

# Le Quartier

Association Vivre à la Fontaine Saint-Ex

N° 107

Mars 2012

## Sommaire

Editorial	p. 2
La Bièvre à ciel ouvert !	p. 3
Il y a 50 ans... la création de l'école nouvelle d'Antony	p. 4
Un mini-bus pour aller à l'Hôtel de Ville	p. 5
Les oiseaux du quartier	
La Fontaine : le geai des chênes	p. 6
Le Prix du Roman des lecteurs d'Antony	p. 7
Les cours de gymnastique de l'association : dossier sur les étirements	p. 8
Ateliers d'arts plastiques	p. 9
Exposition des artistes du quartier La Fontaine St Ex.	p. 9
Page des associations	p. 10
Les brèves	p. 11
Le coin musique	p. 12
Ces produits dit « bons pour notre santé »...	p. 13
Libre à vous...	p. 15
Un poète de notre quartier	p. 16
Comment ôter les taches ?	p. 17
Une œuvre près de chez nous, Antoine Coysevox : Mercure et la Renommée	p. 18
Rue Pierre Kohlmann	p. 19
Nos prochaines activités	p. 20



Dans ce numéro

**La Bièvre, bientôt un lac près de chez nous !**

**Les étirements, pourquoi ?**

**Les vraies fausses idées en alimentation**

**La chasse aux taches**

**Un peu de philo : libre à vous !**

**1,50 Euro**

Bonne année 2012, il n'est peut-être pas trop tard !

Une année nouvelle vient de commencer, et force est de constater que notre quartier change, et va encore changer !

À la Croix de Berny, de grands immeubles, encore en béton brut, ont remplacé la verdure des terrains de rugby ! D'autres constructions en béton apparaissent au milieu des autres espaces anciennement verdoyants ! Restera-t-il encore des pelouses sur lesquelles nos enfants, le mercredi, et les grands, les samedis et dimanches pourront courir et pratiquer leurs sports préférés ? Assurément, si l'on en croit les élus ! Mais...

Bientôt un complexe sportif, avec deux gymnases, va naître à la place de l'ancien LEP, derrière la place de la Résidence, en 2015 selon le BMO de janvier p. 24.

Là, contrairement au stade de l'US métro, c'est du positif à 100 % car, toujours selon le BMO, ces équipements seront utilisés également par les habitants du quartier !

Mais aussi d'autres changements se profilent à l'horizon comme le départ de la société SANOFI fin 2014-début 2015.

### BULLETIN D'ADHÉSION

ou de

### RENOUVELLEMENT<sup>(1)</sup>

à Association « Vivre à La Fontaine St-Ex »

M. \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

désire être adhérent de l'Association et recevoir gratuitement le journal « Le Quartier » :

sous forme papier (1)       par mail (1)

**Cotisation : 10 €**

**Paiement par chèque** (libellé au nom de l'Association « Vivre à La Fontaine Saint-Ex » ou en espèces) (1).

Déposer ce coupon et votre règlement dans la boîte aux lettres de l'Association, 118, avenue Saint-Exupéry ou par courrier : Association Vivre à la Fontaine Saint-Ex, 118, avenue Saint-Exupéry, 92160 Antony.

(1) Barrer la mention inutile.



En effet, suite aux rumeurs qui ont circulé l'an dernier, à notre demande, la direction générale de l'établissement a eu l'aimable attention de nous recevoir et de confirmer ce départ vers un campus à construire à Gentilly, sur les bords de la Bièvre.

Par qui ou par quoi cette magnifique entreprise sera-t-elle remplacée ? Mystère !

Ce que l'on peut dire est que la municipalité use de son droit de préemption à chaque départ de particulier ou d'entreprise dans la commune ! Se réservant ainsi, le cas échéant, la possibilité d'utiliser pour ses besoins, ces espaces libérés.

Un autre petit bâtiment, adossé à celui de SANOFI, le bureau de Poste, fait déjà l'objet de spéculations !

Réduction de ses heures et jours d'ouvertures, suppression, déplacement dans les locaux de l'ancienne mairie annexe...

On le voit, l'avenir est prometteur pour certaines choses, et incertain pour d'autres...

Il faut évoluer, nous diront les optimistes, on y perdra ajouteront les pessimistes, la conclusion est que notre quartier changera d'aspect !

**N'hésitez pas à nous proposer un texte sur notre site Web.**

**Notre contact permanent : vivrefontaine@yahoo.fr**

**Notre boîte aux lettres, à l'extérieur droite, au 118, avenue Saint-Exupéry 92160 Antony.**

**Le Président, Gérard FABBRI**  
01 43 50 74 06



### LA BIÈVRE À CIEL OUVERT !

Notre quartier est niché au creux de la vallée de la Bièvre, petite rivière qui prend sa source du côté de la ville nouvelle de Saint-Quentin-en-Yvelines. Après avoir traversé de magnifiques étangs et paysages du côté de Buc, elle arrive dans les Hauts-de-Seine depuis Verrières-le-Buisson et continue dans le Val-de-Marne jusqu'à Paris.

Après de longues années d'utilisation pour les tanneries qui longeaient son cours dans les Hauts-de-Seine, le Val-de-Marne et Paris, son eau pure à l'époque faisait merveille, sa pollution a semblé longtemps définitive à beaucoup de personnes ! Mais c'était méconnaître la bonne et tenace volonté des « écolos » avant l'heure, pour qui rien n'est irréversible ! Rassemblés dans plusieurs associations, essentiellement dans la Bièvre amont de l'Essonne et des Yvelines, là où la rivière était à ciel ouvert, ils se démenaient chacun de leur côté afin de conserver cette rivière et son magnifique environnement.

Il manquait une union pour coordonner ces forces et volontés. Une personne, amoureuse de la Bièvre, rédacteur au journal *Le Monde*, Marc-Ambroise Rendu, découvrit lors d'un déplacement de travail à Séoul, capitale de la Corée du Sud, une réalisation de réouverture en milieu urbain d'une rivière enterrée sous une autoroute ! Ce fut l'étincelle qui manquait ! De retour en France, Marc mit sur pied, en 1998, un « Collectif informel d'associations pour promouvoir la Renaissance de la Bièvre » ! Vaste programme et il a fallu toute l'énergie de Marc pour convaincre les différentes personnes et associations riveraines de la Bièvre que cela n'était pas une utopie !

Et après quelques années de fonctionnement, devant l'ampleur que prenait ce collectif, il fut nécessaire de créer une « Union » rassemblant toutes les associations culturelles, philosophiques ou environnementales du bassin versant de la rivière des départements des Yvelines, de l'Essonne, des Hauts-de-Seine, du Val-de-Marne et de Paris avec pour objectif la réouverture à ciel ouvert de la Bièvre partout où cela est possible ! Notre association « Vivre à la Fontaine Saint-Ex » en fait partie ! « L'Union Pour La Renaissance de la Bièvre, l'URB » était née !

Le problème majeur qui interdisait cette réouverture était la pollution de la rivière ! En effet, après des dizaines d'années d'utilisation par les tanneries, la rivière, enfermée dans un tube de béton, était devenue un égout recevant les différents rus et ruisseaux des bassins versants, eux-mêmes pollués, avec des risques d'épidémie et une odeur nauséabonde permanente !

Grâce à l'URB auprès des services concernés, une grande action de recherche de ces rus et ruisseaux pollueurs, mais également des rejets « sauvages » des eaux usées des particuliers riverains de la Bièvre, a été entreprise.

Après de longues années d'éradication quasi-totale des gros rejets et de la multitude des petits, la « qualité » de l'eau permit d'ouvrir un bief de 250 mètres de long, dans son ancien lit, ou à peu près ! Ainsi les aménageurs purent créer le « terrain des prés » à Fresnes, dénommé maintenant « Parc des Prés de La Bièvre », là où notre association fait son « feu de la Saint Jean ».



Après des décennies de souterrain, la Bièvre retrouvait l'air libre !

Les associations réunies au sein de l'URB continuèrent leur action, recherchant tous les lieux possibles de réouverture de la rivière à l'air libre !

Le plus gros problème à résoudre était que la rivière, dans son tuyau fermé, servait d'égout de secours entre Fresnes et Paris, lorsque le principal était en entretien ou en réfection !

Ce qui, à chaque fois, polluait énormément la Bièvre, en odeurs nauséabondes et dépôts de toutes sortes sur les parois du tube !

La réalisation et la mise en service récente d'un nouvel égout dans Antony, raccordé au principal de Fresnes, au niveau de la Prison, ne nécessite plus l'utilisation du « tube » de la Bièvre comme égout de secours !

Rien ne s'opposait plus à de nouvelles réouvertures à l'air libre de la rivière !

Ainsi, à la dernière assemblée générale de l'URB, le 15 octobre dernier, les services spécialisés du Val-de-Marne nous ont présenté un programme de quatre kilomètres de réouverture à l'air libre de la rivière Bièvre !

À l'Hay les Roses, dans le bassin de rétention, avec une promenade arborée et un lac d'eau permanente, comme cela était il y a quelques années, avant les travaux de construction du bassin. À Cachan, rue Camille Desmoulins, à Arcueil au pied du parc des coteaux et à Gentilly au stade Maurice Baquet et aux jardins de la Paix !

Auquel il faut ajouter une réouverture dans le parc Heller, à Antony, où la rivière Bièvre courante remplacera le bief quasi immobile le long des stades de rugby !

D'autres endroits de réouverture sont possibles, comme à Paris où, à ce jour, rien n'est envisagé alors que la Bièvre passe, entre autres, en tube souterrain, sous un grand parc du 13<sup>e</sup> arrondissement et que donc rien ne s'opposerait à ce qu'elle y coule à ciel ouvert !

L'Union pour la Renaissance de la Bièvre a encore de belles années d'actions devant elle !

**Gérard Fabbri**

### IL Y A 50 ANS... LA CRÉATION DE L'ÉCOLE NOUVELLE D'ANTONY

Savez vous comment a été fondée l'école nouvelle d'Antony qui, de l'autre côté de la Nationale 20, a vu se succéder des générations d'enfants du quartier et d'ailleurs ?



Il y a un demi-siècle, quelques parents et institutrices cherchaient un lieu pour créer leur école. Ils arrivaient du boulevard Saint-Michel où l'école du Père Castor (oui, celui des albums) venait d'annoncer sa fermeture.

