

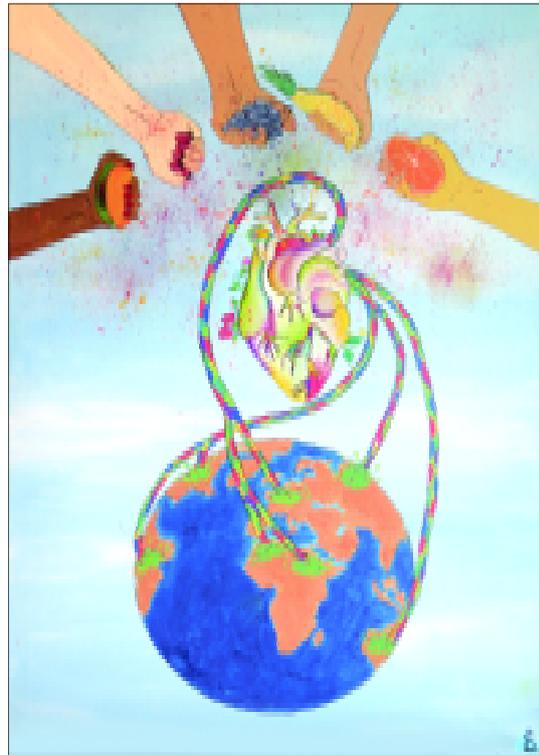
Phare de l'Île Verte

LE PHARE

Journal d'expression associative et individuelle
http://apex.ulis.free.fr/le_phare.htm

N° 80 - Hiver 2022-2023

26^e année



Un tableau pour accompagner nos souhaits
de bonne et heureuse année 2023.

Une idée de RINNA mise en lumière
grâce aux pinceaux de SIHEM.

Les clés de ces symboles sont en page 6.

LE PHARE N°80

Édité par APEX*Ulis

MPT des Amonts - 91940 Les Ulis

Directrice de la publication :

Marie-Odile Charpenet

Comité de Rédaction

et maquette PAO :

APEX*Ulis - ISSN 1622-8804

12 000 exemplaires

Impression :

ADUNAT Communication

44420 Piriac-sur-Mer



Papier couché moderne mat, 90 g/m²

L'Assemblée générale annuelle de l'APEX*Ulis aura lieu

le samedi 4 février 2023 à 9h30,

dans la salle de la Maison des Associations des Ulis,

Auteurs, distributeurs, amis de l'APEX*Ulis,

et vous lecteurs, vous serez les bienvenus.

Adieu, Louis-Ernest !

Que d'heures il a passées au parc Paul Loridant (ex-parc Nord), assis patiemment, appareil photo en mains, sur son petit pliant au bord de l'eau, pour tâcher de saisir l'image d'une mésange bleue ou d'une sittelle torchepot ! Et le résultat était le plus souvent magique ! Chacun connaît ses belles photos, largement partagées sur les groupes Facebook des Ulis : elles vont nous manquer.

D'ailleurs, il avait bénéficié plusieurs fois de la reconnaissance de la ville, à travers des expositions. Peut-être lui rendra-t-elle hommage une nouvelle fois ?



Photo Louis-Ernest Pancrate

Ses photos ornent encore les panneaux du parc Paul Loridant.

Avec la disparition brutale de Louis-Ernest Pancrate, le groupe des amis du parc Paul Loridant perd l'un des siens. Nous en sommes tristes et choqués. Il était tellement discret sur sa santé, que nous étions loin d'imaginer qu'elle

s'était dégradée à ce point, suite à une longue maladie. Même malade, et jusqu'au dernier moment, il nous encourageait. Son soutien bienveillant va nous manquer.

Il a participé aussi avec nous à d'autres sorties de groupe en Hurepoix, mais la maladie a arrêté son élan

Nous apprécions, comme tous ceux qui le connaissaient, ses qualités humaines, sa gentillesse, sa générosité. Il faisait un peu figure de sage dans le groupe.

Adieu, Maître Pancrate. Vous restez vivant en nous.

