

Le Quartier

Association Vivre à la Fontaine Saint-Ex

N° 112

Novembre 2013

Sommaire

Éditorial	p. 2
Complexe sportif La Fontaine	p. 3
Pour Didier	p. 4
Les oiseaux du quartier la fontaine : le grimpeur des Jardins	p. 6
Une épicerie low cost à la cité universitaire Jean zay	p. 6
Libérez-vous !!	p. 7
La Croix de Berny change de nom	p. 7
Exposition - vente au profit des enfants de Madagascar	p. 7
La fête de l'automne	p. 8
réussir le bilinguisme	p. 9
Les ateliers d'arts plastiques : en route pour l'Italie...	p. 9
Les associations qui nous accompagnent, pour la fête de L'automne	p. 10
Concerts « Atelier 13 »	p. 12
Le Jazz à Antony avec Antony Jazz	p. 12
Lyricus	p. 13
Les concerts d'Antony Jazz	p. 13
La Malbouffe premier volet : Un petit cocktail chimique	p. 14
Livres à vous ...	p. 16
Lire, lire, lire, lire, lire, lire...	p. 17
Les bienfaits de l'eau	p. 18
Petits trucs	p. 18
Les brèves	p. 19
Nos prochaines activités	p. 20



Fête de l'Automne samedi 16 Novembre

Dans ce numéro

Programme de la Fête de l'Automne

Les oiseaux du quartier

la malbouffe un cocktail chimique

Didier nous a quitté

1,50 Euro



Aujourd'hui, 20 Octobre 2013, les éléments déchaînés qui s'abattaient sur notre petite association, se sont envolés !

Le soleil est revenu et le climat s'est apaisé.

En effet, la destruction programmée et commencée de l'ex gymnase La fontaine, nous privait de locaux pour assurer les cours de gymnastique. Un malheur n'arrivant jamais seul, nos professeurs de gym nous informaient vouloir aller vers d'autres cieux.

Les mois de vacances passaient sans la moindre éclaircie.

Et puis, courant septembre, un petit prof a été trouvé, grâce au concours de 2 membres féminins de notre association, et le gymnase tout nouveau de l'ensemble USTM de la Croix de Berny nous était proposé par l'intermédiaire de la municipalité d'Antony et de son responsable des sports monsieur Jacob.

Les cours de gym ont donc pu recommencer. Grand merci à la municipalité d'Antony et à son responsable des sports !

Pour cette nouvelle saison de notre association de quartier, vous retrouverez nos activités « traditionnelles »: foire à tout, galette des rois, feu de la Saint Jean, balades à pieds, collecte des jouets et des bouchons, atelier d'arts plastiques. L'initiation à la langue Russe se renforce avec deux ateliers chaque dimanche matin de 10h à 12h45 (dans les 2 Salles de l'espace La Fontaine).

Grande Nouveauté : La fête de l'automne, place de la résidence le samedi 16 novembre prochain ! Dans ce journal vous pourrez lire tous les détails de cette fête...

Donc bonne rentrée, et bon vent pour notre association de de quartier !

Le président, Gérard Fabbri
Association Vivre à la Fontaine Saint-Ex
118, avenue Saint-Exupéry
01 43 50 74 06
vivrefontaine@yahoo.fr



BULLETIN D'ADHÉSION ou de

RENOUVELLEMENT⁽¹⁾

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.

VOTRE NOUVELLE BOULANGERIE PATISSERIE ARTISANALE

AU RENDEZ-VOUS D'HONORÉ

Mangez
sur place
ou à emporter

**4 viennoiseries
achetées
la 5ème offerte**
(valable sur même article
selon disponibilité)

220 av Flouquet
92420 l'Hay les roses
de 7h00 à 20h30

06 82 06 07 66
07 60 13 64 57

- pièces montées
- Sandwichs aux choix
- Pizzas
- Formules Midi
- pâtisseries
- pâtisseries orientale
- Viennoiseries Diverses
- Boissons chaudes
- Boissons Fraîches

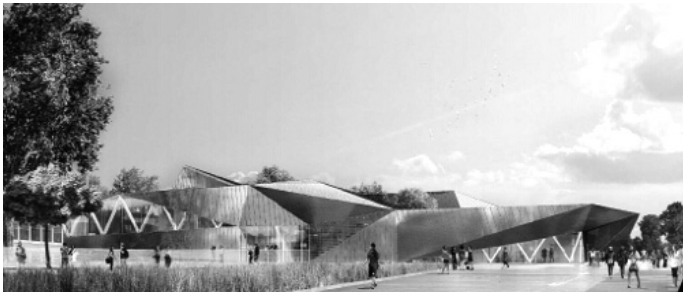


COMPLEXE SPORTIF LA FONTAINE

Nous pouvons lire sur le site de la mairie d'Antony

«Le futur complexe s'étalera sur 5200 m². Il sera composé de deux gymnases. Un de 1835 m² réservé au collège La Fontaine en journée et financé par le Conseil général des Hauts-de-Seine. Il permettra de pratiquer des sports collectifs (basket, volley, handball...) et proposera également un mur de tir à l'arc et une salle multi-activités. L'autre gymnase aura une surface de 3371 m² et proposera une salle de boxe, un dojo et une structure artificielle d'Escalade de 13 mètres au point le plus haut (SAE de type nationale). On pourra y pratiquer la gymnastique artistique et rythmique et les sports collectifs. Le complexe pourra accueillir des compétitions de haut niveau grâce à une tribune de 500 places. Un parking de 100 places sera construit sous le gymnase, ainsi que des vestiaires, bureaux, club house et locaux techniques.»

Impressionnant, trop peut être même.... Notre quartier, un « petit peu » vieillissant, va avoir une excroissance moderne et flambante neuve sur son flanc. Elle va aussi voir sa circulation augmenter les soirs et les week-end de compétition ... Une tribune de 500 places, un parking de 100 places: voici une arithmétique qui laisse à désirer..



La disparition du terrain de basket libre d'accès à tout moment est à prévoir... Nos fils ont tous joué dessus, avec les jeunes de Fresnes ou de l'Haÿ-les-roses... Que va-t-il rester par et de son calme ? Pour l'instant il disparaît, fini les familles qui se réunissaient sous les arbres et les rencontres entre séniors....



Je m'interroge : nous avons besoin d'un gymnase, mais deux est-ce vraiment nécessaire ? Nous sommes un quartier excentré, la mairie espère-t-elle ainsi nous désenclaver ? A-t-elle prévu des ventes de terrains municipaux pour des constructions immobilières ? Un complexe sportif devenant un plus pour la vente....

Je ne sais, mais j'avoue ne pas comprendre ce projet... La demande de locaux sportifs est importante, c'est vrai... Mais pas autant que ça, nous avons déjà US Métro pas loin.... Nous en tirerons des avantages de ce Gymnase, c'est certain, mais aussi des inconvénients en terme d'afflux de monde, de réduction d'espace vert, de circulation difficile, de passage de cars...

En tout cas, au regard du calendrier, il semblerait que nous soyons déjà en retard en ce qui concerne le planning de construction...

Cet été devait avoir lieu le désamiantage et la démolition du gymnase existant.... Pour enclencher la construction début 2014....

À suivre...

S.B

Carterie Presse



Tabac Loto

LA LIBRAIRIE PAPETERIE « LA FONTAINE »

Vous accueille du lundi au samedi
de 8h30 à 12h30 et de 15h30 à 19h30 (samedi 19h00)

Travaux Photos + Cartes téléphoniques

13, place de la Résidence 92160 Antony

Tél. 01 43 50 15 29

POUR DIDIER

Votre voix, cher Didier Duquesnois, je l'entends encore :

Chez Duquesnois, rééduquez-vous dans la joie !

Oui, mon cher Didier, comme nous avons ri ensemble !
Vous aimiez rire, et faire rire, et raconter des histoires,
distraire ainsi de la douleur
que pendant ce temps vos mains, vos bonnes mains attentives
savaient faire fondre, se dissoudre.

Car chez vous, pas de techniques rentables, pas de boxes, pas de pompe à finances,
comme chez tant d'autres,
vos seuls outils étaient vos mains,
vos mains si sensibles, si intuitives, vos mains intelligentes.

Elles savaient tout de suite où se poser, vos mains, juste là où on avait mal,
et l'on s'en remettait à elles en toute confiance,
tant à leur simple toucher on sentait,
avec votre science
et votre exceptionnel savoir-faire,
ce qui venait de tout au fond de vous
et irradiait de tout votre être:
votre bonté, votre inépuisable générosité.

On disait de vous : il a un don.
C'était cela : vous ne vous lassiez pas de donner.

Et l'on était sous votre regard bleu.

Votre liberté, votre fantaisie, imprévisible, alliées à votre sérieux,
suscitaient des sentiments contradictoires :
car vous étiez hors du commun,
hors du commun pour tout.

Vous ne soigniez pas un genou, un pied, un cou,
vous ne soigniez pas des morceaux,
comme tant d'autres,
vous soigniez un corps entier, vous soigniez un tout, une personne,
et votre affection pour le corps s'étendait à l'être que vous aviez en face de vous.

Vous connaissiez la vie de vos patients, et parfois ils connaissaient la vôtre,
vous connaissiez leurs goûts, leur emploi du temps, leurs enfants,
vous saviez la musique qu'ils aimaient
- Emportez-la, vous l'écouteriez chez vous
Vous n'étiez pas seulement un merveilleux kiné, vous étiez un ami.
On pouvait parler de tout, tout vous intéressait, vous étiez au courant de tout
Quand lisiez-vous les journaux qu'on vous gardait ?
La nuit ? Dans vos insomnies ?

