubs français.

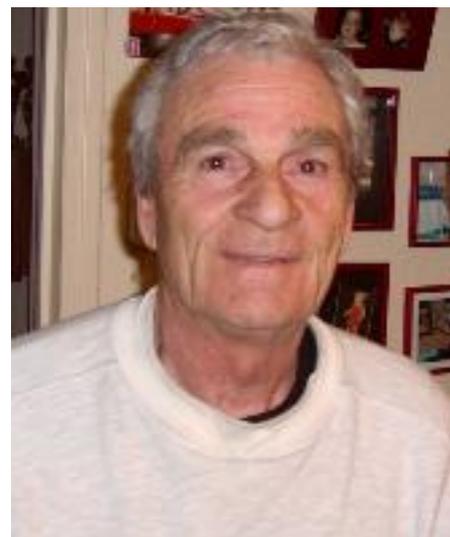
1/2 finaliste de la Coupe du Monde en Suède en 1958

3 fois Champion de France en 1958, 1960 et 1962.

Vainqueur de la Coupe de France 1958

Finaliste de la Coupe d'Europe avec le Stade de Reims contre le Real Madrid en 1959

Roger PIANTONI coule désormais une paisible retraite dans la banlieue de Nancy



### Ils apportent leur soutien

Je devore tous les bulletins ; je vois se constituer, au fil des jours, à partir de personnalités très fortes et d'horizon différents, une grande famille unie et portée par la même flamme.

Tu nous apprends que quand on met toute son énergie et ses convictions dans ce que l'on fait, la vie prend du sens, et pour soi, et pour les autres.

Toute mon amitié vous accompagne  
Nicole (45)

## Entraînements techniques 22 et 29 avril, 6 mai

**Le 22 mai**, un entraînement plus orienté vers les cadres techniques de l'équipe a eu lieu dans le massif du Hohneck sous la responsabilité de Gilles Dangin secondé par Stéphane Mercier (membre du Club Alpin Français des Hautes Vosges) qui intègre les Cordées du Courage dans le staff technique.

Le temps variable laissant malgré tout passer quelques rayons de soleil en milieu de matinée a permis de conforter la progression en couloir raide rendu assez technique par une bonne neige dure en face Nord.

Après une descente par la combe de la Wormspel, les deux responsables, accompagnés de Jacques Faivre, Vincent Mauté, Vincent Dietsch et Eric Bœuf ont bifurqué vers la droite pour se retrouver à l'aplomb de la fameuse arête des Spitzkopf.

Guy Couval (doyen des greffés de l'expé) avait tenu à participer à cet exercice d'un niveau plus soutenu que d'habitude.

C'est au pied de ce long couloir de 150 mètres de long incliné à 45° en moyenne que les montagnards ont chaussé les crampons.

3 relais en pente avec des sortes de rimayes qui commençaient à être sérieusement ouvertes, 2 petits murs de neige d'environ 5 mètres de hauteur à franchir avec 2 piolets (70° d'inclinaison de pente...) et une petite averse de grésil pour clôturer le tout... voilà ce qui attendait les membres des Cordées du Courage dans « le couloir à Gilles » Dangin.

La sortie sur l'arête des Spitzkopf s'est faite sous un soleil radieux en milieu de matinée.

Au retour vers la ferme auberge du Pied du Hohneck par le sentier des névés, les quelques chamois du matin avaient déserté les lieux...

Bon test donc pour cette partie de l'équipe prête à relever le défi de juin au Mont Blanc.

**Le 29 mai**, Vincent Mauté et Eric Bœuf avait décidé de partir de nuit vers 5 heures du matin pour se lancer dans certains couloirs de la Wormspel afin de parfaire leur condition physique et de travailler à la lueur de leur lampe frontale, la technique de progression en pente raide et de nuit... juste avant le levé du jour.

En arrivant sur les lieux... le brouillard réduisant la visibilité à moins de 15 mètres a eu raison quelques temps de nos deux montagnards qui ont commencé par terminer leur nuit dans la voiture en attendant d'y voir plus clair !

Ce n'est donc qu'aux alentours de 8h du matin que nos deux gaillards ont décidé d'aller voir ce qui se passait au col près du Hohneck face au lac du Schiessrothried. La neige rendue bien dure grâce à une température négative en ce début de matinée incita Eric et Vincent à tenter une descente dans une des premières pentes à l'abri des quelques corniches encore présentes à cet endroit très souvent à l'ombre.

