



# LE PHARE

Journal d'expression associative et individuelle - Les Ulis

N° 58 - Septembre 2015

Cette splendide photo montre une abeille posée sur une inflorescence de tilleul, qu'elle est en train de butiner. L'abeille *Apis mellifera* fabrique du miel à partir du nectar que la plupart des tilleuls produisent en abondance. Tout va-t-il donc pour le mieux dans le meilleur des mondes possibles ?



Photo : Christophe Lehobey [cf. page 4]

Non, les choses ne sont pas si simples que certains le croient naïvement en omettant de considérer la complexité de la nature. Il est bon de savoir que toutes les espèces d'abeilles ne font pas du miel et que toutes les espèces de tilleuls ne sont pas bonnes à butiner, même si on peut en faire de la tisane. C'est notamment le cas du Tilleul argenté *Tilia tomentosa*.

On trouve parfois des centaines d'abeilles et de bourdons morts sous le Tilleul argenté, souvent planté dans les villes car il est à croissance rapide, très résistant à la sécheresse et à la pollution. On ignore encore si son pollen et son nectar sont toxiques ou s'il n'en produit pas assez par temps de sécheresse, les insectes attirés mourant alors de faim. Heureusement, les tilleuls de l'avenue de Champagne ne sont pas de cette espèce...

## LE PHARE - 58

Édité par APEX + Ulis

MPT des Amonts - 91940 Les Ulis

**Directeur de publication :**

Pierre Belbenoit, Président

**Comité de Rédaction**

**et maquette PAO :**

APEX + Ulis - ISSN 1622-8804

11 500 exemplaires

**Imprimerie ifdi**

2 bis, avenue du Québec

B.P.8 - Z.A. Les Ulis

91941 Courtabœuf cedex

Tél.: 01 69 86 92 00



## À Albert Cabarat, dit "Gaston"



Au mois de juin, Albert Cabarat nous a quittés. Vous le connaissiez peut-être sous le surnom de "Gaston". Pendant de nombreuses années, il a été un soutien pour *Le Phare*, comme distributeur fidèle, communiquant à chacun joie de vivre et humour, très souvent en chanson.

**La Rédaction**

Au cours des funérailles, **Yvonne Marliot** (membre de l'équipe obsèques du Centre Jean XXIII) rappela ceci : "Albert (ou "Gaston" pour ses collègues et les Amis de la Nature) est né à Clamecy dans la Nièvre, le 7 mai 1936. Parvenu à l'âge adulte, il 'monte' à Paris où il rencontre Monique qui deviendra son épouse. Il profite de la création des Ulis pour s'y installer avec son épouse et ses enfants Françoise et Jean-Marc. Son rêve se réalisait : vivre dans une ville à la campagne.

(...) Très vite, Albert a adhéré à l'association Les Amis de la Nature et nous a pilotés, le dimanche, dans de nombreuses flâneries parisiennes. En fin d'après-midi, il nous quittait pour s'adonner à l'une de ses passions : le cinéma. Le chant faisait partie de sa vie, et c'est tout naturellement qu'il nous saluait en fredonnant un air de musique. La chorale témoigne de cette autre passion. Le sport ? Il le pratiquait confortablement installé dans son fauteuil devant la télévision en suivant un match.

Albert-Gaston nous quitte après avoir, durant quelques mois, traversé l'épreuve douloureuse de la maladie. Aujourd'hui, il disparaît à nos yeux et s'inscrit, invisible mais présent à nos cœurs et à nos mémoires. Nous partageons l'émotion qui étreint tous ceux et celles qui l'ont connu et aimé."

**Raymonde Causin**, sa collègue de travail qui l'introduisit dans l'association des Amis de la Nature témoigna :

"Je te véhiculais, dans les embouteillages, nous attaquions en duo notre grand air : Le temps des cerises. Et tu nous joues le mauvais tour de nous quitter au temps des cerises. J'irai à l'Orme-à-Moineaux le fredonner et j'espère que, de là-haut, tu m'accompagneras doucement.

(...) Nos collègues qui ont pu t'apprécier de longues années, les Amis de la Nature que tu as bien égayés, tous, j'en suis sûre, te disent merci du fond du cœur pour tout ce que tu nous as apporté."

## À Annick Millepied-Josseume



27 juin 2010

**Annick s'est éteinte le 11 juin 2015**

"Notre mère est bien elle même sur cette photo avec ma fillette. C'est l'image que nous garderons d'elle, et non de ce qu'elle était devenue depuis que la maladie de Charcot l'avait prise. **Anne, avec Jean-Pierre et Yves**

"C'est avec beaucoup de regrets que l'Amicale des Locataires du Barceleau a appris le décès de madame Annick Millepied-Josseume. Lorsqu'elle était Présidente de notre Amicale, Annick s'est consacrée pendant plusieurs années à améliorer notre résidence et le confort des résidents, tâche ingrate qui n'est jamais estimée à sa juste valeur. Annick n'attendait rien en retour, elle a donné beaucoup. Aujourd'hui, l'Amicale la remercie de tout ce qu'elle a pu entreprendre pour améliorer notre environnement et notre bien-être. Annick tu resteras toujours parmi nous. Nous ne t'oublierons jamais." **Le Président de l'Amicale**

"Annick retraitée de la fonction publique territoriale, militante FO depuis des dizaines et des dizaines d'années... Une femme discrète mais ô combien combattante, toujours présente dans les manifs pour porter les revendications de FO, autant pour les actifs que pour les retraités. Une militante toujours en lutte pour défendre les acquis sociaux et obtenir de nouvelles avancées et garanties sociales."

**Communiqué FO-91 du 15/06/2015**

"Je regrette vivement de ne pas pouvoir proposer un article pour *Le Phare*, tant Annick appartenait à la grande famille républicaine. Sa participation constante à toutes les manifestations données à la Pierre de la Liberté en témoignait." **Gilbert Piantoni, élu municipal**

[ndlr : Conseillère municipale aux Ulis de 1983 à 1995, Annick a œuvré pour l'installation d'un réseau câblé. Elle a participé au Conseil de Quartier Nord et Centre-Est et y a notamment demandé que la Poste installe une boîte à lettres au Barceleau.]



Les articles pour *Le Phare* n°59 devront parvenir à la Rédaction au plus tard le 15 nov. 2015

## ÉDITO.

### Une seule Terre

## SOMMAIRE

### Hommages

- Albert Cabarat ("Gaston") ..... p. 2
- Annick Millepied-Josseaux ..... p. 2

### Vie associative

- APOGE et la MdA des Ulis ..... p. 4
- Des abeilles pour nos enfants ..... p. 4
- APEX\*Ulis débat au cinéma ..... p. 5
- Des nouveautés à l'EMU ..... p. 5

### Citoyenneté

- ESS Initiatives le 27 novembre ..... p. 6
- Le TAFTA contre le climat ..... p. 6

### Solidarités

- Soutenez *Cœurzégeste* ..... p. 6
- Rencontres *ATD-Quart-Monde* ..... p. 7
- Le Téléthon 2015 innove ..... p. 7
- *La Repasserie* de Courtaboeuf ..... p. 8
- Atelier vélo *SoliCycle Les Ulis* ..... p. 8
- Un autre regard sur le chômage ..... p. 9
- *Essonne Cadres* et la CVthèque ..... p. 9

### Société

- *Alternatiba* aux Ulis : un succès ..... p. 10
- Pour l'économie circulaire ..... p. 11

### Nature

- Plantes sauvages médicinales ..... p. 12
- Naturopathie : santé au naturel ..... p. 13
- Le jardinage au collège ..... p. 13

### Culture

- Les aînés font du théâtre ..... p. 14
- *7-1ArtProduction* : la rentrée ..... p. 14
- L'expo pédagogique : le portrait .... p. 15
- Le *Cercle celtique Ar C'helvez* ..... p. 16
- Seconde vie avec *Art 91* ..... p. 20

### Sports

- À la découverte du softball ..... p. 16
- La station de trail de Bures ..... p. 17

### Le coin des poètes

- 4 nouveaux poèmes inédits ..... p. 18

### Le coin des joueurs

- Échecs : solution 12, exercice 13 ... p. 19
- Succès de la Fête du Jeu 2015 ..... p. 19

Aujourd'hui, tout le monde connaît le mot écologie et a entendu parler des risques pour notre planète, c'est-à-dire pour notre maison commune. Dans ce numéro du *Phare*, nous évoquons le weekend *Alternatiba* des 4 et 5 juillet aux Ulis dans le contexte de la 21<sup>e</sup> Conférence sur le climat qui se tiendra en décembre à Paris. Il y aurait donc le feu à la maison ?

Au cours des temps géologiques, les continents ont dérivé, les espèces ont évolué et certaines ont disparu (ah, les dinosaures !). À l'échelle de la planète, les êtres vivants et l'environnement sont interdépendants.

L'activité humaine de l'ère industrielle abîme massivement notre maison. La population a plus que doublé depuis 1950, elle produit et consomme en puisant dans les ressources de la planète comme si elles étaient infinies alors que nous n'avons qu'une seule Terre. Or, si chacun s'alignait sur le mode de vie d'un habitant de New-York ou de Paris, il faudrait trois planètes !

L'humanité, aujourd'hui, a mis en place ce qu'il faut pour s'autodétruire. Voici quelques exemples.

Après les premières bombes atomiques larguées sur Hiroshima et Nagasaki, combien d'autres sont prêtes à l'emploi ? Même au plan civil, la maîtrise du nucléaire reste un problème. Les conséquences directes du réchauffement climatique, l'effondrement de la biodiversité, l'acidification et la surpêche des océans, la possible disparition des abeilles, ne sont-ils pas d'autres mises en péril redoutables pour les générations à venir ?

Chacun peut en prendre conscience, imaginer des solutions alternatives, nécessairement solidaires et citoyennes, pour agir concrètement sur la production, le transport, l'utilisation, le recyclage...

