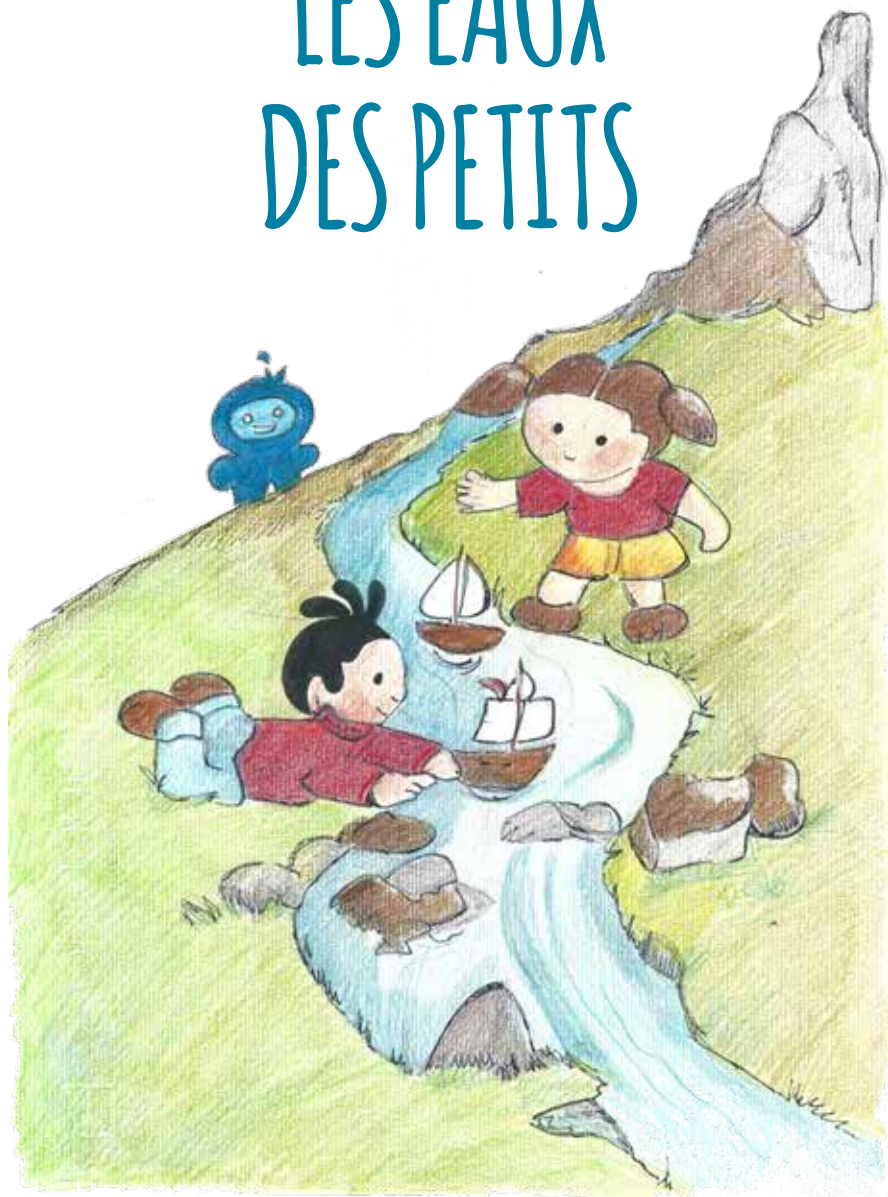


Anna Galliano

Marina Garbolino Riva

LES EAUX DES PETITS



Anna Galliano

Marina Garbolino Riva

LES EAUX DES PETITS

Un parcours à la découverte des plus importants
cours d'eau de la Vallée d'Aoste,
pensé pour les enfants et utile aussi aux adultes

INDEX

Les eaux des petits	4
1 Rendez-vous sur la Place Chanoux	7
2 Là-haut où tout commence	13
3 Chaque goutte d'eau	16
4 Cascades et petites cascades	22
5 Droite ou gauche ?	26
6 Le voyage de la Doire vers la basse vallée	30
7 L'eau entre histoires et légendes	39
8 Le miroir du ciel et des montagnes	45
9 Les rus	49
10 La pluie qui va en haut	52
11 Fontaine et sources	55
12 La voix de l'eau	57
13 Jouons avec Bimmy	62
14 Les châteaux de la Doire	65
15 Le château entre les eaux	72
16 Les petits pour les eaux	76
L'importance de l'eau	89

LES EAUX DES PETITS

Très cher jeune lecteur,

L'eau est la protagoniste de ce livre que tu as entre les mains. L'eau qui naît des glaciers sous forme de source, qui descend et traverse les pâturages de haute montagne, qui forme des torrents destinés à se rencontrer et à confluer dans le fleuve qui les mènera jusqu'à la mer.

L'histoire que nous voulons te raconter a pour cadre géographique la **Vallée d'Aoste**, l'une des régions italiennes plus riche en eau douce.

Pourquoi ce livre pourrait-il t'intéresser ? Peut-être habites-tu dans cette magnifique vallée alpine, ou bien y es-tu venu en vacances, ou encore souhaites-tu la choisir comme destination pour tes prochains voyages. Mais au-delà de ce contexte géographique, l'eau est un élément avec lequel nous sommes en contact au quotidien, dès le matin, lorsque nous nous levons et faisons notre toilette. De plus, la science nous apprend que l'eau est le principal constituant de notre corps. Eh bien, avant d'arriver jusqu'à nous sous cette forme si familière et indispensable, l'eau accomplit un long voyage qui commence en haut, à la source.

Si tu veux nous tenir compagnie, comme lecteur, dans ces pages, tu connaîtras une jeune fille et un jeune garçon : **Claire** et **Julien**. Ce sont eux, curieux et toujours prompts à poser des questions, qui, d'un chapitre à l'autre, nous dévoileront les multiples visages de l'eau, nous raconteront les histoires et les légendes, nous feront entendre la voix des torrents et

nous fourniront les clés pour apprécier ce don de la nature qui a la prérogative d'être présent chaque jour dans notre vie et dont il ne faut pas gaspiller la moindre goutte.

Et puis, tu rencontreras aussi **Bimmy**, un ami qui apparaîtra à la fin de certains chapitres pour te proposer une phrase sur laquelle réfléchir.

Mais ce n'est pas tout. Dans les dernières pages, Bimmy te révélera son identité et te conseillera de bonnes habitudes à adopter au quotidien pour ne pas gaspiller une seule goutte d'eau.

Une légende raconte que le Grand-Père, après avoir créé toutes choses, dit à une goutte d'eau : « Va, va et, ne revient pas vers moi avant d'avoir montré aux êtres vivants ma présence ! ». La goutte en fut effrayée. Elle n'était qu'une simple petite goutte d'eau : comment aurait-elle pu démontrer la puissance du Père ? Elle voulait faire demi-tour, mais elle ne pouvait pas. Elle avait été envoyée. Lorsqu'elle tomba du ciel, très haut, l'air l'enveloppa et faillit la consumer. Puis elle fut mêlée à la terre. Elle eut honte, car auparavant elle avait été un petit miroir du ciel, tandis que maintenant elle était toute poussiéreuse. Elle sentit alors près d'elle une racine qui la saisit. Elle devint partie d'une plante. Elle fut fibre, puis voile vert, puis goutte de fruit. Elle se sentit bue à plusieurs reprises. Souvent emportée sous forme de vapeur, elle se condensa avec le froid et retomba sur la terre. Elle apprit à se sentir terre et végétal, et vécut plusieurs fois les pulsations du sang des êtres vivants. Et elle fut fleuve, lac, fil de perles lorsqu'elle tombait à la rosée du matin. Il lui sembla par-

fois se perdre, disparaître. Elle souffrit beaucoup : tantôt recherchée avec ardeur, tantôt écrasée et oubliée. Puis, un jour, le soleil la saisit avec plus de force que d'habitude, l'emporta avec lui vers le haut et lui dit : « Tes saisons sont terminées, petite goutte. Remonte. Le Grand-Père t'attend ! ». La goutte remonta et se sentit heureuse, mais quand elle vit, en bas, les branches et les langues vivantes se tendre vers elle, elle éprouva de la nostalgie.

Le Père des choses lui sourit et lui dit : « Tu as tout bien fait, ma petite. Maintenant, que veux-tu ? ». « Retourner là-bas, retourner là-bas ! Ici, à côté de toi, je suis un cristal de joie, mais là-bas, dans le monde qui a une grande soif, je suis bien plus encore : je suis ta présence »¹.

« Le monde a una grande soif » : d'eau et de connaissance. Et voilà, le voyage commence. Si tu veux venir avec nous, on y va.

Anna, Marina et Bimmy

¹ Don Marco Pozza « Penultima lucertola a destra », Editore Marietti Scuola 20

1

RENDEZ-VOUS SUR LA PLACE CHANOUX



CLAIRE ET JULIEN

Le clocher de la Cathédrale venait de sonner dix heures et Claire n'était pas encore là.

Julien était déjà arrivé. Debout, à côté du monument dédié aux chasseurs alpins, il observait attentivement toutes les personnes qui traversaient la Place Chanoux.

« Toujours en retard ... mais c'est ma faute, je devais lui dire d'arriver à 9h30... et puis avec ce soleil d'été sur la tête... »

« Julien, me voilà ! » une voix haletante se fit entendre derrière lui. Julien se retourna, la vit, et oublia immédiatement ses grognements, tant la joie de pouvoir lui raconter tout ce qu'il avait imaginé était grande. »

« Enfin, Claire, j'ai tellement de choses à te dire ! Viens avec moi, à l'ombre, sinon je risque de m'évanouir à cause de cette chaleur étouffante. »

Et en disant ces mots, il lui montra les arcades au-dessous de l'Hôtel de Ville d'Aoste.

« Qu'est-ce que tu as en tête, Julien ? Ton message d'hier soir était si vague : "Rendez-vous Place Chanoux demain 10h. J'ai une surprise pour toi." C'est trop tôt pour une glace et un peu tard pour un petit déjeuner. »

« Rien de tout cela, Claire. Je veux te proposer un voyage ».

« Un voyage ? Et où ? »

« Ici, en Vallée d'Aoste. Un voyage spécial, qui commence à Courmayeur et termine à Pont-Saint-Martin ».

« Nous deux seulement ? Mais tu es fou ? »

« Non, nous ne serons pas seuls, mais en compagnie de deux... de deux... ou plutôt de plusieurs ... »

« Mais qu'est-ce que tu racontes ? La chaleur te monte à la tête. Qui sont ces deux, et ces plusieurs, dont tu parles ? »

« J'ai pensé à un voyage fantastique à la découverte des deux principaux cours d'eau de notre Vallée d'Aoste : le fleuve **Doire Baltée** et le torrent **Buthier**. Tu te rappelles que nous les avons étudiés cette année à l'école ? »

« Oui, si je me souviens bien, la Doire Baltée naît près du Mont Blanc, tandis que le torrent Buthier descend de la Vallée du Grand-Saint-Bernard ».

« Exactement. À Aoste le Buthier rejoint la Doire Baltée pour continuer ensemble le voyage jusqu'au fleuve **Pô**. Mais avant leur rencontre, la Doire reçoit les eaux de nombreux torrents descendant des vallées latérales. Puis, en

poursuivant le voyage vers le Piémont, beaucoup d'autres torrents venus de la basse vallée les rejoignent encore ».
« Voilà pourquoi tu me disais qu'ils sont deux, mais en réalité ils sont plusieurs. Ce sont les cours d'eau de notre Vallée d'Aoste ».

« Exactement, Claire. On a l'impression d'entendre le chant des eaux jaillissant des sommets les plus élevés et des glaciers alpins qui descendent en sautant entre les pierres en devenant des ruisseaux toujours plus grands. Le long du parcours, ces derniers prennent la couleur du ciel et des arbres qui s'y reflètent et, en s'adaptant au territoire, ils forment de petites cascades.

Je les vois rire en passant sous les petits ponts qui unissent leurs deux rives. Puis ils reçoivent les eaux d'autres petits ruisseaux, augmentant ainsi leur débit et chacun prenant un nom d'identification : le **torrent Val Ferret**, la **Doire de Valgrisenche**, la **Doire de Rhêmes**, le **Savara**, le **Grand Eyvia**, etc.. Une fois leur descente terminée, ils se jettent tous dans la Doire Baltée qui coule dans la vallée centrale ».

« Doucement, Julien, respire ... ton récit est passionnant ».

