



## Éditorial

Le printemps est arrivé doucement et avec lui des envies de sortir, de faire des projets.

Pour moi, c'est l'occasion de mieux connaître, au fil des activités, tous les randonneurs qui m'ont fait confiance.

Un grand merci à ceux qui ont répondu présents pour la marche de l'Étoile de Sion et le rando-challenge : mais nous sommes encore un peu juste en nombre pour le 29 avril. Vous êtes donc les bienvenus pour aider aux points de ravitaillement et au balisage la veille.

Le bureau a travaillé sur les projets 2018, projets qui ont été présentés au conseil d'administration le 16 mars. Bien entendu la priorité reste l'organisation de randonnées variées, avec déjà quelques dates à noter pour la fin du printemps et de l'été. Et le balisage va reprendre avec les beaux jours.

Après l'édition de la brochure de visite de Vézelize, que nous vous invitons à vous procurer si ce n'est déjà fait, une brochure de découverte des trois circuits de Sion va paraître prochainement. Notre vœu est de l'éditer en format papier également. Elle sera suivie d'une brochure des six circuits de la vallée de la Moselle au second semestre.

Mais, surtout, nous souhaitons présenter aux habitants du Saintois nos activités et les lieux traversés en suivant nos sentiers. Nous

avons donc pour projet une exposition à la Maison des Animations de Vaudigny et peut être dans d'autres lieux cet été.

Pour cela, vos photos, suggestions, anecdotes sur la vie de l'association seront les bienvenus. D'avance, merci à celles et ceux qui veulent participer à la réalisation de ce projet.



Bien entendu cela va nécessiter quelques moyens que nous nous employons actuellement à rechercher.

Ma porte est ouverte à tous. Si certains en plus des randonnées veulent me faire découvrir leur village ou d'autres lieux dans le Saintois, ce sera un réel plaisir pour moi et je répondrai présente.

À tous je souhaite de belles randonnées dans les prochaines semaines.

Amicalement

Marie-Paule Deswarte  
Présidente

Association **Les Randonneurs du Saintois**

Chez Marie-Paule DESWARTE

11 rue du Mont - Marainville-sur-Madon - 88130

06 62 75 52 31

[www.lesrandonneursdusaintois.fr](http://www.lesrandonneursdusaintois.fr)

[contact@lesrandonneursdusaintois.fr](mailto:contact@lesrandonneursdusaintois.fr)

# LES CHANTIERS

## Brochures :

Il s'est produit un petit événement qui a son importance. Notre première brochure est une réalité. Simone et Michel Dormagen nous ont livré le fruit de leur travail en mars 2018. Cette première brochure "remodelée" est le guide de Vézélise dont la première parution fut réalisée en 1994, par Jean-Pierre Deswarte, président des RDS. Elle est en noir et blanc avec une belle couverture couleur, panorama aérien de Vézélise par Julien Barbier. Un guide fort intéressant qui nous promène dans tous les coins connus (et inconnus) de Vézélise. L'Histoire est là et devient vivante. De nombreuses illustrations agrémentent le texte. Présentée le 23 mars à Monsieur le Maire de Vézélise, elle a fait forte impression et sera offerte à ceux qui viendront se marier à Vézélise ainsi qu'à des personnalités de passage.

Vous pouvez la découvrir dès maintenant sur le site des randonneurs :

<[www.lesrandonneursdusaintois.fr](http://www.lesrandonneursdusaintois.fr)>, dans la rubrique "Nos circuits". Vous pouvez la télécharger ou la commander à notre contact : <[contact@lesrandonneursdusaintois.fr](mailto:contact@lesrandonneursdusaintois.fr)> qui vous l'en-



verra contre un chèque de 9,60 €, frais d'envoi compris.

Elle est aussi en vente au prix de 8 € au Magasin G20 à Vézélise, à l'Office du Tourisme de Sion, au restaurant « La Cense Rouge » à Saxon-Sion, et auprès de la présidente et de la vice-présidente de l'Association des RDS.

Suivront très bientôt 2 autres brochures réécrites par Marie-Paule Deswarte, la fille de notre président fondateur. L'une est sur les 3 circuits de la Colline de Sion, l'autre sur le Val de Moselle.

*Monique Hardy*

## Balisage :

Les activités de balisage vont reprendre avec l'arrivée d'un temps plus clément, sur les deux secteurs Est et Ouest.

# PARTENARIAT

Le 10 février à la Maison des Animations de Vaudigny et le 17 mars à la MJC de Vézélise, une intéressante formation sur le fonctionnement associatif nous a été proposée par la Communauté de Communes du Pays du Saintois. Le 17 février, pour notre Assemblée Générale, la Maison des Animations de Vaudigny était mise à notre disposition

gratuitement par la Communauté de Communes.

Le 24 mars, nous avons répondu à l'invitation de la Cité des Paysages pour l'inauguration du programme 2018, « Des paysages plein les oreilles ».

Le 31 mars, nous avons accompagné, pour la Cité des Paysages, une marche de nuit de pleine lune sur la Colline.

# BRÈVES

Quelques dates à ne pas oublier :  
**29 avril**, l'Étoile de Sion. Vous pouvez encore vous manifester pour proposer votre aide le jour et la veille pour baliser.  
**6 mai**, rando challenge sur la Colline.  
**3 juin**, nous recevrons nos voisins randonneurs sur la Colline, nous vous

attendons nombreux pour une journée de rencontre amicale. Plusieurs distances et visite de Vaudémont avec un peu de botanique vous seront proposées.  
**Le 28 juin**, nuit de pleine lune sur la Colline, balade après repas tiré du sac près du monument Barrès.