Face aux périls, partageons fraternellement notre Terre !

*La Rédaction*

### Rédaction bénévole du *Phare* pour 2015

- Pierre Belbenoit (Directeur des Publications)
- Marie-Odile Charpenet (Rédactrice en Chef)

Autres titulaires : • Bernard Charpenet • Pierre Piquepaille  
• Bozena Teodorowicz • Marie Josée Vergine

Suppléant(e)s : • Zoubida Belfadil • Pierrette Berthelot  
• Rose-Marie Boussamba • Mireille Delafaix  
• Yvette Roussel • Charles Zucconi

Adresse : MPT des Amonts (case 14), 91940 Les Ulis

Adresse électronique : [redac.phare@orange.fr](mailto:redac.phare@orange.fr)

Site Internet : <http://apex.ulis.free.fr>



## La Maison des Associations des Ulis avance



L'Association *POur la GEstion de la Maison des Associations des Ulis (APOGE-MdA)*, née en février 2014 (voir *Le Phare* n°54),

a pour mission principale la gestion de la prochaine *MdA*.

Qui dit maison, dit **locaux** : nous savons depuis le début de l'été que la *MdA* sera avenue d'Alsace, dans l'ancienne école du Barceau (et non plus sur l'esplanade de la République), à proximité de *Pôle emploi* et de diverses structures concernant les associations.

### Des actions de l'APOGE

L'*APOGE*, c'est aussi une nouvelle façon d'échanger des savoirs, des expériences et d'apporter des services, dans l'esprit de la Charte du *Réseau National des Maisons des Associations* et en partenariat avec la mairie.



En attendant de pouvoir être au grand jour, dans les locaux du Barceau, en Bureau et en Conseil d'administration nous préparons dans l'ombre le démarrage public des activités. Nous travaillons déjà sur un programme à proposer aux associations adhérentes.

Une des priorités est de faciliter l'**accès aux formations** du Conseil départemental de l'Essonne, en organisant, aux Ulis, des formations pour les responsables bénévoles. Nous avons eu plusieurs contacts avec ce Conseil départemental (ancien Conseil général) et avons l'accord qu'**au moins 2 formations auront lieu aux Ulis avant fin 2015**. Ces formations rejoignent nos choix, déterminés suite à une enquête :

- faire l'autodiagnostic de son association en 100 questions ;
- la responsabilité des dirigeants : du cadre juridique à la réalité.

Nous avons préparé une convention avec la Municipalité pour la mise à disposition des locaux, ainsi qu'un règlement intérieur pour leur utilisation par les associations.

Le 5 septembre 2015, nous étions de nouveau présents au Forum des associations, pour nous faire connaître des associations et de l'ensemble de la population. D'autres actions de communication ont été réalisées par l'intermédiaire de l'*UAU* et du journal *Le Phare*.

**Associations des Ulis, nous vous attendons nombreuses !** Rejoignez plus de quarante cinq associations prêtes à mutualiser des compétences et des moyens matériels, travailler ensemble, échanger les savoirs, aider les plus jeunes bénévoles.

**Le Bureau de l'APOGE**  
apoge.mdaulis@gmail.com

## Pourquoi des abeilles aux Ulis ?



Depuis une vingtaine d'années, les colonies d'abeilles déclinent dans tous les pays. Mais les apiculteurs ont découvert que les ruches installées en ville sont en meilleure santé et produisent plus que dans certaines zones de campagne. Ils en ont conclu que les produits chimiques utilisés dans l'agriculture intensive et le manque de biodiversité dans les campagnes sont parmi les principaux facteurs responsables de la disparition des abeilles [ndlr : voir le dossier paru dans *Le Phare* n°54, pages 4 et 5].

Des abeilles dans les villes ont plusieurs avantages :

- pour polliniser les potagers et arbres fruitiers des villes ;
- alerter l'opinion sur le déclin des abeilles ;
- sur notre possibilité d'agir en limitant l'utilisation de pesticides, herbicides ;
- en favorisant les produits Bio, bons pour la terre, pour les abeilles mais aussi pour nous, pour nos enfants et pour l'héritage que nous laisserons ;
- se reconnecter à la nature.

Aux Ulis, nous avons eu plusieurs récoltes de miel : de l'acacia (Robinier), un excellent Châtaigner du Parc Nord, ainsi que le Tilleul du Parc Urbain.

Le rucher associatif des Ulis est aussi un lieu d'échange et d'apprentissage où toute personne peut s'initier à l'apiculture, avoir une ruche et récolter du miel (*vous pouvez voir les ruchers près des serres municipales*).

**Et un jour, peut-être, vous pourrez transmettre ce savoir à vos enfants.**

**Christophe Lehobey**  
*Association Des abeilles pour nos enfants*

<http://desabeillespournosenfants.e-monsite.com/>  
desabeillespournosenfants@hotmail.fr  
Tél.: 06 15 61 59 50

## Un partenariat de l'APEX\*Ulis

Les objectifs de notre association sont de favoriser la libre expression citoyenne aux Ulis et de la médiatiser, par l'édition du journal *Le Phare*, et de proposer d'autres formes suscitant un débat sur des sujets de société. Par le passé, nous avons coorganisé une conférence-débat et, en 2015, notre choix se porta sur le film *En quête de sens*, de **Nathanaël Coste et Marc de La Ménardière**. À la mi-juin, l'APEX\*Ulis, en partenariat avec le cinéma Jacques Prévert, a donc proposé la projection de ce film, chacun apportant ses compétences (l'un se procurant le film, l'autre utilisant les réseaux associatifs et parvenant à faire venir plus de 70 personnes).

La démarche de ce film rejoignait celle du Festival Alternatiba Nord-Essonne qui a eu lieu aux Ulis les 4 et 5 juillet (voir page10).

### Le film

Nous vivons dans une société occidentale complexe, éprise de consommation, sans souci des destructions de la nature et du climat, sans souci du respect des humains les plus fragiles. Ce constat est sinistre mais Marc et Nathanaël, deux jeunes adultes, se posent la question de leur place dans cette société, comme nous le faisons tous à certaines étapes

de notre vie. Ils remettent en cause cette société qui impose des règles de rentabilité financière et de compétitivité, en oubliant l'épanouissement de l'Homme.

Marc et Nathanaël interviewent des pionniers ouvrant des pistes de réflexion. Leur film, *En quête de sens*, fait parler une grande diversité de personnes comme **Vandana Shiva, physicienne**, qui milite pour la défense de l'agriculture paysanne et œuvre pour la biodiversité grâce à la conservation de semences paysannes. Si **Arnaud Desjardins**, spécialiste des grandes traditions spirituelles, nous invite à ouvrir notre ego et à nous débarrasser des pensées artificielles afin de vivre pleinement l'instant présent, **Hervé Kempf**, journaliste et écrivain, nous entraîne à repenser notre rapport à la richesse et à la démocratie. Quant à lui, **Tim Jackson**, économiste, en recherche d'une voie entre la croissance et la décroissance, nous prépare à des changements sociaux. Mais également **Jules Dewaeres**, jardinier urbain, cultivant une parcelle de 400 m<sup>2</sup> derrière sa maison en ville, nous dit que la convivialité doit guider notre démarche de vie. Enfin, après d'autres témoins, **Marianne Sébastien**, fondatrice de *Voix Libres International*, explique que son utopie de créer une société solidaire dirigée par des jeunes issus des mines, des rues et des ordures, est devenue réalité en 20 ans.

Après le film, de nombreux participants ont discuté de ces témoignages autour d'un pot, rejoignant Arthur Porto qui a écrit dans *Médiapart* (21 février 2015) : *" Ces jeunes réalisateurs nous montrent qu'il y a des lieux où ont fait, on expérimente, on "utopie", on revendique, on construit. Tout en nous disant que vivre en harmonie avec soi-même, les autres et l'environnement, ça commence par son choix, sa propre décision."*

Pour l'APEX\*Ulis :

**Pierre Belbenoit**  
(Président)

**Marie-Odile Charpenet**  
(Vice-présidente)

## Farandole de nouveautés à l'EMU

Ce mois de juin 2015 a changé nos habitudes. Le concert de fin d'année s'est déroulé à la Ferme de Courtabœuf, une grande innovation. Nous étions plus de 100 personnes de l'association et nos enseignants, bien sûr. Nous avons fêté agréablement notre fin d'année et la fête de la Musique. La salle s'est révélée très conviviale et d'acoustique correcte de l'avis des professeurs.

Les élèves ont joué dans une ambiance plus familiale, les parents sont restés jusqu'à cette fin d'après-midi où, en plein air, nous avons trinqué au succès de cette innovation.



La rentrée scolaire 2015-2016 offre quelques nouveautés : des cours de violoncelle, de chant lyrique et de chant de variété ainsi qu'un atelier pour public handicapé.

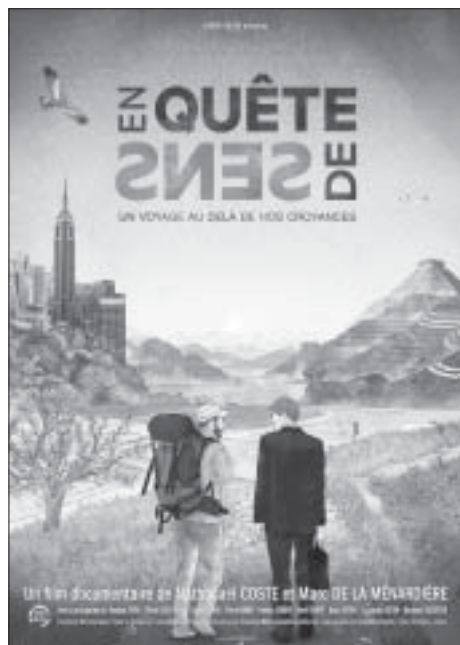
Les inscriptions se poursuivront en début d'année scolaire à la MEA :

le lundi, le mardi et le jeudi  
de 16 à 19 heures,

le mercredi de 9 à 19 heures, et  
le samedi matin de 10 heures à midi.