**J.M. Sattonnay
et le groupe des Amis
du parc Paul Loridant.**

13 x 11 x 15

Projet de monument en mémoire des victimes des attentats du 13 novembre 2015

*À la mémoire de Fanny **
*et en souvenir de Marie-Dominique ***

- Je me souviens de Marie-Dominique, dans notre atelier, modelant des petites mésanges pour les offrir à Fanny à Noël.
- Je me souviens de l'insouciance que nous avions ce jour-là en fermant l'atelier, contents de l'avancée de nos projets.
- Je me souviens d'un match de foot amical au stade de France, moi qui regarde ça de très loin d'habitude.
- Je me souviens que tout s'est arrêté ce soir là.
- Je me souviens que l'on n'avait pas conscience que nous connaissions une victime.
- Je ne savais pas encore qu'après d'autres dates maudites, c'est celle-ci qui resterait gravée à jamais dans ma mémoire.

Et puis, un jour, sortant d'un long sommeil, la reprise de conscience naturelle d'une chose qui en appelle une autre qui prend forme et qui apparaît comme une évidence et un besoin : la tête et les mains qui s'associent dans un devoir de mémoire et de souvenir.

Trois nombres.

Des nombres inscrits dans nos mémoires :

- Trois nombres pour une date : 13/11/15.
- Trois nombres donnant naissance à des pavés droits dont le rapport des longueurs est conforme à la suite 13-11-15.
- Trois nombres, 13,11 et 15, offrant un marchepied bancal à la structure.
- Un ensemble enfermé dans un carcan de métal figé dans la rouille.
- Et au sommet : le geste suscite l'émotion.

Michel Allain



* Fanny est décédée au Bataclan le 13/11/15

** Marie-Dominique au mois de mars 2022



ÉDITO

Les articles pour *Le Phare* n°81
devront parvenir à la Rédaction
avant le 13 mars 2023

SOMMAIRE

Et 2023 ?

Hommages

- Adieu, Louis-Ernest p. 2
- En mémoire des attentats de 2015..... p. 2

Vie des associations

- 40 ans de *LA BULLE* p. 5
- 20e Journée Philatélique p. 5
- *Du coeur et des meubles*..... p. 6

Culture

- *L'École de Musique des Ulis* p. 4
- *L'Odyssee symphonique* p. 4
- Explication : tableau de la page 1..... p. 6
- Nos Ulis..... p. 7

Solidarités

- *Bibliothèque sonore* p. 7
- Soirée Solidarités Handicap p.8-9
- La Santé appelle un débat..... p. 10
- Un mois avec le Covid..... p. 11
- Collectif Droits des Femmes p. 11
- *Téléthon* p. 12
- Poème d'Étienne p. 13
- Un Noël solidaire aux Ulis.....p. 15

Loisirs

- Au rendez-vous des poètes..... p. 14
- Recettes de l'*AMAP Ulis* p. 15
- Sudoku et Enigme p. 15

Écologie

- Du pain sur la planche p. 16

Une année nouvelle commence avec la période des vœux. Cet éditto ne vous parlera pas des guerres, de la violence, du dérèglement climatique et de ses conséquences néfastes pour les humains, du COVID, des hôpitaux en souffrance comme les services publics, des augmentations des factures de gaz, d'électricité et du « panier de la ménagère » et de bien d'autres points noirs.

En feuilletant notre publication *Le Phare* de ces vingt dernières années, un mot ressort au fil des numéros : **la solidarité**, sous toutes ses formes. La multitude d'articles et leur diversité, tant par leur contenu que par leurs auteurs et autrices, sont une richesse qui ne doit pas faiblir : les fêtes aux Ulis, les forums, les rendez-vous inter-associatifs, le sport, les sciences, l'art, la musique, la peinture, l'archéologie, les luttes, le climat, l'écologie, les jeunes, les aînés, les voyages, les rencontres et actions aux Ulis, en France et par le monde, et aussi nos peines. En un mot, la Vie.

Des associations naissent, évoluent, d'autres disparaissent, le monde change. Il nous faut en construire un autre plus juste et moins prédateur : les associations doivent se réinventer, nous avons du pain sur la planche.

Plus que jamais votre publication a besoin de vous, individuels et collectifs pour faire vivre la démocratie, la diversité, la solidarité. La première phrase de l'éditto du numéro 40 est toujours d'actualité :

« *Le Phare* est un espace d'expression ouvert à tous ceux qui ont quelque chose à dire, à montrer, à partager avec les autres, pourvu que ce soit exact et respectueux ».