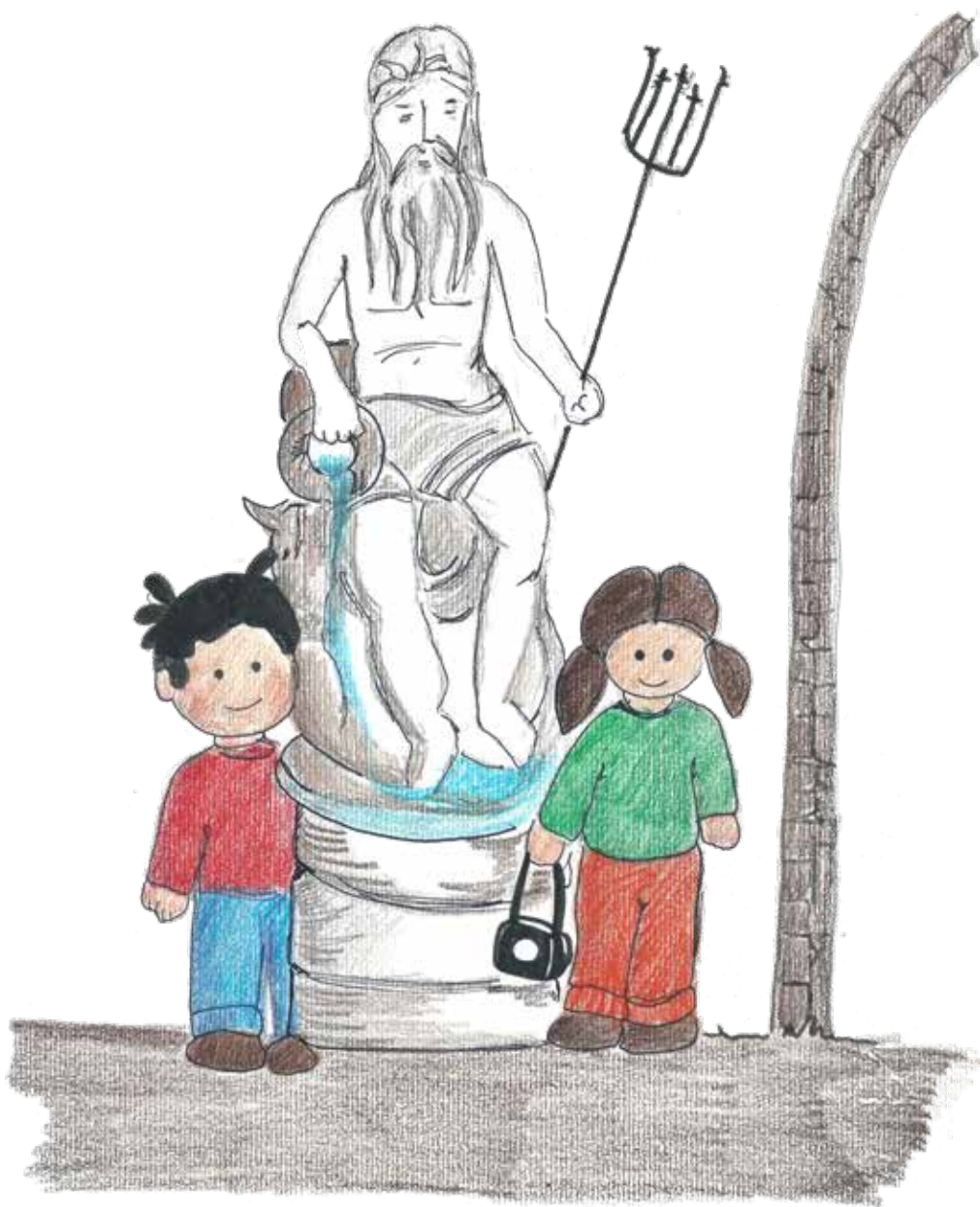
« Je suis content que tu l'apprécies, Claire. Et maintenant, viens avec moi, je te présente nos amis, Doire Baltée et Buthier »².

« Mais tu plaisantes ? »

« Pas du tout. Regarde à ta droite et à ta gauche. Ces deux statues en pierre, d'où jaillit l'eau, représentent la Doire Balthée et le Buthier. Regarde-les bien ».

« Mais tu sais que je ne les avais jamais remarquées ? Et regarde comme la statue de la Doire Baltée est peu vêtue ! ».

² Les deux fontaines font partie de l'apparat décoratif qui complète le complexe néoclassique de l'Hôtel de Ville, réalisé entre 1838 et 1842. L'auteur est identifié, d'après les raisons stylistiques, comme étant le sculpteur Giuseppe Argenti (Viggiù, Varese 1810- Novara 1876)



On entendit alors une voix assez faible sortir du broc rempli d'eau.

« Écoute, petite fille, ne commençons pas à dire du mal de moi. Sur cette place, j'offre à boire aux passants depuis plus de 170 ans et puis, rappelle-toi que, le long de ma descente, mes eaux irriguent les prés et produisent de l'énergie électrique : je suis une vraie source de vie. C'est pour cela qu'on m'a représentée comme une déesse, avec la couronne et le trident, tout comme mon voisin le Buthier ».

Claire, en rougissant, répondit : « Oh ! Excuse-moi, je ne voulais pas t'offenser. Bien sûr, tu es très élégante... Mais, dis-moi... ton voisin Buthier parle aussi ? »

À ces mots, de la bouche cachée sous l'épaisse barbe de la statue représentant le torrent Buthier, sortirent ces paroles : « Mais oui. Si personne ne nous entend, c'est parce que les gens n'ont pas le temps de s'arrêter. Certains ne savent même pas qui nous sommes. Alors, le soir venu, nous ne pouvons dialoguer qu'entre nous ».



« Justement, je voulais justement vous demander s'il serait possible de vous interviewer pour obtenir des informations utiles pour notre parcours à la découverte des cours d'eau de notre Vallée d'Aoste. Qu'en pensez-vous ? » s'empressa de dire Julien.

Doire et Buthier se regardèrent pendant un long moment, surpris par cette proposition. Puis, acquiesçant, ils demandèrent : « Et quelle est la raison de votre projet ? »

« Oui ! » exclama Julien, les poings levés, « Le titre de notre projet est LES EAUX DES PETITS et, avec votre aide, il sera merveilleux ».

« Alors, c'est décidé ? » demanda Claire.

« C'est décidé », répondirent Doire et Buthier.

« Naturellement, nous laissons la priorité aux dames » déclara Julien en prenant un air de gentilhomme. « Nous commenceront donc par toi, Doire. Rendez-vous au pied du Mont-Blanc. Au revoir et merci ! »



Le sage dit

*Parle-moi des jardinières, des fontaines, des
bassins, des abreuvoirs, des jets d'eau.*

*Parle-moi de tout ce qui est
refuge chant pout l'eau.*

Fabrizio Caramagna

LÀ-HAUT OÙ TOUT COMMENCE

CLAIRE ET JULIEN

Heureuse de pouvoir expliquer à Claire et Julien où se trouvent ses sources, Doire Baltée leur donna rendez-vous à Courmayeur. En montant vers la petite ville de la haute Vallée, ils avaient déjà remarqué, dans certaines zones, l'écoulement impétueux de la Doire et ils étaient vraiment curieux de vérifier si ce fleuve, là-haut, à l'endroit de ses sources alpines, n'était en réalité qu'un ruisseau de petites dimensions. Doire les fit monter jusqu'à Entrèves.

LA DOIRE BALTÉE

LONGUEUR : ENVIRON 160 KM.

Doire Baltée : « Me voilà ! Je suis la Doire Baltée et je jaillis exactement ici, où les eaux qui arrivent du Val Ferret et du Val Vény s'unissent au pied du Mont-Blanc. C'est pour cette raison — parce qu'elles descendent des névés et des glaciers — que mes eaux sont toujours froides. À partir d'ici, je coule joyeusement vers le bas, en rencontrant de nombreux torrents qui se jettent bruyamment dans mon lit. Ensemble, nous continuons notre voyage, en croisant des détours, des rochers, des îlots et des cascades.

J'ai une couleur particulière, entre le bleu clair et le vert, une couleur typique des eaux de montagnes. En été, lorsque mes eaux sont très abondantes, des personnes viennent s'amuser chez moi en canoë ou à bord de grands canots pneumatiques pour pratiquer le rafting. Je m'amuse beaucoup quand je les vois, un peu effrayés, secoués par mes eaux écumantes, essayant de ramer ou de garder l'équilibre. Mais saviez-vous que je leur offre aussi des panoramas cachés, car je coule dans des lieux impossibles à atteindre autrement ?

Je suis très fière d'avoir deux noms : Doire, parce que en latin *Duria* signifiait "cours d'eau", et Baltée, du latin *Baltica*, parce qu'à Aoste le torrent Buthier, appelé autrefois *Bautex*, se jette dans mon lit.

Ah, j'oubliais de vous dire que je suis un des plus importants affluents du Pô.

Voulez-vous connaître une légende sur mon origine ?

On raconte que Jupiter, chassé de l'Olympe avec les autres dieux, errait à la recherche d'un autre lieu où fixer sa demeure. Et ce fut exactement ici, en Vallée d'Aoste, au milieu de ces merveilleux pâturages, qu'il décida de fonder son nouvel Olympe, créant ainsi le majestueux Mont-Blanc, du sommet duquel il pouvait voir et contrôler tous les pays du continent. Et pour éviter à Junon la nostalgie des eaux de la mer où se plonger, il fit jaillir les eaux céruléennes de la Doire, ainsi nommées pour leur couleur bleu-vert.³

³ <https://www.teche.rai.it/1959/11/la-cerulea-dora/>

Et me voilà arrivée à Pré-Saint-Didier, où je rencontrerai la **Doire de La Thuile**, appelée aussi la **Doire de Verney**, qui se jette dans mon lit. La voici qui descend joyeuse du Vallon de La Thuile, bien riche en eau. Allons écouter ce qu'elle nous racontera ».



CHAQUE GOUTTE D'EAU

Déjà bien riche en eau, la Doire Baltée reçoit à Pré-Saint-Didier l'eau de la Doire de La Thuile. Elle traverse ensuite Morgex et La Salle et, plus en aval, elle accueille le riche apport de la **Doire de Valgrisenche**, de la **Doire de Rhêmes**, du torrent **Savara** et de la **Grand Eyvia**, tous affluents de la droite orographique.

Ce sont là des notions importantes que Doire doit maintenant expliquer à Claire et Julien dans un langage compréhensible pour eux. Y parviendra-t-elle ?

Claire : « Salut Doire, aujourd'hui il fait très beau. Julien et moi voulions faire une excursion en montagne, mais les gros nuages noirs dans le ciel nous ont suggéré de rester chez nous ».

Doire : « Salut, Claire et Julien. Je suis désolée que vous ayez dû changer vos plans, mais ces grands nuages chargés de pluie ont leur importance ».

Julien : « J'ai entendu dire que les Alpes sont le réservoir d'eau de l'Europe. Qu'est-ce que cela signifie ? »

Doire : « Eh bien, les Alpes sont très élevées. Elles capturent les nuages riches en humidité qui arrivent soit de la Méditerranée, soit de l'Océan Atlantique et les obligent à se refroidir ».

Claire : « Comme quand on est enrhumé et qu'on éternue... »

Doire : « Plus ou moins. En se refroidissant, les nuages libèrent leur précieuse charge d'eau non seulement sous

forme de pluie, mais aussi de neige. Les glaciers de haute altitude transforment la neige en glace et la conservent comme dans un réfrigérateur.

Lorsque l'été arrive, les glaciers fondent et restituent l'eau sous forme de petits lacs ou de torrents qui coulent dans les vallées et irriguent les prés à travers les canaux et les systèmes d'irrigation.

Le long de mon parcours, j'accueille les eaux de plusieurs torrents. Ici, par exemple, je rencontre la Doire de La Thuile, puis avec la Doire de Valgrisenche, la Doire de Rhêmes, le torrent Savara et pour finir la Grand Eyvia, qui descend de Cogne. »

Julien : « Chaque goutte d'eau est précieuse, même celle qui tombe en ce moment sur nos têtes. Claire, ouvre ton parapluie, s'il te plaît ».

Doire : « Mes amis, au lieu de vous plaindre d'avoir dû renoncer à votre excursion en montagne, essayez de faire quelques expériences à la maison. Découvrez comment l'eau devient glace si vous la mettez dans le congélateur, et comment la glace, à son tour, peut fondre si la température augmente. Ou bien, observez comment des petites gouttes peuvent se transformer en vapeur lorsque vous réchauffez de l'eau. Vous découvrirez ainsi le cycle de l'eau qui est vraiment passionnant ».

Julien : « Je propose que nous nous mettions à l'abri, nous allons être trempés ».

Claire : « Oui, ainsi nous pourrions écouter le récit des autres torrents : la Doire de La Thuile, la Doire de Valgrisenche, le Savara... ».

Et en effet, peu de temps après...

Doire de La Thuile : « Salut Doire, me voilà enfin dans tes eaux ; j'ai reçu celles du torrent de Verney, qui prend son nom du lac homonyme, et du torrent Rutor, qui naît du glacier de cette montagne. Saviez-vous que la localité de La Thuile doit son nom aux pierres appelées *tuiles*, extraites dans les zones voisines et utilisées autrefois pour les toits — *lose* en italien, *thuiles* en patois ?

Je retrouve enfin un peu de calme, après cette gorge étroite au milieu des rochers, serrée entre les rochers, que l'on appelle, non sans raison, un gouffre. Nombreux sont ceux qui viennent me voir couler là-bas !

On a même construit une passerelle panoramique à 160 mètres de hauteur pour permettre aux gens de m'admirer en contrebas, et si on lève les yeux on peut contempler les montagnes à l'horizon.

À Pré-Saint-Didier, ceux qui souhaitent se détendre peuvent se rendre aux Thermes, connus depuis l'Antiquité et réputés pour la température naturellement chaude de leurs eaux.

Un sentier qui part des Thermes permet de rejoindre la source où l'eau jaillit à une température presque fumante : un phénomène incroyable à cette altitude, merveille et mystère de la nature. »

Doire : « Nous descendons, nous coulons, nous chantons, nous écumons et voilà que, près d'Arvier, la Doire de Valgrisenche arrive ».

Doire de Valgrisenche : « Me voilà enfin ! Vous n'imaginez pas d'où je viens ! Sur vingt-six kilomètres j'ai parcouru la vallée qui porte mon nom.

Mais au fait, que signifie Valgrisenche ? Les plus érudits pensent que ce nom vient de *Vallis Graia*, car la vallée se situe au cœur des Alpes Graies. D'autres estiment que cette dénomination fait référence à la couleur grise des parois rocheuses qui la côtoient sur toute sa longueur. À ce propos le chanoine Béthaz disait : « À Valgrisenche, on y va ni par mer ni par terre, mais par rocs et par pierres. » Ce qui est évident, c'est que le parcours n'est pas facile. Je prends ma source au glacier de la Glairetta-Vaudet, à environ 2600 mètres. Puis mes eaux se reposent dans le lac artificiel de Beauregard à 1700 mètres, construit il y a plusieurs années pour produire de l'énergie électrique. Ensuite, je poursuis ma course dans la partie centrale de la vallée, je rencontre des rochers, des détours, une gorge située sous le château de Montmayeur — dont on peut aujourd'hui voir seulement la tour — et enfin, près d'Arvier, me voilà dans les bras de la Doire Baltée. »

Doire Baltée : « Et en continuant à couler, me voilà arrivée à Villeneuve, où j'entends quelqu'un approcher : c'est le torrent Savara. Bienvenue ! Je suis heureuse de te rencontrer, si écumant et joyeux. Raconte-nous d'où tu arrives et quel chemin tu as parcouru pour arriver jusqu'ici. »

Torrent Savara : « Quelle joie d'être accueilli ainsi, merci ! Je suis le torrent Savara et la vallée que je parcours s'appelle Valsavarenche.