Nous vous attendons. Et n'oubliez pas de consulter le site de l'EMU : <http://www.eveilmusicalulissien.fr>

**Nelly Keller**  
Présidente de l'EMU



## ESS Initiatives : le 27 novembre 2015



L'Économie Sociale et Solidaire (ESS) a été présentée dans *Le Phare* n°55. Suite à la première édition du salon *ESS Initiatives* de novembre 2014, l'association *PôleS NOE* renouvelle l'organisation des *ESS Initiatives* dans la ville de Massy, le 27 novembre 2015.

Dans ce salon, le *PôleS NOE* encourage les associations et entreprises sociales à coopérer et mutualiser des moyens communs pour développer leur activité économique et créer des emplois.

Ce salon, réservé aux professionnels entrepreneurs, salariés, bénévoles, financeurs et collectivités locales, permet de mettre en valeur et créer du lien entre tous les acteurs du territoire Nord-Ouest Essonne. Cette année, le programme du salon mettra l'accent sur l'innovation sociale territoriale.

Parmi les nouveautés du programme 2015, le salon de l'ESS accueillera l'exposition photographique « ACTIFS ! » du collectif *Act'ESSonne*, le réseau des structures d'insertion par l'activité économique de l'Essonne. L'association *Essonne Active*, spécialisée dans le financement et le conseil aux associations et entreprises solidaires présentera un nouvel outil web essonnien, « Je veux créer dans l'ESS - qui peut m'accompagner ? »

Pour cette journée dédiée à l'ESS, nous faisons appel à des prestataires solidaires tels *Artisans du Monde* de Bures-sur-Yvette et la *Table de Cana* d'Antony pour les collations et cocktails/déjeuners.

### Où aura lieu *ESS Initiatives* ?

Le vendredi 27 novembre, de 9h à 16h, à l'Espace Liberté de Massy (sous réserve de modifications) ;

Pour qu'*ESS Initiatives* soit un succès, nous invitons toutes les associations et entreprises solidaires à présenter un stand le vendredi 27 novembre. Souhaitons aussi que les bénévoles y viennent très nombreux. Ouvert au grand public le matin et sur réservation pour le déjeuner.

**Jean-Bernard Koechlin**  
pour le *PôleS NOE*

Contact : Caroline Cailleau, Local du *PôleS NOE*,  
30, rue de Courdimanche, 91940 Les Ulis

Mél.: caroline.cailleau@polesnoe.org

Tél.: 07 86 62 88 94

Site (disponible mi-septembre) : <http://www.polesnoe.org>

## TAFTA contre le climat

En marge de la COP21, les instances européennes continuent de préparer en secret le TAFTA (Transatlantic Free Trade Agreement). Cet accord de libre-échange Europe-USA vise à harmoniser par le bas les règles sociales et environnementales des deux côtés de l'Atlantique.

Quelles en seraient les conséquences sur le dérèglement climatique ? Quel impact sur les énergies fossiles, le transport, les migrations, les délocalisations... avec déplacements d'emplois et de population ? De nombreux conférenciers et acteurs de terrain y participeront.

**Venez en débattre samedi 14 novembre  
de 13h30 à 19h à Orsay (Hall J. Tati).**

Ce débat sera suivi d'une collation et de la projection en avant-première du film *This changes everything* de Naomi Klein et Avi Lewis\*.

Ce Forum est à l'initiative du Collectif local Stop-TAFTA « CAPS et communes avoisinantes », qui regroupe 18 associations, syndicats, organisations politiques et des citoyens mobilisés contre la poursuite des négociations du grand marché transatlantique.

**Le Collectif Stop-Tafta**  
[stoptafta-caps@ouvaton.org](mailto:stoptafta-caps@ouvaton.org)

\* Sous réserve. En cas d'impossibilité, un autre film sera projeté.

## Soutenez Coeurzégeste

*Coeurzégeste* est une association de solidarité à vocation sociale et humanitaire qui ne fait aucune distinction de nationalité, de race, de sexe, de religion, de condition sociale ni d'appartenance politique.

Elle apporte une aide aux personnes dans le besoin. Dans son local des Ulis, ouvert depuis 3 ans, les plus démunis peuvent se restaurer, se vêtir, se doucher, utiliser un poste Internet ou laver leurs affaires. Ils ne sont pas assistés mais participent aux tâches au sein du local. Il y a aussi un accueil brocante au quotidien, une aide aux courriers et un service d'entraide pour les personnes âgées, gratuitement, sans aucun don d'argent, avec la générosité de tous.

Le centre commercial des Champs-Lasniers, où se situe le local de l'association, va être démoli. Comme le stipule la Convention d'occupation précaire, signée avec la *SORGEM*, aucun relogement n'est prévu.

Une association comme la nôtre est vitale ; elle allège la pauvreté et vient en aide à beaucoup de personnes, qui y retrouvent de l'espoir. Il serait donc nécessaire que nous trouvions un autre local aux Ulis. Pour nous soutenir, signer la pétition sur :

<https://www.change.org/search?q=coeurzegeste>

ou venez nous voir, à côté de la passerelle de l'Automne.

**Coeurzégeste**

[coeurzegeste@hotmail.fr](mailto:coeurzegeste@hotmail.fr) - <http://www.coeurzegeste.org>



## Passage aux rencontres ATD-Quart-Monde 2015

**Cette année, l'association ATD-Quart-Monde a organisé son forum annuel à Montreuil (où l'association a ses nouveaux locaux) du 27 au 31 mai et il avait pour thème : « Pour dire STOP aux idées fausses sur les pauvres ».**

J'ai assisté au débat intitulé « Il n'y a pas assez de travail pour tout le monde : vrai ou faux ? ».

Autour de Patrick Valentin, membre d'ATD et porteur du projet « Territoires zéro chômeur de longue durée », il y avait un économiste, un élu de Meurthe-et-Moselle, Dominique Pottier et des chômeurs de longue durée.

Mais la première remarque qui m'a frappée est celle de P. Valentin disant « *On ne dit pas [qu'il n'y a pas assez de places dans la commune pour y envoyer tous les enfants, on adapte les classes au nombre d'enfants. Il doit en être de même pour l'emploi (pour une activité rémunératrice) : il faut adapter les offres d'emploi à la demande. Le contraire est inacceptable* ».

L'élu de Meurthe-et-Moselle a témoigné d'une expérience faite dans une commune (dans un territoire restreint), pour donner un emploi à tous ceux qui en souhaitent.

D'après les économistes, un chômeur coûte à la société environ 1 500 € par mois. D'autre part, il existe beaucoup de besoins de la société qui ne sont pas satisfaits, souvent "non rentables", et beaucoup d'entreprises qui auraient besoin d'un coup de main ne justifiant pas la création d'un emploi.

Par ailleurs, beaucoup de chercheurs d'emploi ont des compétences variées. La commune a donc décidé, avec la mobilisation et le soutien de la population, de recenser toutes les possibilités d'emploi non satisfaites et, en utilisant les diverses aides possibles, d'offrir à ceux qui le souhaitent **des emplois en CDI (au taux horaire du SMIC)**, en leur posant 3 questions :

Que sais-tu faire ?

Que veux-tu faire ?

Pour quel volume horaire ?

Et, **une fois embauchés, si cela s'avérait nécessaire, en leur proposant une petite formation**, les embauchés devant continuer à être inscrits à *Pôle emploi*.

Les conditions précédentes sont bien différentes de celles proposées par les employeurs habituels, qui exigent une expérience et une formation collant au poste proposé.

Et les chômeurs de longue durée présents ont témoigné de leur volonté, de leurs efforts, et de leur succès à remplir avec compétence les emplois proposés, même s'ils différaient de leur profil *a priori*. ATD va donc essayer d'étendre cette expérience à d'autres territoires.

Et les intervenants ont conclu en disant :

*« En ce qui concerne l'emploi, on n'a pas tout essayé, mais une activité rémunératrice, c'est UN DROIT ! »*

**Nicole Paraire**

## Le Téléthon 2015 innove

Depuis plusieurs années, vous avez participé au Téléthon des Ulis ou vous en avez entendu parler. **Vendredi 4 et samedi 5 décembre 2015, le Téléthon aura encore lieu aux Ulis, à St-Jean-de-Beauregard, à Orsay et à Bures-sur-Yvette.**

**4 ET 5  
DÉCEMBRE  
2015**

Cette année, vous pourrez découvrir des nouveautés et des nouveaux lieux :

- un challenge sportif « *Le muscle au service du muscle* » à l'Espace Forme du gymnase des Bathes pendant 24 heures et des démonstrations de différentes disciplines au Dojo ;
- des jeux (vidéos, échecs, jeux de sociétés et jeux géants) au gymnase de Courdimanche, le samedi après-midi ;
- un circuit VTT, le *Run Bike de Beauregard*, le samedi matin ;
- un stand aumarché de Noël, au parc de la Grande Maison de Bures, le samedi toute la journée.

Le vendredi soir, vous retrouverez le dîner dansant mais, cette année, ce sera au gymnase de Courdimanche.

Le samedi, de la restauration sera proposée dès le matin, avec un petit déjeuner, puis vous pourrez trouver des boissons, des gâteaux et repas chaud pour le déjeuner, sur la dalle du gymnase des Bathes.

- À la Ferme de Villezières à Saint-Jean-de-Beauregard, aura lieu la traditionnelle *Belliregardinoise*, course à pieds individuelle avec une boucle mesurant 1/10<sup>e</sup> de marathon.
- Dans la galerie du Centre commercial Ulis 2, vous attendra une « Boutique » d'objets Téléthon et un centre de dons.
- Au Centre culturel Marcel Pagnol de Bures, vous pourrez apprécier, en soirée, un concert (avec participation libre).