Que 2023 soit une belle année pour tous !

La Rédaction

Réponse de l'enigme : 36.
Avant la page 10, il y a 9 pages.
Après la page 27, il y en a 9 aussi.

Habitants et associations,
**aidez-nous à sauvegarder
l'existence et la liberté du Phare**

- en adhérant à l'*APEX*Ulis* :
individuel 10 € ou association 20 €
- ou en faisant un don (chèque
à l'ordre de *APEX*Ulis*)

Rédaction bénévole du Phare n°80

- Marie-Odile Charpenet (Directrice des Publications)
- Marie Josée Vergine (Rédactrice en Chef), avec les autres titulaires :
- Bernard Charpenet • Bozena Teodorowicz • Monique Troalen • Charles Zucconi
- Suppléants : • Pierrette Berthelot • Rose-Marie Boussamba
- Marie-Claude Fleuriel • Gabriel Laumosne • Nicole Paraire
- Adresse : MPT des Amonts (case 14) - 91940 Les Ulis
- Mél. : redac.phare@orange.fr Site : <http://apex.ulis.free.fr>

Crédits photos : sans indication spécifique, les photos publiées sont celles des auteurs des articles ou celles des membres de la Rédaction.

L'ÉMU, c'est l'École de Musique des Ulis

Après deux années de Covid, tous les cours ont repris depuis septembre 2021 à la MEA (Maison d'Enseignement Artistique), dans chaque discipline.

L'année 2022 nous a permis de reprendre contact avec les Ulissiens dans la Ville grâce aux manifestations officielles tant aux 19 mars et 8 mai qu'au 11 novembre.

La Fête de la musique s'est déroulée de façon plus intime en plein air au pied de la MEA.

En juin, le dimanche suivant la représentation du Bus-opéra, nous avons animé l'esplanade devant la future brasserie, ce fut un grand succès nous permettant un contact très particulier avec les Ulissiens.

Pour certains, ce dimanche fut une grande découverte : « IL Y A UNE ÉCOLE DE MUSIQUE AUX ULIS ? ».

Nous sommes une association loi 1901, déclarée d'intérêt général. La ville subventionne notre école, ce qui nous permet d'adapter les tarifs en fonction du quotient familial ulissien.

Notre fonctionnement est totalement associatif, l'école est gérée par un Conseil d'administration dont est issu un Bureau et tous sont bénévoles.

Dix professeurs de musique assurent les cours et une secrétaire accueille les adhérents et gère l'administratif de l'école.

Les cours collectifs sont : la chorale, les 4 niveaux de formation musicale et les ensembles instrumentaux.



L'ÉMU présente aux concours départementaux les élèves ayant le niveau nécessaire.

Une nouvelle activité, les percussions corporelles, le mercredi après-midi, est offerte aux retraités grâce à une subvention de la CNAVTS.



N'oublions pas les petits, les maternelles ! Le samedi matin, 3 niveaux d'éveil musical offrent des activités aux enfants de moyenne et grande sections de maternelle.

Les cours préparatoires ont également une activité musicale en préparation à l'apprentissage de l'instrument de leur choix.

L'accueil des petits est toujours possible dans les 3 niveaux d'éveil. La pratique instrumentale est généralement ouverte aux enfants à partir de 7 ans.

Nous vous y attendons.

Nelly Keller
Présidente

Éveil Musical Ulissien

Mél. : eveil.musical.ulissien@gmail.com

Tél. : 01 69 07 66 98 - 07 81 61 42 57

Site : <https://asso-emu.fr/>

Les concerts de l'Odysée Symphonique

L'Odysée Symphonique (orchestre sous la direction de Sabine Aubert) vous accueille pour son rendez-vous annuel : le **Concert des Rois, les 14 et 15 Janvier** au Centre pastoral Jean XXIII et le **28 Janvier 2023** au Campus Centrale Supélec à Gif-sur-Yvette.

Cette année, sous le titre **Bulles Symphoniques, Quand musique rime avec gaité**, vous découvrirez un programme insolite, festif et éclectique qui mélange cinéma (*Un Violon Sur le Toit*, *James Bond-SkyFall*) des célèbres valse viennoises, mais aussi des danses oniriques, burlesques ou légères. De Vienne à Buenos Aires en passant par La Havane, la musique vous transportera d'un continent à l'autre.