Une fois en bas, un joli couloir d'environ 120 mètres de long et plutôt bien redressé attira aussitôt les deux membres de l'équipe des Cordées du Courage.

Ce n'est qu'une fois au travail que la difficulté fut bien réelle... La pente était en moyenne à 45° bien soutenu avec de sérieux passages à 55° et un mur de neige vertical de 6 mètres de hauteur pour finir...

Une très belle expérience à renouveler. Il a fallu beaucoup de concentration et de sérieux pour ne pas prendre de risque dans ce couloir que nos deux compères une fois sortis ont baptisé... « engage-toi, t'es déjà engagé... »

Pour clôturer la matinée, après avoir observé l'état des corniches encore présentes (6 mètres de neige d'épaisseur par endroit) ils ont remonté un couloir assez raide mais court (50°) qui mène au col non loin du Hohneck dans la combe de la Wormspel.

**Le 6 mai**, c'est à 6 heures du matin que Jacques Faivre et Eric Bœuf sont allés faire un dernier entraînement neige (dans les Vosges) car les conditions sont de moins en moins évidentes en raison du redoux et de la neige qui disparaît doucement. Le radoucissement de la semaine passée les avait incité à la plus grande prudence. Au départ, ils venaient juste faire un petit tour histoire de marcher dans la neige mais les voies en versants protégés et peu ensoleillés en journée offraient curieusement une condition assez favorable pour tout d'abord descendre le couloir de la semaine précédente en rappel (120 mètres) afin de tester la qualité de la neige avant de s'y engager ensuite en montée.

Un engagement très physique avec des sacs souvent lourds pour augmenter la difficulté...

1h30 d'efforts ont été nécessaires aux deux compagnons de cordée pour atteindre le sommet de la crête et le point d'encrage de leur rappel.

Les chamois présents dans la combe de la Wormspel n'étaient guère effrayés par leur présence mais il faut dire qu'ils étaient suffisamment concentrés pour ne pas les déranger... même du regard... Juste le temps de prendre une photo avant la descente.

Un deuxième couloir un peu moins raide (45°) mais beaucoup moins « engagé » fut la cerise sur le gâteau avant qu'ils ne repartent bien fatigués (mais heureux) par ces 4h30 de sortie ! Vivement Chamonix afin de tous retrouver les mêmes sensations mais cette fois-ci avec de la glace et les neiges éternelles du toit de l'Europe...





## Sortie optionnelle du 14 mai

Guy Couval, Isabelle Baudriller, Serge Bergé, François Cardot, Christian Munsch, Jean-Claude Muller, Eric Bœuf et en soutien, Laurent Watrin journaliste à France Bleu Sud Lorraine et deux anciens de l'expé 1997 « Les Ecureuils au Mont Blanc » : Philippe Babey et Patrick Chappe.

Afin de se mettre en jambes pour l'ultime entraînement des 20 et 21 mai, Jean-Claude Muller avait concocté une « petite » sortie à la journée entre le Drumont et Rouge Gazon via Urbès.

Par un temps légèrement couvert le matin et un beau soleil l'après-midi, l'équipe a marché près de 30 km pour 1179 mètres de dénivelés positifs soit 8 h 45 de sortie... Un bon test...

Le détail de cette journée pour les connaisseurs : Départ d'Urbès (451 m d'altitude), montée au Drumont (1200 m), redescente vers Bussang, Source de la Moselle, Col de Bussang (727 m), remontée vers la ferme Auberge du Rouge Gazon (1086 m) via les Neufs Bois puis redescente vers Urbès avec quelques variantes pas forcément voulues...



L'équipe en milieu d'après midi



Vues sur l'Alsace



Au col de Bussang



Source de la Moselle



Beautés de la forêt vosgienne



ÉPINAL  
arrondissement

CHARENTAINE

Tous potentiellement donneurs

Quelques dizaines de milliers de personnes ont été appelées à se faire inscrire en tant que donneurs de sang, de plasma, de plaquettes et de cellules souches hématopoïétiques. L'opération a été menée par le Centre national de transfusion sanguine (Cnfts) et les centres de transfusion sanguine (Cts) de France. L'opération a été menée dans toute la France, y compris en Charente-Maritime. Les personnes appelées à se faire inscrire ont été informées par courrier et par téléphone. Elles ont pu se faire inscrire dans les centres de transfusion sanguine ou sur le site internet du Cnfts.