Pendant les 2 jours : vous pourrez vous procurer, aux gymnases, des enveloppes gagnantes, et sur l'ensemble des lieux, il y aura vente d'objets Téléthon et centre de dons.

Retenez dès maintenant, ces 2 jours de décembre pour venir vous divertir tout en contribuant aux actions de l'AFM de l'Essonne (l'Association Française contre les Myopathies).

**Venez rejoindre l'équipe de bénévoles, ces jours-là ou avant pour la préparation.**

**Le collectif Téléthon**

Tél.: 06 87 11 80 52 - <http://www.telethon-lesulis.fr>

# La Repasserie

de Courtabœuf



**Si repasser rime avec corvée, allez vite découvrir La Repasserie de Courtabœuf ! Cet atelier de repassage et de retouche vêtements est un chantier d'insertion porté par l'association Études et Chantiers Île-de-France et soutenu par l'État, Atout PLIE 91\*, le Conseil départemental de l'Essonne et la Région Île-de-France.**

### Un atelier solidaire...

Cet atelier favorise l'insertion par le travail de personnes éloignées de l'emploi, leur permet de s'inscrire dans un parcours de formation et de valider le certificat de compétences n°3 du titre professionnel d'assistant(e) de vie aux familles.

Atout PLIE 91\*, les CCAS, la MDS (Maison des Solidarités) et le Pôle emploi orientent les personnes bénéficiaires des minima sociaux ou sans ressources vers le chantier, qui offre à 12 salariés des CDD de 4 à 12 mois. Les salariés de l'atelier sont ensuite accompagnés socialement et professionnellement vers l'emploi via des formations collectives (rédiger un CV, une lettre de motivation, réussir un entretien) et des entretiens individuels.

8 D'avril 2012 (démarrage de La Repasserie) à décembre 2014, La Repasserie a accueilli 30 salariés, dont 24 ont décroché le certificat de compétences professionnelles. Question chiffre, ce sont 69 % des salariés de l'atelier qui sont repartis avec un emploi ou une formation qualifiante. Comparé aux autres dispositifs d'insertion de demandeurs d'emploi de longue durée, La Repasserie fait figure d'excellente élève.

\* Atout PLIE 91 : Agir pour l'emploi au cœur du territoire

Céline Hubaut, encadrante technique, pédagogique et sociale de l'atelier nous explique que *“ le contact avec les clients et l'ambiance conviviale de La Repasserie crée une atmosphère bienveillante et rassurante pour un public longtemps éloigné du monde du travail ”*.

Lorsque l'on interroge Céline sur les bénéfices de l'atelier, elle nous raconte l'histoire d'Isabelle : *“ au chômage depuis de longues années suite à des violences, Isabelle est arrivée à l'atelier persuadée qu'elle ne pourrait plus jamais travailler car elle manquait de confiance en soi ”*. Après seulement 10 mois à l'atelier, Isabelle a décroché son diplôme d'auxiliaire de vie et travaille maintenant dans une entreprise de services à la personne. Céline conclut en disant que *“ ce parcours réussi n'est pas un exemple isolé et c'est cela qui rend l'atelier si important ”*.

### Une qualité professionnelle...

La Repasserie, c'est aussi un service professionnel de repassage au fer et de retouche de vêtements. La qualité pressing y est assurée en 48 heures !

Vous pouvez confier toutes vos retouches vêtements à l'équipe de La Repasserie : des ourlets pour jupes, pantalons ou rideaux, des ajustements de tailles, reprises ou accrocs, des changements de fermetures, etc.

De plus, si vous êtes salarié du Parc d'activité de Courtabœuf, un service de livraison et retrait du linge est mis en place. Organisez-vous avec vos collègues pour bénéficier de la livraison gratuite.

Les clients de La Repasserie sont toujours ravis des services rendus, en témoigne Jean-François, adhérent depuis 1 an : *“ Je donne mes chemises et pantalons le lundi matin pour les récupérer le mercredi matin ; c'est toujours impeccable et l'accueil y est plus que sympathique ! J'en ai parlé avec mes collègues, désormais, on s'organise pour bénéficier de la livraison ! ”*

**Louer les bureaux et salle de réunion de La Repasserie et demander les tarifs à :** [chubaut-ecidf@orange.fr](mailto:chubaut-ecidf@orange.fr)

**La Repasserie de Courtabœuf**  
8, avenue du Parana, 91940 Les Ulis  
Tél.: 01 69 28 95 79 - 06 15 36 19 76  
<http://www.etudesetchantiers.org>

**Ouverture :** lundi au jeudi de 9h à 18h - vendredi de 9h à 17h

### L'atelier vélo SoliCycle Les Ulis prépare son déménagement

**SoliCycle les Ulis** est un atelier d'insertion qui propose à ses adhérents d'apprendre à réparer son vélo, de donner leurs vélos usagés ou d'en acheter d'occasion.

Actuellement situé sur l'esplanade de la République, il déménagera en automne dans des locaux situés dans la résidence Chanteraine aux Ulis, au cœur d'un quartier prioritaire à 500 mètres de la mairie et des locaux actuels.





Le chômage, une histoire de chiffres, de statistiques par catégorie ? Non, ce sont des hommes et des femmes des histoires personnelles, chacune différente : certains trouvent vite, et d'autres galèrent ! Alors que faire ? Attendre des jours meilleurs ? Des décisions politiques ? **Cela ne suffit pas.**

Depuis plusieurs années, certains, ici, aux Ulis, se sont organisés pour aider leurs voisins, leurs amis, à passer cette période critique, à mieux conduire leur recherche d'emploi, à mieux utiliser les outils qui existent, les nouvelles méthodes, les réseaux sociaux dédiés au monde du travail. C'est aussi un **soutien humain**, lorsqu'on a du mal à y croire encore.

**Cette année, l'association SNC (Solidarités Nouvelles face au Chômage) fête ses 30 ans**, partout en France. Nous voulons, à cette occasion, demander à chacun de **regarder le chômage avec un peu plus d'humanité**, un peu moins de calculs. Non, le chômage ce n'est pas de la faute des chômeurs, et nous pouvons tous prendre notre part à l'effort collectif. Nous refusons cette stigmatisation systématique des chercheurs d'emploi.

**Le groupe SNC de la vallée de l'Yvette soutient les chercheurs d'emploi des Ulis et des villes voisines depuis des années.** Nous sommes 17 bénévoles, et nous accompagnons une vingtaine de chercheurs d'emploi, en leur apportant conseil, soutien, relations, savoir faire... à raison d'une heure ou deux par mois, et de manière individuelle, confidentielle.

**Que fait SNC ?**

SNC accompagne les chercheurs d'emploi dans leurs démarches ; crée des emplois intermédiaires (emplois de développement), comme une étape vers un emploi stable ; prend part au débat public, réfléchit sur les solutions, les décisions, les orientations qui conviendraient pour cette situation, si critique.

Un emploi de développement permet à un chercheur d'emploi de se réinsérer par un emploi temporaire créé dans une association partenaire avec le soutien de SNC.

**Vous pouvez tous aider SNC :**

- en donnant nos coordonnées aux personnes qui cherchent un emploi, et ont vraiment besoin d'accompagnement (snc.yvette@gmail.com) ;
  - en nous rejoignant comme bénévole pour consacrer quelques heures par mois pour épauler ceux qui cherchent (formation assurée) ;
  - en nous aidant financièrement à créer des emplois de développement, dans d'autres associations, financés par SNC.
- Davantage d'infos sur le site national : <http://snc.asso.fr>

**Pierre Prousteau**

*Solidarités Nouvelles face au Chômage*

pierre.prousteau@yahoo.fr - Tél.: 01 69 28 24 58  
ou paul\_garde@yahoo.fr - Tél.: 06 67 37 82 44

**SNC en France en 2014 :**

1800 accompagnants bénévoles, 136 groupes, 2900 chercheurs d'emplois accompagnés, 62 % d'issues positives, 3800 donateurs.

**Par souci d'indépendance d'action, SNC ne perçoit aucune aide administrative et est uniquement financé par des aides privées (particuliers, entreprises).**



**Le vivier de compétences de proximité**

Association loi 1901, **ESSONNE CADRES est un vivier de compétences de proximité qui répond aux besoins de deux acteurs économiques : les Cadres et les Entreprises.**

**Les Cadres** en transition souhaitent cultiver leur savoir-faire, leur capacité à répondre à des objectifs et à s'en fixer. Ils gardent un lien avec le tissu économique et affûtent leurs compétences : un projet professionnel optimisé et des partages et échanges sur les connaissances métiers et marchés.

**Les Entreprises** recherchent des profils expérimentés qui sauront, le temps nécessaire, encadrer des équipes, auditer et apporter des solutions, restructurer un service, dynamiser la stratégie, être des ambassadeurs de qualité.

Retrouvez la CVthèque et toutes les informations relatives à **ESSONNE CADRES** sur : <http://www.essonnecadres.org>  
[contact@essonnecadres.org](mailto:contact@essonnecadres.org)

**Kathy Devoucoux**

## Succès pour le village Alternatiba Nord-Essonne aux Ulis !

**Ensemble, relevons le défi climatique.** Mobilisé par le défi climatique posé à l'ensemble de la société, notamment par la 21<sup>e</sup> Conférence des Nations sur le changement climatique (COP21), qui aura lieu en décembre à Paris, un collectif de citoyens du Nord de l'Essonne a décidé de prendre la vague d'enthousiasme lancée par le mouvement citoyen *Alternatiba*, né à Bayonne.