Oui, vous aimiez les corps qui se confiaient à vous.
Nombreux, de plus en plus nombreux,
sans discrimination vos mains les accueillait
Et jamais vous ne disiez non
Et jamais vous ne laissiez partir quelqu'un souffrant
- Et puis si ça ne va pas, venez, mais si, venez, je vous prendrai quelques minutes...

Ah ! il fallait savoir vous mériter, attendre : On arrivait, souvent vous étiez débordé,
car jamais vous n'étiez au bout, au bout de votre passion,
au bout de votre dévouement sans limites à votre unique passion :
faire du bien, soulager.

Vous étiez là de longues heures durant, sans compter,
même à onze heures du soir, même le dimanche,
où grâce à vous de tout jeunes enfants reprenaient leur souffle.

Vous étiez là, on le savait.
En passant devant le 122, on levait les yeux vers la fenêtre.

Jamais vous n'hésitez à monter les étages,
à l'autre bout de la ville,
pour un cas urgent ou difficile
Vous alliez voir vos patients à l'hôpital
avec des fleurs
Et les patientes vous chargeaient de leurs courses

Infiniment humain, à l'écoute des difficultés du quotidien,
vous n'acceptiez votre dû qu'après remboursement :
la sécurité sociale était faite pour se soigner.

Et quand on insistait
vous n'aviez pas eu le temps de faire les feuilles
Certains ne revenaient pas toujours.

Vous aimiez les gens, la vie du quartier, le feu de la Saint-Jean
Vous apportiez la sangria, vous l'aviez préparée et la serviez vous-même.

Modeste, toujours soucieux d'apprendre, même à votre âge,
auprès des maîtres, vos amis,
et d'offrir ce que vous saviez,

Vous avez tout donné, cher Didier, vous n'avez rien gardé pour vous,
et personne n'a pu faire pour vous ce que vous aviez fait pour tant d'entre nous
Il ne vous est plus rien resté, plus rien que votre passion

Il y a quelques jours, j'ai accompagné pour vous rendre visite
votre tendre et discrète compagne.
Malgré la maladie, votre regard bleu souriait
Vos cheveux blancs et votre barbe avaient poussé,
entourant de douceur votre visage serein.
Vous avez l'air d'un sage antique, vous ai-je dit.

Vous aviez toute votre lucidité, votre vivacité, tout votre humour
Je mourrai guéri, avez-vous dit.

Longtemps, en passant devant le 122, on lèvera les yeux vers la fenêtre.

On ne dit jamais assez merci.

Didier,

Notre ami Didier, masseur kinésithérapeute bien connu de tous dans notre quartier, est parti rejoindre ses ancêtres, laissant un grand vide.

Toujours disponible pour ses clients, en fait, presque des amis, ne comptant pas son temps, ni ses heures, pour soulager qui une entorse, qui une lombe, suite à un faux mouvement.

Son chien, impressionnant, était comme son maître, d'une gentillesse à toute épreuve ! Il est parti au pays des chiens heureux, quelques mois avant Didier, laissant une plaie ouverte dans son cœur.

Bien sûr, nous pensons également à Paméla qui partageait sa vie depuis de nombreuses années, qui doit se sentir tellement seule. Nous sommes avec elle ! Et au sein de notre petite association de quartier, il faut qu'elle sache que plein d'amis l'attendent.

Association Vivre à la Fontaine Saint EX

LES OISEAUX DU QUARTIER LA FONTAINE : LE GRIMPEREAU DES JARDINS



Son nom nous apprend déjà qu'il s'agit d'un oiseau grimpeur. Ce petit passereau, à peine de la taille d'un moineau, grimpe le long du tronc des arbres, à la recherche de sa nourriture, comme le font les autres oiseaux grimpeurs, les pics et les sittelles, mais lui ne les descend pas. Seules les sittelles savent redescendre le long des arbres, la tête dirigée vers le sol.

Le grimpereau n'est pas un oiseau rare, mais n'est pas facile à observer : la couleur de son plumage ressemble à celle des écorces. Quand il se plaque, immobile, contre un arbre il devient presque invisible. Le dernier que j'ai vu grimpait le long d'un peuplier devant le bureau de poste de l'avenue Saint Exupéry.

Monsieur et Madame Grimpereau portent le même plumage, ventre blanc, dos gris brun et blanc mélangés, mais c'est grâce à leur long bec arqué qu'ils se font reconnaître, et on ne peut pas les confondre avec un autre volatile.

C'est donc le long des arbres qu'ils recherchent, toujours en déplacements rapides, les bestioles dissimulées dans l'écorce, à laquelle ils agrippent leurs griffes, les pattes largement écartées, en s'arc-boutant fermement contre le tronc avec leur queue de la même façon que les pics (journal «le quartier N°101 et 102»). Mais contrairement aux pics ils ne tambourinent pas contre le bois pour signaler leur présence, pour creuser leur nid ou le percer à la recherche de nourriture. Le grimpereau se contente de ce qu'il trouve dans l'écorce qu'il inspecte soigneusement en grimpant en spirale vers le sommet de l'arbre.

Sa nourriture essentielle est carnée : petits insectes, araignées, œufs et larves, chrysalides, pucerons, papillons de nuit.

Une fois arrivé au sommet ou au niveau des premières branches, il s'envole vers le pied d'un autre arbre et recommence la chasse aux insectes. Il peut inspecter 200 à 300 arbres en une seule journée. Il peut de la même façon grimper le long des murs moussus; des grimpereaux ont été vus alors qu'ils cherchaient des insectes sur les murs de soutien du Boulevard Périphérique!!

Les grimpereaux nichent dans les anfractuosités du bois ou sous l'écorce soulevée.

C'est un oiseau sédentaire : il n'a pas besoin de quitter nos contrées l'hiver, il trouve de quoi se nourrir en toutes saisons se rabattant sur des graines et des matières végétales si nécessaire.

Ses ennemis sont principalement les rapaces et les écureuils friands de ses œufs. Mais son espèce n'est pas menacée. Sa population a fortement augmenté en France depuis 1990 et est stable depuis 2000. Il est installé dans toute l'Europe, jusque dans les Iles Britanniques.

Jean Touzeau

Une épicerie low cost à la cité universitaire Jean zay

Une petite supérette s'est ouverte à la cité universitaire pour les étudiants. C'est la première épicerie gérée par et pour les étudiants, elle propose des produits de base, d'hygiène et des surgelés à des prix cassés (moins de 1€) sauf le Nutella à 3€60... Il ne faut pas être trop gourmand... Elle est ouverte après les cours de 17h30 à 21h30, tous les jours de la semaine, dimanche compris... Une super initiative...

LIBÉREZ-VOUS !!

Alors que les ventes de cigarettes étaient stables en France depuis 2005, elles ont baissé de 3% en 2012 et de 8% les 7 premiers mois de 2013, sauvant ainsi des milliers de vies.

L'explication la plus plausible à cette baisse importante des ventes de tabac est l'apparition de l'e-cigarette que 22,6% des fumeurs ont essayé selon la réanalyse de l'Eurobaromètre 2012. Il y a près de 400 boutiques en France alors qu'il n'y en avait que 100 en début d'année 2013.

L'e-cigarette libère de la nicotine, quelques irritants et des traces de polluants inutiles dans sa vapeur. La recherche d'une norme pour assurer la qualité des liquides s'impose, mais dès maintenant les données scientifiques disponibles confirment que la vapeur de l'e-cigarette est infiniment moins toxique que la fumée du tabac¹.

Remplacer la cigarette traditionnelle par la cigarette électronique est un gain pour la santé. En revanche, l'e-cigarette ne doit pas être utilisée par les non-fumeurs et il faut prévenir autant que possible l'initiation du produit par les non-fumeurs, en particulier les adolescents.

A proximité du quartier La Fontaine, le magasin O-Smoke (107, av du Général Leclerc à Bourg-la-Reine), spécialisé dans la vente de e-cigarettes et de e-liquides (exclusivement fabriqués en France), se tient à votre disposition pour vous faire essayer gratuitement ce nouveau moyen de se libérer du tabac, ainsi que pour vous conseiller dans son utilisation.

Laurent Février

1) Rapport OFT
www.ofta-asso.fr/index.php/component/content/article/156-news/725-rapport-sur-l-e-cigarette

LA CROIX DE BERNY CHANGE DE NOM

Cet été une stèle du souvenir a été inaugurée au carrefour de la Croix-de-Berny, qui porte désormais le nom «original et rare» de place du Général De Gaulle. Elle est un hommage à tous les combattants qui libèrent la capitale le 25 août 1944 en passant le jeudi 24 août par notre petite place.... Enfin oui et non... Car la N20 était trop dangereuse, un canon 88 allemand attendait nos libérateurs à l'entrée de Bourg La Reine détruisant un char avant d'être explosé à son tour. Ils choisirent donc de passer par l'Haÿ-les-Roses pour éviter d'autres embuscades... Et surtout d'autres morts; trois hommes de la 2^e DB sont tombés dans la ville et les combats ont fait huit morts et quarante-deux blessés dans la population.



C'est le Capitaine Dronne (1908-1991) qui fut envoyé par le général Leclerc avec un premier détachement pour foncer vers Paris. Il lui dit selon les uns « Filez droit sur Paris, entrez dans Paris ! » et selon d'autres sources « Filez sur Paris, par où vous voudrez ». Les deux phrases sont plutôt antagonistes.

Quoi qu'il en soit, le Capitaine choisit de détourner la difficulté, d'une N20 trop bien surveillée, en la contournant.