Marie Berry et Patrick de La Haye ont été appelés à se faire inscrire en tant que donneurs de sang, de plasma, de plaquettes et de cellules souches hématopoïétiques.

Les personnes appelées à se faire inscrire ont été informées par courrier et par téléphone. Elles ont pu se faire inscrire dans les centres de transfusion sanguine ou sur le site internet du Cnfts. L'opération a été menée dans toute la France, y compris en Charente-Maritime.



MOISGIES

Vingt-cinq ans de greffe

Les époux Marie Berry et Patrick de La Haye ont été appelés à se faire inscrire en tant que donneurs de sang, de plasma, de plaquettes et de cellules souches hématopoïétiques.



Don d'organe Marie Berry : "Mon frère m'a offert une nouvelle vie"

Dans le cadre de son anniversaire de sa fille aînée, le couple Marie Berry et Patrick de La Haye ont été appelés à se faire inscrire en tant que donneurs de sang, de plasma, de plaquettes et de cellules souches hématopoïétiques.

Marie Berry et Patrick de La Haye ont été appelés à se faire inscrire en tant que donneurs de sang, de plasma, de plaquettes et de cellules souches hématopoïétiques. Ils ont pu se faire inscrire dans les centres de transfusion sanguine ou sur le site internet du Cnfts.



Marie Berry et Patrick de La Haye ont été appelés à se faire inscrire en tant que donneurs de sang, de plasma, de plaquettes et de cellules souches hématopoïétiques.

Expedition alpine pour trois Vosgiens. Les Vosgiens ont été appelés à se faire inscrire en tant que donneurs de sang, de plasma, de plaquettes et de cellules souches hématopoïétiques.



## Entraînement numéro 3 : 20 et 21 mai

Le samedi 20 mai sera une journée longue, exigeante physiquement avec un total de 1300 mètres de dénivelés et une distance d'environ 27 kilomètres.

Départ de l'église de Kruth (altitude 490 mètres) – Frenz – Haut de Felsach (1161 mètres) – Tête du chat sauvage – Petit Ventron (1155 m) – Grand Ventron (1204 m) Puis descente sur le Col du Bramont (956 m). A Wildenstein, montée vers Schaeffert et redescente sur Kruth pour récupérer les véhicules. Déplacement pour atteindre notre lieu de campement (Lieu dit Langenbach : nuit sous la tente ou à la belle étoile suivant les conditions atmosphériques et l'humeur, l'envie...)

Possibilité de dormir dans les véhicules puisqu'ils ne seront volontairement pas loin du lieu du bivouac... au cas où...

Le dimanche 21 mai sera plus « cool » avec seulement 1100 mètres de dénivelés pour une distance d'environ 20 kilomètres. Possibilités à plusieurs reprises de raccourcir l'itinéraire pour ceux qui doivent repartir plus tôt en raison de la route du retour ou pour ceux qui auraient quelques difficultés à terminer...

Le départ se fera de notre bivouac (Langenbach) – Montée vers Haserkopf (1188 m) – Descente vers Bussang – Col de Bussang (727 m) – Chemin des Russiers – Le Drumont – Col d'Oderen – Descente vers les Cascades St Nicolas puis remontée vers le Haserkopf (1188 m) – Bussang – Source de la Moselle – Col de Bussang (727 m) – Têtes des Russiers (1187 m) – Drumont (1200 m) et redescente vers le Col d'Oderen.

Affûtez donc vos mollets et prenez des Sporténine car ça va chauffer !

A bientôt et bonne fin de préparation.

**Jean-Claude MULLER**



## Petits conseils diététiques à 40 jours du départ (par Vincent Mauté, masseur kinésithérapeute de l'équipe)

« Il est maintenant temps de manger des sucres lents... « Gavez-vous » de pâtes, riz, lentilles, patates à l'eau.

Évitez les graisses saturées... Vive le beurre frais et l'huile d'olive !