Depuis plus de trente ans, l'Odysée Symphonique, orchestre composé de musiciens professionnels bénévoles et amateurs, fait partager la passion pour la musique symphonique et rend accessible à tous l'émotion des grands moments lors des concerts. Le programme Printemps-été s'intitule **Traversée transatlantique, un concert à Boris Vian** est prévu le 24 juin 2023.

Vous pouvez consulter notre site et réserver vos places sur
<https://www.odyssee-symphonique.com/>

L'Odysée symphonique
M. A. Stenko,
Chargée de communication



LA BULLE a fêté ses 40 ans en 2021 !

Depuis son ouverture en septembre 1981, 2 ans après la « **Maison verte** » de Françoise Dolto, **La Bulle**, Lieu d'Accueil Enfant Parent (LAEP), est présente aux Ulis au sein de la résidence des Hautes Bergères.



La Bulle est un lieu d'accueil, de rencontre et de jeu pour les tout-petits de la naissance à 3 ans, accompagnés de leurs parents ou grands-parents. Elle accueille aussi les futurs parents.

Des professionnels de la petite enfance du Groupe Hospitalier Nord Essonne, anciennement l'hôpital d'Orsay, y assurent les accueils. Pour le tout-petit, ce lieu prépare à la vie sociale : respect des limites, futures séparations, entrée à la crèche, à la halte-garderie, à l'école...



Un lieu sécurisant grâce à l'adulte qui l'accompagne. Ce lieu d'accueil permet aux parents de se rencontrer et d'échanger autour de leurs expériences avec leurs enfants.

À *La Bulle*, chacun, enfant ou adulte accompagnant, peut trouver une écoute attentive aux événements de la vie quotidienne : pleurs, sommeil, alimentation, arrivée d'un autre enfant...

L'accueil à *La Bulle* est ouvert à tous, habitant des Ulis ou non, **le lundi matin de 9h30 à 12h**.

Les enfants et leur famille sont accueillis anonymement et gratuitement sans inscription préalable ni obligation de rythme et de durée.

Venez nous voir.

**Parlez de *La Bulle* autour de vous !
Nous vous accueillons dans un cadre bienveillant
et sécurisant pour tous.**

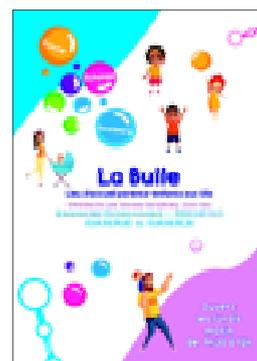
L'équipe de La Bulle

La Bulle

Tour Mai, RDC droite
Les Hautes Bergères
91940 Les Ulis

Le lundi de 9h30 à 12h

01 64 46 94 82
ou 01 64 46 90 36



20^e Journée Philatélique

L'Association Philatélique des Ulis (APU) organise à nouveau sa Journée Philatélique.

Venez nombreux découvrir notre passion

le dimanche 22 janvier 2023 de 10h à 17h

au LCR de la Treille, aux Ulis

(avenue de Champagne, à gauche après la passerelle)

Diverses thématiques vous seront proposées (philatélie, bien sûr, cartes postales, muselets, pierres etc.), ainsi qu'une exposition sur le vin et les timbres.

Le tirage d'une tombola clôturera la journée.

L'APU participe :

- au Salon *Carthophila* (différentes collections) à Palaiseau, salle Guy Vinet, le 29 janvier 2023, de 9h à 18h.
- à l'Exposition Philatélique Interclubs à Orsay, samedi 19 et dimanche 20 novembre 2022. Présentation de différents panneaux thématiques dont un sur les phares.

Les réunions de l'Association Philatélique des Ulis ont lieu les 2^e et 4^e dimanches de chaque mois de 10h à 12h au LCR du 15 Courdimanche.

Pierre Audonneau

Président de l'APU

pierre.audonneau@wanadoo.fr



Du cœur et des meubles

Notre association *Du Cœur et des Meubles* est présente dans la ville des Ulis depuis 2016.

Depuis le début et jusqu'à aujourd'hui nous vivons toujours avec la même passion pour la décoration, le « relooking » de meubles et objets.