Après mon long voyage, je me jette avec bonheur dans ton lit. Je suis très fier de jaillir au pied du Grand-Paradis, où se trouvent trois lacs situés à plus de 2500 mètres d'alti-

tude. L'un d'eux est le lac Nivolet, ce qui explique pourquoi je suis aussi connu sous le nom de Doire du Nivolet. Au fil des siècles, en descendant, j'ai creusé et modelé la vallée, en créant des gorges, c'est-à-dire des passages étroits, formés par le phénomène de l'érosion.

Dans les portions où je coule sur terrain plat, un large et beau sentier permet de se promener le long de mes rives, d'écouter la musique de l'eau, d'observer la végétation environnante et de s'immerger en silence dans la nature. Près de Villeneuve j'ai rendez-vous avec la Doire de Rhêmes qui se jette dans mon lit. C'est une chère amie qui descend des glaciers au fond de la vallée qui porte son nom. Ses eaux sont une ressource très précieuse pour la centrale hydroélectrique située à Champagne, près de Villeneuve.

Ah, j'oubliais : près d'Introd, les eaux s'engagent dans un gouffre creusé dans la roche et profond une centaine de mètres. Quelle frayeur ! »

Doire Baltée: « Il manque encore à l'appel la Grand Eyvia. Allons la rencontrer à Aymavilles : elle a tant de merveilles à nous raconter. »

Le sage dit :

Voilà comment il faut être !

Il faut être comme l'eau. Sans obstacles, elle coule.

*Elle trouve un barrage, alors elle s'arrête. Le
barrage se casse, elle coule de nouveau.*

Dans un récipient carré, elle est carrée.

Dans récipient un rond, elle est ronde.

*Voilà pourquoi elle est plus indispensable
que toute autre chose.*

*Rien au monde n'est plus capable de s'adapter que
l'eau. Et pourtant, lorsqu'elle tombe sur le sol avec
persistance, rien ne peut être plus fort qu'elle.*

Lao Tzu



CASCADES ET PETITES CASCADES

Si le territoire de notre Vallée d'Aoste a été modelé par les glaciers, les eaux ont elles aussi contribué à en dessiner les traits. Par leur érosion, les torrents impétueux se sont frayés un passage à travers les rochers, dans la tentative de descendre vers la vallée parfois sous forme de cascades spectaculaires.

Doire a conseillé à Claire et Julien d'aller à Aymavilles pour rencontrer la Grand Eyvia, le torrent qui descend de la Vallée de Cogne et qui connaît bien ce sujet. Allons-y nous aussi pour en apprendre davantage.

Claire : « Nous voilà, Doire. C'est bien ici l'endroit indiqué ? »

Doire : « Bonjours les amis. Oui, c'est ici. Les eaux de la Grand Eyvia s'unissent aux miennes exactement à cet endroit, et elles ont toujours des histoires intéressantes à nous raconter. Elles se-



ront ravies de vous parler des cascades situées au-dessus du village de Cogne, dans une localité appelée Lillaz ».

Julien : « C'est elle qui forme ces cascades ? »

Doire : « Non, pas elle, mais ce petit coquin du torrent Urtier. C'est lui qui, juste au-dessus de Lillaz, s'amuse à faire trois grands bonds avant de traverser le village de Cogne, où il s'unit au torrent Valnontey pour former — modestie mise à part — l'imposant torrent Grand Eyvia ».

Claire : « Mais que veux-tu dire par "faire des bonds" ? Ce n'est pas une chevette, c'est un torrent ».

Doire : « Cela signifie que, le long de son parcours, à certains endroits, il se jette dans le vide... puis encore, et encore, jusqu'à trois fois ».

Claire : « Quel sentier devons-nous suivre pour aller voir ces cascades ? »

Doire : « Depuis le hameau de Lillaz, un sentier facile et large mène en une dizaine de minutes au pied de la cascade la plus basse. De là, un autre sentier plus escarpé et exposé au soleil conduit au deuxième bond et, pour finir, à la troisième cascade ».

Julien : « Est-il difficile de s'approcher de l'eau ? »

Doire : « Non, il suffit de suivre le petit sentier et de faire bien attention où l'on met les pieds.

Le premier bond, plutôt modeste, se trouve au-dessous d'une chute bien plus importante où l'eau du torrent Urtier se jette dans un bassin profond. Le sentier monte ensuite jusqu'à un pont, d'où l'on peut admirer la cascade intermédiaire. Une fois le pont franchi, voilà le troisième bond, le plus imposant et le plus spectaculaire des trois ».

Julien : « Et que peut-on encore faire dans cette zone ? »

Doire : « Tu peux suivre le cours du torrent entre Lillaz et Cogne en te promenant le long d'une forêt de sapins rouges et de mélèzes. Le sentier est plat, longe le Parc National du Grand-Paradis et accompagne le torrent Urtier sur toute sa longueur ».

Claire : « Et en hiver, que devient le torrent Urtier ? »

Doire : « Les cascades se transforment en glace et sont très appréciées par ceux qui aiment l'escalade hivernale ».

Claire : « Décidément, l'eau réserve toujours des surprises ».

Julien : « Nous devons absolument monter à Cogne pour voir cette merveille ! ».

Grand Eyvia: « En tout cas, moi aussi je suis un affluent de droite. Je prend ma source du glacier de Peradzà, je traverse plusieurs vallons et je me jette dans les eaux calmes de la Doire près d'Aymavilles. Vous comprenez maintenant pourquoi je m'appelle ainsi : dans le patois de Cogne mon nom signifie "grande eau" ».

Doire Baltée: « Bravo ! ».

Julien et Claire: « Bon voyage, Doire. nous nous reverrons de nouveau quand le soleil reviendra nous offrir une belle journée pour partir en excursion ».

Le sage dit :

*Les arbres qui chantent sont coupés et séchés.
Et les montagnes sereines deviennent des plaines.
Mais le chant de l'eau est une chose éternelle.*

Federico Garcia Lorca



5 DROITE OU GAUCHE ?

Jusqu'ici nous avons appris quels sont les torrents qui confluent dans la Doire Baltée en descendant de la droite orographique. Avec les expressions *droite orographique* ou *gauche orographique* (appelées aussi *hydrographiques*), on indique l'un des deux côtés d'une vallée ou bien l'une des deux parties du territoire délimitées par le cours d'un fleuve.

Le parcours de la Doire traverse maintenant la partie sud de la Vallée d'Aoste et reçoit, sur sa rive gauche, le Buthier. Très curieux au sujet de la droite et de la gauche orographique, Claire et Julien continuent de poser des questions à la Doire et au Buthier.

Doire : « Bonjour, les amis. Aujourd'hui, nous devons absolument apprendre à reconnaître la droite et la gauche orographique, car cette notion vous sera très utile à l'école ».

Julien : « Tu as raison. Et dans peu de temps, tu recevras les eaux du Buthier, qui arrivent sur ta gauche ».

Doire : « Exactement. Pour déterminer la droite et la gauche orographique, il faut se tourner dans le sens d'où arrive le cours d'eau. Dans mon cas, vous devez tourner les épaules vers la haute vallée, d'où je descends. La droite orographique correspond alors au côté droit de la vallée ou du territoire traversé par le fleuve. L'autre côté est la gauche orographique ».

Claire : « Donc le torrent Buthier, qui coule de la Vallée du Grand-Saint-Bernard et de la Valpelline arrive bien sur ta gauche ».

Doire : « Oui, et vous pouvez aussi lui poser directement la question si vous allez à Aoste, près de l'Arc d'Auguste, où le Buthier traverse la ville en passant sous le pont Neuf. Mais avant que vous n'y alliez, j'aimerais encore vous expliquer une chose : la partie de la vallée située à ma droite est appelée *envers*, c'est-à-dire le versant inverse, le moins ensoleillé, tandis que la partie située à gauche est appelée *adret*, le versant droit, le plus ensoleillé.

Donc, après avoir souhaité la bienvenue au torrent Grand Eyvia poursuivons notre voyage vers Aoste. Qui allons-nous rencontrer ?

Buthier : C'est moi que vous allez rencontrer, le Buthier ! En langue celtique mon nom signifie cours d'eau. Contrairement aux torrents précédents, je suis un affluent de gauche. Vous n'imaginez pas quel long voyage j'ai fait ! En ce moment, je coule dans la plaine d'Aoste, mais j'arrive de la Valpelline. Je suis né des glaciers, là haut, vers 3000 mètres d'altitude. Ensuite, mes eaux ont été retenues dans le lac artificiel de Place-Moulin pour former un barrage et produire de l'énergie électrique. Puis, plus bas, j'ai traversé toute la Valpelline avant d'arriver dans la plaine d'Aoste. Maintenant vous me voyez ici, mais autrefois je coulais sous le pont de pierre que les Romains avaient construit pour pouvoir passer d'une rive à l'autre. Plus tard, à cause de plusieurs inondations, mon cours a été détourné.

On lit en effet dans les témoignages historiques que « la force et la puissance des eaux du Buthier étaient si évidentes aux Romains qu'une légende raconte comment ils obligèrent les Salasses à se rendre en détournant les eaux du Buthier et en inondant les refuges souterrains où ils se cachaient. Ainsi, selon la légende, les eaux du Buthier, contribuèrent à vaincre les Salasses. »⁴

Vous voyez quelle force j'ai ? Voilà pourquoi la statue que l'on m'a dédiée est si puissante !

Dans mes eaux se trouve aussi une réserve de pêche très facilement accessible, qui s'étend sur environ trois kilomètres, où l'on peut pêcher les truites, parfois très grandes, pesant plus de 500 grammes.

Voilà, je vous ai raconté un peu de mon histoire. Maintenant descendons vers la plaine. »

Julien : « Mais pendant la descente, rencontres-tu d'autres torrents ? »

Buthier : « Oui, je rencontre des torrents aussi bien à gauche qu'à droite. Le plus connu est l'Artanavaz, qui descend de la Vallée du Grand-Saint-Bernard ».

Claire : « Mais pourquoi, à Bionaz, on t'arrête pour faire un barrage ? On va te mettre en prison ? »

Buthier : « Non, le barrage sert à stocker mes eaux et à les transformer en énergie électrique, en les faisant passer dans des conduites forcées... »

Claire : « Tu vois, j'avais bien raison, tu es aux travaux forcés... dans une prison, en somme ! ».

Buthier : « Mais non, Claire. La conduite forcée est simplement un tuyau dans lequel je circule à grande vitesse

⁴ https://www.regione.vda.it/Territorio/territorio/geositi/buthier/alveo_i.asp

pour faire tourner les pales d'une turbine. C'est grâce à ma force que l'on produit de l'électricité ».

Claire : « Alors, tu es à la fois fort et généreux ».

Julien : « Excuse-moi, Buthier, mais vous, les eaux, vous donnez tout gratuitement, sans rien demander en échange ? ».

Buthier : « Les torrents ont toujours eu des relations compliquées avec les hommes et les femmes des territoires qu'ils traversent. Parfois, nous sommes perçus comme un danger, parfois comme une ressource. La cohabitation est toujours difficile. Il m'est même arrivé de causer des problèmes à la ville d'Aoste, quand mes eaux étaient si impétueuses qu'elles sont sorties de mon lit et ont inondé toute la ville. Vous pouvez le lire dans les livres d'histoire ».

Julien : « Mais on ne peut pas vivre sans l'eau ».

Buthier : « C'est tout à fait vrai ; il faut apprendre à bien vivre ensemble... Maintenant, je dois vous quitter. Mais demandez à la Doire : elle sait tellement de choses qu'elle saura vous expliquer comment l'eau des torrents est utilisée. Au revoir, mes amis ».

Claire et Julien : « Merci Buthier, et bon voyage vers le Pô ! ».



LE VOYAGE DE LA DOIRE VERS LA BASSE VALLÉE



Doire Baltée : « Cher Buthier, nous voilà repartis en ta compagnie ! Nous traversons maintenant des zones plus plates, où nous pourrons nous détendre, nous reposer et admirer la richesse de la végétation et des animaux. Et qui sait ? D'autres amis voudront peut-être se joindre à nous... Alors, en route ! »

Buthier : « Nous sommes près de Nus, et j'entends quelqu'un arriver... »

Torrent Saint-Barthélemy : « Ah, je t'ai trouvée, Doire ! Je vais enfin pouvoir me reposer un peu : il y a de l'espace ici et l'atmosphère est tranquille.

Puisque nous formons une belle compagnie, je me présente. Je suis le torrent Saint-Barthélemy. J'ai accompli un très long voyage : je viens du lac de Lusenedy à 2575 mètres d'altitude, près de la Becca de Lusenedy, une montagne magnifique.

Mon parcours n'a pas été tranquille, je dirai même tortueux. Au printemps quand les névés fondent en haut, je grossis et la fatigue se fait sentir. De plus, à certains endroits, d'autres torrents se jettent dans mes eaux et ainsi mon débit augmente. D'ailleurs, dans les environs, une centrale utilise mes eaux pour produire de l'énergie.

Mais maintenant, quel calme... poursuivons le voyage. »

Doire : « Bienvenue, Saint-Barthélemy ! Quel honneur de t'accueillir. Nous sommes heureux que tu te sentes bien avec nous. Tout au long du voyage, tu pourras nous décrire les paysages que tes eaux ont reflétés : quelle merveille que ces montagnes ! »

Torrent Saint-Barthélemy : « Nous venons à peine de quitter Nus et déjà quelqu'un nous appelle de l'autre côté, mais qui sera-t-il ? »

Torrent Clavalité : « Eh bien oui, j'arrive de la droite, ici à Fénis. J'arrive de la Vallée de la Clavalité et j'en porte le nom. Je ne suis peut-être pas aussi célèbre que mes autres amis torrents qui descendent des autres vallées, mais je vous assure que le vallon d'où je descends est un véritable joyau caché, encore en bonne partie sauvage. Je

suis heureux de pouvoir rester un moment en votre compagnie et de me diriger vers la plaine, après avoir longtemps vécu au cœur des montagnes. »

Torrent Marmore : « Vous êtes arrivés à Châtillon, et c'est ici que je vous attendais. Je suis Marmore, le torrent qui descend de la Valtournenche. Beaucoup de personnes me demandent pourquoi je porte ce nom. Les noms nous sont donnés, et il faut essayer d'en comprendre le sens : peut-être parce que, dans mon lit, il y a des rochers lisses et noirs qui rappellent le marbre noir, ou peut-être parce qu'à Châtillon je passe sous un célèbre pont romain autrefois revêtu de marbres, dont on peut encore voir encore des traces.