Pour ce faire, il eut sous ses ordres la 9^e compagnie du Régiment de marche du Tchad (surnommée la Nueve), constituée essentiellement de républicains espagnols dont il parlait la langue. Il entre ainsi dans la capitale et se dirige droit vers l'hôtel de ville qu'il atteint le soir du 24 août 1944. Et il me plaît de savoir que ce fut des républicains espagnols qui libèrent Paris. Eux qui virent leur pays et leur liberté foulés du pied par Franco et ça pendant les 30 années qui suivirent...

Il est dit que la veille de cet épisode, le capitaine Dronne aurait fait effacer sa devise « Mort aux cons » inscrite sur le drapeau qui ornait sa jeep. Légende ou vérité partielle, qu'importe, elle portait bien ces mots cette Jeep « Mort aux cons ». L'histoire dit que le Général Leclerc voulait lui faire effacer en lui ayant dit auparavant « Vaste programme ».

Il n'a sans doute pas eu le temps ni la volonté de l'effacer avant de libérer Paris maintenant ainsi l'aspect frondeur du Français Libre. Il semblerait que le Général de Gaulle l'ait vu également, lui faisant une remarque à peu près identique à celle du Général Leclerc.

S.B

Exposition - vente au profit des enfants de Madagascar

Comme chaque année, l'association « Chevilly-L'Haÿ, Enfants du tiers Monde » organise une exposition-vente qui aura lieu dans la salle de la paroisse Saint François d'Assise, 2 avenue Boldini à Antony (près du centre Sanofi) les :

**vendredi 29 novembre 2013
de 14h à 16h,**

**samedi 30 novembre 2013
de 14h à 19h**

**dimanche 1er décembre 2013
de 10h à 13h et de 14h30 à 18h**

Vous y trouverez de l'artisanat de différents pays: Guatemala, Madagascar, Népal, Tibet, Vietnam..., des décors de fête, des bijoux fantaisie, des produits de commerce équitable et bien d'autres choses pour vos cadeaux de Noël., Nous comptons sur votre visite et votre générosité.

Le samedi 16 novembre LA FÊTE DE L'AUTOMNE

C'est la fête dans la résidence La fontaine... Une journée remplie d'imprévus

D'abord **un marché artisanal** (10H à 17H dans le local de l'espace La Fontaine) où vous trouverez des objets d'Afrique, des bijoux, des objets en tissu, des livres pour enfants, des bracelets fluo de quoi préparer à l'avance vos cadeaux de Noël, les recettes reviendront aux associations caritatives présentes.

● **Plusieurs associations participent à ce marché :**

- L'association Piroguier (au profit d'écoles du Togo)
- Le Français en Partage (Des livres pour les pays du sud)
- Les Bagouz à Manon (au profit des enfants atteints du cancer)
- Vivre à La Fontaine Saint Ex.

● **Il y aura aussi une spéciale dédicace :**

«Venez découvrir Ernest, l'ami des enfants. Ce sympathique hippopotame, parti à la recherche d'une nouvelle maison, les fera voyager à travers le monde.»

Des **spectacles** s'enchaîneront toute la journée Place de la Résidence dans les locaux de l'espace La Fontaine:

● **De 10H30 à 11H15** Des contes pour toute la famille avec **La Compagnie La danse des Mots**. Les contes sont lus et mis en scène avec des passages musicaux...

vous pourrez entendre :

- Un conte africain (tradition orale)
- Un extrait du «Livre de la Jungle»
- Une histoire de Francis Blanche
- Un extrait de «Le petit prince» de Saint Exupéry et histoires interactives autour des 5 sens.....

● **De 14h à 14h45 le groupe «Yiddish Swing»** (Agnès Deutsch et Natasha Orlova au chant, Gheorghe Ciumasu à l'accordéon et Samuel Maquin à la clarinette) reprennent le répertoire des Barry Sisters. Ce répertoire est un mélange de musique Russe et Juive traditionnelle arrangée à une «sauce jazzy».

Vous pourrez écouter :

Sholem, Les Yeux Noirs, Ich Hob dich ziefil Lieb, Chiribim, Bublitchki, Papirossen, Hora, Wedding Hora, Tumbalalaika, Belz, Hora(danse), Yiddische Mama, Wo es Ger, Bei mir bist du Shein, Hava Nagila

● **De 15 h 15 à 16H Lyricus** vous propose Émoi du cœur Des Airs d'opéra, d'opérettes, de comédies musicales, des mélodies, bel canto ; en tout 16 morceaux de plaisir avec Lorenza BOURGEOIS, mezzo-soprano, Gaëtane GEORGET, soprano, Jean-Michel NOGUES, piano, Richard MAUGÉ, violoncelle

De nombreux morceaux vous enchanteront :

- Le plus beau de tous les tangos du monde (Tango – Scotto)
- Habanera (Carmen – Bizet)
- O mio babbino caro (Gianni Schicchi – Puccini)
- Il nous faut de l'amour (La belle Hélène – Offenbach)
- Pace (La forza del destino – Verdi)
- La Barcarolle (Les contes d'Hoffmann – Offenbach)
- La belle au bois dormant (Valse – Tchaïkovski)
- Je t'aime (Les trois valses – Straus)
- Vissi d'arte (La Tosca – Puccini)
- Memory (Cats – Lloyd Webber)
- In quelle trine morbide (Manon Lescaut – Puccini)
- Santa Lucia (Chant napolitain)
- Parla più piano (Nino Rota)
- Ebben ? Ne andro lontana (La Wally – Catalani)
- Libiam ne'lieti calici (La Traviata – Verdi)

Pour finir **les concerts**.

l'Atelier 13 avec le pianiste Paul-Henri Florès vous proposera deux mini-concerts de piano à 4 mains.... (13 rue beau séjour)

Un concert de 19h30 à 20H05 qui permettra aux familles le désirant d'achever leur journée et le défilé aux lanternes avec les enfants. Ces derniers pourront déposer momentanément leur lanterne dans le jardin, le temps de découvrir une musique joyeuse.

- Images d'Orient (6 impromptus Op. 66) de Robert Schumann
- 4 Danses Slovaques (Op. 72 n°1, 2 et 3 et Op. 46 n°8) de Anton Dvorak

A 21h00 un autre concert à 4 mains pour les plus courageux et les personnes n'ayant pas à coucher les bambins:

- Sonate en fa majeur KV. 497 de Wolfgang Amadeus Mozart
- Fantaisie en fa mineur D. 960 de Franz Schubert

Des promotions chez les commerçants

toute la journée. Les commerçants, eux aussi participent à cette fête en proposant des réductions et des « menus spéciale fête de l'automne ». Chaque commerçant participant présentera l'affiche de la fête sur sa devanture :

- Un menu fête de l'automne à 5€50 chez **Sushi go**,
- Un menu pizza, boisson dessert pour 7€50 chez **Fiesta pizza**,

- 15% de réduction sur les coupes enfants (-10 ans) et un atelier maquillage pour les jeunes chez le coiffeur **Novel'Hair**,
- Des promotions viennoiserie pour chaque formule un de plus, les tartelettes à moitié prix et le sandwich fait sur place à 2€50...
chez le boulanger La Fournée de la résidence.

De 14H à 17H **la Bibliothèque pour Tous ouvre ses portes** ... Ce jour là les prêts de livres seront gratuits et des ateliers jeux seront proposés.

Les enfants pourront découvrir :

Pic pirate, piège, photo mystère, cubes sonores, pêche, jeu du marteau, saute grenouille.... de quoi plaire aux jeunes et aux moins jeunes.

Les ateliers pour les enfants

10H à 17H atelier maquillage chez le coiffeur

14H à 17H atelier jeux à la bibliothèque

16H30 à 17H30 atelier fabrication de lampions à l'espace Lafontaine

Et à la nuit tombée **Un défilé aux lampions** dans la résidence... **À la recherche du trésor que chacun dégustera...**

Le rassemblement se fera dans l'espace La Fontaine **vers 18H00**... Pour des raisons de sécurité tous les enfants doivent être accompagnés par un adulte. Nous n'allumerons pas les bougies des enfants seuls.

Association Vivre à la fontaine saint ex

LES ATELIERS D'ARTS PLASTIQUES : EN ROUTE POUR L'ITALIE...



Les ateliers d'arts plastiques se portent bien.... Ils sont complets comportant une moyenne de 12 enfants de 5 à 13 ans.... Les jeunes sont entrés immédiatement dans le vif du sujet en travaillant sur la commedia dell'Arte avec Arlequin et Pierrot en vedette... Plein de projets pour ce thème qui est l'Italie. La renaissance bien sûre avec ses grands peintres incontournables, le carnaval de Venise qui nous offrira la possibilité de notre propre défilé un dimanche de mars, les grands monuments italiens, les volcans et j'en passe. Incontestablement ce petit pays est riche de culture, d'art et de paysages...

L'atelier participera comme chaque année à l'exposition des artistes du quartier en février, mais avant les enfants auront participé à la décoration de la fête de l'automne.

RÉUSSIR LE BILINGUISME :

Le groupe russe « Na Fontanke » souhaite partager avec vous quelques extraits sur l'éducation d'un enfant bilingue au quotidien du livre de Barbara Abdelilah-Bauer «Le Défi des enfants bilingues» et ainsi vous expliquer le but de notre activité.

Une éducation bilingue est toujours un défi lancé aux parents parlant la langue minoritaire car il s'agira d'aménager son emploi du temps pour investir suffisamment de temps dans la présence active auprès de l'enfant.

Quels sont les conseils donnés aux parents ?

Assumer le bilinguisme

Être étranger, être différent nécessite une certaine assurance pour ne pas interpréter les regards curieux des autres comme hostiles.