Antony était alors en pleine explosion démographique : le nombre d'habitants est passé de 24 500 en 1954 à 46 500 en 1962. C'est l'époque où notre quartier s'est construit et où les Castors bâtissaient la Peupleraie à Fresnes. Cinq écoles furent construites à Antony en 1960 et 1961 et d'autres étaient déjà en construction.

Le choix des fondateurs se porta sur une grande villa au 6, rue d'Alembert, qui était auparavant un atelier d'artiste ; le lieu présentait aussi l'avantage d'être proche de la ligne de Sceaux et du parc éponyme. Georges Suant, le maire de l'époque, lui-même enseignant, appuya ce projet associatif car l'école avait un projet bien spécifique :

- elle voulait des classes mixtes : à l'époque c'était l'exception, il fallait l'autorisation du maire pour une dérogation !
- elle voulait, dans la lignée de Freinet, Montessori ou Cousinet, pratiquer une pédagogie active ;
- elle voulait, dans la tradition du Père Castor, une bibliothèque au cœur de l'école, ça non plus n'était pas encore courant.

La première année fut difficile : l'autorisation de l'académie n'arriva que mi-octobre, mais vingt-et-un élèves de l'école du Père Castor avaient quand même patienté jusqu'à cette réouverture un mois après la rentrée ! Dès 1967, l'inscription de cent-soixante-dix enfants nécessita la construction d'un

second bâtiment. Il faut avouer que l'arrivée de toute cette vie dans le très bourgeois lotissement du parc de Sceaux n'alla pas au début sans quelques conflits.

L'école passa sous contrat d'association avec l'État dès 1969. Au départ, elle espérait être une école expérimentale du service public, un peu comme l'école Decroly de Saint-Mandé. À plusieurs reprises dans les premières années et à nouveau en 1984 lors de la réforme inaboutie de Savary, elle demanda son intégration ; cela n'advint jamais. Néanmoins, Marie Rist, la directrice et fondatrice, tissa d'autres liens pour que l'expérience pédagogique de l'école ne restât pas en vase clos : ce furent, par exemple, avec Fonvieille issu du mouvement Freinet, l'apport de la pédagogie institutionnelle, plus tard des collaborations avec l'INRP (Institut national de recherche pédagogique) et l'IUFM (Institut Universitaire de Formation des Maîtres) d'Antony et, tout au long de de ces cinquante ans, l'accueil de nombreux stagiaires de diverses formations.

Aujourd'hui, s'il n'y a plus de poules dans le jardin de l'école, sa pédagogie conserve le même esprit et la bibliothèque est toujours là.

**Le samedi 31 mars  
l'école nouvelle d'Antony revient  
sur ses cinquante ans de souvenirs  
au centre André Malraux,  
1, rue Léon Harmel à Antony**

De 15 à 19 heures, une exposition et des ateliers seront ouverts à tous pour que vous puissiez les découvrir (entrée libre).

La soirée est réservée aux anciens sur inscription préalable.  
Plus d'info sur le site de l'école : <http://www.ecolenouvelle.fr>

**Michelle Piriou,**  
mère d'une ancienne élève.

*Carterie Presse*



*Tabac Loto*

#### LA LIBRAIRIE PAPETERIE « LA FONTAINE »

Vous accueille du lundi au samedi  
de 8h15 à 12h30 et de 15h30 à 19h30  
et le dimanche de 9h00 à 12h30

**Travaux Photos + Faire-part + Cartes téléphoniques**

13, place de la Résidence 92160 Antony

Tél. 01 43 50 15 29

Fax 01 41 13 99 82

### UN MINI-BUS POUR ALLER À L'HÔTEL DE VILLE

Plusieurs personnes âgées de notre quartier ont du mal à marcher et se plaignaient de la difficulté d'aller à l'Hôtel de ville car le Paladin s'arrête au RER Antony (centre). Pour les aider dans leur déplacement, le mini-bus qui emmène les personnes âgées (les plus de 65 ans) au marché le jeudi matin et au cimetière le mardi après-midi s'arrête dorénavant en plus à l'Hôtel de ville à l'aller et au retour. Voir les horaires de trajet.

#### Mardi après-midi :

#### Renâitre / La Fontaine / Cimetière / Mairie

HORAIRES DE DÉPART	LIEUX DE DÉPART	HORAIRES D'ARRIVÉE	LIEUX D'ARRIVÉE
13h30	CTM	13h45	RENAÎTRE
14h00	RENAÎTRE	14h15	CIMETIÈRE
14h15	CIMETIÈRE	14h30	LA FONTAINE
14h30	LA FONTAINE	14h45	CIMETIÈRE
14h45	CIMETIÈRE	15h00	HÔTEL DE VILLE
15h00	HÔTEL DE VILLE	15h15	CIMETIÈRE
15h15	CIMETIÈRE	15h30	RENAÎTRE
15h30	RENAÎTRE	15h45	CIMETIÈRE
15h45	CIMETIÈRE	16h00	HÔTEL DE VILLE
16h00	HÔTEL DE VILLE	16h15	LA FONTAINE
16h15	LA FONTAINE	16h30-16h45	CTM

#### Jeudi matin :

#### Renâitre / Foyer Soleil / La Fontaine / Marché / Mairie

HORAIRES DE DÉPART	LIEUX DE DÉPART	HORAIRES D'ARRIVÉE	LIEUX D'ARRIVÉE
8h30	CTM	8h45	RENAÎTRE
9h00	RENAÎTRE	9h15	FOYER SOLEIL
9h15	FOYER SOLEIL	9h30	MARCHÉ
9h30	MARCHÉ	9h45	LA FONTAINE
10h00	LA FONTAINE	10h15	MARCHÉ
10h15	MARCHÉ	10h30	HÔTEL DE VILLE
10h30	HÔTEL DE VILLE	10h45	MARCHÉ
10h45	MARCHÉ	11h00	FOYER SOLEIL
11h00	FOYER SOLEIL	11h15	RENAÎTRE
11h15	RENAÎTRE	11h30	MARCHÉ
11h30	MARCHÉ	11h45	HÔTEL DE VILLE
11h45	HÔTEL DE VILLE	12h00	LA FONTAINE
12h00	LA FONTAINE	12h15-12h30	CTM

**D'autre part, la Croix rouge propose également un transport à la demande.**

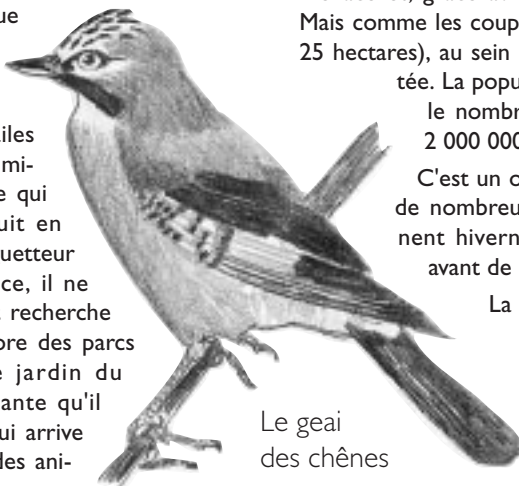
*Service gratuit assuré par des bénévoles*

*Transport à destination des personnes à mobilité réduite sur la commune d'Antony et hôpitaux de proximité. Tél. 01 46 66 39 47 (permanence du lundi au vendredi de 17h30 à 19h00).*

### LES OISEAUX DU QUARTIER LA FONTAINE : LE GEAI

Le geai des chênes se promène généralement seul dans notre quartier, sauf en période de reproduction quand il vit en couple. Madame et Monsieur portent le même plumage et sont parfaitement identiques, arborant une moustache noire et une tenue fauve, rosée et bleue. Tous les promeneurs se souviennent d'avoir trouvé en forêt les jolies petites plumes bleues, noires et blanches qui couvrent les ailes des geais. Mais il faut faire vite pour l'admirer, c'est un oiseau farouche et timide qui ne se laisse pas approcher et s'enfuit en criant à la moindre alerte, servant de guetteur pour les autres animaux. Par prudence, il ne s'aventure pas en terrain découvert et recherche l'abri des arbres, des bocages ou encore des parcs (j'ai vu des geais à Paris, dans le jardin du Luxembourg). On dit du geai qui chante qu'il « cajole » ; quand il est tranquille, il lui arrive même d'imiter les autres oiseaux ou des animaux comme le chat ou le cheval !

Bien qu'omnivore, le geai se nourrit de préférence de végétaux et affectionne par dessus tout les glands des chênes. Il les choisit soigneusement pour qu'ils puissent se conserver longtemps, sans défauts, et riches en matières nutritives, en introduit trois ou quatre dans son jabot et va les enfouir dans la terre, sous des racines, des mousses, des feuilles, etc., de préférence en milieu humide pour qu'ils ne se dessèchent pas... Il peut même marquer sa cachette avec des cailloux pour la retrouver si d'autres repères (rochers, souches, poteaux, etc.) ne peuvent l'aider, mais tout en veillant à ce qu'aucun autre geai ne remarque son garde-manger et le pille. Ces réserves lui serviront au printemps et en été, il les complétera de vers de terre, de fruits et même d'œufs ou de petits oiseaux qu'il vole dans les nids. Les glands qu'il n'aura pas mangés germeront et donneront des chênes dont il est un agent de propagation efficace.



Le geai  
des chênes

Un geai disperse environ un millier de glands chaque année, sans compter les châtaignes, les faines et autres noisettes.

Le geai n'est pas protégé en France, mais il n'est pas menacé et, grâce aux reboisements, sa population s'accroît. Mais comme les couples ont besoin d'un grand territoire (5 à 25 hectares), au sein des bandes de geais, sa densité est limitée. La population française est imprécise, on estime le nombre d'oiseaux nicheurs entre 500 000 et 2 000 000 d'individus.

C'est un oiseau sédentaire sous notre climat, mais de nombreux habitants de l'Europe du Nord viennent hiverner chez nous en bandes importantes, avant de repartir au printemps.

La Fontaine n'a pas été très gentil avec « Le geai paré des plumes du paon » : son plumage est plus beau que celui de bien d'autres de nos oiseaux, il n'avait pas besoin des plumes du paon pour séduire, mais certains prétendent que La Fontaine, ami de Fouquet (le paon)

a mis ici en scène Colbert (le geai), que Louis XIV avait poussé en avant après avoir fait arrêter Fouquet par d'Artagnan, le 5 septembre 1661 à Nantes. Pourtant, cette fable est parue en 1668, sept ans après l'événement.