Je prends ma source au lac Goillet ; d'autres amis torrents qui naissent des glaciers se jettent dans mes eaux lorsque je descends vers la plaine. Grâce à l'abondance de mon débit, deux centrales produisent de l'énergie électrique : l'une à Anthey-Saint-André et l'autre à Châtillon. Savez-vous que près de Valtournenche il y a une entaille creusée dans la roche par la force de l'eau, datant de l'ère glaciaire et longue 104 mètres, connue sous le nom de *gouffre des Busserailles* ? Eh bien, je suis passé par là... Vous n'imaginez pas l'émotion !

Et savez-vous aussi qu'à la moitié de l'année 1800, ici à Châtillon et tout près d'ici, à Saint-Vincent, se sont développées des cures d'eau dans des structures hôtelières proposées comme centres d'hydrothérapie ? Les gens qui les fréquentaient, appelées "baigneurs", se plongeaient dans des bassins d'eau froide, considérée comme une véritable thérapie. C'est ainsi qu'est né la cure *Salus Per*

Aquam, devenue ensuite SPA, diffusée désormais dans presque tous les hôtels.

Bien sûr, la nature environnante constituait - et constitue encore - un cadre idéal pour le bien-être non seulement physique, mais aussi mental. Et si je peux donner mon avis, moi qui ai parcouru tant de kilomètres entre forêts et prairies, je pense que la véritable *Fons Salutis* est de rester en plein air, au milieu de la nature.

À Saint-Vincent, en 1779, une source thermale appelée *Fons Salutis* a été découverte pour les propriétés de ses eaux. Elle est aujourd'hui devenue un centre thermal renommé. Voyez-vous combien l'eau est importante et combien de ressources peut-elle offrir ? »

Doire : « Bienvenue à toi aussi, Marmore, après un long parcours si riche en surprises. Mais sais-tu que d'autres torrents, qui nous ont rejoints avant toi, ont eux aussi traversé des gorges impressionnantes ? Ce sont la Doire de La Thuile, la Doire de Rhêmes et le torrent Savara qui confluent à Introd. Il est vraiment intéressant de constater comment le voyage de nos eaux ressemble à celui de la vie : plein de surprises, de dangers et d'obstacles. C'est peut-être pour cette raison que les êtres humains sont fascinés par nous et aiment se promener le long de nos rives, quand cela est possible. Continuons maintenant vers la plaine. Qui allons-nous accueillir ensuite ? »

Torrent Chalamy : « Salut ! Regardez à droite : je me présente, je suis le torrent Chalamy, j'arrive du vallon de Champdepraz, je nais des flancs du Mont Glacier et je traverse le parc régional du Mont-Avic.

Au cours de mon voyage, je traverse de magnifiques zones naturelles riches en lacs. Mon parcours est jalonné de petites cascades, de roches lisses, de mares et d'eau profondes, qui invitent à l'amusante pratique du canyoning. En été, je suis donc toujours en compagnie et je suis bien heureux de faire amuser les gens. »

Doire : « Bienvenue Chalamy, quelle belle surprise ! Nous coulions tranquillement dans la plaine lorsque nous t'avons rencontré. Viens avec nous, un autre ami arrive de l'autre côté. »

Torrent Évançon : « Me voilà à Verrès, j'arrive de la gauche. Je suis l'Évançon, le torrent de la Vallée d'Ayas, Dans mon nom, on trouve le mot eau en patois, *eva*, car je suis une grande eau qui descend des montagnes. C'est pour cela qu'on y a ajouté le suffixe *-nçon*, pour dire que je viens d'*en som*, d'en haut. Autrefois, on m'appelait aussi eau blanche, parce que j'étais limpide et claire en hiver. En effet, je nais des glaciers du Mont-Rose et mes eaux changent de couleur selon les saisons et les heures de la journée : bleu clair le matin ou presque grises quand il fait chaud, car en descendant elles apportent des sédiments et du sable de glacier.

Mon voyage est long, car la vallée que je traverse est étendue. Le parcours est très varié. À un certain point, près de Challand-Saint-Victor, je passe entre des parois de roches très hautes et très étroites et je forme une cascade d'environ 50 mètres, considérée comme l'une parmi les plus belles de la Vallée d'Aoste pour son aspect imposant et le son particulier provoqué par le déplacement d'air dû à la chute de l'eau. »⁵

⁵ https://www.regione.vda.it/Territorio/territorio/geositi/buthier/alveo_i.asp

Doire : « Cher Évançon, maintenant repose-toi avec nous. Après la vallée tu découvriras avec nous la largeur de la plaine et la beauté de ces paysages ouverts. Le regard prend plus d'ampleur et les montagnes semblent plus lointaines. Mais notre voyage continue : d'autres amis nous attendent encore plus bas. »

Ayasse : « Me voilà ! J'arrive de la droite, ici, près de Hône. Je descends de la vallée de Champorcher et je m'appelle Ayasse.

Eh oui, certains pensent à la vallée d'Ayas, car nous avons en commun le mot *ayas*, qui autrefois en latin désignait un cours d'eau.

Vous n'imaginez pas le voyage que j'ai accompli : j'ai parcouru toute la vallée, du lac Misérin jusqu'ici ! Je suis considéré comme un torrent sauvage, mes eaux coulent impétueuses entre les rochers et les gouffres, et surtout sous sept ponts anciens, magnifiques par leur architecture. Un sentier appelé "sentier des ponts et des gorges" a été aménagé pour pouvoir me suivre et admirer dans mes eaux les énormes roches polies par le temps qui forment des merveilleuses plages. Ce sentier traverse des forêts où l'on rencontre d'abord des feuillus, puis des pins et des mélèzes.

En été, vous n'imaginez pas combien de personnes viennent chercher la fraîcheur sur mes rives ombragés.

Mes eaux abritent aussi des truites très appréciées ; c'est pourquoi, à 1450 mètres d'altitude, se trouve une réserve touristique de pêche, qui attire beaucoup de pêcheurs.



Vous devez savoir que l'atmosphère particulière de mon parcours a également inspiré l'imagination. Écoutez cette histoire :

« Il était une fois ... une fée. Elle vivait à Pontboset, un petit village dans la vallée escarpée de Champorcher, où certains habitants plus âgés affirment encore l'avoir rencontrée... pendant la messe du dimanche.

Eh oui, parce que c'était exactement au moment où le clocher faisait résonner ses notes, entre le *Sanctus* et la *Communion*, que la fée — peut-être un peu jalouse de l'attention que les Pontbosards réservaient à la fonction — descendait le long du torrent Ayasse pour aller se peigner ses très longs cheveux blonds, sur les rochers recouverts de mousse. Elle y restait juste le temps de la prière et, lorsque les cloches se taisaient, elle disparaissait à nouveau sans laisser la moindre trace.

Mais... il y a toujours eu quelques fidèles qui sortaient pendant la *Communion* (car, comme le disait ma grand-mère, "l'odeur de l'encens pique le nez"). C'est ainsi que la belle fée de Pontboset fut aperçue et devint la protagoniste de la fable la plus racontée dans la région du gouffre du Ratus. »⁶

Doire : « Bienvenue à toi aussi Ayasse. Quel monde fascinant tu nous apportes ! Tu nous tiendras une belle compagnie. Mais j'entends déjà quelqu'un autre arriver, cette fois à gauche, du côté de Pont-Saint-Martin. Allons à sa rencontre. De qui s'agit-il ? »

Torrent Lys : « Bonjour, je suis le Lys ! J'arrive de la Vallée de Gressoney, connue aussi sous le nom de Vallée du Lys

⁶ <https://lacasettadelmerlo.wordpress.com/2019/11/09/cera-una-volta-la-fata-di-pontboset>

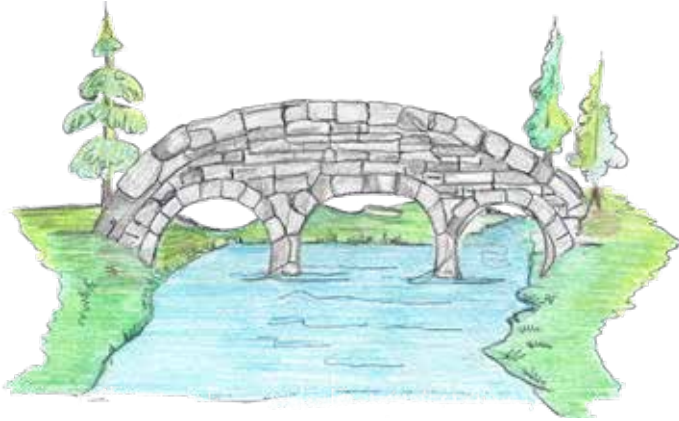
en mon honneur. Je nais du glacier du Lys, sur le Mont-Rose. Le lys est une fleur, symbole de pureté, comme pure est la haute montagne d'où je viens.

Quel voyage pour arriver jusqu'ici ! À un moment, je suis tombé dans un gouffre impressionnant, appelé le gouffre de Guillemore, près de Fontainemore. Un lieu incroyable ! Pensez qu'à son entrée se trouvent les fameuses "marmites des géants", de gros trous creusés dans la roche par l'érosion. Mes eaux sont aujourd'hui aussi utilisées pour produire de l'énergie hydroélectrique.

Mais maintenant, je ne suis plus seul : ensemble, nous poursuivons vers la plaine.

Ah, j'oubliais : je suis également passé sous un pont romain construit il y a de nombreux siècles, qui a donné son nom au village voisin et autour duquel est née une légende. »



LA LÉGENDE DE SAINT MARTIN ET LE DIABLE

Saint Martin devait se rendre à Rome et passa pour la Vallée d'Aoste. Mais, arrivé près du Lys, il lui fut impossible de poursuivre son chemin : l'unique petit pont avait été détruit par la montée des eaux à la suite des pluies récentes. Les habitants de la bourgade auraient voulu construire un autre pont de pierre, mais ils n'avaient pas l'argent nécessaire. Saint Martin les rassura et leur promit de les aider. Aussitôt dit, aussitôt fait, il appela le diable et lui fit cette proposition :

« Maître Satan, je voudrais construire un pont sur ce torrent, et je le voudrais beau, large et solide. Peux-tu le

faire pour moi ? Dis-moi, qu'est-ce que tu voudrais comme rémunération ? »

« Oh — répondit le diable, toujours modeste — je ne demande pas grand-chose... Je prendrai seulement le premier qui passera sur le pont. »

Dans la nuit, Satan, aidé d'une armée de démons, bâtit un pont merveilleux. Le lendemain matin, Saint Martin arriva avec tout le peuple pour l'admirer. Le diable se tenait à l'extrémité opposée, par terre, la gueule énorme ouverte, prêt à saisir sa proie. Mais Saint Martin avait averti les gens des conditions imposées par le démon et avait déjà pensé à la manière de les respecter, sans manquer aux engagements pris. Il prit un morceau de viande et la jeta de l'autre côté du pont. Un petit chien s'élança et il finit, le pauvre, dans la gueule du diable. Furieux d'avoir été trompé, celui-ci dévora le chien en un clin d'œil et s'élança sur le pont pour le détruire. Il avait déjà ouvert une brèche dans le parapet lorsque Saint Martin planta une croix au milieu du pont et le diable fut alors contraint de fuir. Depuis ce jour-là, le pont est resté en place, large et inébranlable, et une chapelle, construite à l'endroit de la brèche, le protège à jamais contre le Malin.

Si vous voulez vous assurer que le pont a vraiment été bâti par le diable, approchez-vous et observez-le. Les matériaux qui forment l'arche sont disposés de manière à ne jamais dessiner de croix : les pierres ne sont pas enchâssées, mais placées verticalement les unes sur les autres, et les vides sont comblés par des galets ronds. Les clés de voûte ne sont pas non plus, comme d'habi-

tude, deux pièces de fer croisés — ce que le diable détestait, car il hait les croix — mais des crochets qui ressemblent à des griffes. »⁷

Pas seulement ce pont, mais plus généralement tous les ponts construits au-dessus d'un abîme ou d'un cours d'eau impétueux ont, d'après la tradition populaire, été bâtis par le diable, personnage omniprésent dans les légendes et représenté encore aujourd'hui lors des fêtes de carnaval.

Je voulais vous dire que, dans ma vallée aussi, les histoires et les légendes liées à l'eau sont nombreuses. Depuis toujours, cet élément si essentiel pour l'agriculture et pour la vie de tous les êtres vivants a nourri l'imagination populaire, qui a inventé des personnes dotés de pouvoirs magiques, comme les fées. Celles-ci intervenaient pour aider les hommes à trouver des sources ou bien à creuser des ruisseaux. On raconte que les fées vivent dans les lacs et qu'elles peuvent conseiller les hommes pour se protéger des intempéries. Même les événements négatifs étaient parfois expliqués en les attribuant à l'intervention des fées malveillantes.

⁷ Mary Tibaldi Chiesa, *Leggende della Valle d'Aosta*, 1963, Milano, Signorelli

LA LÉGENDE DU LAC BLEU



Le monde des eaux est riche et varié, parfois imprévisible, à l'image de l'eau elle-même, si changeante, insaisissable et mystérieuse, parce qu'elle jaillit parfois de la terre et parfois disparaît à nouveau; voilà pourquoi les légendes liées à l'eau mettent souvent en

scène des fées, créatures par nature mystérieuses, capables d'apparaître, disparaître et faire des magies.

Les fées et les eaux sont strictement liées dans l'imaginaire populaire. Au fond des lacs alpins se cache souvent une créature magique et parfois, dans la solitude, certains disent de l'avoir entendue chanter.

« *Eht'na femella qué chanta !* » s'exclament les montagnards dans leur patois.

« *Oi, oi, lé ia sentila, è la faya dou léi.* »

(« Il y a une femme qui chante ! » — « Oui, oui, je l'ai entendue, c'est la fée du lac. »)

C'est une bonne fée qui protège les habitants du lieu des dangers. Lorsqu'un orage approche, qu'une avalanche se forme ou qu'une montée des eaux s'annonce, elle les avertit à temps en poussant des cris de douleur. Parfois, la fée sort des eaux pour faire sécher ses longs cheveux

d'or. Mais lorsqu'elle aperçoit de loin quelques bergers, elle cache son visage dans sa chevelure et s'enfuit, ou bien elle se transforme en un serpent aux écailles luisantes. »⁸ Dans la vallée traversée par le Marmore, on raconte de nombreuses histoires intéressantes. Voici celle du Lac Bleu, situé non loin de Cervinia.