**Ils ont donc imaginé** de faire un festival *Alternatiba* aux Ulis, en mobilisant tous les acteurs locaux. L'objectif ? Rassembler le plus de gens possible autour des questions posées par le dérèglement climatique et mettre en avant les solutions locales qui existent et qui fonctionnent. C'est ainsi que, portée par les associations locales, l'idée d'un village alternatif est née.

**Samedi 4 juillet 2015, un village temporaire** s'est installé dans le Parc urbain des Ulis, dont chaque quartier était le reflet de l'un des domaines concernés par la transition nécessaire : le climat, l'habitat-énergie-transport, l'alimentation-agriculture, l'économie et l'éducation-culture. Faire connaître au plus grand nombre les formules alternatives qui fonctionnent pour que de nouvelles idées germent et que les mouvements cessent d'être confidentiels.

**Plus de 60 stands** présentaient des actions concrètes menées par des associations de différentes communes du Nord-Essonne : ainsi des solutions

originales de transport ou de production d'énergie, des exemples de presse alternative, des producteurs et artisans proposant des repas à base de produits Bio, notamment végétariens, des solutions locales de financements pour aider des projets d'Économie Sociale et Solidaire.

**17 conférences ou tables rondes, sur 3 lieux**, ont fait "barnum comble" ! Elles traitaient de sujets très divers concernant chacun des quartiers : économies alternatives, transition énergétique, éducation hors-les-murs, OGM et pesticides, changement climatique (voir la liste des conférences et stands sur le site d'*Alternatiba* Nord-Essonne).



Bici-Mixeur

### Un Village Festif

Dans festival, il y a fête, avec de nombreuses animations pour tous et, pour les enfants, des spectacles, des ateliers, des jeux... bref, de quoi passer une excellente journée en famille et repartir avec l'espoir d'un monde meilleur.

N'oublions pas le marché paysan, l'indispensable *AlternatiBar* et des concerts en soirée.

**250 porteurs d'alternatives**, artistes, organisateurs et bénévoles ont permis de faire venir 500 à 700 personnes de tous horizons, et notamment beaucoup



d'Ullisiens sensibilisés par la campagne de communication ou passant par là, ont participé à la fête.

Le lendemain, **dimanche 5 juillet**, une conférence sur les maladies liées à l'environnement et un film-débat sur les alternatives du monde entier a rassemblé une centaine de personnes intéressées par ces thématiques.

Ces 2 jours ont été réalisés grâce à une équipe de bénévoles qui, depuis plusieurs mois, ont eu de nombreuses réunions de préparation, pris des contacts pour trouver les conférenciers et les animations. La Municipalité des Ulis a apporté une importante aide matérielle, ainsi que d'autres communes et le PNR de la vallée de Chevreuse. Les dépenses ont été couvertes par un financement participatif (plus de 70 donateurs par Internet).

**Le collectif composé d'acteurs associatifs, dont beaucoup ne se connaissaient pas bien, souhaite dès l'année prochaine, recommencer et aller plus loin, en se lançant dans des projets de fond.**

**Le collectif  
*Alternatiba* Nord-Essonne**

<https://alternatiba.eu/nord-essonne/>



Terre &amp; mer

## Vous avez dit économie circulaire ?

**L'économie circulaire est l'économie où la matière première après usage devient déchet, qui lui-même, tel le phénix qui renaît de ses cendres, redevient matière première pour devenir déchet de nouveau et ainsi de suite. L'économie circulaire a pour objectif de rompre avec l'économie linéaire qui prévaut encore aujourd'hui et dont le mode de fonctionnement est : extraire, fabriquer, consommer, jeter.**

Cette notion est très à la mode actuellement. Le terme d'économie circulaire a vraiment fait son apparition dans le courant des années 2010 et les premières assises de l'économie solidaire ont été organisées par l'ADEME le 17 juin 2014, à Paris.

Beaucoup d'acteurs de terrain comme Emmaüs, par exemple, en donnant une deuxième vie aux objets qu'ils récupèrent font, depuis longtemps, de l'économie circulaire comme Monsieur Jourdain faisait de la prose, sans le savoir.

### Qu'y a-t-il de neuf aujourd'hui pour autant en parler ?

Avec la raréfaction des matières premières, en moins de 200 ans, l'homme a grandement épuisé la matière première que la Terre a mis plusieurs dizaines de millions d'années à produire. Des dégâts collatéraux considérables ont été créés : pollution, gaz à effet de serre, etc. La prise de conscience de cette situation est indispensable aujourd'hui, il faut trouver le moyen de produire autrement, d'où la mise en avant de l'économie circulaire. Ce n'est pas une idée neuve : elle a été conceptualisée et systématisée en intégrant, dès la conception du produit, son recyclage final au meilleur coût, grâce au choix des matériaux et de leur assemblage. À titre d'exemple, 95 % des matériaux entrant dans la fabrication d'une automobile doivent être recy-

clables. L'économie circulaire est, en définitive, l'économie du recyclage.

Sa mise en œuvre utilise, maintenant, les grands moyens, tant dans sa gestion industrielle avec des grands groupes tels que Paprec, Derichebourg, Veolia, etc. que dans la communication où on veut faire prendre conscience à tout un chacun de l'impérieuse nécessité de produire, consommer et jeter autrement. Elle redonne ses lettres de noblesse à certaines activités. On est passé des décharges sauvages ou officielles aux déchetteries où les déchets sont triés en fonction de leurs valorisations possibles : les végétaux pour le compost, les gravats pour le remblai, verres et ferrailles pour être broyés, fondus et réutilisés. Des déchetteries, on passe maintenant aux déchetteries-recycleries, où le rôle de la recyclerie, grâce à des ateliers de réparation, de customisation, est de valoriser et donner une deuxième vie aux objets. Les objets, ainsi reconditionnés, peuvent être revendus. Les politiques ne sont pas en reste, ils s'emparent du sujet et légifèrent.

### L'impact du déploiement de l'économie circulaire est à double détente

#### □ Au plan de l'environnement

Jusqu'à une époque récente, la plupart des déchets étaient enfouis dans des décharges, entraînant une importante

pollution des sols, et des émanations de gaz. Puis on a installé des fours pour brûler tout ce qui pouvait l'être, avec des dégagements de dioxines ; après, on a mis des filtres, amélioré la combustion pour éliminer ces gaz dangereux et utilisé l'énergie ainsi créée pour le chauffage urbain, notamment.\*

Quelques chiffres : 1 tonne de papier recyclé épargne 19 arbres et 100 m<sup>3</sup> d'eau ; 1 tonne d'emballage en carton recyclé économise 2,5 tonnes de bois. Sur une consommation globale annuelle de matière première en France (tous produits confondus, agricoles et industriels) de 782 millions de tonnes, le recyclage a permis d'économiser 12 millions de tonnes, soit 1,5 %, ce qui est encourageant pour un début. L'objectif est de réduire l'enfouissement des déchets de 50 % d'ici 2025.

#### □ Au plan de l'emploi

Elle permet en effet de créer de nouvelles activités, notamment dans le secteur de l'écoconception des produits, de la gestion des ressources naturelles et des énergies renouvelables. En 2013, le chiffre d'affaires des entreprises de recyclage, dont un bon nombre font partie de l'Économie Sociale et Solidaire, a atteint près de 10 milliards d'euros et 26 000 personnes ont été employées.

**L'économie circulaire est une économie écologique qui n'a rien à voir avec la décroissance. Elle a pour ambition de remettre les pieds sur terre à une économie qui a tendance à marcher sur la tête.**

**Pierre Joly**

*pour Les amis d'Emmaüs*

\* Ndlr : c'est ce qui existe, aux Ulis pour le chauffage urbain avec le SIOM.



Cuisiseur solaire



Velo-bus



Conférence-débat



## PLANTES SAUVAGES comestibles, aromatiques et/ou médicinales

Parmi les 300 à 400 espèces de plantes sauvages présentes dans les parcs des Ulis (voir *Le Phare* n°54), une soixantaine d'entre elles sont comestibles ou médicinales.

Pourrions-nous, par exemple, composer un menu fictif avec les espèces sauvages comestibles ? La réponse est oui. En entrée chaude, on proposera une délicieuse soupe d'ortie ou une omelette parfumée à l'Ail des ours, espèce à bulbe, riche en vitamine C, diurétique, stimulante et très parfumée. Puis suivra un choix de salades : savoureuse salade de jeunes feuilles du Pissenlit ; ou salade de feuilles et de fleurs crues d'Ail des ours à nouveau ; ou d'excellentes salades, moins connues, composées de jeunes feuilles ou pousses, au choix, d'Achillée millefeuille, de Berce commune (odeur de poisson), de Bourrache officinale, de Lierre terrestre (vitamine C), de Mâche doucette (excellent goût) ou d'Oxalis (saveur acidulée agréable). Des fleurs de Violette odorante décoreront ces salades. Pour donner du goût, on ajoutera, au choix, soit quelques jeunes pousses d'Armoise commune, ou quelques jeunes feuilles de Pimprenelle, ou de la Ciboulette sauvage.

Comme plats chauds, on suggèrera des pousses de Panais cultivé (« légume ancien ») ou de Chénopode blanc, cuites à la vapeur. Les racines du Panais cultivé sont comestibles mais trop dures. On conseillera aux amateurs de nouveauté, un plat de jeunes pousses de Renouée du Japon, cuites comme des asperges.

Pain d'Orge aux rats, vin doux de fleurs confites de Pissenlit. Liqueur de pétales de Coquelicot.

Le Gaillet grateron contient de la présure qui fait cailler le lait, d'où son nom (caille-lait). Il permet donc de préparer des fromages.

En dessert : salade de mûres et bonbons au Coquelicot avec un "café" de racines de Pissenlit torréfiées.