S'entourer

L'érosion progressive de la langue maternelle est une évolution naturelle contre laquelle il est difficile de lutter seul. La solution réside dans le réseau d'amis de même origine linguistique qu'on aura pris soin de construire. C'est une réalité : sans l'aide de locuteurs de la même langue, extérieurs à la famille, il est impossible de maintenir un bilinguisme à long terme.

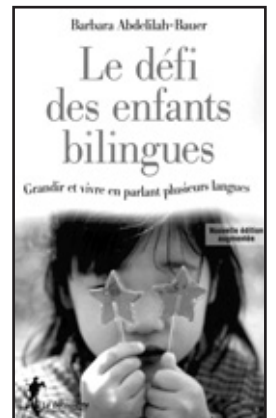
Persévérer

Plus un enfant est jeune quand sa première langue s'affaiblit, plus l'oubli de cette langue sera rapide et irréversible.

Pour relever ce défi, l'année dernière nous avons créé un groupe pour les enfants bilingues Franco-Russe. Grâce à l'association Vivre à la Fontaine St Ex, nous continuons notre aventure!!

Les enfants ont grandi, les mamans ont pris leurs marques. C'est pourquoi, cette année nous avons décidé d'aller plus loin. On laisse les petites chansons rigolotes de l'année dernière pour les bébés. Il est grand temps pour les cours plus sérieux : la découverte plus approfondie de la langue, de la littérature et de la culture russe par nos petits bilingues.

Tatyana Aniskova



LES ASSOCIATIONS QUI NOUS ACCOMPAGNENT POUR LA FÊTE DE L'AUTOMNE



Association de rêveurs amoureux de chocolat, de thé, de voyages et de mots...

La Compagnie La danse des Mots est l'association de trois rêveurs (dont l'une vit dans le quartier la Fontaine), amoureux de chocolat, de thé, de voyages et de mots.

Créée à l'origine pour soutenir la pièce de théâtre «Spirales», la compagnie propose des lectures-spectacle et des ateliers cinéma chez l'habitant (paiement dit au chapeau, chacun donne ce qu'il veut...) et dans les lieux culturels (bibliothèques, centres culturels, théâtres...).

Les thèmes sont riches et variés : autour des cinq sens, des voyages, de la mer, de l'amour, d'albums Jeunesse... Légèrement mis en scène, parfois accompagnés de musique, conçus pour être le plus agréable possible, ces spectacles s'adressent à tous, enfants, adultes ou familles. La Danse des Mots organise aussi des stages de théâtre spécialement destinés aux adultes débutants.

Actuellement, la compagnie travaille à la création de deux nouvelles lectures-spectacles et va éditer le texte de la pièce de théâtre «Spirales».

Si vous désirez nous accueillir pour une représentation chez vous, à l'occasion d'un anniversaire, d'une soirée entre amis ou pour faire un cadeau original, consultez notre site internet pour vous renseigner en détail sur nos propositions. Vous pouvez aussi visionner des vidéos, télécharger des surprises, écouter de la musique... <http://compagnieladansedesmots.fr>

Nous sommes aussi joignables au **06 80 98 55 96**.

Merci !

Isabel Schneider



Le Français en Partage présente son programme 2014 de librairies éphémères.

Nous débuterons par la Mauritanie, à l'Institut Français. C'est Le Français en Partage qui a lancé le

livre universitaire en Mauritanie où il n'y avait AUCUN livre universitaire à notre arrivée. L'an dernier nous avons monté 3 librairies éphémères et la situation a été entièrement modifiée.

Puis, fin janvier nous serons à la Maison du Peuple de Ouagadougou. Il y avait 700 TITRES EN TOUT au Burkina Faso en mars 2008 dans les librairies et nous avons été dévalisés ! Il a fallu monter à nouveau une Foire du Livre en octobre de la même année, avec les encouragements des ministères et surtout des étudiants, les livres étant proposés à très bas prix au titre de la participation aux (énormes) frais de transport maritime puis terrestre sur 1000 km.

Aujourd'hui plus de 30 000 TITRES circulent effectivement au Burkina Faso et plus de 70 000 exemplaires ont été acquis. Quel démenti pour les pessimistes.

Ensuite, en mars, c'est la Maison de la Presse de Lomé qui organisera sa Fête du LIVRE comme elle le fait avec nous depuis 10 ans. Outre ceux du Togo nous verrons les étudiants du Bénin et du Ghana. Toutes les recettes, après honnête paiement du libraire, sont affectées à la construction d'écoles et au développement des bibliothèques d'enseignants, déjà implantées dans plus de 200 collèges et lycées. Plus de 10 000 enseignants en bénéficient !

Enfin, en juin, ce sera Pointe Noire en République du Congo, à l'Institut Français, où nous avons débuté en 2011 en surmontant des obstacles invraisemblables.

Mais nous n'avons pas encore réussi à aller à Brazzaville et, sur l'autre rive, à Kinshasa (RDC) où il n'y a pas une seule librairie pour dix millions d'habitants, c'est ainsi que l'on fait abandonner la francophonie. Aujourd'hui nous relançons SANS SUBVENTION l'offre là où la demande existe.

Nous avons besoin de votre aide !

Denys Ferrando-Durfort, Président



Les Bagouz' à Manon

Parce que le cancer reste la première cause de mortalité par maladie chez les enfants de plus de un an, parce qu'un enfant sur 440 développera un

cancer avant l'âge de 15 ans, parce que le neuroblastome est une maladie rare, mais néanmoins située au 2^e rang des tumeurs solides les plus fréquentes chez les enfants, parce que les traitements sont très lourds et souvent longs, notre association reverse l'intégralité des dons et des recettes liées à la vente des bijoux, à la recherche sur les cancers de l'enfant.

Notre rôle : vous informer sur le Neuroblastome et les autres cancers de l'enfant à tumeurs solides, organiser des conférences-débats, manifestations, développer le mécénat avec les entreprises et solliciter vos dons, vous sensibiliser au don de moelle osseuse, de plaquettes et de plasma.

Notre objectif : financer directement les travaux de recherche d'Olivier Delattre et son laboratoire INSERM U509 à l'Institut Curie et ceux de Dominique Valteau-Couanet à l'Institut Gustave Roussy via notre association partenaire « l'Étoile de Martin ».

Comment : En organisant ou participant à des événements, en fabricant et en vendant nos créations dont l'intégralité des bénéfices est reversée à la recherche.

« Les Bagouz' à Manon » est une association Loi 1901

38 rue du Général Exelmans

78140 VELIZY

Téléphone : 06.08.01.00.90

Site internet : www.lesbagouzamanon.org

ASSOCIATION PIROGUIERS

L'association Piroguiers a pour objet d'apporter une aide matérielle à des écoles, des collèges, des lycées et des bibliothèques enfantines africaines sous forme de dons de divers matériels éducatifs modernes - manuels scolaires, livres de bibliothèque, papeterie... et de participation financière à des équipements scolaires.

Pour cela nous collectons en France du matériel gratuit (livres, manuels) auprès des établissements scolaires et des particuliers.

En outre, Piroguiers s'attache à la promotion d'un artisanat de qualité et soutient ainsi nombre d'artisans locaux.

Pour nous contacter : Association Piroguiers

Présidente : Danielle Bordet, 65, bd Arago 75013 Paris

Tél. / fax : 01 47 07 28 34 / E-mail : ecolesdafrique@orange.fr

Secrétaire générale : Jacqueline Cohen-Tannoudji

Tél. 01 45 35 02 18

Danielle Bordet



L'ACCUEIL des FAMILLES de DÉTENUES

recherche des BÉNÉVOLES

Au cœur du site pénitentiaire de Fresnes, une porte est ouverte dans le mur d'enceinte pour accueillir les familles des personnes détenues.

Dans un local aménagé que l'on s'efforce de rendre chaleureux, familles et proches venant visiter un détenu sont reçus librement, sans distinction d'origine, de culture ou de confession.

L'ADFA est ouvert du lundi au vendredi de 13h à 17h et le samedi de 8h à 16h.

Si vous avez des qualités de contact et d'écoute, Si vous pouvez donner 4 heures de votre temps, par semaine ou quinzaine.

VENEZ NOUS REJOINDRE


06 13 73 85 69 ou 06 70 74 03 22

ou accueildesfamilles@yahoo.fr

AdFa-Accueil des familles au Centre Pénitentiaire de Fresnes-Association Loi 1901

**Siège social: 20bis rue Maurice Ténine -94260-FRESNES
Local d'accueil: Centre pénitentiaire - 1 allée des Thuyas -
94260 - FRESNES -Tél : 01 49 73 93 52**

Catherine Lefèvre



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 : 220 €
Initiation-Perfectionnement (+ adhésion au club) : 260 €
Compétition (+ adhésion au club) : 400 €
- 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>

NOVEL'Hair


Près de chez vous !



Novel'Hair
2 place de la résidence - 92160 Antony
Tél. 01.49.73.51.75

**Coiffure mixte
et maquillage semi-permanent**

Mardi, mercredi et vendredi
journée continue de 9h30 à 19h00
Jeudi nocturne jusqu'à 20h00
Samedi de 9h30 à 18h00



CONCERTS « ATELIER 13 »

Depuis octobre 2008, l'association « Atelier 13 » organise des concerts de musique classique destinés en premier lieu au public du quartier... Ainsi, 34 concerts ont déjà eu lieu, présentant les talents de 58 musiciens différents (dont certains reviennent jouer très régulièrement bien évidemment), sans compter les innombrables « jeunes musiciens en herbe » qui se produisent à toutes les fins d'année scolaire lors du grand concert qui leur est réservé ! Un répertoire très large vous a été présenté, et vous avez pu apprécier une multiplicité d'œuvres allant de J. S. Bach à des compositeurs du XXI^{ème} siècle...