Vous apprendrez dans une ambiance chaleureuse et décontractée différentes techniques de patines, peintures décoratives, enduits et bien plus encore, que nous travaillons sur des petits formats bois, toile cartonnée ou petits objets.

Nous utilisons en atelier des peintures acryliques faibles en COV (Composant Organique Volatile).

D'autres ateliers possibles seulement à la demande :

Peinture à la caséine, la caséine, protéine principale du lait, nécessite une préparation un peu plus longue que pour une autre peinture.

Peinture à la colle de peau de lapin, cette peinture est utilisée pour les meubles anciens très abîmés et que



vous pensez irrécupérables. Précisons que les colorations des peintures à la caséine et à la colle de peau de lapin sont obtenues à partir de pigments naturels, provenant la plupart de la Société des Ogres de France.



Durant les ateliers programmés uniquement à la demande, toutes ces techniques vous seront expliquées : les méthodes de préparation, de coloration et l'élaboration de vos cires.

**Les ateliers ont lieu le vendredi
au LCR de Tournemire
De 9h15 à 12h15 ou 13h15 à 16h15**

N'hésitez pas à me contacter par Mél. ou par téléphone.

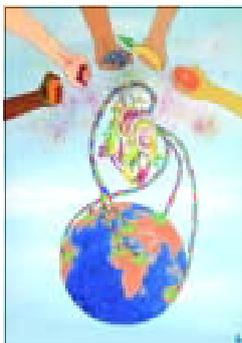
Stella

Contact :

Du Cœur et des Meubles

Mél. : ducoeurdesmeubles@gmail.com

Tel. : 06 58 21 89 77



Dans le cadre de FESTISOL, 3 associations des Ulis (*RINNA*, *Cœurs miséricordieux* et *l'UAU*) ont participé à une table-ronde, le samedi 26 novembre, à Orsay.

Le thème était la **coopération** entre l'association d'Orsay et l'association du Niger et le partenariat entre les villes d'Orsay et de Dogondoutchi comme voie de développement efficace.

Suite de la page 1 : La coopération D'une idée à un tableau

Fruit d'une coproduction, les mots de Nakro Rachel Sery Koré de l'association *RINNA*, mis en lumière par l'artiste ulissienne Sihem Lassoued, nous disent :

« Tous les continents ont une richesse. Symbole **des mains** : les 5 continents. Dans les mains : mangue, fraise, ananas, raisin et orange. Les mains pressent **les fruits**.

Chacun apporte une chose pour faire **un cocktail de douceurs**. Ce cocktail de douceurs arrose le cœur.

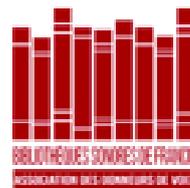
Le cœur représente la vie : Vie des Hommes et Vie de la Terre. Tout est lié, tout est coopération.

Le cœur nourrit les 5 continents de la Terre, ceux du Nord échangent et coopèrent avec ceux du Sud.

Chacun de nous a un potentiel, une richesse à développer, même le plus faible, même le plus pauvre. Donc chacun est utile. »



La Bibliothèque Sonore d'Orsay de l'Association des Donneurs de Voix (ADV)



La Bibliothèque Sonore propose pour toutes les personnes « empêchées de lire » en raison d'un handicap visuel, moteur, cognitif (troubles dys ou autres) de bénéficier de prêts gratuits d'audio-livres et d'audio-revues, enregistrés par les donneurs de voix de l'association, et distribués sous différentes formes : CD, clés USB, téléchargement, écoutables sur un appareil qui peut être fourni par la Bibliothèque Sonore.

La Bibliothèque Sonore recherche des bénévoles :

- **donneurs de temps** pour participer aux diverses tâches qu'implique son fonctionnement (accueil, inscriptions, gestion des enregistrements, comptabilité, suivi informatique, etc.), avec présence à une réunion hebdomadaire le vendredi matin ;
- **donneurs de voix** pour compléter son équipe et étoffer le catalogue des livres mis à la disposition des audio-lecteurs.

Contacts :

Bibliothèque Sonore d'Orsay
Maison des Associations
7 avenue du Maréchal Foch,
91400 Orsay
Tél. : 01 64 46 92 98 (répondeur)
Mél. : bs-orsay@orange.fr
Site : <https://bibliothequesonoreorsay.fr/>

Nos ULIS

Ce petit bout de pays imaginé dès les années 60 est né de deux communes le 16 mars 1976 par référendum, pour, au départ, loger les étudiants et les enseignants de la faculté des sciences d'Orsay. Il s'est créé une ville dans les champs. Et surtout une ville le 17 février 1977, j'avais 3 ans.