Avec les espèces médicinales utilisables sur la ville, nous disposons d'une petite pharmacie. Dans *Le Phare* n°54, nous avons précédemment évoqué les vertus de l'Aigremoine eupatoire, de l'Eupatoire chanvrine, du Tussilage ou Pas-d'Ane, et de la Passerage drave. Mais il y a d'autres exemples. Ainsi, on peut faire disparaître les verrues en appliquant directement dessus le suc laiteux de couleur jaune, ulcérant et toxique, de la Chélidoine (murs, décombres ou bord des chemins). Les troubles du sommeil pourront être soignés grâce aux vertus sédatives de la tisane de fleurs séchées de Coquelicot (a), qui appartient à la même famille que celle du Pavot. Pour apaiser les piqûres d'insectes, on trouve dans les parcs, les friches, le long des allées le Plantain lancéolé (b), dont les feuilles froissées appliquées directement sur les piqûres soulagent instantanément la brûlure. Autrefois, on l'utilisait beaucoup en usage externe pour soigner diverses dermatoses, coupures, plaies et ulcères.

Les dysenteries et les diarrhées sont soignées depuis longtemps par la Salicaire commune (c) (fossés, bords d'étangs). Plante à tanin, astringente, hémostatique et tonique, on la reconnaît facilement par ses fleurs pourpres, vivement colorées, groupées en épis.

La Reine des prés (d), plante des bords d'eau, à l'inflorescence odorante, gracieuse et délicate, est riche en acide salicylique, substance chimique qui a mené à la découverte de l'aspirine. Elle soulage douleurs, fièvre et rhumatismes.

Les feuilles fraîches de la Consoude soignent les lésions de la peau. La Prêle, riche en silicium, peut aider à la reminéralisation face à l'ostéoporose et soigne aussi les douleurs rhumatismales.

On trouve aussi la Digitale pourpre, plante très toxique et dangereuse, qu'il ne faut pas toucher. Elle produit de la digitaline, glycoside cardiotonique qui permet, à doses infimes, de soigner les insuffisances cardiaques.

En conclusion, nous soulignons que toutes les espèces citées dans cet article sont bien présentes aux Ulis. Mais il faut faire attention en raison de leur toxicité éventuelle et des maladies d'origine animale qu'elles peuvent transmettre.

**Brigitte Bos, Daniel Bique  
et Emmanuel Picard**

Photos ci-dessous : © Emmanuel Picard



## Naturopathie : pratique de santé au naturel

C'est la rentrée avec son cortège de bonnes résolutions... Et si, parmi ces bonnes résolutions, vous décidiez de prendre votre santé en main en découvrant la Naturopathie ?

La Naturopathie possède de multiples facettes et englobe différentes thérapies naturelles. Le plus souvent, un simple réglage alimentaire et quelques conseils d'hygiène de vie suffisent à rétablir un équilibre. Dans le cas contraire, le thérapeute vous proposera un bilan puis un traitement à base de plantes, d'oligoéléments, d'homéopathie ou de compléments alimentaires bien ciblés, en rapport avec votre terrain, afin de vous aider à retrouver santé, équilibre et bien-être (ne pas exclure le traitement médical pour les cas difficiles).

Le bilan nutritionnel a pour but de déterminer votre terrain et de combler ainsi vos carences par la micronutrition cellulaire.

La phytothérapie consiste à extraire le principe actif de la plante dans ses feuilles, ses fleurs ou ses racines, alors qu'en gemmothérapie, le principe actif est extrait du bourgeon de la plante ou de l'arbre. Quelques pathologies peuvent être améliorées par la Naturopathie : état dépressif, équilibre hormonal, digestif, ostéo-articulaire, surpoids... et, bien sûr, par l'équilibre alimentaire.

Naturopathe, diplômée, passionnée par mon métier, mon désir est de vous transmettre et de vous aider à retrouver ce bien-être si précieux.

**Marie-Annick Boitel**

Tél.: 06 83 09 64 25



Exemple : le Pourpier maraîcher, ou Porcelane (*Portulaca oleracea*) est une espèce de plante rampante, souvent spontanée dans les jardins, mais aussi cultivée pour l'alimentation et utilisée en phytothérapie (peu énergétique, mais riche en potassium, magnésium, calcium, vitamine C, oméga 3 et 6). Voir <https://fr.wikipedia.org/wiki/pourpier>

## Jardiner au collège, une aventure...

Dès la rentrée 2012, au collège Aimé Césaire, nous avons créé un atelier-jardin. Tous les élèves volontaires y vont un soir par semaine, après les cours. Dans le cadre de l'accompagnement éducatif, avec l'accord du Principal, grâce aux techniques de l'agroécologie (buttes et paillage), nous avons cultivé, même sur des gravats et de la glaise. Nous avons réussi à mettre en place un petit potager, installé un petit verger, planté des fruits rouges et de la vigne, et aussi toutes sortes de fleurs le long du grillage de la cour et dans l'entrée du collège.

Le plus important dans cette aventure a été la naissance d'une équipe d'apprentis-jardiniers très impliquée, qui ne craint ni le froid, ni la pluie, ni la canicule et qui aime avant tout être dehors ! Cette équipe a déjà toute une histoire au fil des arrivées et des départs, des amitiés et des disputes. Elle compte aujourd'hui 15 élèves et en a formé une quarantaine, filles et garçons, de la 6<sup>e</sup> à la 3<sup>e</sup>, avec un professeur-animateur et deux jeunes en Service civique qui nous ont rejoints cette année. Et si jardiner rime avec goûter (le pain et le chocolat sont toujours au rendez-vous), il faut être nombreux pour s'occuper de ce qui a été planté ou semé, car tout se fait à la main. Tout en respectant la place de chacun dans l'équipe. Ceux qui tirent au flanc se font vite rabrouer par les autres.

Sans oublier, cerise sur le gâteau, le séjour-camping qui récompensa nos efforts et nous a emmenés vivre tous ensemble quelques jours à la campagne au mois de juin !



Photos par Adeline Le Moigne

**Michèle Véchambre et Adeline Le Moigne**  
professeurs au Collège Aimé Césaire, Les Ulis.



## Les aînés font du théâtre

**« La vie est une pièce de théâtre : ce qui compte, ce n'est pas qu'elle dure longtemps mais qu'elle soit bien jouée. » Sénèque**

Il y a deux étapes dans une existence : l'entrée dans la vie active et la sortie lorsque l'heure de la retraite a sonné. Cette dernière est perçue différemment en fonction de la personnalité. Les plus fragiles ressentent douloureusement la coupure et la peur de la solitude. Les battants y voient comme un second départ vers d'autres activités permettant de nouvelles rencontres en vue d'un partage.

C'est en début d'année 2013 que Françoise a proposé au Service des Aînés de créer, bénévolement, un atelier de théâtre pour les Aînés. Le cours a débuté en mai. L'expérience devait se poursuivre à la rentrée de septembre si les inscrits en étaient désireux. Et la mayonnaise a pris ! Le théâtre de Françoise et ses Aînés allait prendre son envol.

La première année, notre cours commençait toujours par l'échauffement, suivi de divers exercices basés sur la concentration, l'équilibre, les réflexes, la récitation de poèmes appris par cœur pour le travail de mémoire et des improvisations. Cours après cours, notre dynamique professeur nous préparait à

la scène. La distribution des rôles est arrivée. Il s'agissait de courtes saynètes de café-théâtre qui, au fil du temps, nous ont permis de donner le meilleur de nous-mêmes, en nous amusant. Cinq représentations ont eu lieu. Sur scène, malgré le trac et l'angoisse, un état de grâce s'installe tout de suite. On donne tout, alors le retour est là, car quoi de plus merveilleux que les applaudissements du public, tous âges confondus, à qui l'on a apporté un moment de bonheur et de détente.

À la rentrée 2014, nous n'étions plus des débutants. Françoise allait mettre la barre plus haut : textes plus longs et plus difficiles... Qu'à cela ne tienne, les Aînés, solidement encadrés par un professeur exigeant, soucieux du travail bien fait jusque dans le moindre détail, n'avaient peur de rien ! Chacun, au plus près de son personnage, a vaincu ses propres peurs et "s'est lâché". C'est la magie de la scène.

Le grand Louis Jovet a tout résumé dans cette phrase : *« On fait du théâtre parce qu'on a l'impression de n'avoir jamais été soi-même et qu'enfin on va pouvoir l'être. »*



Françoise et Colette

Merci Françoise, pour tout ce que tu nous as transmis avec tant d'amour et de générosité.

**Colette Debière**

### 7-1 ArtProduction : rentrée 2015 / 2016

Pour sa troisième saison, l'association présente son calendrier sous forme d'une saine compétition, en organisant son premier concours annuel (uniquement ouvert aux membres à jour de leur cotisation), durant les jours ouvrables des ateliers, **de septembre 2015 au 31 mai 2016** inclus, sauf l'atelier vidéo du 30 avril 2016.

#### Catégorie photo :

La plus belle photo de book.

#### Catégorie écriture :

Écrire une poésie en vers libres.

#### Catégorie théâtre :

Lauréat de la meilleure interprétation.

Les prix seront décernés lors d'une cérémonie en fin de saison associative.

Conditions et règlement complet sur simple demande à l'un des deux coprésidents de l'association ou sur le site de l'association :

<http://1artproduction.wix.com/7-1-artproduction>

**Didier Charpentier,**  
Coprésident-Fondateur  
de 7-1ArtProduction





## Exposition pédagogique « Figurez-vous »

**Depuis plusieurs années a lieu aux Ulis une exposition pédagogique consacrée à l'art contemporain, proposée aux écoles élémentaires de la ville. Cette année, l'exposition s'est tenue du 4 au 29 mai 2015 à la MPT de Courdimanche sur le thème du Portrait (de la Joconde au "selfie" en passant par le "Pop Art").**

Cette exposition a été organisée avec la collaboration de Nicole Barbas, de Caroline Cassel, peintre artiste et de Jean-Marc Lambert, de la MPT de Courdimanche et de nombreux bénévoles.