*Il est assez de geais à deux pieds comme lui,  
Qui se parent souvent des dépouilles d'autrui  
Et que l'on nomme plagiaires.*

*Je m'en tais et ne veux leur causer nul ennui:  
Ce ne sont pas mes affaires.*

Cette réflexion est curieuse quand on sait que La Fontaine lui-même s'est inspiré de plusieurs fables d'Ésope pour ce texte.

On se souvient également que Fouquet avait choisi l'écureuil comme emblème, animal qui enterre des réserves de glands comme le geai. Est-ce aussi cela qui a inspiré La Fontaine ?

Jean Touzeau

# Central Optique

**TOUT POUR LA VUE**

**65, boulevard du Maréchal Joffre  
92340 Bourg-la-Reine**

**LENTILLES DE CONTACT**

**01 46 61 84 91**

### LE PRIX DU ROMAN DES LECTEURS D'ANTONY

Oubliez la grisaille de l'hiver, venez découvrir à la Bibliothèque pour Tous de votre quartier la sélection 2012 du Prix du Roman des Lecteurs d'Antony !

#### Dix livres à lire, un à choisir

Trois Lumières (Claire Keegan) – Retour à Killybegs (Sorj Chalandon) – Opium Poppy (Hubert Haddad) – Du domaine des murmures (Carole Martinez) – La femme du tigre (Téa Obrecht) – Paradis inhabité (Ana Maria Matute) – D'acier (Silvia Avalonne) – Un été sans les hommes (Siri Hustvedt) – Arrêtez-moi là (Iain Levinson) – Accabadora (Michela Murgia).



#### « Du domaine des Murmures »

Nous sommes en 1187, la jeune Esclarmonde refuse de dire « oui » devant la noce effarée. Elle veut consacrer sa vie à Dieu contre la volonté de son père, seigneur du Domaine des Murmures. Elle se laisse enfermer dans une

cellule étroite avec pour seule ouverture une fenestrelle pourvue de barreaux. Par là, on lui apporte à manger, et nombre de pèlerins accourent pour venir voir la recluse, espérant quelque guérison ou réconfort. Mais que cache cette jeune fille, qu'a-t-elle fait entrer dans sa cellule ?

Ce beau roman au carrefour des vivants et des morts, de l'histoire et de la légende, est écrit comme un conte qui n'est pas sans nous rappeler les histoires de notre enfance. Dans ce roman, qui a obtenu le Prix Goncourt des Lycéens 2012, Carole Martinez laisse courir son imagination avec un style très poétique, à la fois charnel et mystique, et aborde en fait beaucoup de sujets d'actualité comme la place des femmes, la foi, les rapports père-fille.



#### « Accabadora »

Que cache ce titre étonnant ? Ce petit livre plein de charme nous plonge dans la Sardaigne des années 50 et aborde un sujet grave avec une écriture légère et poétique. Dans un village sarde, une vieille couturière, Tzia Bonaria, adopte une jeune fille que sa mère, une veuve très pauvre, lui a cédée volontiers. La petite Maria va recevoir une bonne éducation et une certaine complicité s'installera entre la vieille femme et sa

« fille ». Cependant, quand Maria découvre le secret, connu de tout les villageois, de l'accabadora, c'est-à-dire la dernière mère, elle est profondément bouleversée et elle fuit sa campagne natale faute de pouvoir accepter la réalité. Il lui faudra être à son tour confrontée à la souffrance pour comprendre et accepter le rôle que jouait Tzia Bonaria. S'inspirant d'une ancienne tradition sarde, Michela Murgia aborde là, sans une larme de trop, dans un concentré d'émotion, un sujet qui nous interpelle tous. Laissez-vous tenter à votre tour et venez découvrir le secret de l'accabadora.

Pour parler des livres de cette sélection avec les bibliothécaires de la Médiathèque Anne Fontaine, nous vous proposons :

**un café-lecture ouvert à tous  
le vendredi 30 mars à 14 heures**

La Bibliothèque pour Tous est ouverte lundi, mercredi, vendredi de 16h à 19h – le mardi de 10h à 12h et le jeudi de 16h à 20h.

Vous pouvez aussi consulter son site Internet : [www.bibliopourtous-antony.org](http://www.bibliopourtous-antony.org)

**Les bibliothécaires**



**Société AELEC**  
**Agencement**  
**& Electricité**

Agencement intérieur/extérieur  
Electricité générale – Neuf/Rénovation  
Mise en conformité  
Réseau V.D.I. résidentiel et tertiaire  
Motorisation d'accès (portail, garage...)  
Eclairage extérieur résidentiel

M. MULAT  
23, avenue des Cottages  
92340 BOURG LA REINE  
Tél. 09 62 32 91 01  
Fax. 01 41 13 87 94  
Mob. 06 45 14 87 13  
[aelec.mulat@orange.fr](mailto:aelec.mulat@orange.fr)

## LES COURS DE GYMNASTIQUE DE L'ASSOCIATION DOSSIER SUR LES ÉTIREMENTS

Selon les éducateurs sportifs et les différents domaines sportifs, vous n'aurez pas le même son de cloche concernant les étirements. Certains vous diront qu'il est bien de s'étirer avant un effort, d'autres après, que les étirements permettent de s'échauffer ou d'éviter les courbatures... d'autres vous diront le contraire. Si vous fouillez les articles sur Internet ou les livres destinés aux études sur les étirements, vous ne saurez plus qui croire ni comment vous y prendre.

Je me rappelle lorsque je suivais ma formation au CREPS (Centre d'Éducation Populaire et de Sport) de Châtenay-Malabry, nos cours sur les étirements étaient beaucoup moins concrets et explicites que nos cours d'anatomie, de fitness/musculation... On nous apprenait comment nous étirer, là-dessus aucun problème. Cependant, les raisons, les objectifs, les buts recherchés par cette pratique restaient toujours un peu flous ou du moins nos professeurs se contredisaient souvent entre eux, nous ne savions donc plus qui écouter en priorité !

J'ai donc décidé de découvrir, par mes expériences personnelles, les bienfaits de cette pratique. Voici ce qu'apportent selon moi les étirements :

- ils permettent tout d'abord un retour au calme car lorsque nous produisons un effort physique assez conséquent, l'hormone du plaisir, l'adrénaline, est libérée, ce qui nous offre cette sensation de bien-être durant et après certaines activités sportives. Les étirements, associés à de la musique douce sont alors un très bon moyen de revenir à un état plus « zen », surtout le soir pour faciliter le sommeil ;

- ils permettent de garder un niveau de souplesse nécessaire pour les muscles afin d'effectuer les gestes de la vie quotidienne. Lorsque je parle de souplesse, je n'évoque pas le fait que tout le monde devrait savoir faire le grand écart ou placer son pied derrière sa tête, mais d'une souplesse suffisante et indispensable à chacun. Celle-ci dépend avant tout de notre composante génétique, ce qui signifie que pour une personne peu souple à la base, il lui sera plus difficile de progresser dans ce domaine qu'une autre personne d'origine plus souple. Ce n'est pas pour cela que les personnes « raides » doivent se décourager pour autant, car quel que soit le niveau de chacun, il reste important et vital de s'étirer régulièrement. L'élément important à retenir est que notre corps, de façon globale, a besoin pour être en pleine forme : d'exercice physique, d'une alimentation saine et variée, d'étirements et de repos !

Je suis sûre que plusieurs questions vous trottent dans la tête : quand, comment, combien de temps s'étirer ? ... Ce que j'ai à vous dire est simple : écoutez votre corps, apprenez à détecter ses signes de douleur, de faiblesse.

Les étirements sont à effectuer dès que l'on en ressent le besoin, dès qu'une petite douleur survient et après un effort physique, un entraînement. Certains disent qu'il n'est pas bon de s'étirer sans s'être échauffé au minimum cinq minutes. Ceci ne me semble pas nécessaire dans le sens où les étirements sont à effectuer lentement, sans à-coup et assez longtemps (minimum une minute par muscle) pour un relâchement musculaire maximum. Personnellement, je n'ai jamais vu un kiné me demander de courir ou de faire cinq minutes de vélo avant de commencer sa séance avec moi.

Concernant les courbatures, ce que je vais vous dire peut vous paraître bizarre, mais pour ma part, les étirements ne m'empêchent pas d'avoir ces douleurs musculaires après mes entraînements. Ceci dépend encore une fois de chacun. C'est donc à vous de constater si oui ou non les étirements vous permettent d'éviter les courbatures. Ces dernières peuvent

être dues à un manque d'échauffement, un manque d'hydratation, un manque de sommeil, de la fatigue passagère et surtout un manque d'entraînement. En effet, si vous effectuez régulièrement une activité sportive, les courbatures se feront de plus en plus rares et seront même inexistantes car les muscles se seront adaptés à l'effort.

Je tiens à faire une dernière parenthèse sur les cours de remise en forme d'aujourd'hui et d'avant (années 80). Vous avez peut-être constaté par vous-même des changements au niveau des exercices, des techniques... Ceci vient alors

du fait que les diplômés pour devenir professeur dans ce domaine ont évolué, sont beaucoup plus complets de nos jours.

Les formations d'aujourd'hui prennent beaucoup plus en compte l'intégrité physique de chaque personne. Les cours de physiologie et d'anatomie enseignés, le plus souvent par des kinésithérapeutes, des ostéopathes et/ou des médecins du sport, sont les points-clés de cette formation. Chaque muscle, os, articulation... est étudié avec précision afin que nous sachions nous adapter le mieux possible au public que nous aurons en face de nous, qu'il soit en parfaite santé ou quel que soit le problème qu'il rencontre au niveau musculaire, articulaire, osseux... par exemple.

Pour conclure, je dirai donc que les termes de « Remise en forme » ou de « Mise en forme » reflètent bien cette volonté que nous avons, nous, éducateurs, à faire en sorte que tout le monde prenne plaisir dans nos cours afin d'en ressortir en pleine forme.

**Laura Bertrand**

Professeur de gymnastique  
(les mardi et vendredi soir de 20h à 21h)  
dans l'ancien LEP rue pierre Kohlmann





### ATELIERS D'ARTS PLASTIQUES

Les ateliers d'arts plastiques existent depuis sept ans. Ils regroupent des enfants de 6 ans à 14 ans. Chaque année, un thème de travail est choisi, cette année c'est l'Australie et l'Océanie.

Ces ateliers proposent une approche artistique et culturelle. Les enfants ont l'occasion de découvrir un ou des pays, des cultures différentes, des arts primitifs ou contemporains.