Il y a très longtemps, à l'endroit où se trouve aujourd'hui le lac, vivait une famille de bergers dans une jolie petite maison. Ils n'étaient ni bons ni charitables, et la femme surtout avait le cœur dur et cruel.

Un jour, un mystérieux pèlerin se présenta à la porte de la maison. Il avait le visage pâle et fatigué, les vêtements déchirés, en lambeaux, et s'appuyait épuisé sur un gros bâton noueux. La femme, qui lui ouvrit la porte, le regarda de la tête aux pieds avec une méfiance évidente.

« Que veux-tu ? » lui demanda-t-elle d'une voix dure.

« Pour l'amour de Dieu » murmura le pèlerin, « donne-moi un peu de polenta et un peu de petit-lait... »

Ce que le pauvre homme demandait n'était vraiment pas grand-chose, mais la bergère, avare et sans pitié, lui répondit grossièrement :

« Va-t-en, je n'ai rien pour toi, » et lui tourna le dos.

Le plus jeune de ses enfants avait assisté à la scène et ressentit un profond serrement de cœur, mêlé de douleur et de pitié. Il entra dans la maison, prit le bol de lait destiné à son petit déjeuner et voulu l'offrir au pèlerin. Mais ses parents s'y opposèrent et en se moquant de lui, donnèrent au pauvre homme un bol rempli d'eau sale. Le pèlerin s'en alla désolé, en murmurant d'obscurcs paroles.

⁸ Mary Tibaldi Chiesa, *Leggende della Valle d'Aosta*, 1963, Milano, Signorelli

Le garçon qui avait tenté de l'aider fut sévèrement grondé et, pour le punir, on l'envoya chercher du bois dans la forêt où, à cette époque, vivaient les loups. Ces bêtes féroces ne lui firent pourtant aucun mal, même lorsque l'ombre du soir commença à tomber et qu'il reprit le chemin du retour, un fagot de branches sèches sous le bras. Mais quelle ne fut pas sa stupeur en arrivant ! La maison avait disparu et à sa place, s'étendait un petit lac bleu. Tous les habitants avaient disparu, engloutis avec leur habitation. Le jeune garçon pleura la perte de sa famille, mais il comprit que ce châtiment était lié à la grave faute commise. Les descendants du petit berger vécurent nombreux dans la vallée et, se souvenant de ce terrible événement, ils furent toujours aimables et accueillants.⁹



Le sage dit

*Même une seule goutte d'eau
a le pouvoir d'aimer
Lorsqu'elle tombe sur un
brin d'herbe jauni
et le rafraîchit*

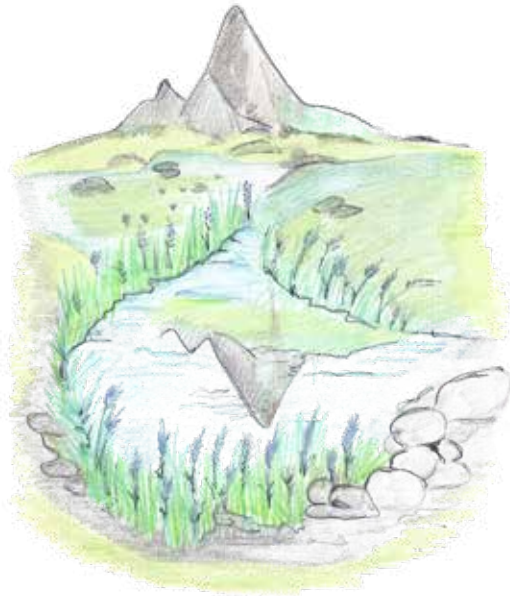
Romano Battaglia

⁹ Mary Tibaldi Chiesa, *Leggende della Valle d'Aosta*, 1963, Milano, Signorelli

LE MIROIR DU CIEL ET DES MONTAGNES

On ne peut pas ignorer, parmi tous les cours d'eau de la Vallée d'Aoste, la présence des lacs alpins. Ils se trouvent dans des zones cachées et silencieuses ; discrets et réservés, ils sont habitués au calme et à la solitude qu'ils partagent avec les sommets les plus élevés.

Doire souhaite en parler brièvement avec Claire et Julien, qui associent le mot "lac" à l'image des lacs italiens : vastes et profonds, sillonnés par des bateaux et des barques à rames, très fréquentés par les touristes et les amateurs de sports nautiques.



Doire : « Bonjours, mes amis. Que diriez-vous si aujourd'hui nous parlions des lacs ? »

Claire : « Je suis allé au lac avec mes camarades de classe, c'était une sortie scolaire au Lac Majeur : il était grand et long, avec de belles îles ».

Julien : « Je crois que Doire pense à un autre type de lac, n'est-ce pas ? »

Doire : « Exactement. Je voudrais vous parler des petits lacs alpins, ceux qui se forment en altitude et qui se sont créés après l'érosion des glaciers. Ceux-ci ont creusé des "trous" ensuite remplis par les eaux provenant des névés ou de la fonte des glaciers. Il s'agit le plus souvent de petits lacs — à l'exception de quelques-uns un peu plus grands — mais tous très beaux, aux couleurs changeantes. Parfois ils sont verts comme la végétation qui les entoure, d'autres fois d'un bleu clair, comme le ciel qui se reflète dans leurs eaux pures et cristallines ».

Claire : « Mais l'eau qui les remplit descend bien des glaciers ? Et si elle s'évapore ? »

Doire : « En été, ces lacs contiennent suffisamment d'eau et la part qui s'évapore est très faible. Ils sont alimentés par les pluies, mais aussi par l'eau issue de la fonte des glaciers. En hiver, ils gèlent, surtout ceux situés au-dessus de deux mille mètres d'altitude. ».

Julien : « Est-ce que nous les connaissons tous ? »

Doire : « On en compte plus de cent, et chacun offre des paysages uniques et préservés. Les lacs de la Vallée d'Aoste sont de véritables oasis de détente, dominées par des panoramas naturels émouvants.

Ces petits bijoux nichés entre les montagnes permettent de vivre des moments de tranquillité en pleine nature, entourés de couleurs magnifiques, en toute sécurité, loin du chaos et de la frénésie des métropoles.

Certains, peu nombreux, sont si petits qu'ils ne durent que peu de temps et qu'il est impossible de les recenser ou de leur donner un nom. D'autres, en revanche, plus connus et souvent photographiés, portent un nom précis et constituent de véritables trésors de nos montagnes ».

Julien : « Quels sont les plus connus ? »

Doire : « Sûrement le Lac d'Arpy, un extraordinaire miroir d'eau tourné vers le Mont Blanc ; puis le Lac Bleu, près de Cervinia. Ses eaux sont peu profondes et son vrai nom est en réalité Lac Layet. Mais tout le monde l'appelle Lac Bleu à cause des algues qui vivent sur son fond et colorent ses eaux.

À quelques kilomètres de Champorcher se trouve le Lac Misérin, un très beau lac de montagne aux eaux limpides, entouré de prairies verdoyantes. À ses abords s'élève le suggestif sanctuaire dédié à la Vierge des neiges, destination chaque année de nombreuses visites et de pèlerinages.

Le lac du Miage, près de Courmayeur, est lui aussi très intéressant et particulier, car il s'est formé entre le front du glacier du Miage — c'est-à-dire la partie la plus basse de la langue glaciaire — et la moraine, une accumulation de sédiments. C'est en raison de la présence du glacier que les eaux du lac présentent une couleur grisâtre très caractéristique.

Claire : « Mais moi, j'ai vu un grand lac à Bionaz ».

Doire : « Celui-là est un lac artificiel, formé par les eaux du torrent Buthier, qui traverse toute la Valpelline. C'est l'un des plus grands lacs de la Vallée d'Aoste, avec le lac de Beauregard en Valgrisenche, et il mesure environ quatre kilomètres de long.

Le lac du Gabiet est lui aussi un lac artificiel, créé par un barrage construit entre 1919 et 1922 ; il alimente la centrale hydroélectrique de Gressoney-La-Trinité ».

Julien : « Donc, il existe des lacs naturels, des lacs alpins et des bassins artificiels, créés par l'homme pour exploiter l'eau et produire de l'énergie électrique, une énergie non polluante ».

Claire : « Julien, tu sais, j'aime beaucoup le mot *bassins*, cela me fait penser aux baisers. Rentrons chez nous, j'ai envie d'embrasser papa et maman, et tu leur expliqueras tout ce que Doire nous a appris ».

Doire : « Au revoir, mes amis, et bonne rentrée chez vous ».



9 LES RUS

« La Vallée d'Aoste est filles de ses eaux.

Notre sol, fils des glaciers, est sablonneux: il donne beaucoup, mais il a besoin de beaucoup d'engrais et de beaucoup d'eau. Notre Vallée s'est peuplée à mesure que nos ancêtres ont construit des rus d'irrigation. Elle s'est dépeuplée à mesure que ces rus d'irrigation ont été démolis par le temps, faute de réparations et je dirais dans les mêmes proportions. Le premier problème valdôtain en relation à notre agriculture est, donc, celui des rus. »

Émile Chanoux

De la source où tout commence, jusqu'à l'eau qui coule dans ton évier ou que tu utilises pour arroser le jardin, le parcours de l'eau est extraordinaire. Tout au long de ce chemin, elle prend des noms et des fonctions différentes. Doire ressent la nécessité d'aider Claire et Julien à élargir leurs connaissances sur tous ces aspects. Voyons...

Julien : « Claire, as-tu pris le calepin et le stylo pour prendre des notes ? Doire nous a recommandé de ne pas arriver au rendez-vous sans papier ni plume ».

Claire : « J'ai tout pris, Julien, nous pourrons aussi enregistrer ».

Doire : « Bonjour, mes amis. Je vois que vous êtes bien équipés ; commençons par une question.

Quand, dans les maisons, il n'y avait pas encore d'eau potable, où allaient les gens pour prendre l'eau à boire ou pour faire la lessive ? »

Claire : « Ma grand-mère m'a raconté qu'elle allait faire la lessive au lavoir ».

Doire : « C'est vrai. Mais du moment qu'il était important d'arroser les prés, surtout en période de sécheresse, les habitants ont pensé utiliser l'eau des torrents pour créer un réseau de petits canaux appelés *rus* (du latin *rivus*) dont on peut encore voir des traces aujourd'hui. Pour faire couler l'eau de ces petits canaux dans la direction souhaitée, vers les prés, ils utilisaient des dispositifs de barrage appelés de différentes manières selon le patois local : *sapa dirive*, *sappa di ruc*, mais aussi *éterpa* (du latin *extirpare*).



Les paysans levaient ou abaissaient ces volets en bois ou en métal afin de diriger l'écoulement de l'eau vers le pré à irriguer, en modifiant la direction du flux quelques heures plus tard. Ce système de barrage pouvait être encore plus important : il prenait alors un autre nom, *seurventa* (du français *servante*) ou bien *écllouza* (du latin *exclusa*). Le paysan chargé de déplacer ce dispositif pour assurer l'arrosage de tous les prés était appelé *revé* ou *ruvé* (gardien du *ru*) ».

Claire : « Mais veux-tu dire que c'était toujours la même personne qui accomplissait cette tâche ? »

Doire : « Non, on fixait des tours précis et l'on faisait bien attention à garder les rus toujours propres, sans encombrements de ronces ou de branches qui auraient pu bloquer l'écoulement de l'eau. »

Julien : « Génial ! »

Doire : « Eh bien oui, ce sont les corvées ».

Claire : « Nous avons participé à une corvée avec les parents de nos voisins. Nous nous sommes bien amusés. Nous avons des sacs noirs et de gros gants pour ne pas nous blesser les mains. Tu n'imagines pas combien de déchets nous avons ramassés, non seulement dans les ruisseaux, mais aussi dans les prés ».

Doire : « L'eau doit pouvoir circuler librement et, lorsqu'elle est utilisée avec intelligence, elle peut accomplir de véritables merveilles. Elle peut faire tourner les roues des moulins, des scieries et des pressoirs ».

Claire et Julien : « Merci, Doire ! Tu nous a donné tellement d'informations aujourd'hui. Maintenant, rentrons chez nous pour le goûter et pour mettre nos notes en ordre. À bientôt ! ».

LA PLUIE QUI VA EN HAUT

Le problème de l'irrigation des prés et des champs cultivés a été depuis toujours au cœur de l'activité agricole en Vallée d'Aoste, en particulier dans les zones les plus exposées au soleil et au vent.



À côté des *rus*, ingénieusement organisés autrefois, des systèmes d'irrigation plus pratiques ont peu à peu été installés sur le territoire. À présent, Doire souhaite expliquer à Claire et Julien cette utilisation intelligente de l'eau.

Doire : « Bonjour mes enfants, aujourd'hui je veux vous emmener dans les prés pour voir un système d'irrigation... »

Claire : « Quelle idée géniale ! J'apporte un ballon ? Comme ça, on pourra jouer ».

Doire : « En réalité j'avais une autre idée. Je voulais vous montrer le système d'irrigation actuellement en service, qui aide les paysans et les éleveurs à éviter que l'herbe des prés ne se dessèche ».

Julien : « J'ai peut-être compris : tu parles des prises d'eau ? »

Doire : « C'est ça. Le système des *rus*, dont je vous ai parlé, fonctionnait bien, mais il ne permettait pas une irrigation uniforme : une grande quantité d'eau se perdait et il fallait toujours quelqu'un pour déplacer les volets qui réglaient le débit de l'eau ».

Claire : « Ah ! J'ai compris : les "eaupluies" ! Je les appelle comme ça parce que, quand on passe dans la rue en été, il nous arrive parfois de nous mouiller sous le jet d'eau. On dirait vraiment une averse, sauf qu'elle ne tombe pas des nuages, mais qu'elle vient d'en bas ! »

Julien : « On appelle ça des pulvérisateurs ».

Doire : « L'irrigation par aspersion utilise une série de diffuseurs qui projettent l'eau sur la surface du terrain, en imitant la pluie. Ce système est constitué d'une source

d'eau, d'une pompe, de conduites et d'irrigateurs. Il peut être utilisé sur tout type de terrain, sans conditions particulières. Il existe des installations fixes et mobiles, mais les premières permettent une économie considérable de main-d'œuvre grâce à leur automatisation ».