Cette année, nous vous proposerons 10 concerts, au rythme d'un par mois environ :

Le samedi 16 novembre

Dans le cadre de la Fête de l'Automne du Quartier La Fontaine organisée par VAF : 2 mini-récitals pour piano à 4 mains par Claudine et Paul-Henri Florès. (voir le programme page...) THEATRE LA PISCINE / LE PEDILUVE À CHATENAY

Le dimanche 8 (ou le 15) décembre à 17h30

Récital de la pianiste Catalane Ester Piñeda qui aura la joie de vous présenter son dernier CD consacré au grand compositeur Catalan Federico MONPOU.

Le dimanche 19 janvier à 17h30

Récital à 2 pianos par Florence Magri et Isabelle Henriot. Au programme : Pétrouchka de STRAVINSKY, avec projection de dessins de Lola Cambourieu.

Le dimanche 2 février à 17h30

Soirée Japonaise :

- 1^{ère} partie, œuvres de Ryo Dainobu, compositeur Japonais contemporain, avec Laurent Matheron, saxophone, Didier Matarin, alto, Paul-Henri Florès, piano.
- 2^{ème} partie : Conte musical d'après « Neige » de Maxence Ferminé, avec quelques élèves du conservatoire de Corbeil-Essonnes.

Les quatre concerts suivant sont susceptibles d'être modifiés

Le dimanche 9 mars à 17h30

Sextuor pour cor, clarinette, violon, alto, violoncelle et piano de Ernst von Dohnanyi

Le dimanche 6 Avril à 17h30

Programme autour de Berlin/Vienne

Le dimanche 18 mai à 17h30

Quatuors avec piano

Le dimanche 15 juin à 17h30

Concertos pour piano de L. Van Beethoven

Le dimanche 29 juin à 18h30

5^{ème} Concert des musiciens en herbe du quartier La Fontaine

Un concert offert par Nicolas Miribel, violon et Isabelle Vigneau sera proposé également dès que la date sera déterminée... Comme vous le voyez, les idées ne manquent pas... et nous espérons vous retrouver toujours plus nombreux pour partager ces moments musicaux.

Informations pratiques : les concerts ont lieu au 13 avenue Beauséjour à Antony (RER B Parc de Sceaux). Une participation de 5 euros est demandée à chaque entrée permettant principalement d'accorder le ou les pianos.

Paul-Henri Florès

Le Jazz à Antony avec Antony Jazz

animation **Programme du festival « Place au Jazz »**
Tous les concerts auront lieu à l'**auditorium Paul Arma**,
140, avenue de la Division-Leclerc.

Vendredi 15 novembre – 20 h 30

Antony Jazz : l'abécédaire du jazz

Samedi 16 novembre – 20 h 30

Stacey Kent : The Changing Lights (Concert déjà complet !)
Accueil du public par VOLAJ

Dimanche 17 novembre – 16 h

Fabien Ruiz : claquettes jazz

Vendredi 22 novembre – 20 h 30

Guillaume de Chassy et David Patrois
invitent **Olivier Ker Ourio : « Open conversation »**
Accueil du public par le trio Rémi Marand

Samedi 23 novembre – 20 h 30

Jim Rotondi : trompettiste new-yorkais
Accueil du public par le Black Quintet

Dimanche 24 novembre – 16 h

Bojan Z : « Soul shelter »
Accueil du public par Djincombo & Jazz 4 All

Lorenza BOURGEOIS



Jean-Michel NOGUES



Gaétane GEORGET



Richard MAUGÉ

LYRICUS

L'association LYRICUS est née de la volonté de partager une passion musicale et de promouvoir l'art du chant. LYRICUS propose un répertoire lyrique varié et riche : airs d'opéra, d'opérette, de comédies

musicales, mélodies, bel canto, gospels, chants sacrés... LYRICUS diffuse des spectacles originaux sous forme d'histoires ou de poèmes, illustrés par des airs lyriques, ainsi que des concerts traditionnels.

Les musiciens :

Lorenza BOURGEOIS, mezzo-soprano, a suivi une solide formation de chant lyrique avec Jean-Paul VAUQUELIN, ex chanteur à l'Opéra de Paris. Sa tessiture étendue et sa grande sensibilité musicale lui permettent d'aborder un répertoire très varié : tangos, mélodies, airs de comédies musicales, airs d'opérette, airs d'opéra, bel canto, chants sacrés, gospels. Lorenza BOURGEOIS se produit régulièrement en concert. Elle sait toucher les cœurs et communiquer sa passion pour le chant de haute qualité.

Gaétane GEORGET, soprano, a effectué ses études de chant lyrique avec Helia T'HEZAN, ex chanteuse de l'Opéra de Paris. Gaétane GEORGET se produit régulièrement en concert. Elle est autant à l'aise dans le répertoire d'opéra que dans celui, plus léger, de l'opérette et des chants sacrés. Elle aime susciter l'émotion par la qualité de ses interprétations.

Jean-Michel NOGUES, pianiste de formation, accompagne régulièrement les chanteurs lyriques de LYRICUS. Doué d'une extraordinaire écoute et d'une ouverture musicale, il sait apporter la touche sensible qui permet l'osmose entre l'instrument et les chanteurs. Pianiste concertiste, il s'est spécialisé dans le répertoire romantique et participe régulièrement à des master classes.

Richard MAUGÉ, violoncelliste et guitariste, joue régulièrement en orchestre et se joint aux pianistes avec plaisir pour accompagner des chanteurs au violoncelle. Son répertoire est vaste : classique, lyrique, musiques traditionnelles et populaires... Il aime emporter l'auditeur dans l'énergie de la danse contenue dans les pièces qu'il interprète.

Lorenza BOURGEOIS

les concerts de lyricus

«Concert de Noël»

Chants sacrés, airs traditionnels, gospels

à la **Résidence Les Jardins d'Arcadie**

27 rue de Thibouméry – 75015 PARIS

Dimanche 15 décembre 2013 à 17 h

à L'Église de la Trinité

Place d'Estienne d'Orves - 75009 PARIS

Judi 19 décembre 2013 à 12 h 45

au **Café Chrétien - Association La Fontaine**

118 rue de Malabry – 92350 LE PLESSIS-ROBINSON

Dimanche 22 décembre 2013 à 17 h

Rendez-vous :

<https://sites.google.com/site/lyricuslyricus/>

<http://concert-spectacle.over-blog.com/>

<http://www.viadeo.com/fr/profile/lorenza.bourgeoisw>

La Fournée de la Résidence

Tous les pains

Les viennoiseries (formules multiples)

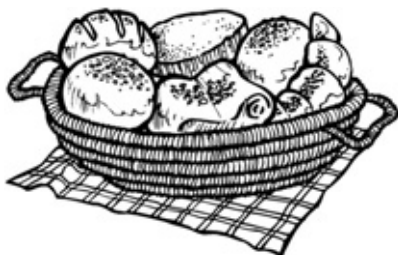
gâteaux traditionnels et orientaux

Sandwich et panini faits sur place

Menus midi

petit déjeuner sur place

couscous le mardi et mercredi



Ouvert tous les jours de 7H30 à 20H00

Dimanche de 7H30 à 16H30

3 place de la résidence 92160

tél. : 06 68 39 82 24

Les concerts d'Antony Jazz

Tous les concerts auront lieu à l'**auditorium Paul Arma**, 140, avenue de la Division-Leclerc.

Dimanche 15 décembre 2013 à 16h

BLACK QUINTET et QUINTE ET SENS

Thème : Hommage à Claude Nougaro

Samedi 18 janvier 2014 à 21 h

CHŒUR ANTONY JAZZ + invités

Thème : Rencontres autour du gospel

Dimanche 9 février 2014 à 16h

BIG BAND avec invitation de la formation PLOOM

Thème : Autour du Blues

Dimanche 23 mars 2014 à 16h

DJINCOMBO, JAZZ 4 ALL et VOLAJ

Thème : hommage à Cole Porter et Charlie Mingus

LA MALBOUFFE PREMIER VOLET : UN PETIT COCKTAIL CHIMIQUE

Quoi de plus déprimant qu'un article sur la malbouffe... Quand on se lance dans ce projet, on est encore toute innocente, voire naïve... On se dit pourtant une consommatrice avisée, attentive au contenu de l'assiette familiale, mais aussi au contenu de son porte-monnaie. On se désole lorsque l'on n'arrive plus à trouver sur le marché une tomate qui a du goût et on rit jaune quand on lit dans la presse que les industriels cherchent le moyen de faire des tomates ayant du goût.... Mais malgré tout, lorsque l'on sert à ses enfants un repas complet, on ne pense pas leur préparer un petit cancer (30 % de nos cancers en France sont dus à la nourriture), ou une insuffisance cardiaque (500 000 cas par an). Loin de nous l'idée de les faire entrer dans les statistiques des 2 millions de diabétiques ou des 7 millions d'obèses français.