Différentes matières, supports et techniques leur sont proposés (peinture, encre, différentes craies, sable, pierre, modelage).

Ces ateliers ont lieu tous les mercredis après midi à partir de 14 heures (150 € l'année, ponctuellement 5 € la séance).

#### Le thème Australie et Océanie

**L'Australie, là où l'eau est omniprésente...** Alors nous avons commencé par la mer de Corail sur la côte est de l'Australie. Un peu de science sur ces animaux extraordinaires, plein de photographies sur la faune sous-marine et les enfants sont partis pour représenter la grande bleue. Les plus grands ont développé ce thème avec des productions de sable coloré.

**L'Australie, continent chaud...** C'est la découverte des grandes terres sèches d'Australie avec ses reptiles tapis dans une végétation chiche. L'Australie renferme la majorité des serpents les plus dangereux de la terre, ainsi qu'un nombre important de reptiles, allant du gros alligator au petit lézard. En s'inspirant des œuvres aborigènes, les plus jeunes ont conjugué différents graphismes à la craie grasse et ils ont stylisé ces animaux peu sympathiques, préférant la tortue au mortel taïpan. Les plus grands ont travaillé sur du métal repoussé et décoré des boîtes. Ce fut l'occasion aussi de faire des aimants en plastique fou.

**L'Australie, les aborigènes...** Le peuple aborigène, premiers habitants, vivait libre sur une terre qui n'appartenait à personne quand les forçats anglais furent déversés sur ces côtes, les repoussant à l'intérieur des terres. Leurs peintures rituelles, leur mythologie sont racontées sur leur corps et sur leur représentation artistique. Chaque point, rond, pont sont les représentations d'un rêve.

**L'Australie, les drôles de bêtes...** Ce continent isolé et toutes ses îles perdues dans le pacifique a permis à des animaux surprenants de se développer. L'ornithorynque, le kiwi, l'émeu, le koala, le dingo. Les enfants utilisèrent l'encre à dessiner et l'observation des tableaux aborigènes pour ces réalisations tout en couleur.

**Les vahinés toutes en fleur et les Maoris tout tatoués...** Les fleurs omniprésentes des îles sont le cadeau de bienvenue des habitants des Îles Marquises. Si Gauguin est passé par là, il y a déjà un certain temps, admirant ses femmes nonchalantes, le rêve exotique est toujours là, inscrit sur les timbres et dans la mémoire collective.

Alors, nous en avons profité pour dessiner des portraits de vahinés à la craie sèche. L'étude du profil, l'observation de l'œil de ces vahinés ont permis de sortir les enfants d'une représentation frontale commune. Les plus grands ont revisité Gauguin avec de la peinture à la colle. Les tatouages Maori ont permis un travail de symétrie et de découpage.

Sylvie Blanzin  
(sylblanz@yahoo.fr) 06 11 27 43 23

#### Exposition des artistes du quartier « La Fontaine Saint-Ex. »



La richesse du quartier La Fontaine est d'être au confluent d'Antony, Bourg-la-Reine, Sceaux, Fresnes et l'Haj-les-Roses, l'église Saint-François d'Assise étant à la croisée de ces cinq communes.

Les artistes présents à cette troisième édition sont des amateurs de peinture, sculpture, photo, maquette, poésie, œuvres écrites variées et porcelaines peintes, une trentaine d'artistes du quartier et les enfants de l'atelier d'art plastique de l'association Vivre à la Fontaine Saint-Ex. Cet atelier est animé depuis plusieurs années par Sylvie Blanzin le mercredi après-midi. Chaque année, un thème d'étude est choisi et cette année, c'est l'Australie.

Les salles de l'église Saint-François d'Assise et les grilles prêtées par la mairie ont permis d'offrir à chacun un espace propice à la rencontre autour des œuvres exposées. Cette année encore, nous avons accueilli des nouveaux artistes. Dans ce lieu ouvert à tous, nous avons vécu des échanges chaleureux et enrichissants.

C'est en remerciant tous les artistes de leur participation que nous vous donnons rendez-vous pour une prochaine édition, fin janvier 2013.

Séverine Philibert et Ghislaine Galen

# Page des associations

## LE FRANÇAIS EN PARTAGE

### Bilan trimestriel

Chaque dernier mercredi du mois, la récolte des livres bat sont plein de 18h à 19h sur le parking commercial. Chaque mois, la collecte progresse grâce au bouche à oreilles. Depuis le mois de janvier, la mairie prête son local de l'Espace La Fontaine le dernier mercredi du mois de 20h à 22h. Ainsi, les livres peuvent être triés et les retardataires peuvent y déposer leurs dons. Des bénévoles du quartier viennent aider au tri. Si vous désirez participer à cette aventure, déposer des livres, trier, demander des livres pour une association en destination des pays du sud, n'hésitez pas à prendre contact au 06 11 27 43 23 ou à écrire un mail : sylblanz@yahoo.fr.

**Prochaines récoltes le 28 mars,  
le 25 avril et le 30 mai**

Voici le bilan de notre activité pour le premier trimestre 2012. L'association « Le français en Partage » a fait partir de ses entrepôts de Tolbiac 30 000 livres répartis comme suit :

1. **Centrafrique** : 1 palette pour Bangui, primaire pour deux écoles ;
2. **Sénégal, Casamance**, 7 palettes (env. 6 000 livres toutes classes) pour plus de 35 établissements liés par convention + 1 palette de films plastiques de couverture ;
3. **Togo** : 16 palettes, 11 500 livres pour 171 collèges et lycées du réseau LFP et pour mini-librairies. Le 20 février,

les 16 palettes quittèrent Le Havre pour le Togo, 8 pour une foire humanitaire dans le cadre de la « Semaine de la francophonie » et huit pour nos actions de dons vers les 171 établissements liés avec nous par convention ;

4. **Mali** : 2 palettes pour deux lycées + ordinateurs ;
5. **Tchad** : 1 palette livres et ordinateurs ;
6. **Mauritanie** : 9 palettes pour foire et associations. Lundi 6 février, 9 palettes sont parties en Mauritanie dont une pour un lycée à 300 km de Nouakchott. Les huit autres pour Nouakchott où sera animée, la 3<sup>e</sup> semaine de mars 2012, une foire à prix réduits.

7. **Congo** : 6 palettes pour foire et associations.

Actuellement nous préparons des envois pour Ouagadougou et Brazzaville.

**S.B.**

## ADSSA

### L'association des sinistrés de la sécheresse

**D**es fissures dans vos murs ? L'Association pour la défense des sinistrés de la sécheresse à Antony, ADSSA, pourrait vous aider.

Le but de l'association est de défendre les intérêts des propriétaires ou copropriétaires des habitations ayant subi des désordres suite aux mouvements de terrain générés par les retraits-gonflements des sols argileux à Antony.

Plus précisément de soutenir toute action qui pourrait aider :

- à obtenir le classement de zone catastrophe naturelle ;
- d'informer les membres de l'association concernant les questions d'assurance, des études de sol, des différents types de solution de consolidation du sol et de prévention par notre site qui est uniquement accessible aux membres de l'association.

Pour en savoir plus ou pour adhérer, veuillez contacter l'association par mail : hps27@wanadoo.fr. Adresse postale : 23, rue Roger Salengro, 92160 Antony.

**Hans-Peter Schomaker**

Président de l'ADSSA (01 46 66 86 48)

## LYRICUS

### Une jeune association de musique lyrique


L'Association Lyricus, créée en mars 2011 et dont le siège social est au 114 avenue Saint-Exupéry (Résidence La Fontaine), a pour objet la promotion du chant lyrique, en France et à l'étranger.

Lyricus diffuse régulièrement des spectacles, notamment des excursions musicales poétiques, illustrées par des airs d'opéra, d'opérette, des mélodies et des gospels, réalisées et interprétées pour le chant par Lorenza Bourgeois (mezzo-soprane), Gaétane Georget (soprane) et Jean-Michel Nogues au piano.

Ce lien : <http://sites.google.com/site/lyricuslyricus/> donne accès au site Web de Lyricus.

**L'Association Lyricus recherche un lieu de répétition, à des conditions financières très favorables, le budget de l'association étant très limité.**

**Lorenza Bourgeois, Présidente**



**TENNIS CLUB LA FONTAINE**  
(Association Sportive Loi 1901)

- 4 courts extérieurs ouverts toute l'année
- Ecole de tennis pour les enfants le mercredi et le samedi de mi-septembre à fin juin.  
Mini-Tennis : 200 €  
Initiation-Perfectionnement (+ adhésion au club) : 240 €  
Compétition (+ adhésion au club) : 380 €
- Adhésion à l'année  
Adulte (Résident La Fontaine): 120 € + 21 € licence  
Jeune < 18 ans (Résident La Fontaine): 80 € + 12,50 € licence  
Adulte non Résident : 135 € + 21 € licence  
Jeune < 18 ans non Résident : 95 € + 12,50 € licence
- Renseignements:  
Tél club: 01 40 91 06 14  
Samedi et dimanche matin,  
Mercredi toute la journée  
Email : 32920133@fft.fr  
Site internet : <http://www.club.fft.fr/tc.lafontaine>

## Le « Nouveau Souffle »

L'aide aux devoirs « Nouveau souffle » a recommencé mi-février et s'est installé dans l'espace La Fontaine (l'ex-Mairie annexe) en semaine entre 17h et 19 h. Cette structure mise en place par la mairie accueille des enfants et adolescents du quartier en difficulté scolaire pris en charge par des éducateurs diplômés. Tél. 01 40 96 72 85 / 72 91.

## Petite annonce

Auxiliaire de vie depuis 18 ans, diplômée, habitant la Résidence La Fontaine, honnête et compétente, cherche heures de travail, en semaine, auprès de personnes âgées. Mme Annie Famel, tél. 01 46 61 41 37.