Julien : « J'ai vu que, dans les prés, il y a souvent un bâton ou un piquet avec, au-dessus, une sorte de pistolet qui lance l'eau avec un jet très long et puissant ».

Doire : « Les diffuseurs peuvent être posés à la surface du sol ou enterrés, selon les besoins des cultures et la nature du terrain ».

Claire : « Et qui décide quand l'eau doit être diffusée ? »

Julien : « J'imagine qu'un système de minuterie s'en charge ».

Doire : « Exactement, on programme le moment de l'irrigation et sa durée, c'est-à-dire le temps pendant lequel l'eau doit arroser le pré ».

Claire : « Tu sais, Doire, le temps passe très vite : c'est le moment pour nous de rentrer ».

Doire : « Au revoir, mes enfants, à demain ».



Vers de Emily Dickinson

*On apprend l'Eau par la soif.
La Terre – par les Océans traversés.
La Jubilation – par les affres –
La Paix, par le récit des batailles –
L'Amour, par l'humus de la tombe –
Les Oiseaux, par la neige.*

Les statues de Doire et Buthier sont deux fontaines d'eau potable à disposition de tous ceux qui traversent la place Chanoux. Mais, dans les villages, les fontaines ont longtemps joué un rôle essentiel : elles ont permis aux habitants et aux animaux de se réapprovisionner en eau, de se désaltérer et de pourvoir aux besoins domestiques. Les fontaines ont donc elles aussi une histoire. Claire et Julien ont envie d'en parler avec Doire et Buthier.

Claire : « Vous deux, Doire et Buthier, vous êtes vraiment sympathiques, sculptés et transformés en fontaine ! ».

Doire : « Cela prouve que, depuis toujours, l'eau a été considérée comme un élément indispensable et précieux pour la vie de l'homme, digne d'un monument. Aujourd'hui, bien sûr, si tu as besoin d'un verre d'eau, il suffit d'ouvrir un robinet, tandis que dans le passé l'eau n'était pas toujours à la portée de l'homme, ni disponible directement chez soi. Il fallait aller la chercher au torrent, à la source ou trouver un moyen de la conduire jusqu'au village ».

Julien : « Mon père me raconte que, quand il était enfant, il allait jouer sur la place de son village, près du lavoir utilisé par tous les habitants. Il s'y amusait avec ses petits bateaux en plastique, tandis que les hommes y amenaient les vaches à boire et les femmes y faisaient la lessive ».

Doire : « À un certain moment, on a interdit de laver le linge dans les fontaines afin de ne pas salir l'eau desti-

née à l'usage domestique et à l'abreuvement des animaux. Mais, comme les femmes avaient besoin d'un espace réservé à cet usage, dans de nombreux villages on ajouta une deuxième vasque. C'est pourquoi certaines fontaines possèdent deux bassins : l'un pour l'eau potable, l'autre pour la lessive ».

Julien : « Pour mon anniversaire, papa et maman m'ont offert un appareil photo. Savez-vous ce que je vais faire ? Je vais parcourir mon village pour photographier toutes les fontaines que je rencontrerai ».

Claire : « Je viens avec toi, Julien ».

Doire : « Très bonne idée, mes amis. Et n'oubliez pas de prendre une photo de nous aussi ! Merci ! »



12

LA VOIX DE L'EAU

On n'y pense presque jamais, mais l'eau a sa propre voix, qui change et prend des tonalités différentes selon qu'elle est celle d'un ruisseau, d'un torrent impétueux, d'un fleuve, de la mer ou simplement d'une goutte qui tombe, régulière et rythmée, du robinet de la maison. Que fera Doire pour faire apprécier à Claire et Julien cette voix ? Pour commencer, elle leur a donné rendez-vous près de sa fontaine, place Chanoux.

Doire : « Bonjour, mes amis ! Avez-vous tout ce que je vous ai demandé ? Parfait. Maintenant, mettez-le sur vos yeux... et pas de triche ! Je vous vois si vous ne les couvrez pas bien. Très bien. Le jeu peut commencer : ouvrez grand vos oreilles et écoutez attentivement les bruits autour de vous. ».

Julien : « C'est un jeu nouveau ? Alors... j'entends des personnes qui bavardent, les voix de quelques enfants et... »

Claire : « Moi, j'entends le moteur des autobus qui passent, et la voix de Julien ».

Julien : « Mais si je me concentre bien, j'entends aussi l'eau de ta fontaine, Doire ».

Doire : « Et quel genre de bruit entends-tu ? »

Julien : « Il est différent des autres. Pour l'entendre, je dois vraiment me concentrer et mettre de côté les bruits qui me dérangent. L'eau de ta fontaine coule de façon continue, toujours de la même manière, sauf quand quelqu'un l'interrompt pour boire ».

Doire : « Très bien. Maintenant, toujours les yeux fermés, imaginez être en montagne. Essayez de visualiser un paysage et dites-moi les premières choses qui vous viennent à l'esprit ».

Claire : « J'imagine la dernière excursion que nous avons faite en montagne. Je me souviens des parois rocheuses que j'avais devant les yeux... quand ils étaient ouverts. Puis je vois les prés où les vaches étaient au pâturage : ils sont d'un vert très clair... ».

Julien : « Moi, je vois les arbres au loin, formant une grande tache vert sombre ».



Doire : « Très bien, continuons le jeu. Jusqu'ici, vous avez évoqué ce que vous avez vu avec vos yeux. Maintenant, changeons de sens : passons à l'ouïe. Vous souvenez-vous d'autre chose ? »

Claire : « Moi oui. J'entends l'eau de la fontaine. Je l'entends avec mes oreilles, mais je la sens aussi sur mes mains : elle est froide ».

Julien : « Moi aussi j'entends l'eau. C'était comme une musique de fond, qui venait du torrent pas très loin ».

Doire : « Concentrez-vous encore sur l'eau, toujours les yeux fermés. Y a-t-il autre chose qui a marqué vos sens ? »

Julien : « Je me souviens que la forme de l'eau m'a beaucoup frappé. Parfois, elle restait coincée entre les roches, formait un petit lac et gargouillait en cherchant une issue pour repartir. Et quand je regardais le fond, je voyais des pierres, des algues, du sable et aussi des petits morceaux de bois ».

Claire : « Moi, des fois, quand je regarde l'eau au soleil, j'ai l'impression qu'elle cache des perles précieuses, parce que je vois des petits éclats lumineux briller à sa surface, comme des étoiles ».

Doire : « C'est l'un des aspects les plus fascinants de l'eau : lorsqu'elle capte la lumière du soleil, elle la fragmente et la multiplie ».

Claire : « Elle aime jouer avec la lumière ? »

Doire : « Oui, et tu peux observer cet effet surtout dans certains lacs de montagne ».

Julien : « L'eau joue aussi avec soi-même. Je me rappelle avoir vu l'écume qui se forme quand elle rebondit sur les roches et les pierres. Et dans ces moments-là, elle produit

des sons différents. Puis, en hiver, les cascades se transforment en glace et tout devient silence. Ces blocs de glace emprisonnent l'eau que nous avons vu couler libre et heureuse pendant l'été ».

Claire : « C'est comme une princesse victime d'un enchantement, endormie jusqu'au baiser que le soleil du printemps lui donnera ».

Doire : « Et puis, même quand vous ne la voyez pas encore, l'eau se fait entendre. Pendant vos promenades, par exemple : elle murmure comme un ruisseau. C'est la vie ».

Julien : « On l'entend aussi quand on est à la maison et qu'il pleut. Les gouttes frappent les vitres, tombent sur les voitures garées dans la rue... ».

Claire : « Parfois, la voix de l'eau me fait peur, quand elle descend avec force le long des torrents, chargées de feuilles et de troncs, comme lors d'une inondation ».

Julien : « Mais Doire, le bruit que j'aime le plus, parce que je le ressens comme celui d'un ami, c'est le bruit de la fontaine. Il est un peu monotone, mais il me transmet un message de fidélité, d'amitié, de présence. C'est une invitation à s'arrêter pour boire, à admirer ta statue et à comprendre que l'eau est toujours très utile ».

Doire : « Merci. Et c'est ainsi que le sens du goût entre aussi en jeu, car l'eau est incolore et sans saveur, mais elle est fraîche, bienveillante et surtout indispensable à la vie des hommes et des femmes de la Terre ».

Claire : « On la sent aussi avec la peau : elle est agréable quand elle coule sur notre peau sous la douche, ou quand nous nous lavons les mains ».

Julien : « Et un peu froide aussi, quand nous mettons les pieds dans l'eau des ruisseaux qui descendent de la montagne ».

Doire : « Très bien ! Vous pouvez maintenant vous enlever le bandeau des yeux. Vous avez réussi l'épreuve ».

Julien : « Nous pourrons refaire ce jeu aussi avec nos amis. Merci, Doire, au revoir ! ».



*Qui, parmi nous, entend encore
l'hymne du ruisseau
quand la tempête prend la parole ?*

Khalil Gibran

13

JOUONS AVEC BIMMY



Voilà ce que Bimmy nous propose pour nous amuser tout en réfléchissant :

1. Ferme les yeux et concentre-toi. Essaie de te souvenir du bruit de l'eau que tu as déjà entendu (chez toi, quand il pleut, près d'un ruisseau, d'un torrent, d'une cascade) et cherche à le décrire avec tes mots.



2. Cherche la fontaine de ton village ou de ton quartier.

Il y en a sûrement une... ou même plusieurs ! Certaines sont très anciennes : parfois, elles portent encore une incision ou une plaque indiquant l'année de leur construction. D'autres ont un joli bec sculpté. Veux-tu essayer d'organiser une promenade avec tes amis pour partir à la recherche de ces précieux distributeurs d'eau potable ?



3. Découvre les expressions contenant le mot “eau” et amuse-toi à faire des exemples.

Parfois nous utilisons des expressions avec le mot EAU, sans même nous en rendre compte. Voilà quelques exemples :

***Se noyer dans un verre d'eau**

Parfois, on ne voit pas la solution à un problème, même si elle est juste devant nos yeux, ou bien on se complique la vie pour des choses très simples. Dans ce cas, on dit que l'on se noie dans un verre d'eau.

***Expression italienne : Eau dans la bouche = en français : motus et bouche cousue !**

Nous utilisons cette expression pour demander à quelqu'un de ne pas révéler un secret. Avec de l'eau dans la bouche, impossible de parler !

*Expression italienne : **Être avec l'eau à la gorge** = en français : **avoir le couteau sous la gorge**.

Quand nous avons l'eau à la gorge nous sommes en grande difficulté, c'est comme avoir le couteau sous la gorge : personne ne voudrait vivre cette situation.

***Comme boire un verre d'eau**

Boire un verre d'eau est un geste très simple, que l'on apprend dès l'enfance. Cette expression indique donc quelque chose de très facile à faire.

À toi de jouer !

Essaie maintenant de trouver la signification de ces autres expressions.

***Comme deux gouttes d'eau**

***Jeter de l'eau sur le feu**

***Avoir l'eau à la bouche**

***À l'eau de rose**

***Comme un poisson hors de l'eau**

***Faire un trou dans l'eau**

Connais-tu d'autres expressions avec le mot "eau"?

14 LES CHÂTEAUX DE LA LOIRE

Dans la Vallée de la Loire, au centre de la France, plus de 300 châteaux furent bâtis à partir du X^{ème} siècle, lorsque les souverains français, suivis de la noblesse de cour, choisirent cette région comme lieu de résidence estivale. Au-



jourd'hui, ceux qui souhaitent les découvrir, peuvent suivre un itinéraire célèbre appelé « Les châteaux de la Loire ». En Vallée d'Aoste également, les châteaux sont nombreux : forteresses, tours de garde et maisons fortes jalonnent le territoire. Doire aimerait attirer l'attention de Claire et Julien sur ceux qu'elle rencontre le long de son parcours, dans la partie la plus centrale de la Vallée d'Aoste. Elle ne pourra leur offrir que quelques aperçus, mais cela suffira à leur donner envie de les visiter et d'en connaître d'autres, peut-être plus petits, mais tout aussi suggestifs.

Elle a appelé son itinéraire : « Les châteaux de la... Doire ». Une exagération ?

Doire : « Mes amis, avez-vous pensé au pique-nique ? Aujourd'hui, notre excursion durera toute la journée ».

Julien : « Oui, nous avons tout prévu ! Et nous sommes très curieux de voir les châteaux ; j'ai toujours rêvé de devenir chevalier ».

Claire : « Et moi une princesse ! ».

Doire : « Très bien. Alors, commençons par le château de Sarre, celui que vous apercevez facilement depuis la route. Il a été bâti en 1700 par un riche industriel, Giovanni Ferrod d'Arvier, sur les ruines d'une maison forte datant de 1242. Après avoir changé plusieurs fois de propriétaire, il fut acheté en 1869 par le roi d'Italie Victor-Emmanuel II, qui le fit restaurer pour en faire sa résidence de chasse en Vallée d'Aoste. Le château passa ensuite à Umberto Ier, qui le fit décorer de nombreux trophées de chasse, encore visibles aujourd'hui dans la Galerie des Trophées ».

Claire : « On peut le visiter ? »

Doire : « Bien sûr. Aujourd'hui nous n'avons pas le temps, mais vous pourrez y revenir avec vos parents et le visiter avec un guide qui vous en racontera tous les secrets ».

Julien : « Doire, regarde ! Voilà un château comme je les aime : des tours, des murs d'enceinte crénelés, des meurtrières pour lancer des flèches sur les ennemis... ».

Doire : « Celui-là, c'est le château de Fénis et, comme vous pouvez le voir, il ne se trouve pas sur un sommet, mais sur une colline sans défenses naturelles. C'était la résidence de la famille Challant, qui lui donna un imposant système défensif et d'élégantes décorations peintes, symboles de pouvoir et de prestige ».

Julien : « Où se trouve l'entrée ? »

Doire : « On y accède à travers une tour carrée, autrefois équipée d'une herse pour bloquer l'accès en cas de danger. À l'intérieur, on y trouve une belle salle d'armes, le réfectoire des soldats et des serviteurs, le cellier, ainsi qu'une cuisine dotée d'une immense cheminée. Dans la cour intérieure, un large escalier est surmonté par une fresque représentant Saint Georges terrassant le dragon ».

