

Chaque jeudi et chaque dimanche, le Club Vosgien «Raon l'Étape - Porte des Vosges» organise des randonnées pédestres. Voici la liste des sorties de novembre 2009. Pour plus d'informations, consultez le site du Club Vosgien <http://cv.raon.pagesperso-orange.fr>. Vous pouvez également contacter le président Jean-Marie Michel au tél. 06 80 61 21 01 :

jeudi 5 novembre : Montigny avec le guide Michel Marsal (03 83 42 13 14) > rando avec goûter à la ferme

dimanche 8 novembre : Cirey-sur-Vezouze, 10 km, départ 13h place de la République, sortie guidée par Jean-Luc Staub (06 81 26 94 09) > Cirey-sur-Vezouze, la Ladrerie, le moulin, le neuf étang, Tanconville, étang de Putance, ferme de la Haute Seille, étang Gresson, haut de justice

jeudi 12 novembre : Raon lès Leau, 7,5 km, dénivelé 300 m., sortie guidée

par Daniel Mathieu (06 62 85 59 97) > la voie romaine, roche du miroir, forêt des pierres levées, col de Charaille, source de la Charaille

dimanche 15 novembre : Nompate-lize, 11 km, départ 13h place de la République, sortie guidée par Daniel Vitry (03 29 58 37 39) > circuit des Jumeaux

jeudi 19 novembre : Baccarat, 10 km, sortie guidée par Eliane Balland (03 83 75 19 39) > gare, chemin de Criviller, l'Aigle, ancienne voie ferrée, Merviller, forêt de Gramont, le Fouys, gare

dimanche 22 novembre : clôture du calendrier > balade le matin, repas de midi en commun à l'auberge, guide : A. Massoni (03 29 55 42 90)

jeudi 26 novembre : Anglemont, 9 km, sortie guidée par Marinette Thomas (03 29 65 39 87) > Ménéil sur Belvitte,

Haut de Coppé, tranchée limite, chemin de Brû, Anglemont

dimanche 18 octobre : Gérardmer, 20 km, dénivelé 520 m., sortie guidée par Y. Lapique (03 29 41 64 27) > Gérardmer, le Molfaing, Envergoutte, tête de Nayemont, saut des Cuves

jeudi 3 décembre : Celles-sur-Plaine, 9 km, sortie guidée par René Leclere (03 83 75 36 12) > Celles-sur-Plaine, vierge de Bénamaix, lac vert, le Grand Roué, ruines de la scierie de Celles, la Planée, Celles-sur-Plaine

4 et 5 décembre : participation du Club Vosgien au Téléthon, informations auprès de Jean-Marie Michel, tél. 06 80 61 21 01

<http://cv.raon.pagesperso-orange.fr>



fiche pratique **INFO** → **ÉNERGIE** n°41

intoxication au monoxyde de carbone : attention danger !

Le monoxyde de carbone provoque chaque année plus de 6 000 intoxications et plus de 300 décès. C'est un gaz indétectable résultant d'une mauvaise combustion, quelle que soit la source d'énergie (pétrole, bois, gaz naturel, propane, butane ou naturel liquéfié, charbon, essence). Il agit comme un gaz asphyxiant très toxique et prend la place de l'oxygène dans l'air. Il peut s'avérer mortel en moins d'une heure. Le simple entretien des appareils de chauffage et de production d'eau chaude pourrait grandement réduire ces intoxications. En outre, le constat montre combien une bonne ventilation du logement est importante.

le monoxyde de carbone : d'où vient-il ?

> des appareils de chauffage ou de production d'eau chaude mal entre-

tenus : si vos appareils (chaudières au bois, charbon, gaz ou fioul, chauffe-eau, groupes électrogènes, inserts de cheminées, de poêles, chauffages d'appoint, cuisinières à bois, à charbon, à gaz...) ne sont pas correctement entretenus, les combustibles y brûleront mal, ce qui risque de provoquer une émission de monoxyde de carbone ;

> une mauvaise aération du logement : une flamme a besoin d'air pour brûler. Si l'air de votre logement n'est pas suffisamment renouvelé, la combustion au sein de vos appareils sera incomplète et émettra du monoxyde de carbone ;

> des fumées mal évacuées : un conduit d'évacuation bouché ou obstrué ne permet pas aux gaz issus de la combustion de s'évacuer.

Le non respect des consignes d'utilisation des appareils à combustion peut

conduire à des risques d'intoxication au monoxyde de carbone.

10 gestes simples

1. l'installation et l'entretien annuel des appareils doit être confiés à des professionnels qualifiés ;
2. les ouvertures d'aération ne doivent jamais être obstruées (journaux, plastiques...). Elles doivent être disposées et aménagées de manière qu'il n'en résulte pas de courants d'air gênants pour les occupants ;
3. les conduits d'évacuation des fumées ne doivent pas être obstrués : nécessité de ramonages annuels ;
4. le fonctionnement à l'extrême ralentissement des appareils à charbon quand la température est douce, notamment en début ou en fin d'hiver et pendant les périodes de redoux, est toujours extrêmement dangereux ;
5. tous les appareils doivent être utilisés