## Humour

**Facebook** : Le seul endroit où tu parles à un mur sans être ridicule.

**Oui-Oui** : Fils illégitime de Sissi.

**GPS** : Seule femme que les hommes écoutent pour trouver leur chemin.

**Autobus** : Véhicule qui roule deux fois plus vite quand on court après que quand on est assis dedans.

**Taser** : Instrument utilisé afin de mieux faire passer le courant entre la police et la jeunesse.

**Cravate** : Accessoire servant à indiquer la direction du cerveau de l'homme.

**Voiture** : Invention ingénieuse, permettant de contenir 180 chevaux dans le moteur et un âne au volant.

**Parents** : Deux personnes qui t'apprennent à marcher et à parler pour ensuite te dire de t'asseoir et de te taire.

**Etre au bout du rouleau** : Situation très peu confortable, surtout quand on est aux toilettes.

**Sudoku** : Qui a le Sudoku a le Nord en face.

**Maison Blanche** : Actuellement Barack noire.

## Brocante vide-greniers mardi 1<sup>er</sup> mai de 5h à 18h

Organisée par : Brossier Organisation

• Lieu : L'Haÿ-Les-Roses - Rue Watel/Square Allende

• Particuliers et professionnels

• Nombre estimé d'exposants : 250

• Contact : 06 58 78 19 23.

### Infos exposants

Tarif : 10 € le mètre linéaire, minimum 2 mètres.

Horaires d'installation : de 5h à 8h

L'inscription se fait par courrier et les documents demandés sont : chèque du montant de votre emplacement (à l'ordre de Brossier) + photocopie de la pièce d'identité + coordonnées (avec n° de tél) et date de la brocante. Le tout à envoyer à Brossier Organisation, BP 111, 94242 L'Haÿ-Les-Roses Cedex.

## Fête des voisins le vendredi 1<sup>er</sup> juin 2012

Voici ce que nous pouvons lire sur <http://www.immeublesenfete.com>

« Immeubles en fête - la fête des voisins est l'occasion de rencontrer ses voisins pour développer la convivialité afin de rompre l'anonymat et l'isolement qui règnent souvent dans nos villes.

Dans une société où se développe le repli sur soi et la peur de l'autre, nous voulons simplement affirmer que connaître ses voisins permet de mieux vivre ensemble.

Au-delà d'une soirée de fête dans l'année, nous souhaitons renforcer au quotidien les petits services entre voisins et, pourquoi pas, une solidarité de proximité. »

Alors si vous adhérez à ces principes et si vous avez un peu de temps, organisez cette fête le vendredi 1<sup>er</sup> juin 2012.

## Semi-marathon d'Antony

La 24<sup>e</sup> édition du semi-marathon d'Antony aura lieu le week-end des 24 et 25 mars 2012.

**Lieu de départ** : rue des Champs.

**Samedi 24 mars**, le coup d'envoi des festivités sera donné par les enfants et adolescents des différents établissements scolaires de la ville avec les petites foulées d'Antony.

### Dimanche 25 mars

• 12h30, la rando'roller pour les jeunes

• 13h00, la course en famille - 1 km

• 13h30, la course de 5 km

• 14h30, le semi-marathon 10 550 km

• 14h45, remise des prix 5 km

• 16h30, remise des prix du semi-marathon

## La Marche de la Bièvre

Le 13 mai 2012, l'Association de la Marche de la Bièvre organisera sa trentième édition. Elle rassemblera près de 2 000 marcheurs sur trois itinéraires entre Paris Notre-Dame et Bièvres, en passant par les étangs de la Minière à Guyancourt. Toujours trois marches : la Marche à la lune (51 km), la Marche à l'aurore (28 km) et la Marche au soleil (20 km).

Les inscriptions en ligne sont ouvertes à l'adresse suivante : <http://marche.bievre.org/>



## Dons de livres

Prochaines récoltes de livres pour l'association « Le Français en partage » les mercredi 28 mars, 25 avril et 30 mai de 18h à 19h sur le parking du centre commercial et de 20h à 22h au local de l'Espace La Fontaine.



## LES CONCERTS D'ATELIER 13

**Dimanche 8 avril 17h30**

Concert par l'ensemble à géométrie variable PIXIS, programme à déterminer.

**Dimanche 13 mai 17h30**

Concert de musique de chambre : *Sonate pour deux pianos* de Mozart par Hugues Gaillot et Paul-Henri Florès ; *Sonate pour flûte et piano* de Prokofiev par Élisabeth Dutrieux et Claudine Florès ; *Duos pour cor et alto* de Mozart par Christophe Vellard et Didier Matarin ; *Pièces pour cor et piano* de Gliere ; *Roméo et Juliette* dans une version pour alto et piano...

**Dimanche 17 juin :**

– 11h00 : deux mini récitals de piano par Philippe Nguyen (œuvres de Liszt et Beethoven) et Anne-Sophie Poteau (œuvres de Brahms et Debussy) ;

– 18h30 : concert des enfants du quartier. **Inscrivez-vous !**  
01 46 61 40 35 (p-h.flores@club-internet.fr).

## LES CONCERTS D'ANTONY JAZZ

**Samedi 24 mars 2012 à 21h00**

Concert de Volaj. Thème *Patate Soul* à l'Auditorium Paul Arma.

**Samedi 26 et dimanche 27 mai**

Deux animations à l'occasion du salon Nature et Environnement : *Quinte et Sens* avec une rythmique et *Jazz 4 All* avec Djincombo au square Marc Sangnier.

**Samedi 2 juin à 21h00**

Concert du Big Band sur le thème « Les musiques sacrées de Duke Ellington », avec la participation du chœur et/ou des petites formations vocales à l'Auditorium Paul Arma.

**Samedi 9 Juin 2012**

Fête du quartier de La Fontaine, les Prés de la Bièvre : participation du chœur et de l'atelier Patrick Bocquel.

**Fête de la musique**

Parc Bourdeau : date et horaires à définir.

## CONCERT DE L'ASSOCIATION LYRICUS

**Dimanche 18 mars 2012 à 16h30**

Gaëtane Georget (soprano), Lorenza Bourgeois (mezzo-soprano) présentent **La rose**, excursion musicale illustrée par des airs d'opéra et d'opérette, des mélodies et des gospels.


Bateau Daphné, quai Montebello, 75005 Paris.

Merci de réserver à [info@bateaudaphne.com](mailto:info@bateaudaphne.com)

<http://www.bateaudaphne.com/>

Tarif : 15 € par personne (tarif réduit pour les enfants, les étudiants et les chômeurs : 12 €).

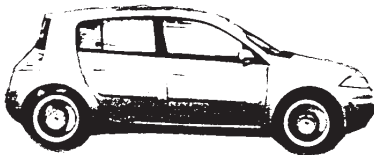
Lyricus : <http://sites.google.com/site/lyricuslyricus>



**RENAULT BOURG-LA-REINE**  
Garage des COTTAGES  
19 avenue des Cottages  
Tél. 01 43 50 13 75

200 m RER  
Parc de Sceaux  
CARROSSERIE TOUTES MARQUES

VENTE NEUF  
&  
OCCASION



### CES PRODUITS DITS « BON POUR NOTRE SANTÉ »... TOUT UN PROGRAMME...

#### Le bifidus actif : une fausse bonne idée...

Connaissez-vous la petite bouteille blanche qui hante nos frigidaires comme une promesse de bonne santé ? Combien de matin avez vous rejeté le pain beurré à la confiture beaucoup trop calorique pour un yaourt au bifidus actif ou un Actimel, sûre que vous étiez d'avoir accompli une bonne œuvre protectrice pour votre corps ? Cette petite bouteille blanche que vous donnez sans restriction à votre enfant car il le protège et augmente ses défenses immunitaires selon les dires du grand groupe français Danone est rempli de probiotiques, qui sont massivement utilisées dans l'industrie d'élevage industriel. En effet, les probiotiques servent à faire grossir plus vite, de 10 à 15 % de plus, les cochons et les poulets. Danone nous prendrait-il pour des poulets ou, pire, des cochons à engraisser ? Non bien sûr. Qui n'a pas acheté l'actimel 0 %, censé éviter les prises de poids tout en continuant à « booster » nos défenses immunitaires ? Pourtant, une seule petite bouteille d'Actimel contient les 10 milliards de ferments actifs *L. casei* brevetés. De quoi booster... nos cellules graisseuses !

Les Anglais, qui n'apprécient que moyennement l'impact des produits laitiers français, ont refusé les publicités qui incorporaient un slogan sur les bienfaits *scientifiquement prouvés* du produit pour la santé des enfants. D'autre part, Danone a dû déboursier 35 millions d'euros pour clore une plainte collective aux États-Unis qui reprochait au groupe de mettre trop en exergue les bienfaits sanitaires sur les emballages Activia et Actimel. En France, il a fallu une étude de chercheurs indépendants qui ont comparé la flore intestinale des obèses et des non obèses pour remettre en cause la jolie ritournelle. Les résultats furent surprenants : les obèses étaient bourrés de probiotiques – ceux qu'on trouve justement dans nos yaourts surmédicatisés.

D'autres chercheurs suisses ont démontré l'impact négatif de ces produits laitiers sur des femmes qui cherchaient à maigrir.

Depuis fin 2010, sous une pression des plus feutrée – il ne faut pas faire trop de bruit – Danone ne vante plus les bienfaits sanitaires de ses produits au bifidus actif, pour ne plus parler que de plaisir et de bien-être, mais aucune mise en garde n'est apparue.

Le marché des « alicaments », ces produits dont la composition explicitement formulée est censée avoir un effet actif sur la santé du consommateur, est une part énorme du marché agroalimentaire. Le marché des probiotiques est évalué à 3 milliards d'euros dans le monde. C'est aussi 10 % des bénéfices de

Danone et plus de 10 % des étagères laitiers de nos magasins. Alors on se contente d'enlever la pub et tant pis pour ceux qui ne seront pas informés des effets négatifs de ces produits...

#### Les produits allégés font maigrir, une vraie fausse idée...

Les produits allégés envahissent nos rayons, à tel point qu'il est parfois difficile de s'y retrouver dans toutes ces gammes de produits sensés nous faire conserver notre ligne. Les puristes crieront à tue-tête qu'il n'y a plus de plaisir à manger du chocolat allégé ou un fromage genre pâte fade à 0 %. D'autres regarderont ces yaourts aux fruits sans sucre avec suspicion. Par contre, la ménagère aux rondeurs que seul notre regretté Rubens appréciait se laissera tenter par ces produits qui lui permettent du plaisir sans les affres de la balance.

L'une des plus grandes conquêtes de la « lightmania » est incontestablement la découverte des édulcorants de synthèse (dont l'aspartame découvert en 1965) au pouvoir sucrant 200 fois plus élevé que notre bon vieux saccharose extrait de la canne à sucre ou de la betterave. Or, qui dit faible quantité pour sucrer dit faible apport calorique. C'est le sucre sans sucre, un miracle...