Baissez la consommation de viande rouge. Vive le poisson au court-bouillon et les viandes blanches... N'oubliez pas les laitages sans pour autant en abuser.

Le matin, préférez des céréales pas trop sucrées aux croissants du dimanche...



N'oubliez pas de manger des fruits frais (bananes, oranges, pommes) mais aussi du melon et des jus de fruits pressés (pamplemousse, citron, orange...)

Lors de vos différentes sorties d'entraînement, étirez-vous... avant et après ! Mollets, cuisses et également les bras et les épaules qui elles seront souvent sollicitées avec les sacs à dos sur les longues distances de marche...

Une fois le 10 juin, ne prenez pas de risques en poussant « la machine » mais entretenez-vous sans forcer. Préférez des séances de musculation longues et légères plutôt que courtes et lourdes... Faites pour les différents groupes musculaires (biceps-triceps, pectoraux-dorsaux) des séries de 5 fois vingt mouvements avec petit repos entre chaque série (1 min) et repos plus long entre chaque type d'exercices (3 à 5 min)

Réfléchissez à ce que vous aimez manger lors des sorties

en montagne... Salé ou sucré ? Cacahuètes, Noix de cajou, Noisettes, Figues, Abricots secs, Dattes, Pruneaux, Raisins secs, Saucisson, Barres de céréales, etc...

A bientôt, terminez bien votre préparation... C'est que du bonheur ! »

**Vincent**

# La Crémerie du Glacier

## PC de l'expédition « Les Cordées du Courage »

C'est dans un cadre agréable au bord du torrent des Bossons, dans le Village du même nom, près de Chamonix, que l'équipe sera logée durant le séjour du 22 juin au 2 juillet.

Accueillies par son sympathique patron, Monsieur CHAPOUTON... CHACHA pour les habitués... les Cordées du Courage seront « soignées » par ce maître des lieux qui connaît bien la plupart d'entre eux puisque c'est dans son gîte que l'équipe logeait déjà l'an passé lors de la deuxième phase de ce projet (EXPE 2005 – OBJECTIF 3542)

Chacha connaît également bien le monde des transplantés puisqu'il avait déjà hébergé plusieurs expéditions mises en place par Eric BOEUF dans les années 1990.

Geste hautement symbolique, malgré les demandes considérables durant la saison, Chacha a accepté de louer son établissement à Rêves d'AltitudeS **en privatif** en faisant un prix global forfaitaire afin que tous puissent se sentir réellement chez eux avec leurs repères.

Gage de réussite dans une telle entreprise que l'ascension du Mont Blanc.

Dans l'attente de revoir notre ami Chacha et son personnel, toute l'équipe tenait à le remercier.