L'apport de vitamines, l'utilisation d'aliments variés et abondants ont été des facteurs positifs à l'accroissement de la durée de vie des occidentaux et ceci durant une quarantaine d'années après la deuxième guerre mondiale. Mais ne nous leurrions pas les années 80 ont marqué un tournant avec l'arrivée de la chimie dans nos aliments... Aujourd'hui, 80 % des aliments que nous avalons sont industriels. Souvent trop gras, trop sucrés, trop salés et bourrés de chimie. Pour ressusciter le goût perdu dans le processus industriel, on a réinjecté en bout de chaîne des arômes artificiels, mais aussi des conservateurs pour allonger la durée de vie des produits, des colorants pour les rendre plus tape-à-l'oeil, des correcteurs d'acidité, sans oublier les émulsifiants, antiagglomérants, gélifiants et autres agents d'enrobage... Aujourd'hui, l'industrie agroalimentaire dispose de 357 additifs autorisés qui remplissent 24 fonctions différentes. Pour la première fois, des études démontrent que malgré les prouesses de la médecine, les jeunes américains ne dépasseront pas l'âge de leurs parents. Il est même à prévoir que l'espérance de vie diminuera dans les milieux défavorisés du fait de leur alimentation... Nous pouvons toujours nous dire qu'en bon franchouillard, nous, sommes nous, de vrais gourmets. N'empêche qu'à l'heure de la mondialisation nous sommes tous lotis à la même enseigne... Le profit primant sur la santé (sauf si la santé peut rapporter du profit, ce qui en soit serait un autre article très démoralisant) remercions nos industriels de nous préparer tous les jours des petits cocktails chimiques autorisés ou non...

Car, mis à part les petits scandales et gros scandales comme la viande de cheval dans les lasagnes pur bœuf, ou la vache folle avec ces troupeaux entiers décimés et ses morts humains, il y a tout ce qui n'est pas interdit comme le plasma de porc dans les saucisses cocktail, le colorant chimique dans le saumon d'élevage, du poulet brésilien saumuré et gorgé d'eau dans les nuggets, de l'œuf en poudre dans la quiche, la gélatine en peau de bœuf dans le fromage blanc, le fromage analogue (voir article N° 111), le minéral de viande, le panga à l'antibiotique, les biotines dans les yaourts (voir article N° 107), ... **La grande distribution cherche à faire de la marge sans vendre plus cher.** Alors forcément, au bout d'un moment, ça coince sur la qualité.

Il faudrait être d'une grande naïveté pour croire que si ces produits et bien d'autres sont vendus officiellement, c'est qu'ils ne sont pas nocifs... En effet alors pourquoi des produits alimen-

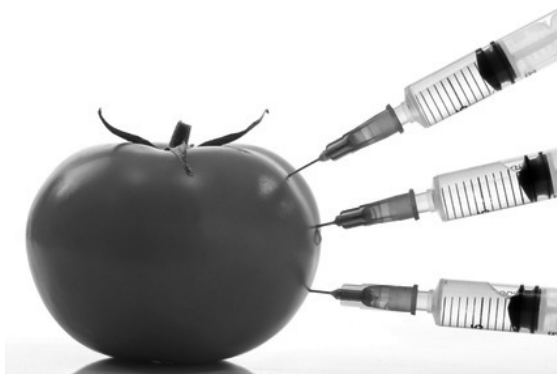
taires ou des ajouts chimiques sont-ils enlevés de la consommation comme étant impropres, on pensera par exemple au colorant pour saucisses industrielles E128 qui attaquait les cellules du côlon chez le rat et la souris et que nous avons consommé pendant 30 ans.



La plupart des études, pour évaluer la dangerosité d'une substance chimique ajoutée dans un aliment, utilisée sur un animal destiné à la consommation ou sur une pratique industrielle douteuse, sont faites par ces mêmes industriels qui produisent... Bonjour la transparence....

Le grand mot sera l'étiquetage.... et oui tout est indiqué donc tout est légal... L'étiquetage écrit en tout petit, incompréhensible pour le quidam non chimiste ou n'appartenant pas à l'industrie alimentaire, reste cependant légal car tout est sur l'étiquette....

Lisons donc les étiquettes et essayons de supprimer quelques ingrédients de notre alimentation... (liste tirée de l'article du Point - Publié le 19/03/2009 Les marqueurs de malbouffe)



● Le butylhydroxyanisole (E 320 et E 321)

Ce sont des antioxydants qui retardent le pourrissement des aliments. Le butylhydroxyanisole, ou BHA, dénommé E 320 sur les étiquettes, est classé « cancérogène possible » par le Centre international de recherche sur le cancer. Le butylhydroxytoluène (BHT), ou E 321, a été jugé « inclassable » donc nocif. Ce qui n'empêche pas d'en trouver dans des plats industriels et de nombreux chewing-gums.

● Les parabens (de E 214 à E 219)

Ce sont des conservateurs qui sont suspectés d'être cancérogènes. On les trouve dans les pâtés en gelée, les charcuteries industrielles, les pâtes à tarte, les biscuits apéritifs et les confiseries. Ils seraient également des perturbateurs endocriniens qui détraqueraient notre système hormonal. Ils sont interdits pour la plupart en Australie.

● Les arômes artificiels

On les a crus longtemps inoffensifs. Mais même le vocabulaire est trompeur « Une glace à l'« arôme naturel vanille » » ne signifie pas que son arôme provient des gousses de la vanille, mais que des molécules odorantes de synthèse ont été concoctées de A à Z en laboratoire. L'arôme noix de coco est obtenu à partir d'un champignon, pour l'arôme fraise ce sont des copeaux de bois et une bactérie. Ces arômes sont soupçonnés d'agir sur notre cerveau comme un leurre qui perturberait le sentiment de satiété et nous pousserait à manger plus.

● L'acide benzoïque (de E 210 à E 213)

Ce conservateur de synthèse favoriserait chez certaines personnes les allergies, les crises d'asthme et l'urticaire. On le trouve dans les sodas, les limonades, les soupes et les bouillons industriels.

● Les colorants (tous les E 1...)

La tribu des colorants aligne plusieurs dizaines de membres. Sauf qu'on soupçonne fortement certains d'entre eux de jouer un rôle dans les allergies alimentaires, voire d'être cancérogènes. Le E 110, E 104, E 124 sont interdits aux Etats-Unis car il y a de fortes suspicions d'un rôle actif dans le syndrome d'hyperactivité des enfants. En France nous les trouvons dans les bonbons, les flans et les gâteaux....

● Le ferrocyanure (E 535)

Ce dérivé du cyanure est notamment utilisé dans les sels fins de table pour éviter que les grains ne collent. Il peut provoquer des allergies.

● L'huile de palme

Sa présence se devine sur l'étiquette derrière l'intitulé « acides gras saturés », « matière grasse végétale » ou « MGV ». On en trouve dans les tablettes de chocolat, les sauces préparées, les pains industriels, les biscottes, les cornets de glace, les mayonnaises, les biscuits apéritifs et même dans certains produits « bio ». L'huile de palme contient des acides gras saturés qui font grimper le taux de cholestérol dans le sang.

● Les huiles hydrogénées : le must de la malbouffe

C'est de l'huile de palme ou de maïs solidifiée par injection d'hydrogène pour rendre plus croustillants les biscuits, les frites industrielles, les cornets de glace, les barres de céréales ou encore la pâte à pizza. On en avale en moyenne 2,7 grammes par jour, alors que la consommation quotidienne d'un seul gramme peut faire grimper de 20 % le risque de maladies cardiovasculaires en raison de la quantité de mauvais gras qu'elles contiennent et qui s'attaquent aux artères. Les huiles dites « partiellement hydrogénées » favoriseraient aussi l'apparition des cancers du sein et de la prostate. D'ailleurs, au Danemark, l'industrie alimentaire n'a plus le droit de les utiliser. A bannir de votre charriot.

● Les sulfites (E 220 à 228)

Ce sont des conservateurs des vins, notamment des blancs et des rosés. Ils provoquent des réactions allergiques et des maux de tête. On en trouve aussi dans certaines moutardes, crevettes congelées...

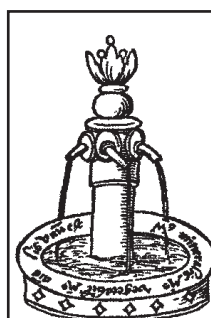
● Les édulcorants (E 950, E 951, E 955)

Selon une récente étude menée sur le rat, l'aspartame (E 951) pourrait ainsi être cancérogène pour le fœtus. Il existe un seuil de consommation recommandé, seuil qui est facilement dépassé par certains enfants ou adolescents gros consommateurs de sodas et d'autres produits light.

● Les nitrites (E 249 et E 250)

Ils permettent au jambon de garder sa belle couleur rose. Les sels de nitrites sont des conservateurs que l'on retrouve dans presque toutes les salaisons et les conserves où ils servent à neutraliser les toxines. Le problème est qu'une fois dans l'organisme les nitrites peuvent se transformer en nitrosamines, des molécules qui se révèlent cancérogènes en fonction des doses ingérées.

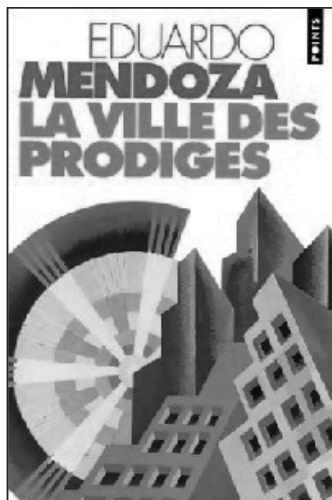
S.B.



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-immo.fr

LIVRES À VOUS ...



Vous aimez Barcelone ? Cette ville fière, magnifique nichée au bord de la Méditerranée, capitale de la Catalogne, ville d'art, d'histoire et de prodiges.

Si comme moi, vous l'aimez ou si vous ne la connaissez pas, vous pouvez la découvrir à travers le regard d'Eduardo Mendoza et de son personnage Onofre Bouvila dans «La ville des Prodiges», ville des splendeurs et des dangers.