Commercialisés en France en 1989, les édulcorants de synthèse ont révolutionné notre

alimentation. Finies les caries, finies les prises de poids, finis les régimes fades et pourtant nos dentistes se portent bien et nos kilos encore mieux.

Il semblerait que la consommation d'édulcorant perturberait le mécanisme de contrôle de la prise alimentaire. Pour dire simple, la prise d'édulcorant ouvre l'appétit. Nos amis les petits rats en firent l'expérience : le scientifique Tordoff a démontré que des rats consommant de l'eau sucrée à la saccharine (autre édulcorant) mangeaient 10 à 15 % de plus que les rats qui ne consommaient que de l'eau plate. On peut se demander si le résultat serait le même avec des rats buvant de l'eau sucrée au lieu d'eau plate.

Cependant le sucre a ce même rôle d'ouvrir l'appétit du fait de nos besoins énergétiques qui entraîne une attirance vers ces aliments sucrés. Donc ne doit-on pas voir la prise de produit allégé comme étant une porte ouverte au plaisir. Le sucré fait grossir, l'allégé ouvre la voie à l'excès sans complexe. Du coup, on consomme plus, vu qu'il n'y a pas de sucre... Pourtant, des études démontrent que des femmes en surpoids consommant des édulcorants dans le cadre d'un régime parviennent mieux à leurs fins que celles mangeant



Ne monte pas là-dessus : ça fait pleurer !

## Vie pratique

des sucres naturels. Par contre chose surprenante, c'est le contraire pour les hommes...

En somme, si les édulcorants peuvent rendre les régimes plus supportables, donc plus efficaces, ils sont aussi responsables de prise de poids. Comme quoi rien n'est jamais simple !

### Connaissez vous la stévia ?

La stévia est une plante du Brésil et du Paraguay utilisée depuis la nuit des temps par les amérindiens (en l'occurrence les Guaranis, peuple décimés par les Espagnols) qui l'utilisaient pour adoucir leurs tisanes.

C'est dans son feuillage que la stévia synthétise des édulcorants naturels : des stéviolosides, des stéviols et des rébaudiosides. Ces composés à fort pouvoir sucrant ne contiennent aucune calorie. De ce fait la stévia, aussi appelée rébaudioside A, a la capacité de sucrer 200 fois plus que le sucre classique et peut servir à la confection de pâtisseries, confiseries, boissons et autres. En tant qu'édulcorant, sa consommation n'induit pas de hausse de la glycémie et est par conséquent tolérée par les diabétiques.

Consommée depuis des centaines d'années par les amérindiens, commercialisée depuis trente ans au Japon, implantée aux USA depuis quelques années seulement, il faut attendre 2009 pour qu'elle fasse son apparition en France. Il



faut dire que cette plante ne cessait d'inquiéter les lobbies de l'aspartame. Au Japon, la stévia occupe déjà 40 % du marché des substituts du sucre. Une vraie menace pour le marché européen que les lobbies de l'aspartame ont essayé d'enrayer en faisant pression sur la Commission européenne en accusant la stévia d'engendrer *des troubles de la fertilité*, mais l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a statué en 2008 et le rébaudioside A est officiellement blanchi de tout soupçon.

Commercialisée oui, mais pas sous sa forme naturelle de feuille séchée, car les grandes firmes agroalimentaires se sont précipitées pour déposer un brevet sur la forme raffinée (poudre blanche, en sucre, poudre ou sucrlette) monopolisant ainsi tout le marché de ce nouvel édulcorant. Parallèlement, la France interdisait l'utilisation en tant que sucre des feuilles brutes (allez savoir pourquoi ?).

Face à un produit comme la stévia capable de supplanter l'aspartame entaché de suspicion cancérigène, les géants de l'agroalimentaire ont donc pris les devants et verrouillé le marché. La société Mérisant, qui produit et commercialise Equal, Canderel et d'autres édulcorants dans le monde entier, détient plus du tiers du marché des édulcorants de table basses calories, estimé à un milliard et demi de dollars voyait avec angoisse arriver ce produit sur le marché.

Mérisant s'est donc associé à Pepsi pour fabriquer des sucrettes à base d'extraits de stévia et conquérir le marché français.

Malgré ces différentes manigances commerciales, l'arrivée de la stévia est une aubaine sur le marché des édulcorants. Par contre, son traitement de raffinage lui fait perdre son statut de plante naturelle, mais il est possible de trouver dans les boutiques spécialisées des feuilles séchées (à titre *produit de santé naturel*). Si vous êtes adepte du pur naturel et que vous désirez faire marcher le petit commerce plutôt que les grosses machines, votre choix peut s'orienter vers ces feuilles séchées, mais l'arrière goût légèrement amer genre réglisse pourra décourager certains. Les industriels travaillent à cet inconvénient sans toujours y parvenir, on retrouve ce goût amer dans la présentation sucre en morceau.

D'autre part, le prix reste élevé et risque de le rester du fait que le coût de production est dix fois supérieur à celui de l'aspartame.

Sylvie Blanzin

## LAVE PRESSE FONTENELLE

Un artisan à votre service



L A V E R I E  
P R E S S I N G  
N E T T O Y A G E  
T A P I S E T C U I R

Ouverture du mardi au vendredi  
de 8h à 12h30 et de 14h30 à 19h30  
le samedi

de 8h à 12h30 et de 15h à 19h

Centre Commercial La Fontaine

14, place de la Résidence

92160 ANTONY

Tél. 01 43 50 17 63

RC 78 A 7910 – Siret 313 685 711 00019

### LIBRE À VOUS...

Eh bien ça va MAAAAAL... C'est la crise, on a perdu notre triple AAA, on souffre, le chômage, les fins de mois difficiles, l'accès aux soins, etc., et en plus, c'est l'hiver ! Que peut-on faire ? Chacun y réfléchira, nous sommes des citoyens libres. Cela étant, quand va-t-on être heureux car ce que nous voulons tous, c'est juste être bien, que chacun soit heureux à sa façon. Allons pas de désespérance ! Relativisons, cela pourrait être pire ! Cela ne vous console pas ? Vous avez raison, il faut tendre vers le haut pour entraîner l'humanité.

Pascal a dit par boutade dans ses *Pensées* : « Le bonheur, c'est le motif de toutes les actions de tous les hommes, jusqu'à ceux qui vont se pendre ».

Le bonheur est l'un des thèmes privilégiés de la philosophie, depuis les Grecs (Socrate, Platon, Épicure, Aristote) jusqu'à Kant, Spinoza, Diderot, Descartes, Montaigne ou Alain... Oui et alors ? Il y a donc une méthode ? Comment fait-on ?

Eh bien voilà peut-être une clé que nous donne André Comte-Sponville dans un petit opuscule intitulé *Le bonheur, désespérément* (texte d'une conférence-débat qu'il a prononcée en 1999 - Librio à deux euros !). Alors ça va déjà mieux à ce prix là !

Bref, son idée principale est qu'il ne faut pas vivre ou plutôt espérer mieux vivre dans l'avenir, mais que « la sagesse consiste à vivre pour de bon, avec les plaisirs et les joies du présent », en ne désirant que ce que l'on a au moment présent. Bien évidemment, cela n'est possible que lorsqu'on a la chance d'avoir l'essentiel. Difficile quand on meurt de faim... C'est ce qu'il appelle « le bonheur en acte », un bonheur qui « n'espère rien ». Cette sagesse reste un idéal que peu d'hommes peuvent atteindre ; mais elle indique une direction : « Celle du maximum de bonheur dans un maximum de lucidité ».

Dans un premier chapitre, André Comte-Sponville analyse ce qu'il appelle « Le bonheur manqué ou les pièges de l'espérance ». La sagesse est nécessaire parce que nous sommes, pour la plupart, insatisfaits et même souvent angoissés. Camus disait : « Les hommes meurent, et ils ne sont pas heureux », signifiant par là que notre vie est brève, que l'homme se sait mortel et qu'en plus, il se sent malheureux.

Même ceux qui apparemment ont tout pour être heureux, ne se sentent pas en fait réellement heureux ; c'est qu'il leur manque la sagesse pour apprécier le bonheur. « Qu'est ce que je serais heureux, si j'étais heureux ! » (Woody Allen).

Il ne s'agit pas de la sagesse absolue des stoïciens, surhumaine, qui n'est qu'un idéal, mais d'une *sagesse quotidienne*, moins ambitieuse, et qui permet d'être heureux, non pas quand tout va mal (misère, guerre, deuil...), mais quand tout va à peu près bien.

André Comte-Sponville nous conseille, comme Montaigne, d'apprendre à vivre et donc de philosopher avant qu'il ne soit trop tard.

La sagesse conseille donc d'opérer une conversion du désir et d'apprendre à désirer ce qui dépend de nous, c'est-à-dire



**André Comte-Sponville**, né le 12 mars 1952 à Paris 16<sup>e</sup>, est un philosophe français et membre du Comité consultatif national d'éthique depuis mars 2008.

Philosophe se décrivant comme matérialiste, rationaliste et humaniste, ancien élève de l'École normale supérieure de la rue d'Ulm, André Comte-Sponville fut maître de conférences à la Sorbonne jusqu'en 1998, date depuis laquelle il se

consacre exclusivement à l'écriture et aux conférences qu'il donne en dehors de l'Université.

apprendre à vouloir et à agir plutôt que vivre dans l'espérance et la déception.

Pour Spinoza, le désir n'est pas manque, « le désir est puissance » : puissance d'exister, d'agir, de jouir et de se réjouir.

L'esprit du spinozisme et aussi de toute sagesse vraie est du côté de la joie et de l'amour : se réjouir de ce qui est, plutôt que s'attrister (ou ne se réjouir que de façon inconstante) de ce qui n'est pas ; aimer plutôt qu'espérer ou craindre.

Dans un deuxième chapitre, il refuse en effet l'espérance, au profit du « bonheur en acte », un bonheur qui agit et qui n'espère rien. Il estime que Platon, Pascal, Schopenhauer et Sartre ont confondu le désir et l'espérance. Entre la souffrance et l'ennui, entre l'espérance et la déception, il y a deux choses importantes : *le plaisir et la joie*. « Il y a plaisir, il y a joie quand on désire ce qu'on a, ce qu'on fait, ce qui est. C'est ce que j'appelle le bonheur en acte. En un certain sens, c'est un bonheur désespéré car c'est un bonheur qui n'espère rien ».