L'exposition se composait de :

- ◆ 11 panneaux conçus par M<sup>me</sup> Barbas : les origines, les égyptiens, l'autoportrait, l'émotion, les Italiens, Klee et Jalewsky, Picasso et les masques africains, le Pop Art, la caricature, la photographie, l'art du détournement ;
- ◆ peintures et sculptures proposées par des artistes ulissiens ;
- ◆ dessins d'élèves de Valérie Roudot (classe de 3<sup>e</sup> du collège d'Igny) ;
- ◆ œuvres conçues en atelier à la MPT de Courdimanche ;
- ◆ douze mosaïques réalisées par des enfants des Ulis accompagnés d'adultes, dans le cadre d'un atelier sur le portrait, organisé par Stéphanie Le Chevallier de l'association *Graine de Mosaïque* (ateliers *Léo Lagrange*) ;
- ◆ 7 portraits en terre réalisés pendant les vacances de février avec l'atelier de poterie de Marie Calmon.



28 classes élémentaires (dont une classe CLIS\* de 11 élèves) des écoles des Ulis ont été accueillies par demi-journée.

Nous sommes allés interroger Caroline, responsable de l'organisation des ateliers.

• **Q - Quel était votre but ?**

**R -** L'idée était de transmettre le thème du portrait de manière transversale et non chronologique, afin que les enfants puissent aborder et s'accaparer l'histoire de l'art, transformer et actualiser des peintures et représentations plus anciennes, allant de l'antiquité à nos jours. Les enfants ont pu travailler avec une documentation iconographique riche pour analyser et réinterpréter. Passant du volume (terre, masque en papier...) au découpage-collage, travail sur divers supports comme le calque, la photocopie et la projection d'ombre.

• **Q - Comment se sont présentés concrètement les ateliers ?**

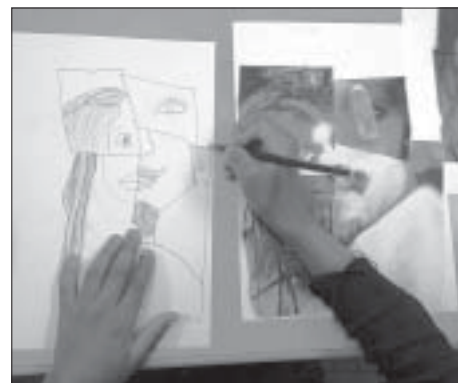
**R -** Les classes étaient divisées en deux demi-groupes. Pendant qu'un demi-groupe visitait l'exposition commentée par un(e) bénévole, l'autre demi-groupe venait avec moi en atelier. Les activités manuelles étaient proposées autour du portrait suivant l'âge :

- **modelage en terre** (pour les plus jeunes) ;
- **projection du visage** avec dessin et découpe de l'ombre ;
- **découpage d'un visage en quatre éléments**, chaque enfant s'échangeant ensuite ses éléments afin de reconstituer un visage ;
- **calques** (décalquer des portraits connus et reconstituer un autre visage).

Les élèves étaient bien préparés par les enseignants. Cette exposition ouverte au public a reçu un franc succès.

En parallèle, Caroline Cassel a proposé également des cours d'arts plastiques, hauts en couleurs, pour tout public, en mai 2015 à la MPT des Amonts.

*Propos recueillis  
par la Rédaction du Phare*



\* CLIS = Les classes pour l'inclusion scolaire permettent l'accueil dans une école primaire ordinaire d'un petit groupe d'enfants présentant le même type de handicap.

## Venez découvrir le softball

Le baseball est un **sport collectif** d'origine américaine qui se pratique sur un terrain extérieur. Il se joue avec des **battes** pour frapper une **balle** lancée, et des **gants** pour rattraper la balle. Une rencontre de baseball se joue avec deux équipes qui alternent en défense et en attaque. Neuf joueurs se trouvent sur le terrain en défense : un **lanceur**, un **receveur** et sept autres joueurs répartis sur le terrain pour rattraper la balle. Une partie se joue en neuf manches. Une demi-manche prend fin quand trois batteurs sont éliminés. Une manche prend fin quand les deux équipes sont passées en attaque et en défense. Le but est de marquer le plus de points (1 tour de terrain = 1 point). Il se pratique à tout âge dans un esprit plus ou moins compétitif.

Aux Etats-Unis, vous verrez souvent des familles faisant un match de softball après le barbecue dominical. En effet, le softball dans sa forme mixte est une variante plus ludique du baseball (balle plus grosse et terrain un peu plus petit). Le club des Ulis pratique le softball mixte depuis des années dans la bonne humeur. C'est un sport qui se pratique en extérieur l'été et en intérieur l'hiver et qui s'adresse à tous à partir de 16 ans.

Que vous soyez déjà familier avec le softball ou que vous souhaitiez simplement découvrir ce sport atypique et original, venez nous rejoindre pour une initiation, des matchs amicaux

ou de compétition. Notre équipe a eu le plaisir d'organiser 2 journées d'initiation au stade des Pampres, aux Ulis. Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à me contacter ou à venir aux heures d'entraînement :

- le mercredi de 20 à 22 heures au gymnase de l'Essouriau et
- le samedi de 14 à 17 heures au stade des Pampres, aux Ulis.

**Valérie Estebanez, Présidente**

Club de baseball des Ulis  
cou.baseball@ml.free.fr  
<http://diabolosulis.wix.com/site>



## Le Cercle Celtique Ar C'helvez

Après la pause estivale, les activités du *Cercle* reprennent. Composé d'une soixantaine d'adhérents, le *Cercle* anime deux ateliers tous les mercredis soirs • un atelier danses loisirs où se retrouvent les personnes désirant apprendre les danses pratiquées en fest-noz ou pour leur propre plaisir ; • un atelier scénique composé de danseurs confirmés ayant pour vocation de se produire sur scène, en costumes, pour



présenter de manière traditionnelle ou chorégraphiée les danses de différents terroirs de Bretagne.

Souhaitant renforcer son groupe scénique, le *Cercle* est à la recherche de danseuses et danseurs attiré(e)s par quelques montées d'adrénaline et qui souhaitent développer leur créativité autour de scènes de la vie quotidienne en Bretagne entre 1850 et 1910, le tout sur fond de scénographies basées sur nos danses traditionnelles. Nos chorégraphies s'appuient toutes sur des terroirs particuliers et leur apprentissage se fait lors de stages animés par des référents venus tout spécialement de Bretagne. Alors, si vous ne connaissez pas le large éventail de nos danses, n'ayez crainte, celles-ci sont enseignées par nos chorégraphes.

Nos deux ateliers se réunissent tous les mercredis soirs, à partir de 19h (Atelier loisirs) et 20h30 (Atelier scénique) au LCR de la Queue d'oiseau, rue des Chardonnerets, Les Ulis. Alors, rejoignez-nous !

**Catherine Le Roy, Présidente**

Contact par tél.: 06 61 99 53 49  
Formulaire de contact sur :  
[http://lesulis.gwalarn.org/contact\\_045.htm](http://lesulis.gwalarn.org/contact_045.htm)





## La station de trail de Bures-sur-Yvette, en vallée de Chevreuse

### Qu'est-ce que le trail ?

C'est marcher ou courir librement en milieu naturel sur des chemins existants, balisés, chacun à son allure, sans contraintes et en profitant des paysages qui nous entourent. C'est une discipline écolo-responsable, respectueuse de l'environnement, très prisée des randonneurs et des coureurs à pied. Tout le monde peut s'y mettre. À l'image d'une station de ski, une station de trail propose des parcours de différents niveaux (pistes vertes, bleues, rouges), des ateliers ludiques et techniques, ainsi que des trajets assez longs pour satisfaire les plus endurants.

### Amoureux de la nature, mobilisez-vous !

Si vous aimez la nature, si vous pratiquez la randonnée ou la course à pied et si vous habitez dans la région parisienne, vous avez une belle occasion de tester la première station de trail en Île-de-France, que Bures-sur-Yvette vient d'inaugurer. La base d'accueil du Stade Chabrat, près du marché de Bures, est le point de départ des circuits avec des vestiaires, des douches, des informations et une borne informatique permettant de visualiser les parcours. L'accès à la station est libre et gratuit. Toute l'année, des manifestations sont prévues autour de l'exercice du trail, de la randonnée, de la marche nordique ; ces rencontres favoriseront les contacts entre les trailers et des professionnels du sport, médecins, kinésithérapeutes, ostéopathes, nutritionnistes, coachs sportifs... (Agenda sur notre site web).



### Bures, pionnière du trail en Île-de-France.

La station de Bures est entrée dans le réseau national des stations de trail. Toute une équipe a travaillé plus d'un an pour mettre en place cette structure : les élus de Bures avec son maire Jean-François Vigier, les services de la mairie, des associations buressoises et des bénévoles épris de course nature. Des sportifs de toute la région ont été associés à cette création et des coureurs ulissiens ont aussi apporté leur concours. Chaque station de trail est rattachée à un territoire désireux de vous faire découvrir ses plus beaux paysages et ses meilleurs parcours. Soucieux de l'environnement, les parcours de rando trail empruntent les chemins



existants et ne détériorent pas les lieux qu'ils traversent ; de plus, le balisage est standardisé et conçu pour ne pas être posé sur les arbres, afin de les respecter.

### Parcours rando trail et ateliers stade de trail

Nos 7 parcours de rando trail sont balisés de la même manière que des pistes de ski avec un code couleur vert, bleu ou rouge, correspondant à la difficulté du parcours en kilométrage, dénivelé et niveau technique du terrain. Longs de 8 à 40 kilomètres, ils traversent différentes communes. Voici leurs noms : Guyonnerie, Viaduc, Chevry-Gometz, Aigrefoin, Palaiseau, Méridon-Chevreuse, Mérantaise. Les 4 ateliers stade de trail – Côte Force, Boucle VMA, Côte longue, Boucle Trail – permettent de s'entraîner et de mesurer son niveau ; des fiches de conseils proposent des exemples d'exercices, que vous soyez novices ou experts.