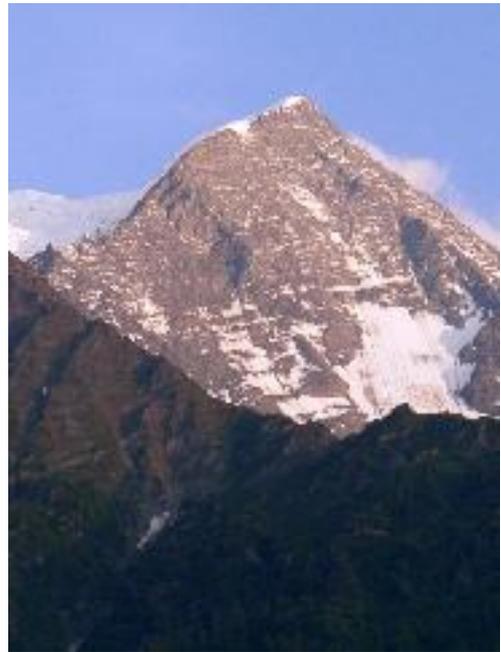
Le gîte, bâtiment principal, 20 places



Le chalet 6 places - PC Presse et Organisation



Le chalet 4 places - PC médical



Vue sur l'Aiguille du Goûter - 3817m – depuis chez Chacha



Vues sur l'Aiguille du Midi—3842m—depuis chez Chacha



## Les Sponsors Officiels

**Novartis Transplantations  
et Immunologie**

**Les Mousquetaires**

**Profil +**

## Les autres partenaires

**Fresenius Medica Care  
Technolia  
TP Peduzzi / Fresse sur Moselle  
DK Pneus et Services  
Ville de Villers les Nancy  
Ville de Chantraine  
Conseil Général des Vosges  
Le Comptoir  
Visuel Création  
Système Son  
Champagne Auguste Huiban  
Editions Michel Lafon  
Transports Hemmerlin  
Groupama Grand Est  
Ibis Epinal  
Lumin'Eclair  
TRANS FORME  
Speck Sports  
Transports Parmentier  
Continental Pneus  
Bouchara Recordati  
Vitalaire  
Société Dauphinoise de Charpente et  
Couverture  
Optique Vosgienne  
Enseignes Clor  
Filaos**

« Je suis à la tête d'une entreprise de 75 personnes réparties sur le site de Remiremont, Le Thillot, Rupt sur Moselle et Bus-sang.

Renault est donc largement représenté dans la vallée de la Moselle. Passionné de voiture, j'ai d'ailleurs participé, il y a quelques années à des rallyes et c'est là que j'ai rencontré Stéphane Mougel pilote bien connu et qui avait en son temps bénéficié d'une greffe cardiaque.

J'ai beau être dans les affaires tous les jours, je déclare haut et fort que rien n'est plus important que la santé et surtout pas ces choses qu'on dit matérielles.

Donner un organe c'est prolonger la vie et cela n'a pas de prix ; alors quand Joël Labreuche (membre de l'équipe de greffés qui va tenter le Mont Blanc en juin prochain) m'a sollicité pour lui prêter un fourgon afin de transporter le matériel d'expédition et toute la logistique de l'équipe des Cordées du Courage comme l'an dernier, je n'ai pas hésité une seconde à lui dire oui comme l'an passé »

**Guy BERTRAND**  
**Directeur Garages Renault**  
**Remiremont – Le Thillot (88)**

**Don d'organes**

=

**Don de vie..**

## Dans le prochain numéro

Compte rendu de la sortie des 20 et 21 mai.

L'équipe définitive et complète qui va partir.

Le bilan et le préprogramme de Chamonix. Ils apportent leur soutien.

## Pour nous contacter

**TRANS REVES et REVES D'ALTITUDES**  
**1 bis, rue Victor HUGO**  
**88000 CHANTRAINE**

**Téléphone : 06.75.45.75.09**  
**Mail : [revesdaltitudes@wanadoo.fr](mailto:revesdaltitudes@wanadoo.fr)**



**Les Mousquetaires**

## Présentation du groupe

Fondé en 1969 par Jean-Pierre Le Roch, le Groupement des Mousquetaires rassemble aujourd'hui 8 enseignes spécialisées.

Internarché, l'enseigne phare du groupe ; Ecomarché ; Netto (hard-discount) ; Bricomarché ; Logimarché (bricolage) ; Vêti ; Roady (centre-auto) ; Restaumarché.

En 1986 Les Mousquetaires ont ouvert leur 1<sup>er</sup> point de vente à l'étranger et sont aujourd'hui présents dans 8 pays européens.

Le Groupement des Mousquetaires c'est 4 000 points de vente dont 3 500 en France, 3 000 chefs d'entreprise indépendants et 112 000 collaborateurs

Les Mousquetaires occupent aujourd'hui la 1<sup>ère</sup> place européenne des distributeurs indépendants.

## Pourquoi soutenir le projet de Rêves d'AltitudeS ?

Parce que le projet véhicule des valeurs proches de celles des Mousquetaires.

Les valeurs que défendent les Mousquetaires : l'esprit d'équipe, le don de soi, la combativité...sont aussi celles que l'on retrouve dans la cause défendue par Eric Bœuf.

Ce n'est pas un hasard, si depuis toujours Les Mousquetaires ont fait de la phrase de Jean Bodin leur devise : « Il n'est de richesses que d'hommes ».

Ce partenariat s'inscrit d'ailleurs dans la continuité d'autres causes soutenues par les Mousquetaires comme le parrainage de l'Equipe de France de Football des Transplantés ou le soutien à l'Association Laurette Fugain.

**La Direction des Mousquetaires**

## Les précédents Numéros

Vous n'avez pas lu nos précédents numéros,

alors vous pouvez les télécharger sur :

**<http://www.reves-d-altitudes.org>**