Le sage est « un connaisseur de la vie » : il sait la connaître et l'apprécier. Par son action (joie de l'action) et sa volonté, il désire ce dont il jouit (joie du plaisir) et ce qu'il sait (joie de la connaissance).

Le contraire d'espérer ce n'est pas craindre, car l'un ne va pas sans l'autre : « Le contraire d'espérer, c'est savoir, pouvoir et jouir ; c'est le bonheur en acte ».

Précisons, pour les sceptiques, que la sagesse n'est qu'un idéal et qu'aucun idéal n'existe ; c'est un horizon que nous n'atteindrons jamais, mais que nous ne devons pas perdre de vue. De même, *le bonheur n'est pas un absolu*, mais un mouvement, un équilibre plus ou moins instable et fragile qu'il faut sans cesse préserver.

Il recommande surtout de ne pas faire de la sagesse un nouvel objet d'espérance : car il s'agit d'espérer un peu moins et d'agir et aimer un peu plus. Pourquoi ne pas tenter l'expérience ! Libre à vous !

**Ghislaine Clavaud**

## UN POÈTE DE NOTRE QUARTIER



### Les candidats

Soyez les bienvenus chers candidats,  
Soyez à l'aise et sortez vos abats,  
Et commencez sans tarder votre apostolat  
Dans un décor qui déteste l'anonymat.

Bien sûr, vous êtes bien conscients de la situation actuelle  
Et la crise que traversent nos sociétés ne vous paraît guère virtuelle  
De toute évidence nous croyons chers candidats que vous  
serez ponctuels  
Et que vos promesses tiendront compte de nos bourses  
à la mutuelle.

Quelles réponses apportez-vous pour la menace qui pèse  
sur notre terre ?  
Quels crédits octroyez-vous pour bâtir une République  
solidaire ?  
Quelles garanties donnez-vous pour éradiquer une finance  
amère ?  
Quels programmes offrez-vous pour une éducation devenue  
aliénatoire ?

Chers leaders et politiques,  
Comment lisez-vous notre situation chaotique ?  
Allez-vous construire sans nous ?  
Ou êtes-vous prêts à composer avec nous ?  
Nous sommes les citoyens,  
Et vous nos moyens,  
Vous êtes les penseurs,  
Et les citoyens sont les décideurs.

Si cette réalité est bien comprise  
Allons-y aux élections,  
Et dans un duel sans intention prise  
Examinons toutes vos options  
Grâce à votre initiative entreprise  
Permettez au peuple de tirer sa ration.

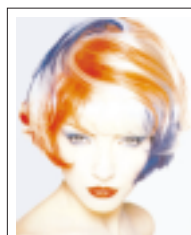
Les élections ne seront pas une opportunité  
Que le peuple manquera dans son expression de citoyenneté  
Chers candidats, sachez-le et maintenant.

**Edouard Koutsava,**  
« Electionibus »

« L'observation des lois, la conservation de la liberté et  
l'amour de la patrie sont les sources fécondes de toutes  
grandes choses et de toutes belles actions. Là, se trouvent le  
bonheur des peuples, et la véritable illustration des princes  
qui les gouvernent. » D. Diderot et J. d'Alembert, dans  
*Encyclopédie ou Dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des  
métiers I*, Éd. Paris Briasson 1751, page 899.

### Studio coiffure

67, avenue Raymond Aron - RN 20  
(face Sanofi Aventis)  
92160 Antony  
Tél. 01 43 50 07 16



Femmes

Hommes

Enfants

Josiane et son équipe vous proposent :  
Forfait jeunes - 20 ans : - 20%  
Forfait - 10 ans : 18 €

**Technicienne spécialiste**  
mèches et balayages

Avec et sans rendez-vous

**du mardi au samedi de 9 heures à 19 heures**  
**Nocturne le jeudi jusqu'à 20 heures**



### COMMENT ÔTER LES TACHES ?

Qui ne connaît pas un petit guide pratique pour ôter les taches n'est pas une ménagère accomplie ! À défaut d'un gros roman, voici quelques petits trucs...

**L**es armes de défense contre les taches ou la petite droguerie indispensable :

- talc, buvard comme absorbants ;
- beurre ou vaseline, essence de térébenthine comme produits ramollissants ;
- soufre ou eau oxygénée, eau de javel comme décolorants ;
- éther, alcool, acétone comme diluants ;
- ammoniacque comme régénérant et neutralisant.

**La tache de gras sur le papier peint.** Tamponnez à l'éther ou à l'acétone à travers des épaisseurs de buvard blanc, jamais directement sur la tache. Si le papier n'est pas très solide de couleur, posez simplement sur la tache un buvard blanc et repassez avec un fer chaud ; le buvard doit absorber tout le gras.

**Beurre, huile, matière grasse sur un tissu.** Saupoudrez de talc puis intercalez un papier de soie blanc et chauffez avec un fer tiède. Recommencez jusqu'à ce que la poudre n'adhère plus et brossez.

**Huile ou graisse sur un meuble en bois.** Dégraissez en passant l'endroit taché à l'essence de térébenthine, n'essuyez pas, couvrez de talc chaud. Laissez une heure ou deux (pour obtenir du talc chaud, versez-en dans une assiette que vous mettez dans le four traditionnel).

**Eau sur meuble en bois.** Pour les petites traces, frottez avec un bouchon de liège.

**Vin ou fruit sur les moquettes ou tapis.** Tamponnez avec de l'alcool à 90° puis lavez doucement avec de l'eau savonneuse tiède. Sur un tissu, utilisez le vinaigre blanc ou bien mouillez la tache avec de l'eau, puis approchez sous le tissu une allumette soufrée enflammée.

**Bougie sur une nappe.** Utilisez du buvard blanc et un fer à repasser, mettez un buvard au-dessus et un en-dessous de la tache puis passez le fer à repasser. S'il s'agit d'une bougie de couleur, une trace de colorant peut subsister. Sur une nappe blanche, l'effacer avec de l'eau oxygénée à 20 volume, sur une nappe de couleur, employez l'ammoniacque ou l'ammoniacque diluée dans l'eau.

**Moisi sur du linge blanc.** Le passer à l'eau de javel.

**Doigt sur les peintures.** Vous pouvez frotter la tache avec une moitié de pomme de terre crue.

**Peinture sur le carrelage.** Ramollissez-les avec un peu d'essence de térébenthine puis grattez avec une lame de couteau.

**Rouge à lèvres sur le linge blanc.** Voyons mesdames ! Vous l'éliminerez avec de l'alcool à 90°.

**Sang sur le linge.** S'il s'agit de petites taches, mâchez un bout de fil à coudre et appliquez-le sur la tache. Pour les souillures plus importantes achetez du sérum physiologique chez votre pharmacien sous forme d'ampoule. Mouillez-en un coton et tamponnez.

**Le vert-de-gris.** Pour enlever le vert-de-gris, faites dissoudre du sel de mer dans du vinaigre bouillant et frottez-en les taches.

#### Tu manges ou tu laves ?

##### Le citron s'utilise pour :

• **Faire briller les cuivres.** Frottez les surfaces ternies à l'aide d'un citron coupé en deux. S'il s'agit de cuivres ciselés avec des motifs en creux ou en relief utilisez une brosse à dents usagée trempée dans du jus de citron. Pour des petits objets, les tremper directement dans le jus de citron. On peut ajouter une pincée de sel marin dans le jus de citron. Dans tous les cas essuyez avec un chiffon sec.

• **Blanchir l'ivoire ou l'os.** Faire dissoudre une cuillère de gros sel dans le jus de deux citrons. Lavez les bibelots jaunés avec cette préparation.

• **Raviver les sièges en rotin.** Préparez de l'eau citronnée (deux jus de citron dans un litre d'eau). Et procurez-vous une brosse à poils durs. Brossez énergiquement l'ensemble pour nettoyer le rotin et laissez sécher. L'huile de coude ça marche bien aussi...

• **Rajeunir un coussin en cuir.** Ôtez les taches avec un coton imprégné de jus de citron puis frottez longuement toute la surface avec l'écorce du fruit pour dégraisser le cuir.

##### L'œuf peut servir

• **Nourrir les cuirs.** Battez un jaune d'œuf dans trois cuillères à soupe d'alcool à 90° et servez-vous de cette mixture pour rénover les cuirs, principalement les reliures de livres. Faites briller la surface en frottant à l'aide d'un tissu doux.

• **Nettoyer le bois doré.** Le blanc d'œuf battu en neige additionné d'un filet de vinaigre blanc constitue une mousse décapante. Appliquez-la au pinceau sur la partie à nettoyer, laissez sécher, puis essuyez.

S.B.

**MOINS CHER QUE MOINS CHER  
C'EST POSSIBLE**

**Discounter PNEUS - 92 IDF**

TOURISME - 4 x 4 - UTILITAIRES

**01 55 52 00 86**

[www.pneus-discount.fr](http://www.pneus-discount.fr)

**RN 20 ANTONY 92160**



## UNE ŒUVRE PRÈS DE CHEZ NOUS ANTOINE COYSEVOX : MERCURE ET LA RENOMMÉE

*Il est intéressant d'observer des œuvres sculptées en réduction. C'est possible près de chez vous, au musée de l'Île-de-France, où l'on peut admirer deux œuvres de Coysevox, Mercure et La Renommée.*

Antoine Coysevox naquit à Lyon en 1640 et arriva à Paris en 1657. Devenu membre de l'Académie en 1677, il s'imposa rapidement comme le sculpteur le plus doué de son temps et exécuta les bustes de la famille royale et de personnages célèbres de son temps, ainsi que des compositions funéraires. Il travailla à Versailles, Trianon, Saint-Cloud et Sceaux, tant pour la décoration intérieure que pour l'ornementation sculptée des jardins.

Antoine Coysevox a réalisé environ 200 œuvres. Sa production est un précieux document historique sur le culte absolutiste qui entourait Louis XIV.

Lorsque le roi, « lassé du beau et de la foule, se persuada qu'il voulait du petit et de la solitude », comme l'écrivit Saint-Simon, il commanda à Jules Hardouin-Mansart un lieu de retraite et de repos eu égard aux obligations de la cour. Ce lieu, ce fut Marly, construit de 1679 à 1686.

C'est là que Coysevox donna toute sa mesure, et qu'il réalisa, en marbre de Carrare, les célèbres *Mercure* et la *Renommée*, de 1699 à 1702.