Je me suis beaucoup intéressé à ma ville car je la trouve magique. En fait, c'est un village avec beaucoup d'écoute et peu de prétention dans ce béton fondé sur des champs qui nous nourrissaient ; tout le monde l'a bien compris.

On ne se rend pas compte, enfant, car porter des bottes c'est normal, aller dans une poste en préfabriqué et aller à la banque dans un préfabriqué chauffé avec un poêle étaient normal, comme les routes humides, boueuses et glissantes alors que les tours des Hautes Bergères émergeaient avec leurs 16 étages. Nous étions en 1970.

Même dans un grand ensemble, tenir des portes, un bonjour, un sourire ça arrive souvent. On connaît toujours le cousin du voisin d'un ami. On sait dialoguer, échanger.

Et pourtant il y a comme partout des disparités sociales, mais ça se passe sans violence.

Les arbres et la proximité, je les ai cherchés pendant mes 18 ans de désertion des Ulis, de foyer en famille d'accueil, de Bures à Evry, Nemours, Melun, Dammarie, Torcy, La Varenne, Chennevières, Champs-sur-Marne, Antony, Bagneux, Montrouge.

Je n'ai eu qu'un rêve : revenir ici et le destin de la délocalisation de mon entreprise m'a rendu heureux, car oui, une chose est importante et essentielle à l'humain et peu importe son travail : c'est son bien être.

Peu importe son statut, son habitation, l'essentiel est de se poser près d'un arbre ou d'un lac.

Thierry Perrot



Solidarités et Handicap

Dans le cadre de Festisol (Quinzaine des Solidarités) à Orsay, Bures et Les Ulis, des associations, menant des actions de solidarité avec les personnes en situation de handicap, localement ou à l'international, ont témoigné lors de la soirée du vendredi 18 novembre 2022. Elles sont intervenues dans le cadre de 3 tables rondes, à la Maison Pour Tous des Amonts, avec 40 personnes dont 5 élus municipaux.



1 – Éducation et santé, accompagnement des personnes en situation de handicap

Animatrice : Mathilde (*Détours*)

Bleu Soleil propose des ateliers d'art-thérapie, à toute personne, enfant ou adulte, présentant des difficultés diverses ou un handicap (théâtre, musique, danse, arts plastiques, sorties culturelles...). <https://www.bleusoleil-assoc.fr/>

APF France Handicap Essonne

Promouvoir et défendre le droit à l'inclusion des personnes en situation de handicap. Créer du lien social et susciter des échanges constructifs entre les adhérents, les bénévoles, les partenaires et les familles. Sensibiliser aux enjeux liés au handicap et à la participation sociale.

fabienne.aronvald@apf.asso.fr

ADAPEI 91 (*Association Départementale des Associations de Parents de Personnes Handicapées Mentales et de leurs amis de l'Essonne*). Accueillir et rassembler les personnes en situation de handicap et leurs familles, faciliter l'accès à leurs droits, favoriser l'inclusion sociale. Elle gère un foyer de vie aux Ulis : La Maison de Vaubrun.

<https://adapei91.fr>

Comment ces associations aident les personnes en situation de handicap sans faire à leur place.

Il faut s'adresser directement à la personne avec handicap et non à son accompagnateur. L'interlocuteur doit lui montrer qu'elle est une personne à part entière, et doit se faire comprendre. Ainsi à *Bleu Soleil*, l'art-thérapeute laisse la liberté à la personne en situation de handicap de réaliser entièrement son oeuvre sans chercher à l'influencer, sinon il ne reconnaîtra pas sa réalisation. Il faut lui faire choisir ce qu'elle veut faire et ce qu'elle peut faire. Reconnaître son oeuvre, ne pas être dans le jugement, ni dire ou penser à sa place. Tout cela lui fait prendre confiance.

Pour tous, il faut aimer la personne, aller au devant d'elle, être patient, travailler sur ses envies pour un meilleur bien-être.