Eduardo Mendoza est né à Barcelone en 1943. Fils de magistrat, il suit sa scolarité dans un collège tenu par les frères Maristes. Après des études de droit, il étudie la sociologie à Londres entre 1966 et 1967. Il travaille comme avocat, mais en 1973 il part pour New York où il est traducteur à l'ONU.

À partir de 1995, il donne des cours de traduction à l'Université Pompeu Fabra de Barcelone. Son premier roman paraît peu avant la mort de Franco et reçoit le Prix de la Critique. Centré sur la répression des anarchistes en Catalogne dans les années 1910, *La Vérité sur l'affaire Savolta* est publiée en 1975.

La Ville des prodiges, où la ville de Barcelone tient un rôle important, est célébrée comme un chef-d'œuvre dès sa sortie en 1986. Mario Camus l'adapte au cinéma en 1999.

On retrouve son sens du burlesque, avec des gags en rafale, dans un roman prépublié dans *El País* en 1990, *Sans nouvelles de Gurb*, sur un extraterrestre perdu dans Barcelone sous l'apparence de la chanteuse de pop Madonna. *Le Dernier voyage d'Horacio II*, un roman de science-fiction humoristique, paraît également dans *El País* en 2001. Il est l'un des écrivains espagnols les plus lus et les plus traduits de ces dernières années. Il a reçu en France le prix du Meilleur Livre étranger en 1998 pour une comédie légère.

Mais revenons à Onofre Bouvila.

En 1888, Onofre Bouvila, un petit paysan de treize ans, quitte son village natal de «la Catalogne et se rend à Barcelone sans un sou en poche avec la ferme intention d'y faire fortune. La ville, inspiratrice de Mendoza, alors en pleine fièvre de rénovation, s'apprête à recevoir sa première Exposition universelle.

Malgré sa bonne volonté, Onofre se heurte à un monde qu'il ne connaît pas, lardé d'une pauvreté issue d'une crise économique durable. Alors qu'il est sans le sou et que l'expulsion est pour le lendemain, une nuit, lui apparaît la bonne à tout faire de la pension qui lui sert d'abri. Elle lui offre la porte de sortie qui le conduira à gravir les échelons d'une réussite sociale qui le mènera de l'exposition universelle de 1888 à celle de 1929, du statut précaire de distributeur de tracts anarchistes à celui d'industriel de génie...

Peu à peu son ambition va prendre le contrôle de sa vie ; il perd son innocence en étant prêt à commettre toutes les vilénies pourvu que la fortune soit au rendez-vous. Grâce à la vivacité de son intelligence et à son sens prodigieux des affaires, il parvient à se hisser au sommet de la puissance en devenant l'homme le plus riche et le plus influent d'Espagne, et ce, dans une société catalane décadente où chacun a recours aux vices, complots, assassinats et fraudes ; une société dans laquelle les sept péchés capitaux régissent la vie quotidienne.

Sous la forme d'un destin cocasse et drôle, Eduardo Mendoza met en scène avec un génie de l'écriture renversant - nourri d'un humour contemplatif, jonglant entre l'absurde et le caustique - la ville de Barcelone, son histoire et ses habitants, hommes et femmes qui façonnèrent les temps modernes en supportant sur leurs larges épaules le progrès d'un siècle en marche.

Quand on referme *La ville des Prodiges*, on a le sentiment qu'un fantôme hante Barcelone, celui d'Onofre Bouvila, lié à jamais dans une relation mystérieuse à cette ville, et dont la mémoire reste figée sur son émerveillement d'enfant.

Alors libre à vous...

Ghislaine Clavaud

Central Optique

TOUT POUR LA VUE

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

LENTILLES DE CONTACT

01 46 61 84 91

LIRE, LIRE, LIRE, LIRE, LIRE, LIRE...

En cette rentrée littéraire, comme d'habitude le choix ne manque pas.
Entre autres, les bibliothécaires de la Bibliothèque pour Tous ont lu pour vous



Le quatrième mur de Sorj CHALANDON

« C'est le roman qui m'a enfin permis de pleurer » confie lors d'une interview S. Chalandon, cet ancien reporter de guerre à Libération.

Monter l'Antigone de Jean Anouilh dans la ville de Beyrouth des années 80 déchirée par la guerre civile, avec des comédiens venus de toutes les communautés du Liban, faire taire les armes le temps d'une représentation unique, c'est le

projet de Sam, juif exilé de la Grèce des colonels. Tombé malade, Sam transmet ce projet fou à son ami français Georges, le narrateur. Celui-ci part au Liban en 1982, avec la volonté de monter cette pièce.

L'écriture sobre et puissante de S.Chalandon nous fait vivre la tension, l'horreur, l'absurdité de la guerre..Livre terrible et bouleversant, avec des pages très dures. Réflexion sur l'amitié, sur l'amour, sur l'engagement. Un livre inoubliable.



La confrérie des moines volants de Metin ARDITI

En 1937, en Union Soviétique, les églises et les monastères sont pillés, les religieux exterminés par milliers. Un moine-ermite, Nikodime Kirilenko, recueille les fuyards rescapés dans la région du Lac Ladoga. Il va fonder avec eux la confrérie des moines volants qui aura pour but de rassembler des icônes sacrées pour les préserver de la destruction en les « volant », d'où leur nom. Ils doivent mettre fin à leurs activités

mais Nikodime, avec l'aide de l'attachante et troublante Irina, trouvera une cache pour mettre ses trésors à l'abri avant de se livrer aux autorités. Et puis, sans transition, l'histoire nous emmène à Paris dans les années 2000 où triomphe un jeune photographe, Mathias Marceau, qui découvrira son origine russe et ses liens avec Nikodime, ce qui l'entraînera à la recherche des icônes qui seront récupérées et exposées à St Petersburg.

Nous retrouvons dans ce roman les thèmes chers à Metin Arditi : le poids du passé, les secrets et les non-dits, le péché, le pardon et l'art, sacré ou contemporain, comme rédemption.

Vous trouverez également :

BORIS Hugo – *Trois grands fauves* — GALLAY Claudie – *Une part de ciel* — KASISCHKE Laura – *Esprit d'hiver*
LEMAITRE Pierre – *Au revoir là-haut* — Mc CANN Colum – *Transatlantic* — MINARD Céline – *Faillir être flingué*
NICHOLS David – *Pour une fois* — NOTHOMB Amélie – *La nostalgie heureuse* — OVALDE Véronique – *La grâce des brigands* — THOMAS Chantal – *L'échange des princesses ...*

**Nous vous proposons un Café-Lecture
le lundi 2 décembre à 14 H
pour partager nos coups de cœur.**

La bibliothèque est ouverte lundi, mercredi et vendredi de 16 H à 19 H, et le jeudi de 16 H à 20 H.
Heure du Conte, de 9H30 à 10H30, les mercredis 20 novembre – 4 décembre et 18 décembre.

Le samedi 16 novembre : Journée portes ouvertes de 14 H à 17 H

Dans le cadre de la fête de l'Automne du Quartier La Fontaine.
Les prêts de livres seront gratuits et des jeux seront proposés sur place.

Pour plus d'informations nous vous invitons à consulter notre site internet :
<http://www.bibliopourtous-antony.org>
N'hésitez pas à venir vous renseigner, le meilleur accueil vous sera réservé.

LES BIENFAITS DE L'EAU

L'eau est un élément essentiel. C'est la base d'une alimentation saine, elle permet au corps de fonctionner correctement. Néanmoins le plus souvent nous ne buvons pas assez...

Le corps d'un adulte contient environ 60% d'eau ce qui représente environ 40 litres dont 25 litres dans les cellules et 15 litres en dehors ; 12 litres pour les liquides tissulaires et 3 pour le plasma sanguin. Il est important que ces quantités d'eau ne varient guère, car l'équilibre des réactions métaboliques en serait affecté.

Un adulte ayant perdu 4 litres d'eau a très soif, sa peau est sèche, tirée et sans élasticité. A ce niveau de perte, des hallucinations peuvent apparaître et si la perte d'eau dépasse 8 litres elle peut être mortelle. Donc l'eau est indispensable à la vie ! Une simple réduction de 2% d'eau dans le corps humain peut provoquer une incohérence de la mémoire à court terme, des problèmes avec les mathématiques et une difficulté de concentration devant un ordinateur ou une page imprimée.

Le renouvellement de l'eau provient de trois sources ; l'oxydation des aliments, l'eau contenue dans les aliments solides et surtout celle qui est absorbée par les boissons.

Dans des circonstances normales, les entrées d'eau sont plus que suffisantes pour compenser les sorties d'eau minimales, et le volume entre les entrées et les sorties est affiné par une régulation précise du volume des urines.

Cependant, si les sorties ont tendance à être supérieure aux entrées, le stimulus qu'est la sensation de la soif permet les entrées... Il faut donc satisfaire sa soif à chaque fois qu'elle se fait sentir car la sensation de soif a le rôle de maintenir l'équilibre hydrique. Cependant il ne faut pas attendre d'avoir soif pour boire.

Il est important d'absorber de l'eau régulièrement en petites quantités, tout au long de la journée, plutôt que de boire uniquement pendant les repas.

Au cours du repas, il est préférable de ne pas boire plus de trois verres d'eau. Au-delà, le rythme de la digestion est ralenti. L'eau ne subit aucune modification métabolique dans l'organisme et n'apporte aucune calorie, elle est indispensable. Il est bien plus préférable d'étancher sa soif avec de l'eau qui désaltérera vraiment et durablement à l'inverse d'un soda ou d'une bière.... Il y a des périodes appropriées pour consommer l'eau.