### Un atout pour la région

Le concept de station de trail est né sous l'impulsion d'un sportif de haut niveau, Benoît Laval. Les premières stations sont nées dans les Alpes puis se sont développées dans toute la France et la Belgique. Pour avoir circulé depuis des années, en marchant ou en courant dans nos paysages de la vallée de Chevreuse, l'idée de faire partager ces lieux s'est imposée. En réunissant des sportifs dynamiques, des bénévoles et des élus, Bures met à la disposition de tous la possibilité de découvrir nos chemins et de pratiquer le trail en Île-de-France, près de l'Université Paris-Saclay et du futur Grand Paris. Franciliens, habitants de la CAPS, Ulissiens, venez découvrir notre station de trail ; c'est gratuit !

*Patrick Pilorget*

### Station de Trail de Bures-sur-Yvette

Tel. : 01 69 18 79 54

Mél. : bures@stationdetrail.com

Site : <http://www.stationdetrail.com/buressuryvette>



## À l'aube de ma mort

Quand la nuit tombera, j'irai errer sans corps,  
J'irai à vagues souples à l'écume incolore,  
M'étaler sur les rives dans une île inconnue,  
Voyage sans retour, j'oublierai le reflux...

Que verrai-je sinon, des esprits qui soupirent ?  
Entendrai-je des chants, des pleurs, ou bien des rires ?  
Le pouvoir de mes sens sera-t-il étouffé ?  
Me souviendrai-je encore de ce que j'ai été ?

Ma terre merveilleuse, entourée d'arrivants,  
Que mon chant te parvienne,  
Écoute dans le vent, mon message.  
Dis-moi, comment y parvenir ?

Parfum d'exotisme, dis-moi comment mourir ?  
Ton sable est-il si fin, est-ce si beau là-bas ?  
Que ceux que j'ai aimés ne s'en reviennent pas.

**José LALLOUM**

## Émotion

*Les mots  
Pour mémoire  
Dans l'insaisissable  
Cri de ta souffrance*

*Le chant  
En partage  
Dans les coquillages  
Érodés par le vent*

*L'ivresse  
D'un rêve  
Dans la lumière  
Des hauts-bois*

*L'unique trait  
De mon pinceau  
Sur ton visage  
De Caravage*

**Yannick Da Silva Tome**

## Turbulence

Champ dévasté.  
La grenaille.  
D'un arbre calciné  
pend une seule branche  
noire en été.

Le vent que l'on entend intense,  
un instant,  
dans l'accalmie  
d'une douloureuse fulgurance,  
comme une expiration.

La grenaille à nouveau fouaille  
les entrailles  
sans décence.

Ils respirent encore peut-être.

Dans leur terreur  
ils élèvent  
une basilique de fer  
avec un bail de malheur,  
dans laquelle ils meurent.

**Bernadette Fournal**

## Aicha

Des carcasses des abat-jours des fils de fer doré Un  
Bouton des guêtres  
La liberté

Dans la carriole en bois rafistolée pneus dégonflés  
Deux fois le tour du pâté de maison

Je ferais  
La petite Aicha yeux amandes sourire aux lèvres m'enverra  
des baisers

Demain je serais son prince  
Manège

Le sputnik de Youri Gargarine  
Flagrant délit de vantardise

Photo

Notre premier album Notre complicité  
Arrêt sur image

Aicha je te croise trois fois par jour au jardin des  
Lilas

Aicha je dévoile ton sourire Porte Dorée  
Aicha ton visage est imprimé en moi

Aicha

**Pietro**

## Échecs

Solution de l'exercice n°12 paru dans *Le Phare* n°57

1.Dg4  
 {attaquant la Dd7 qui doit maintenir le contrôle de la Te8 pour parer le mat sur la huitième rangée.}  
 1...Db5 2.Dc4 !!  
 2...Dd7 3.Dc7  
 3...Db5 4.a4 Dxa4 5.Re4 !! Db5  
 6.Dxb7  
 {et les noirs abandonnent car maintenant on perd la dame ou on se fait mater.}

**Exercice n°13 (ci-dessous) :**  
 Les blancs au trait jouent et gagnent.



## Fête du Jeu 2015 : un franc succès



Pour sa 13<sup>e</sup> édition, la Fête du Jeu aux Ulis fut encore un très grand succès auprès du public. Près de 1 200 personnes sont venues jouer durant toute l'après midi du samedi 30 mai 2015, sur la place de la Liberté et à la médiathèque François Mitterrand.

Beaucoup de bénévoles et surtout un temps ensoleillé nous ont permis de réussir pleinement cette journée. La ludothèque associative AVAG avait amené de nombreux jeux géants et jeux de sociétés, tenus aussi par le Club d'Échecs et Léo Lagrange, qui ont eu beaucoup de succès auprès d'un large public, enfants et adultes. Mais c'est sans conteste la pêche à la ligne qui a eu le plus de succès, tout comme l'an passé, auprès des plus jeunes. Trois autres stands se sont aussi démarqués cette année : le stand du parcours de petites voitures électriques, tenu par les Cars d'Orsay, qui a rencontré un franc succès, le stand tenu par l'UAU et les bénévoles d'Alternatiba Nord-Essonne, qui a lui aussi attiré l'attention du public autour des thèmes « développement durable » et « alternative écologique », et pour finir, le stand tenu par de jeunes Ulisiens et le Service jeunesse, où a été présenté un jeu de cartes « À la poursuite de l'histoire », jeu entièrement réalisé et présenté par les enfants et édité par des professionnels du Jeu.

Une toute autre ambiance à la médiathèque François Mitterrand, où l'espace multimédia et le hall de la médiathèque ont été envahis par une centaine de jeunes venus pratiquer les jeux présentés dans le hall et les jeux sur console. Une très bonne ambiance a régné tout au long de l'après-midi dans les couloirs de la médiathèque.

Un franc succès pour cette 13<sup>e</sup> édition de la Fête du Jeu et encore merci aux Services municipaux et à tous les bénévoles qui ont préparé cette fête pendant plusieurs semaines.

**Guillaume PALMA**  
 Association AVAG

**Ludothèque de l'AVAG**  
 16/19 résidence Les Hautes Plaines  
 91940 Les Ulis

Contacts : 01 60 92 07 11 - <http://www.avag.fr/>



## Seconde vie

En 1990, au début de ma retraite, je me suis inscrit à l'association Art 91\*.

Christian Dequest, qui animait l'association jusqu'à son décès en 2010 [ndlr *Le Phare* n°44], m'a accueilli au sein de ses ateliers et je lui suis reconnaissant des conseils qu'il m'a prodigués.

J'étais attiré par l'art contemporain et, tout particulièrement, par les artistes du début du 20<sup>ème</sup> siècle. Les œuvres de Jean Arp, Brancusi, Lipchitz et notamment Alberto Giacometti m'ont beaucoup inspiré dans le choix de mes sujets d'atelier. Leur vie m'a passionné et, si j'ai réalisé des copies de leurs œuvres, je me suis beaucoup inspiré de la beauté harmonieuse de leur travail pour l'introduire dans mes créations. Plâtre et argile sont alors devenus mes matériaux de prédilection, comme ils l'avaient été pour ces artistes.

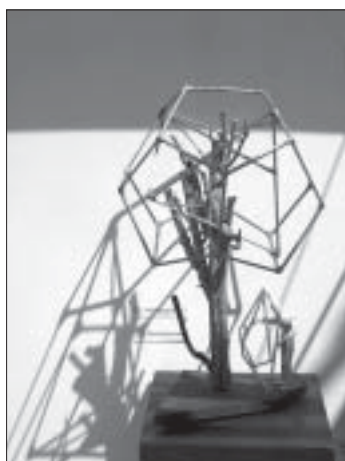


Mais, cette année, je me suis éloigné du modelage pour utiliser des objets trouvés : matière minérale au gré de mes promenades, matière végétale dans le jardin. En leur donnant une seconde vie, je me suis interrogé sur la destinée qui nous guide tous sur cette terre et l'univers infini qui nous entoure. Ce sont donc quatre projets que j'ai choisi de présenter dans le patio de la MPT de Courdimanche où nous avons toujours plaisir à exposer.

C'est « l'homme qui marche » d'Alberto Giacometti qui affronte le dur labeur de la vie d'un homme. Jean Tinguely, assembleur forcené de ferraille et métaux divers, le suit et nous montre, par son horloge placée à l'arrière, le temps qui passe inexorablement. Deux plantes des pieds de ma composition, en argile blanche, marquent le pas. L'horloge continue de tourner et impose la marche en avant jusqu'au destin final : « ci-gît », pierre tombale faite de galets collés entre eux et provenant des plages du Cotentin. Et ce n'est pas mon copain le romarin, transformé en troll nous tendant les bras, qui me contredira.



Mais prenons rendez-vous pour une prochaine exposition pleine de surprise et de joie de vivre.



### **Cher vieux romarin**

**Mon vieux copain  
Tu as tant hanté d'années le jardin  
Tu viens de connaître ta fin  
Ceci n'est pas triste  
Tu m'as permis de connaître la joie de l'artiste  
Cher copain grâce à toi  
Je vis le bonheur de créer  
D'user du hasard  
Pour le plaisir du regard**

**En art, il y a autant de vérités qu'il y a de grands rêveurs capables d'en révéler les possibilités de façon nouvelle !..**

**Il faut définir son propre univers à sa manière, à soi unique, et rester un solitaire.**

**Pierre Deschamps**  
courriel : [contact@art91.org](mailto:contact@art91.org)  
\* Site web : <http://www.art91.org>