Julien : « J'aimerais tellement le visiter. À moi, mes braves, vainquons le dragon ! ».

Doire : « En poursuivant notre voyage, nous rencontrons maintenant le château de Verrès ».

Claire : « Tu veux dire ce gros cube que l'on voit là, perché sur ce rocher ? »

Doire : « Oui. En effet, il n'a pas la forme d'un château traditionnel comme celui de Fénis, mais il est tout aussi beau.



Construit sur un éperon rocheux qui domine le bourg en contrebas, il appartenait déjà en 1390 à Iblet de Challant ».

Julien : « Mais ces Challant possédaient tout, ou quoi ? »

Doire : « Ils faisaient partie des familles les plus puissantes de toute la Vallée d'Aoste et ils ont laissé leurs traces un peu partout. Dans ce château, on évoque l'histoire de leur lignée et celle de sa plus célèbre propriétaire, Catherine de Challant ».

Claire : « Enfin, une femme dont on parle ! ».

Julien : « Celle du carnaval ? »

Claire : « Mais quelle idée ! On ne se souvient pas d'elle seulement pour cela. Les Salasses et les Romains aussi sont célébrés pendant le Carnaval de Pont-Saint-Martin. Et puis,

son histoire d'amour avec Pierre d'Introd est tellement romantique ! Elle vaut vraiment la peine d'être connue. ».

Julien : « D'accord, d'accord... avec vous, les filles, on ne peut jamais plaisanter ».

Doire : « Peut-être demanderez-vous un jour au torrent Évançon de vous raconter l'histoire de Catherine de Challant et de Pierre d'Introd ; il était déjà là à cette époque ».

Claire : « Bonne idée, Doire. Tu as toujours la bonne réponse ».

Doire : « Et maintenant, dernière étape : le château d'Is-sogne, qui appartenait à la famille... ».

Claire : « ...des Challant ».

Doire : « Exactement. C'est une véritable demeure, et non une forteresse. L'entrée est élégante et, dès l'arrivée, on peut admirer les fresques qui racontent la vie quotidienne au Moyen Âge : les soldats de garde, le tailleur, les boulangers, les apothicaires. La visite se poursuit ensuite dans la salle d'armes, les chambres aux lits à baldaquin et jusqu'à la célèbre fontaine du grenadier ».

Claire : « Est-il vrai qu'il y a aussi le lit où a dormi le roi de France de passage dans la région ? »

Doire : « Oui, et je peux te dire qu'il est aussi... assez court ».

Julien : « Parfait, alors : il est fait pour nous ! »

Doire : « L'une des caractéristiques du château d'Is-sogne, au-delà des fresques et de la fontaine du grenadier, ce sont les nombreux graffitis laissés au fil des siècles par les visiteurs, les hôtes, les domestiques et les seigneurs du château. ».

Julien : « Tu veux dire qu'ils écrivaient sur les murs ? »

Doire : « Oui. Ces graffitis, gravés avec des pointes métalliques, sont présents dans tout le château, mais en particulier sous le portique de la cour. Les inscriptions sont principalement en français, en latin ou en italien, et l'on y découvre aussi des commentaires de voyageurs et des déclarations d'amour ».

Claire : « Moi aussi, je vois des graffitis en ville, sur les murs et dans les passages souterrains. Mais parfois on les efface ; je pense que c'est parce qu'ils ne datent pas du moyen-âge... ».

Doire : « Les amis, il est temps de rentrer chez vous ».

Julien : « Déjà ? Et le fort de Bard ? »

Doire : « Celui-là mérite un chapitre à part. Et n'oubliez pas qu'il existe encore bien d'autres châteaux, tout aussi beaux: ceux de Saint-Pierre, d'Aymavilles, d'Introd, d'Avise... Sans compter ceux perchés encore plus haut, comme les châteaux d'Ussel ou de Cly, et les nombreuses tours de guet réparties le long de toute la Vallée d'Aoste ».

Julien : « Un univers vraiment fascinant ».

Doire : « Oui, que vous pourrez étudier à l'école. Moi, je me suis contentée d'éveiller votre curiosité. À vous maintenant d'organiser une belle visite avec vos parents, ou accompagnés d'un guide expert en histoire et en beaux-arts ».

Julien : « Au revoir, Doire, merci ! ».

Claire : « Au revoir... et vive Catherine de Challant ! ».



Le sage dit

*Des anciens châteaux
je suis intéressé à la vie qu'ils ont vu passer
et qu'ils gardent encore.
Combien de rêves sont restés sur les tours.*

Fabrizio Caramagna

15 LE CHÂTEAU ENTRE LES EAUX

Après leur excursion à la découverte des quatre châteaux situés dans la partie centrale de la Vallée d'Aoste, Doire a réservé encore une surprise à Claire et Julien ; pour cette raison elle leur a donné rendez-vous à Villeneuve.



Si vous êtes curieux, venez avec nous.

Claire : « Nous voilà, Doire. Pour quelle raison nous as-tu fait venir ici ? »

Doire : « Parce qu’hier soir, lorsque je bavardais avec mes amis torrents, deux d’entre eux m’ont rappelé qu’il y a encore un château dont je dois absolument vous parler. Il se trouve dans un village qui a un nom très curieux ».

Julien : « Vraiment ? Et qui sont ces deux torrents ? »

Doire : « Ce sont la Doire de Rhêmes et le torrent Savara, et le village dont ils m’ont parlé s’appelle Introd ».

Julien : « Introd ? Et qu’a-t-il de spécial, ce village ? »

Doire : « À l’origine du nom Introd il y a le toponyme “entre-eaux” ».

Claire : « Parbleu ! ».

Doire : « C’est un village de moyenne montagne, situé à 880 mètres d’altitude, à l’entrée du Parc national du Grand-Paradis ».

Julien : « C’est magnifique ! Mais dis-nous, il y a beaucoup de personnes qui y habitent ? ».

Doire : « En réalité, Introd est surtout très fréquentée en été. Les personnes qui souhaitent passer des vacances à la montagne pour parcourir des sentiers, faire du trekking ou des excursions en VTT choisissent souvent ce village ».

Claire : « Et en hiver ? »

Doire : « En hiver, Introd propose de magnifiques itinéraires pour des promenades en raquettes à neige ».

Julien : « Mais est-il vrai qu’aussi deux papes ont passé leurs vacances à Introd ? »

Doire : « Oui, deux papes y ont séjourné, en alternant excursions en montagne et moments de prière, de lecture et de réflexion, inspirés par la tranquillité et la beauté des lieux ».

Claire : « Comment s'appelaient-ils ? »

Doire : « À dix reprises, de 1989 à 2004, le hameau des Combes, a accueilli le pape Jean-Paul II. Benoît XVI, quant à lui, y a passé ses vacances en 2005, 2006 et 2009 ».



Julien : « Et le château ? »

Doire : « Comme je vous ai dit, le château d'Introd se dresse sur un promontoire protégé par les gorges escarpées du torrent Savara et de la Doire de Rhêmes. Il remonte probablement au XII^e siècle. Vers 1260, Pierre Sarriod d'Introd transforma le château primitif, constitué d'un donjon carré entouré d'une enceinte de murailles, en une structure plus complexe. Au fil du temps, il prit une forme polygonale, presque arrondie, qui le distingue encore aujourd'hui des autres châteaux valdôtains. ».

Julien : « Nous irons le visiter un jour, c'est sûr ! ».

Doire : « Ah ! Il y a encore une chose que la Doire de Rhêmes et le torrent Savara m'ont demandé de vous dire : si vous montez à Introd, allez visiter le Parc animalier. Vous pourrez y observer des bouquetins, des renards, des chevreuils et d'autres animaux dans leur habitat naturel ».

Julien : « Excellente idée, Doire ! ».

Doire : « Au revoir, mes amis. Et si vous y allez, n'oubliez pas de prendre de belles photos ! ».

Le nom d'Entrèves nous rappelle lui aussi le lien étroit entre ce village et l'eau.

Ce toponyme, très répandu en Vallée d'Aoste — sous cette forme mais aussi sous d'autres, comme par exemple à Introd — désigne un lieu situé à la rencontre de deux cours d'eau. Il dérive du latin *inter aquas*, qui signifie “entre les eaux”, tandis qu'en patois valdôtain le mot *éve* signifie “eau”.

Dans le cas d'Entrèves, les eaux sont celles de la Doire de Vény et de la Doire de Ferret.

LES PETITS POUR LES EAUX

Mes chers Claire et Julien, et chers lecteurs, nous sommes arrivés aux dernières pages de ce voyage en compagnie de Doire et de nos amis les torrents. Il est maintenant temps de conclure avec quelques réflexions, qui pourront nous guider vers de bons comportements à adopter. Et pour nous y aider, voilà notre ami **Bimmy** qui entre en scène.



MAIS AU FAIT... QUI EST BIMMY ?



On va lui poser directement la question :

« Chers amis, mon nom révèle déjà mon origine.

Dans le mot *Bimmy*, en effet, on retrouve l'acronyme *BIM*, *Bacino Imbrifero Montano*, en français *Bassin Hydrographique Montagnard*. Mais que veut dire cette expression ? Un bassin est une zone qui recueille les eaux de pluie et les conduit vers un fleuve. Le mot imbrifero, quant à lui, vient du latin *imber*, qui signifie "pluie". En français, le terme *hydrographique* désigne tout ce qui concerne l'ensemble des cours d'eau et des lacs d'une région, ou d'un bassin fluvial.

BIM est donc un nom étroitement lié à l'eau et aux montagnes !

De plus, le BIM est aussi une organisation particulière qui réunit toutes les communes de la Vallée d'Aoste et utilise l'argent provenant de l'énergie produite avec l'eau — par exemple dans les centrales hydroélectriques, qui transforment la force de l'eau en électricité — pour réaliser des projets utiles à toute la communauté.

Le BIM est également chargé de promouvoir toutes les initiatives liées aux ressources hydriques de notre région, afin de les protéger et de les valoriser. Aujourd'hui, son rôle encore plus important : il est désormais un EGA, un Ente di Governo d'Ambito, c'est-à-dire l'organisme qui décide comment l'eau doit être gérée dans toute la Vallée d'Aoste. L'EGA choisit où construire les conduites, les fontaines et les châteaux d'eau. Il veille aussi à ce que l'eau soit propre et qu'elle arrive partout : chez toi, chez Claire et Julien et chez tous les autres enfants !

Moi, je suis la mascotte de cet organisme. Je représente l'eau et j'ai moi aussi ma petite mission : expliquer surtout aux nouvelles générations combien l'eau est importante et combien il est nécessaire de l'utiliser avec intelligence et respect. Si nous avons compris à quel point l'eau est précieuse — en particulier l'eau douce, celle que nous utilisons pour boire et pour les autres nécessités domestiques — nous devons faire de notre mieux pour ne pas en gaspiller une seule goutte.

Ce bien, que beaucoup de personnes appellent "l'or bleu", n'est pas une ressource infinie.

Pourtant, avant de refermer les pages de ce livre, auquel nous avons voulu donner le titre “Les eaux des petits”, en le dédiant aux nouvelles générations, nous avons pensé que, dans leur cœur, *les petits* aussi peuvent faire naître des pensées bienveillantes et des gestes attentifs pour l’eau. Ce serait vraiment un très beau résultat, et ce livre aurait alors atteint son objectif final : nous aider à respecter l’environnement, à protéger notre planète et à adopter une consommation plus sobre des ressources naturelles — et, en particulier, l’eau.

Dès le matin, au moment où nous nous levons, chacun de nous peut accomplir de petits gestes quotidiens pour éviter de gaspiller l’eau douce.

Les voilà résumées :

» **Ferme le robinet quand il ne sert pas !**

Quand tu laisses couler l’eau du robinet pendant que tu te brosses les dents ou que tu te laves les mains, c’est comme si un petit fleuve s’échappait sans s’arrêter. En quelques minutes, l’eau gaspillée pourrait remplir une baignoire ! Ferme le robinet et deviens le gardien de ton petit fleuve.



» **Cherche s'il existe une Maison de l'eau dans ta commune**

Les Maisons de l'eau sont des points de distribution d'eau publique où l'on peut s'approvisionner chaque jour, selon les horaires et les règles fixées par la commune. Pour protéger l'environnement, utilise de préférence des bouteilles en verre, bien lavées avant chaque utilisation.

» **Ne perds même pas un verre d'eau !**

Plin, ploc... plin, ploc... un robinet qui goutte peut sembler inoffensif, mais il gaspille énormément d'eau et finit par agacer ! Imagine une montagne de petites bouteilles d'eau plus haute que ton école : c'est toute l'eau qui peut être perdue en une seule année à cause d'une fuite. Il est simple de vérifier si un robinet ou un réservoir de toilette fuit. Un bon entretien de la plomberie permet d'économiser de l'eau et de l'argent.



» **Adopte les bonnes habitudes !**

La machine à laver et le lave-vaisselle sont comme des avions : ils décollent seulement quand tous les passagers sont à bord ! Les faire fonctionner à moitié vides, c'est gaspiller de l'eau et de l'énergie. Attends qu'ils soient bien remplis de vêtements ou d'assiettes... et hop, vous êtes prêts pour le décollage !

» **Réduis ta consommation de viande et achète moins de vêtements**

Manger beaucoup de viande rouge et acheter des vêtements inutiles consomme une véritable mer d'eau cachée ! Pour produire un seul steak de bœuf, par exemple, il faut des centaines de bouteilles d'eau — bien plus que l'eau nécessaire pour cultiver des légumes. Et pour fabriquer une seule paire de jean, on utilise des litres et des litres d'eau, comme pour remplir une grande piscine gonflable ! Si tu manges davantage de fruits et de légumes et si tu prends soin de tes vêtements sans vouloir en acheter toujours de nouveaux, tu deviens un véritable ami de l'eau... et tu aides aussi la planète !

» **Ose de nouvelles expériences !**

Laver la voiture, c'est un peu comme lui offrir une douche géante : à chaque fois, tu consommes plus de 100 litres d'eau, comme si l'on vidait d'un seul coup toute une pile de seaux ! Pour éviter le gaspillage, utilise plutôt un seul seau : d'abord tu le remplis, ensuite tu savonnes et enfin tu rinces... sans laisser le robinet couler.