Témoignage de Yolaine, ancienne AESH* (avec des autistes) : les familles devraient être aidées financièrement et il est nécessaire de former un personnel.

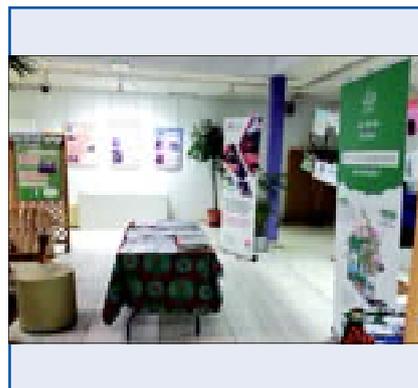
Témoignage d'une personne en situation de handicap responsable locale de l'APF qui souhaitait changer de poste, s'en sentant capable. Elle a insisté auprès de l'employeur pour qu'elle puisse faire un essai. Elle a réussi, elle est depuis 30 ans dans la vie active.

Pour *La Maison de Vaubrun*, les résidents doivent accepter les contraintes collectives, être acteurs et travailler sur leurs envies d'un meilleur bien-être. Ne pas oublier « *Ce que tu fais pour moi sans moi, tu le fais contre moi* ». L'association souhaite ouvrir pour eux des appartements et studios dans la ville, pour leur permettre de vivre en colocation avec plus d'autonomie. Les familles ne doivent pas hésiter à s'adresser à la coordinatrice de parcours de l'ADAPEI 91 (124, av. des Champs-Lasniers) qui est à leur écoute et peut les aider à remplir des dossiers.

Actions concrètes menées aux Ulis pour sensibiliser et former des enseignants, des éducateurs et des bénévoles car ils manquent généralement de formation. C'est souvent un enrichissement d'avoir des enfants différents dans une classe. Le professeur des écoles doit bien expliquer les problèmes rencontrés par l'enfant en situation de handicap.

Actions menées pour valoriser les personnes en situation de handicap et pour leur permettre de s'épanouir au travers d'activités diverses dont les loisirs : formation de l'accueil dans les services publics, par exemple, à la médiathèque, les enfants doivent se sentir accueillis.

La Municipalité vient de créer un groupe de travail avec des professeurs et des parents pour renouer le dialogue avec l'Éducation nationale et ainsi aider les collègues à se former par rapport au handicap.



Une exposition a été installée, par thèmes, du 16 novembre au 2 décembre 2022 à la MPT des Amonts, avec une douzaine de panneaux, des flyers et des articles du *Phare* des associations intervenantes.

* AESH : Accompagnant d'Élèves en Situation de Handicap



2 - Inclusion, aidants et aidés.

Animateur : Stève (*Habitat & TIC*). Agir pour l'insertion sociale des personnes fragilisées par une situation de handicap et/ou de précarité avec des projets fondés sur le libre choix, l'égalité et le respect d'autrui.

www.habitat-et-tic.org

Détours (*Association de parents, parrainant un groupe d'entraide mutuelle pour les personnes avec Troubles du Spectre Autistique*). Groupes de paroles pour les parents à la MPT de Courdimanche, animés par une psychologue. Ateliers théâtre en collaboration avec *Bleu Soleil*.

<https://www.facebook.com/detours91/>

Les Petits Frères des Pauvres : accompagnement des personnes âgées, isolées de plus de 50 ans marquées par l'exclusion. Visites régulières à domicile ou à l'EHPAD et organisation de séjours de vacances.

banlieue.orsay@petitsfreresdespauvres.fr

ESAT Mosaïc : (directeur, responsable et travailleuse du restaurant). Insertion et accompagnement de personnes en situation de handicap au service des entreprises. Établissement géré par la Fondation des *Amis de l'Atelier* comprenant une blanchisserie, un restaurant et des activités de sous-traitance au service d'entreprises locales : mise sous enveloppes, assemblage de pièces, conditionnements alimentaires. <http://www.fondation-amisdelatelier.org>

Changer le regard sur le handicap visible ou invisible et permettre aux aidés et aux aidants d'être mieux compris par la société. Il ne faut pas voir le handicap comme un problème. L'autonomie par le travail rend l'individu fier et heureux. Témoignage d'une personne qui travaille à l'*ESAT-Mosaïc*, qui est fière d'avoir pu atteindre ses objectifs.