## LA PLANTE SAUVAGE DU PRINTEMPS : LA PRIMEVÈRE

Au premier printemps (ce que signifie un des noms de cette plante, *primula veris*), apparaissent dans les lisières des bois frais, les haies, les talus ou les prés, les hampes jaunes de la primevère officinale (*primula officinalis* ou coucou). Elle est facile à reconnaître avec ses feuilles d'un vert tendre en rosette dense, plus larges vers le sommet et comme gaufrees. La tige unique, sortant du centre de la rosette, dépasse longuement les feuilles. Les fleurs, à cinq pétales jaune foncé marqués à la base d'une tache orange, dégagent un agréable parfum.

La primevère élevée (*primula eliator*) apparaît en même temps avec ses fleurs jaune soufre. Elle est fréquente dans les bois clairs et secs, son parfum est à peine perceptible.

**En cuisine**, les toutes jeunes feuilles de la primevère officinale peuvent être ajoutées aux salades. Elles possèdent une saveur légèrement anisée et un peu piquante. Lorsqu'elles se développent, on peut les faire cuire en mélange avec d'autres légumes. On peut aussi en faire une boisson à base de vin blanc et miel.

**Propriétés** : la plante favorise l'expectoration, calme les spasmes, atténue les douleurs et est également diurétique. On utilise principalement la racine à l'odeur d'anis. Les tisanes de fleurs séchées sont adoucissantes et calmantes pour la gorge.



**Recette** : Mousse de fleurs de primevères. Battre 4 jaunes d'œufs avec 100 g de sucre jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux, ajouter 100 g de pétales de fleurs finement hachés et un jus de citron. Battre les blancs en neige bien ferme, les incorporer à la préparation. Verser la mousse dans un plat assez profond, décorer de fleurs et servir immédiatement.

*Valérie Thomassin*

# CHEMIN FAISANT

## LA TOPONYMIE

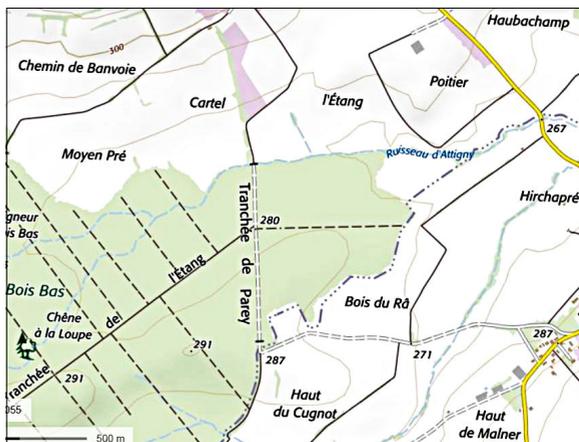
Deux définitions sont possibles, la première toute simple : « *ensemble des noms de lieux d'une région, d'une langue* », la deuxième, plus sophistiquée : « *partie de l'onomas-tique qui étudie les noms de lieux, leur origine, leurs rapports avec la langue parlée actuellement ou avec des langues disparues* ». Cette deuxième définition implique de définir « *onomastique* » qui peut être soit un adjectif relatif aux noms propres, soit un nom féminin, c'est-à-dire « *étude des noms propres de personnes (anthroponymie), de lieux (toponymie)* ». Et pour faire croire que vous êtes un érudit de première force, annoncez d'un air dégagé que « *la toponymie fait partie de la linguistique...* ».

Au-delà de toute pédanterie, en quoi la toponymie peut-elle intéresser, voire passionner, les randonneurs ? La raison est toute simple : dans notre grande majorité, nous sommes des gens curieux de tout et plus spécialement des lieux que nous arpentons à longueur d'année. Comment pouvoir rester indifférent au nom (les lieux-dits) de ces paysages que nous aimons tant ? Nous ne saurions rien de leur origine et de leur histoire ?

Prenons un exemple, la rando bleue « De Parey-St-Césaire à Thélod » du 16 avril 2018, carte IGN 3316 E. Avant de marcher sur le secteur, prenez le temps de vous asseoir, de déplier votre carte et peut-être d'allumer votre ordinateur. Vous trouverez très vite des informations sur Parey et son St-Césaire, Thélod et son château, Goviller et sa forêt domaniale.

Maintenant à vous de voir si vous ouvrez un fichier Saintois pour y placer par commune ou par circuit quelques-unes de vos découvertes toponymiques et autres. Si vous avez quelques livres de Bernard Perrin, ou si vous avez conservé les Repères chronologiques de nos anciennes promenades culturelles, en les consultant, vous vous introduirez dans l'histoire des lieux.

Un conseil, faites ou copiez / collez des phrases courtes, ne cherchez pas à rédiger, ce n'est pas le but. De toute façon, à ce stade de fiches, ces informations seront restituées le plus souvent oralement, lors de la rando par exemple.



Par les noms de lieux du secteur considéré, sont convoquées la religion (St-Césaire de Terracine), la topographie (Haut du Cugnot ou du Coin), la foresterie (Forêt domaniale, Tranchées de), l'hydrographie (L'Étang – disparu – du Ruisseau d'Attigny), l'ancienne cartographie (Chemin de Banvoie), l'agriculture (Moyen Pré). Ces lieux-dits sont autant de portes d'entrée dans l'histoire locale. La clé est sur la porte, à vous de la tourner.

Un dernier mot. Si ce n'est déjà fait, liez connaissance avec les agriculteurs, les chasseurs, les pêcheurs, les maires, les employés communaux et d'autres randonneurs curieux. Interrogez-les, ce sont de fins observateurs, ils savent énormément de choses, ils vous apprendront beaucoup.

Il en va un peu des lieux comme des gens : quand on commence à les appeler par leur nom, c'est une toute autre relation qui s'institue.

Pour le randonneur épris de toponymie, la devise de la rando devient « *Marche et rêve* ».

André Loup