Boire de l'eau à des périodes bien précises maximise son efficacité dans le corps humain :

- 2 verres d'eau au réveil- contribuent à activer les organes internes ;
- 1 verre d'eau trente minutes avant le repas- aide à bien digérer ;
- 1 verre d'eau avant de prendre une douche- aide à baisser la tension artérielle ;
- 1 verre d'eau avant d'aller au lit vous évite des attaques ou crises cardiaques

L'eau peut soigner selon l'institut pasteur 8 à 10 verres d'eau par jour soulagent significativement les douleurs de dos et d'articulations pour 80% des personnes qui souffrent de ces maux. Boire 5 verres d'eau par jour diminue le risque de cancer du colon de 45 % et peut diminuer le risque de cancer du sein de 79% et de 50% la probabilité de cancer à la vessie.

S.B

PETITS TRUCS

Pour nettoyer un écran d'ordinateur, il faut savoir qu'il ne faut pas passer d'alcool et que les lingettes vendues exprès rayent les écrans au fur et à mesure.

Il faut donc imbiber un coton avec un peu d'eau et de vinaigre blanc et l'essorer le plus possible. Passer le coton doucement sur l'écran puis prendre un coton neuf pour essuyer.

Pour nettoyer le four sans peine, placez à l'intérieur un vieux torchon imbibé d'ammoniaque. Laissez toute la nuit. Le lendemain, vous n'aurez plus qu'à passer une éponge humide avec un peu de liquide vaisselle pour nettoyer le four. Propreté du four garantie et sans effort !

Pour nettoyer le micro ondes, placez une tasse avec un peu de vinaigre dans votre micro ondes et chauffez pendant une à deux minutes. Les résidus éventuels seront décollés, votre micro ondes sera désinfecté. Finies les mauvaises odeurs!

Le nettoyage des autocollants se fait en mettant de la laque à cheveux : on attend quelques minutes et ensuite il suffit de gratter avec une raclette métallique.

Pour enlever les traces noires sur les portes blanches, utilisez une pomme de terre coupée en deux et frottez. Rincez, le noir a totalement disparu !

Pour éviter que les germes ne poussent sur les pommes de terre que vous conservez, placez une ou deux pommes (les fruits !) dans votre stock de pomme de terre.

Pour enlever la peau du saucisson : placez votre saucisson dans un torchon imbibé d'eau tiède. Laissez environ une heure. Vous n'aurez ensuite aucun mal à en retirer la peau, et votre saucisson n'aura rien perdu de sa saveur !

Pour arrêter une forte diarrhée naturellement, prendre un verre d'eau (le plus chaud possible) avec un jus de citron. Effet garanti.

ATTENTION, DANGER!

Dans deux mois Noël sera là. L'année dernière, le jour de Noël, dans une salle de séjour décorée de bougies allumées, une petite fille en robe de princesse synthétique joue seule. La robe prend feu, l'enfant brûle en quelques secondes malgré l'intervention de ses parents. Quand les pompiers arrivent c'est trop tard. Notre petite nièce est dans le coma. Elle meurt 3 jours après. À tous les parents, chassez les bougies de vos fêtes ou en tout cas, surveillez attentivement les allées et venues des enfants, surtout s'ils portent des déguisements en nylon ou polyester, comme les robes de princesses en tulle terriblement inflammables. Les pompiers disent que ce drame est fréquent. **Surtout parlez en autour de vous.**

Maryvonne

vente verrière le buisson

les 22, 23 et 24 novembre
de 14H à 18H

Artisanat : santons , porcelaine decorée, tricots, linge de maison, plantes et fleurs - confitures maison - layette, jouets - livres - philatélie - c.d - vidéos - salon de thé - crêpes - gâteaux- couronnes de l'aveut - paniers gourmands à gagner - brocante - les greniers de Verrières. **Salle saint-andré 9 rue d'Antony Verrières-le-Buisson**

La Bièvre Vivante

Surtout au terrain des prés ! Un pêcheur émérite m'a assuré avoir vu un brochet, le poisson, dans la partie découverte de la Bièvre dans le terrain des prés. Il chassait les petits poissons forts nombreux en ce moment ! Un nouvel exemple de l'amélioration continue de la qualité de l'eau de la Bièvre, et aussi dans le terrain des prés.

Sur les grilles du jardin Luxembourg : « Patrimoines, l'Histoire en mouvement »

L'exposition est visible jusqu'au 12 janvier 2014 sur les grilles du célèbre parc, rue de Médicis, Paris 6e. Elle rassemble 80 photographies prises dans toutes les régions françaises et nous invite à découvrir nos territoires, nos monuments historiques et nos ouvrages d'art mondialement appréciés.

La **collecte des livres** pour l'association Français en Partage a repris son rythme d'une fois par mois. Le dernier mercredi de chaque mois de 18H à 19H sur le parking. Et de 20H à 22H à l'espace La Fontaine (sur rendez vous) mercredi 27 novembre, mercredi 18 décembre, mercredi 29 janvier, mercredi 26 février, mercredi 26 mars

Une page facebook «**sylvie associatif**» vous donne la possibilité d'avoir en direct toutes les informations sur les différentes associations du quartier. Venez vous y abonner....

Association Hémisphère, collectif de musiciens (Balkan Brass Band, Hi.O.Bla, spectacle jeune public et actions cultu- relles) basé à Bourges recherche **Chargé(e) de diffusion / booking**

Missions : sous la responsabilité du bureau de l'association, et en lien avec l'administratrice, vous aurez en charge la diffusion des différents projets artistiques du collectif : en vue de vendre les spectacles, il s'agit de travailler sur la base de données (salles de spectacles, festivals, collectivités), relance téléphonique, envois de courriels, promotion. Si intérêt, à moyen terme, possibilités d'aborder l'administration et à la communication

Profil : Bac+2, orthographe impeccable Maîtrise de l'outil informatique et des réseaux sociaux. Sens relationnel et commercial, à l'aise au téléphone. Autonome. Intérêt pour le secteur culturel et la musique

Rémunération : à étudier selon profil (possibilité de CAE si résident à Bourges, autres formes de collaboration à étudier selon profil).

Envoyer CV et lettre de motivation sur i.hemisphere@orange.fr

Plus d'info sur www.collectif-hemisphere.fr ou au 06 63 77 69 13

Des vacances en Catalogne, Pyrénées Orientales, LA CASALOU

Une grande villa située en bordure du village abrite deux gîtes de charme en RDC. LA CASALOU 1 et LA CASALOU 2, classés 3 épis, idéalement situés entre Canet, Saint-Cyprien et Argeles, à deux pas de la mer mais à l'écart de l'agitation des stations balnéaires. Les 2 gîtes sont identiques mais décorés différemment : Séjour avec coin cuisine, 2 chambres (1 lit 2 pers) (2 lits 1 pers), salle d'eau, wc séparés. Ouvert sur une terrasse privative abritée orientée sud, jardin clos ombragé. Accès à un grand parc (3500 m²) arboré (salon de jardin, barbecue, transats, tennis de table, pétanque, etc...). Parking dans la propriété. Ces 2 gîtes sont attenants, vous pouvez donc venir « en tribu » : capacité de 4 personnes chacun. Possibilité d'une initiation gratuite au Chindai, proposée par la propriétaire. Fiche technique sur le site des Gîtes de France des Pyrénées-Orientales, référence : 109408 et 109409. Renseignements : Nicole 06 76 48 98 72.

Propose de **partager box** sous les tennis pour ranger moto ou scooter, 40 € à discuter
tél 0611274323

Habitant Résidence, cause double emploi, **DONNE**

Téléphone-Fax-Répondeur France Télécom « GALEO 6165 ».Excellent état de marche. Me contacter par mail: jp.goussin@bbox.fr

Balades 2013

Dimanche 17 Novembre

Essonne vallée de la Juine, Circuit d'Étrechy.

Dimanche 8 décembre

Val de Marne: vallée de l'Yerres,
forêt du Bois de Grange et de Gros Bois.

Dimanche 19 janvier

Vallée de la Bièvre (repas au restaurant).



Dimanche 16 février

Rives de la Marne, boucle de Saint-Maur.

Dimanche 23 mars

Forêt de Fontainebleau.

Recommandations

Rendez-vous à 8h30 devant Simply Market

Déplacement en voiture (dédommagement de 4 euros à régler au chauffeur). Si le nombre de voitures était insuffisant, nous irions dans la Vallée de Chevreuse ou dans la Vallée de la Bièvre par les transports en commun.

Marche de 16 à 17 km.

Chaussures confortables conseillées.

Repas sorti du sac.

S'inscrire auprès de Catherine.

Inscription à l'association obligatoire (10 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 16 Novembre**, fête de l'automne.
- **Mercredi 20 Novembre et Samedi 23 Novembre**, Collecte des jouets pour le Noël des enfants défavorisés
- **Dimanche 12 Janvier**, galettes des rois et loto
- **Dimanche 16 Mars**, carnaval de Venise des enfants de l'ateliers d'arts plastiques



Dans votre prochain numéro

- La malbouffe deuxième volet
- Le centre commercial La Cerisaie
- Les travaux près de chez nous
- Sanofi nous quitte
- le trombinoscope de l'association : la nouvelle équipe

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 : T. Aniskova, S. Blanzin, D. Bordet, Lorenza Bourgeois, G. Clavaud, G. Fabbri, D. Ferrando-Durfort, L. Février, P.H. Florès, C. Lefèvre, N. Mennecier, I. Schneider, J. Touzeau. Pour les illustrations : F. Acquaviva, Y. Boccarda, J. Touzeau. Pour la mise en page : A. Chacornac

ISSN 0399-0249