» Suis le rythme de la nature !

Les plantes ont soif comme nous, mais elles boivent mieux quand le soleil se couche. Si tu les arroses le soir, l'eau n'évapore pas dans l'air : elle reste dans la terre et arrive directement jusqu'aux racines. Et sais-tu ce qu'elles aiment encore plus ? L'eau de pluie ! C'est comme une boisson spéciale préparée par le ciel rien que pour elles.

» Va à contre-courant !

Quand tu laves les légumes ou fais la vaisselle, ne laisse pas l'eau couler comme un fleuve sans fin. Prends une bassine : remplis-la d'eau et offre aux légumes un bain agréable ! Les assiettes aussi peuvent plonger dans une piscine : un peu d'eau chaude, un peu de savon, une éponge... et elles brillent à nouveau. Ouvre le robinet seulement à la fin, pour un rinçage rapide. Tu verras quelle économie !

» Choisis la douche !

Prendre un bain dans une baignoire est très agréable et reposant, mais c'est comme remplir une grande piscine : il faut plus de 150 litres d'eau ! Avec une douche, 50 litres suffisent : tu te rafraîchis, tu te détends et tu ne gaspilles pas. Et n'oublie pas : ferme le robinet pendant que tu te savonnes. Le bain, garde-le pour la mer ; à la maison, choisis la douche ! Économiser l'eau est une bonne habitude... et aussi une belle nouvelle à transmettre autour de toi.



Parles-en à tes amis, à ta famille, à tes camarades de classe : montre-leur combien il est facile d'économiser l'eau. Apprends-leur les nombreux petits gestes qui permettent de réduire le gaspillage et les mauvais usages, et contribue à transmettre aux générations futures une culture respectueuse de l'eau.

Tu feras alors partie des "petits pour les eaux", des jeunes citoyens conscients de l'importance de préserver l'eau pour les générations futures, afin que, le long des pentes de nos belles montagnes, continuent de couler... **les eaux des petits!**
Vive l'eau !

Bimmy

La fontaine

- Bonjour, dit le petit prince.

- Bonjour, dit le marchand.

*C'était un marchand de pilules
perfectionnées qui apaisent la soif
On en avale une par semaine et l'on
n'éprouve plus le besoin de boire.*

- Pourquoi vends-tu ça ? dit le petit prince.

*- C'est une grosse économie de temps, dit le
marchand. Les experts ont fait des calculs. On
épargne cinquante-trois minutes par semaine.*

- Et que fait-on de ces cinquante-trois minutes ?

- On en fait ce que l'on veut...

*"Moi, se dit le petit prince, si j'avais cinquante-
trois minutes à dépenser, je marcherais
tout doucement vers une fontaine..."*

Antoine de Saint-Exupéry, *Le petit prince*, XXIII chapitre

UN DERNIER MOT...

On ne finirait jamais de parler de l'eau, tant son importance est immense et touche à d'innombrables aspects, dont beaucoup sont liés à notre santé. C'est pourquoi, avant de conclure notre voyage au fil des eaux, nous avons demandé à deux médecins, qui connaissent très bien l'importance et les bienfaits de l'eau, de nous offrir leur point de vue sur le sujet.

L'EAU, SOURCE DE VIE ET DE SANTÉ POUR LES ENFANTS ET LES ADULTES

Comme pour prolonger idéalement le "Tor des petits", Anna Galliano et Marina Garbolino Riva nous proposent aujourd'hui "Les eaux des petits", un parcours à la découverte des principaux cours d'eau de la Vallée d'Aoste, pensé pour les enfants, mais utile aussi aux adultes.

L'eau est le premier élément avec lequel nous entrons en contact, dès la vie dans le ventre maternel, et elle nous accompagne tout au long de notre existence. Elle se trouve à la base de la pyramide alimentaire, constitue le principal composant de notre organisme et représente un déterminant fondamental pour la santé. Pourtant nous n'en avons pas suffisamment conscience et nous ne prêtons pas assez d'attention à sa présence et à son parcours.

Il est donc très important que les enfants, guidés encore une fois par leurs amis Claire et Julien, puissent partir à la

découverte de l'eau en Vallée d'Aoste : de la Doire Baltée au torrent Buthier, en passant par les nombreux affluents, mais aussi les ponts, les *rus* de montagne et de la ville d'Aoste, les fontaines, les sources, les thermes, les lacs, les zones humides et même les eaux bénites de notre région.

Comme pour la montagne, la connaissance de l'eau et de son chemin favorise une reconnexion avec les éléments naturels, un lien qui s'est peu à peu affaibli avec le temps. Cette séparation a engendré un certain malaise, en particulier chez les enfants et les jeunes.

S'arrêter pour regarder l'eau qui coule, observer ses changements au fil des saisons, écouter le bruit des torrents et des cascades, reconnaître son harmonie avec les plantes, les animaux et le paysage environnant, permet aussi aux enfants de s'éloigner des engagements toujours plus nombreux et de l'omniprésence des technologies et des réseaux sociaux, pour se plonger dans les rythmes plus calmes et apaisants de la nature.

Ce livre fait également renaître la mémoire du passé et le souvenir d'une sagesse ancienne, qui enseignait à ne pas gaspiller la moindre goutte d'eau. Déjà, il y a des siècles, les habitants avaient construit les *rus* afin de canaliser l'eau des glaciers vers les zones plus sèches et ensoleillées. Leur entretien était assuré par des corvées collectives régulières, indispensables à leur bon fonctionnement.

Du passé surgissent aussi les anciennes légendes d'origine celtique, d'après lesquelles les eaux des sources, des étangs et des lacs représentaient des lieux sacrés, demeures de divinités devenues, avec le temps, fées,

lutins et gnomes. Ces créatures protégeaient les territoires, mais pouvaient aussi, si elles étaient contrariées, faire dessécher les sources d'eau. Par la suite, des sanctuaires dédiés à la Vierge furent construits près de nombreuses sources. Encore aujourd'hui, on y va en procession, surtout le 5 août, lors de la fête de Notre-Dame-des-Neiges, qui rassemble les populations des différentes vallées.

L'eau représente un patrimoine immense, dont nous prenons pleinement conscience aujourd'hui à cause des changements climatiques, de sa carence dans de nombreuses régions et du recul de nos glaciers. Le message principal adressé aux enfants est donc clair : l'eau est un bien précieux à ne pas gaspiller et nous pouvons la préserver avec de petits gestes quotidiens, bénéfiques à la fois pour notre santé et pour l'écosystème. Parmi ces gestes essentiels, l'un des plus importants est de privilégier l'eau du robinet, qui est sûre et régulièrement contrôlée selon les normes européennes et nationales les plus récentes. Il est préférable d'éviter le plus possible la consommation d'eau en bouteilles en plastique, qui a un impact négatif sur l'environnement et pourrait constituer un risque pour la santé, en particulier pour les enfants.

Toutes ces valeurs sont pleinement soutenues par "Montagna Slow", un projet de l'association nationale "Slow Medicine ETS" qui promeut une approche de la montagne sobre, respectueuse et équitable, qui favorise la santé et le bien-être de tous, tout en protégeant l'environnement et la biodiversité.

C'est précisément pour valoriser le magnifique patrimoine hydrique de la Vallée d'Aoste que nous invitons les administrateurs locaux à le rendre plus visible et accessible, en favorisant sa connaissance et sa fréquentation de la part des citoyens. Fleuves et torrents, rus de montagne et rives urbaines de la ville d'Aoste peuvent devenir de véritables sources de santé et de bien-être pour tous — à commencer par les enfants — mais aussi des destinations pour un tourisme plus attentif, respectueux de l'environnement et profondément lié à la mémoire des lieux.

***Sandra Venero, médecin, cofondatrice de l'Association
"Slow Medicine ETS" et du projet "Montagna Slow"***



L'IMPORTANCE DE L'EAU

En tant que responsable Jeunes de l'ISDE – Médecins pour l'environnement, je lis avec intérêt et étonnement ces pages dédiées aux plus petits, mais riches d'informations et de suggestions utiles à tous.

L'eau est un élément fondamental pour la vie humaine : on peut survivre plusieurs mois sans manger, mais seulement quelques jours sans boire.

La Vallée d'Aoste entretient un rapport particulier avec l'eau. Les vallées latérales sont relativement sèches par rapport au Nord de l'Italie, tandis que les fonds de vallées connaissent des précipitations parfois très intenses, avec d'importantes accumulations de neige en hiver et des torrents très abondants durant les mois les plus chauds ; tout cela provoque un problème significatif de distribution de l'eau, témoigné par la construction par le passé de nombreux rus.

Mais l'eau joue également un rôle économique central. La neige soutient une grande partie de l'économie touristique valdôtaine, tout comme la production hydroélectrique et l'agriculture. Cette situation est toutefois appelée à changer de manière drastique : le réchauffement climatique est en train de modifier profondément le paysage valdôtain. Les photographies des glaciers de la Vallée d'Aoste d'il y a cent ans — mais aussi d'il y a dix ans — ne laissent aucun doute à ce sujet.

De plus, le réchauffement climatique est en train d'augmenter progressivement, et sur les Alpes encore plus rapidement que dans d'autres régions italiennes. Il est donc essentiel de réfléchir à la gestion de la ressource hydrique à travers des actions politiques efficaces et collectives, concernant notamment l'utilisation de l'eau (par exemple, les réseaux d'aqueducs italiens manquent encore largement d'efficacité), mais aussi pour limiter et inverser le réchauffement climatique par la réduction d'émission de CO₂ équivalent, en agissant sur les transport, sur les élevages intensifs, sur le chauffage domestique et sur l'approvisionnement énergétique.

Cependant, d'un point de vue individuel, plusieurs actions sont possibles. En ce qui concerne le réchauffement global, nous pouvons modifier notre régime alimentaire en augmentant la consommation de légumes, repenser notre mobilité et réduire le gaspillage lié à nos achats.

En ce qui concerne la consommation d'eau, il est certainement utile, par exemple, d'utiliser le lave-vaisselle au lieu de laver la vaisselle à la main, prendre une douche plutôt qu'un bain, ou encore d'éviter de laver sa voiture. Mais c'est surtout indirectement que nous consommons de grandes quantités d'eau.

En effet, notre alimentation influence énormément la consommation d'eau.

La consommation de viande, et en particulier de viande rouge, à un impact considérable : la production d'un kilogramme de bœuf nécessite en moyenne 15 000 litres d'eau, soit environ cinquante fois plus que pour un kilogramme de légumes.

Une autre solution consiste à éviter les logiques de la

surconsommation et à ne pas acheter de vêtements lorsqu'ils ne sont pas nécessaires (la fabrication d'une paire de jeans requiert environ 11 000 litres d'eau).

L'eau est par ailleurs un déterminant essentiel de la santé. C'est pour cette raison que notre eau est soumise à des contrôles très stricts : l'ARPA (l'agence régionale pour la protection de l'environnement) effectue régulièrement de nombreuses analyses sur l'eau du robinet, dont la qualité est souvent supérieure à celle de l'eau minérale largement promue par la publicité.

La consommation de l'eau du robinet est donc préférable à celle de l'eau en bouteille (faiblement minéralisée) pour ceux qui ont des problèmes de santé spécifiques, tels que la lithiase rénale. De plus, l'eau en bouteille génère des déchets (la bouteille elle-même) et doit être transportée jusqu'aux habitations (presque toujours par transport routier, contribuant ainsi au réchauffement climatique).

Enfin, un problème émergent concerne la pollution par microplastiques. En effet, le plastique pollue de plus en plus gravement les écosystèmes et les bouteilles en plastique libèrent directement dans l'eau qu'elles contiennent des microplastiques, susceptibles d'interférer avec le système endocrinien. Nous pouvons conclure que l'eau est l'un des biens les plus précieux dont nous disposons, et que ce livre représente une belle opportunité de valoriser ce patrimoine, qui doit rester public et accessible à tous.

Docteur Claudio Ginaotti

Responsable jeunes – ISDE Italie

*ISDE : International Society Doctors for the Environment,
organisation reconnue par le Nations Unies et par
l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé)*

MILLE ET MILLE GOUTTES

Rit_ Mille et mille gouttes d'eau ____
qui deviennent des torrents et des ruis-seaux
qui descendent des val-lées ____
pour se retrouver dans la Doi-re Bal-tée.
Sono il fiume principale – Sì
da ogni valle laterale – Sì
io ricevo gli affluenti
che sor--ri--denti, si uniscono a me. ____
Mille et mille gouttes d'eau ____
qui deviennent des torrents et des ruis-seaux

la
qui descendent des val-lées ____
pour se retrouver dans la Doi-re Bal-tée.
La Dora di Valgrisenche – Sì
quella di Val-sa-va-ran-che – Sì
la Grand Eyvia e il Savara
e la geogra-fia pian piano si impara.

Rit_
Il mio nome è Buthier – Sì
abbracciato all'Artanavaz – Sì
scendo dalla Val-pel-line
alimento la Diga e le sue tur-bi-ne.

Rit_
Ad Aosta il Buthier – Sì
entra nella Dora Baltea– Sì
poi continuano il viaggio
accogliendo altri torrenti nel loro passaggio.

Rit_
Il Marmore a Châ-til-lon – Sì
a Verrès, l'Evançon – Sì
da Champorcher scende l'Ayasse
un coro di autentici fuo-ri-clas-se.

Rit_
A Pont Saint Martin il Lys – Sì
l'ultimo torrente alpino – Sì
a tuffarsi nella Dora
che ora ha una voce possente e sonora.
Rit_

ÉCOUTEZ MILLE ET MILLE GOUTTES ICI!

Textes : Anna Galliano ; Marina Garbolino Riva

Illustrations : Marina Garbolino Riva

Coordination éditoriale : Rossella Scalise

Mise en page et conception graphique : CO:DE:sign – Federico Salomone

Gestion administrative : Erica del Maschio

Révision des textes en français : Lorena Lombardi

Ouvrage réalisé avec le patronage du BIM.



Tous droits réservés.

Toute reproduction, représentation, traduction ou adaptation, intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, est strictement interdite sans l'autorisation écrite de l'éditeur et constitue une contrefaçon sanctionnée par les dispositions du Code de la propriété intellectuelle.



Babele Editore

© 2026 RDM S.r.l.