Ces deux statues se dressaient à l'extrémité du parc du château, sur des piédestaux placés sur un mur qui surplombait un abreuvoir, où les eaux étaient rassemblées pour permettre aux chevaux de se baigner, et aux troupeaux de se désaltérer.

Pour une personne placée au niveau de « l'Abreuvoir », les chevaux ailés monumentaux témoignaient de la grandeur de celui qui régnait derrière l'enceinte du parc.

*Mercure* et la *Renommée* étaient donc une œuvre de plein air, et un monument officiel.

Les œuvres que nous voyons ici sont une version réduite en bronze doré, exécutée au XIX<sup>e</sup> siècle par le fondeur E. Boudet, léguée au Louvre en 1911 et déposée au Musée de l'Île-de-France en 1963.

Dans la réalité, ces sculptures étaient trois fois plus grandes. La renommée, par exemple, qui mesure ici 1,11 mètre de hauteur, représentait à Marly une hauteur de 3,15 mètres.

Il fallut un bloc de marbre immense pour dégager toute la sculpture dans un bloc monolithe, y compris la fine et longue trompette de la renommée.

Le *Mercure* et la *Renommée* étaient entre autres destinés à rappeler l'accession du duc d'Anjou au trône d'Espagne en 1700 et l'accroissement de la puissance ainsi que du prestige de la dynastie des Bourbons.



### Le style

Si nous considérons le style, nous percevons que ces créations s'éloignent des recherches classiques de Girardon pour la statue équestre de Louis XIV destinée à la place Vendôme.

Pour ses statues de jardin, Coysevox s'est d'abord limité à de simples copies d'antiques, puis, dans la dernière partie de sa carrière, parvient à se libérer de la rigidité des canons académiques.

Le *Mercure* et la *Renommée* sont l'expression d'un renouveau artistique, et appartiennent assurément à l'art rocaille.

Le rocaille est le style artistique dominant en France du début du XVII<sup>e</sup> siècle, jusque vers 1760. Il se caractérise par des lignes courbes et sinueuses (exemple, la queue du cheval) et un goût pour la dissymétrie. La sculpture rocaille privilégie les thèmes mythologiques, comme ici.

### La symbolique

Ces statues furent sculptées lors de la courte période de paix, de 1697 à 1702, qui précéda la guerre de succession d'Espagne.

Le dieu *Mercure* et la *Renommée* chevauchent l'un et l'autre le cheval Pégase cabré sur une terrasse. Ce cheval ailé symbolise la poésie. Sa présence constituait un hommage au roi Louis XIV qui favorisait à l'époque les arts et les lettres. *Mercure*, dieu latin protecteur des commerçants, incarnait les bienfaits de la paix.

C'est pourquoi le cheval foule ici des trophées guerriers. Parmi les carquois et les cuirasses, on y trouve un bouclier qui figure l'allégorie de la succession d'Espagne : Minerve, déesse de la Guerre et de la Raison à la fois, présente le jeune Philippe V à la nation espagnole. Mercure, qui est aussi le messager des dieux, porte des sandales ailées. Il est ici coiffé d'un cimier et tient le caducée, symbole à la fois du commerce et des médecins.

Le laurier est symbole de gloire, c'est pourquoi la Renommée, messagère de Jupiter, en est couronnée et en tient dans sa main gauche. Elle proclame les victoires du roi et

doit être appréciée, elle aussi, comme une messagère de paix. Son cheval se cabre sur des trophées d'armes constitués d'une cuirasse à dépouille de lion et de plusieurs drapeaux, casques, carquois et bouclier orné d'une victoire tenant une palme et une couronne.

Les statues équestres de Coysevox furent transférées à l'entrée du jardin des Tuileries à Paris en 1719, lorsque le Régent installa le jeune Louis XV au château des Tuileries, pour lequel il fallait un décor royal, digne du pouvoir politique.

Venez d'abord à Sceaux et, si cela vous plaît, vous pourrez aller au Louvre voir les originaux en marbre de Carrare...

Lydia Loubert

## RUE PIERRE KOHLMANN



Nous avons, dans le quartier, une rue Pierre Kohlmann. J'ai toujours été surpris par l'ignorance de l'origine du nom de cette rue. Au cours de mes questions, j'ai tout entendu : il était footballeur, aviateur, enseignant, homme politique ou j'en sais rien. Rétablissons la vérité. Pierre Kohlmann était antonien, il habitait rue de Bome, d'un grand dévouement

pour toutes sortes d'épreuves et il fut un grand alpiniste. Né à Paris le 24 août 1935, il fait la connaissance des routiers scouts animés par Paul Roze. Il découvre l'alpinisme avec des entraînements en forêt de Fontainebleau avec René Desmaison (récemment décédé) et fonde l'équipe de haute montagne d'Antony.

En 1958, il fait la connaissance de Pierre Mazeaud. En 1959, il réussit la première, avec René Desmaison de la face nord de la « cima » ouest dans les Dolomites, suivi d'autres premières dans les Alpes et aussi dans le Hoggar. D'un contact généreux, il fait découvrir l'escalade et la marche en montagne à une association d'aveugles. Au cinéma, il double à plusieurs reprises Jean Marais dans des scènes acrobatiques et mène des équipes d'alpinistes lors des tournages de films de cape et d'épée.

En juillet 1961, avec d'autres compagnons de cordée très chevronnés, Mazeaud, Vieille Guillaume, Walton Bonatti entre autres, il tente la première ascension du Pilier central du Freney sur le versant italien du Mont Blanc lorsque l'orage interrompt leur progression à 4 800 mètres. Pierre était malentendant et portait un appareil auditif qui l'handicapait pour communiquer avec ses compagnons de cordée.

La tempête s'installe et contraint les alpinistes à une retraite de plusieurs jours qui se termine en tragédie. La foudre touche l'appareil de Pierre qui doit lutter contre le froid, la neige, le vent et la déshydratation. Fortement commotionné, pris d'une sorte de démence, il s'enfuit dans la neige, le choc et la fatigue lui ayant fait perdre la raison. Waltson Bonatti et Roberto Gallieni peuvent enfin regagner un refuge et alertent les secours. Pierre Mazeaud est sauvé inextrémis, mais les sauveteurs ne pourront rien faire pour Pierre retrouvé mourant le dimanche 16 juillet.

Bonatti a raconté cet épisode tragique dans son livre *La grande tragédie*. Rapatrié de Chamonix à Antony, la municipalité lui a rendu un vibrant hommage et a décidé d'attribuer son nom à une rue de notre ville. Pierre est enterré au cimetière d'Antony.

En 1976, deux figures antoniennes – Paul Roze et Charles Ferment – créent l'association Pierre Kohlmann dont le but est l'aide aux jeunes en difficulté. Durant douze ans, l'association accompagne des adolescents et jeunes de 16 à 25 ans à travers différentes activités culturelles, sportives, d'aide aux devoirs. En 1988, ouverture d'un centre d'accueil dans le quartier grand ensemble, en 1993 la ville d'Antony apporte un soutien plus important. Conforme à sa mission, l'association se consacre actuellement aux jeunes de 6 à 20 ans en difficulté du fait de la nature de leur environnement quotidien, échec scolaire, fragilité de la cellule familiale, mauvais exemple des aînés, persistance du chômage, banalisation des drogues dites douces, etc.

Didier Duquesnois

**Association Pierre Kohlmann**, 5 allée de la Volga, 92160 Antony. Tél. 01 42 37 06 32 / 06 85 52 62 77.

Sous la présidence d'honneur de Monsieur Laurent Brakhauser, fondateur du Club Pierre Kohlmann, le club, c'est 130 jeunes adhérents, 75 familles, 55 accompagnateurs bénévoles, 6 salariés, 130 cotisants donateurs et 20 membres du conseil d'administration. Les dons sont les bienvenus. Cotisation annuelle : 20 €.

## Nos prochaines activités



### Balades 2012

Les prochaines randonnées sont prévues aux dates suivantes :

Dimanche 6 mai

Dimanche 3 juin

Dimanche 24 juin

### Recommandations

Rendez-vous à 8h30 devant Simply Market  
Déplacement en voiture (dédommagement de 4 euros à régler au chauffeur).

Marche de 16 à 18 km.

Chaussures confortables conseillées.

Repas sorti du sac.

S'inscrire auprès de Catherine.

**Inscription à l'association obligatoire (9 euros).**

**Responsable :** Catherine Maville (01 47 02 31 23)

*Merci de ne pas lui téléphoner le dimanche matin !*

Mail : catherinemaville@gmail.com

### Dates à retenir

- **Samedi 2 juin**, Foire à tout de 14 h à 18 h sur les trottoirs de la rue Pierre Kholmman, face à Simply.
- **Samedi 9 juin**, Fête du quartier : grand feu et musique sur la butte du terrain des prés.
- **Mercredi 20 juin**, Exposition d'arts plastiques.

### Dans votre prochain numéro

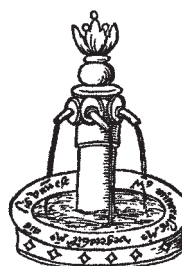
**Numéro spécial sur les nouveaux modes de consommation : achats groupés, AMAPS, du producteur au consommateur**

- **L'organisatin des stages d'arts plastiques**
- **Les festivals près de chez nous**
- **Un nouveau Libre à vous**

### Ne manquez pas les promenades-découvertes de Lydia Loubet

Un dimanche dans le mois, visite commentée par une passionnée d'histoire sur Bourg-la-Reine, Sceaux et Antony. **La prochaine promenade-découverte aura lieu début juillet.**

**Pour tous renseignements, tél. 01 47 02 27 68**



### AGENCE LA FONTAINE

15, place de la Résidence

92160 Antony

Tél. 01 46 83 07 28 - 09 71 30 08

67 (communication locale)

Adresse mail : contact@alf-immmo.fr

**Le site de l'association : <http://vivrefontaine.free.fr>**

### Le Quartier - Bulletin de l'association Vivre à la Fontaine Saint-Ex

118, avenue Saint-Exupéry, 92160 Antony

Directrice de la publication : Sylvie Blanzin

Ont participé à ce numéro

Pour les textes : L. Bertrand, S. Blanzin, L. Bourgeois, M.-H. Breysach, G. Clavaud, G. Fabbri, P.-H. Florès, G. Galen, E. Koutsava, L. Loubet, S. Philibert, M. Piriou, H.-P. Schomaker, J. Touzeau,

Pour les illustrations : F. Acquaviva, Y. Boccarra, J. Touzeau.

ISSN 0399-0249