Les aidants ont besoin d'aide et ils doivent le faire savoir. Témoignage d'une maman d'un enfant autiste de 19 ans et qui se sent seule.

La Municipalité a édité un *Guide sur le Handicap* comprenant toutes les associations et structures des Uliis, permettant de répondre aux questions pratiques.

Elle a remis en place une Commission pour les accessibilités.



3 - Les actions à l'international.

Animateur : Bernard (*UAU*)

RINNA (Côte d'Ivoire) : soulager les personnes en situation de handicap, les rendre indépendants, en organisant des échanges et des temps de loisirs. assorinna.france@gmail.com

Cœur Miséricordieux (Cameroun) : aides auprès de handicapés du quartier Bangué dans la ville de Douala.

[www.facebook.com.coeurmisericordieux2020/](http://www.facebook.com/coeurmisericordieux2020/)

ACPRC (*Association Coup de Pouce Rural et Citadin* Cameroun) : rompre l'isolement social et affectif et changer le regard des uns et des autres sur le handicap, changer les mentalités en sensibilisant à tous les niveaux.

www.acprc.fr

BLADI (Maroc) : envoi de fauteuils roulants, déambulateurs, pochettes hygiéniques (suite opération colon).

ashb@gmail.com

Appel Détresse (Madagascar, Haïti, Togo et Bénin) : nourrir, financer des cantines, des orphelinats, des soins gratuits. Envoi de containers. Construction de foyers et d'écoles pour enfants en situation de handicap. josette2.brousse@free.fr

Leurs actions d'accompagnement avec des handicapés

Il faut améliorer les conditions de vie quotidienne par l'éducation, la rééducation et l'apprentissage à des métiers adaptés par la création de centres spécialisés.

Ne laissons pas l'enfant, en situation de handicap, isolé mais incluons-le avec les autres enfants, par exemple, mélangeons tous les enfants dans la danse car il n'a pas besoin de pitié.

La vie avec un handicap en Afrique, atouts et contraintes.

Des atouts : il y a de l'espace et ces personnes, comme les autres, vivent en partie dehors au milieu des voisins ou des familles, qui bien souvent vont les aider. Par contre, il n'y a pas d'aide de l'État ou des collectivités. Les aidants ont besoin d'aide car les soins ne sont pas du tout remboursés. Des aides financières et matérielles sont nécessaires et se font par des associations.

En conclusion, faire participer au maximum les associations aux projets collectifs pour créer des liens. À la demande des participants, le Collectif envisage de renouveler ce type de soirée-débat.

Coordination du Collectif Solidarité





LA SANTÉ APPELLE, AU MOINS, UN DÉBAT...

Qui n'est pas préoccupé, inquiet, voire mécontent devant le délitement de notre système de soins et de prévention.

Voilà plusieurs décennies maintenant que l'hôpital public subit les politiques d'austérité et de démantèlement. Voilà des années que les professionnel.le.s de santé alertent, se mobilisent, sans être ni entendu.e.s ni respecté.e.s.

Fermetures d'hôpitaux, de lits et de services, personnels maltraités et en souffrance, restrictions budgétaires, sous investissements, tarification à l'acte synonyme de recherche de productivité et de rentabilité.

Quand le service public hospitalier est ainsi traité, la place est laissée au privé lucratif qui y voit une source de profit pour ses intérêts et celui de ses actionnaires. Car ne nous y trompons pas, le privé c'est d'abord et surtout siphonner les ressources de la Sécurité Sociale puis celles des patient.e.s via les dépassements d'honoraires, pour ceux qui le peuvent.

Manque de soignants dans les hôpitaux, pénurie de médecins généralistes et de spécialistes en ville, éloignements des structures de prise en charge des pathologies, le constat est là, désolant !

Le secteur Nord Essonne, n'échappe pas à cette politique dévastatrice. La promesse d'un nouvel établissement sur le plateau de Saclay, permettra-t-elle de répondre à ces

enjeux politiques et aux besoins des habitant.e.s des Ulis et plus généralement du territoire, sachant que celui-ci est financé par la fermeture des hôpitaux d'Orsay et de Juvisy et la dégradation de l'hôpital de Longjumeau ?

Quelles articulations et complémentarités entre hôpital, et médecine de ville, pour répondre aux besoins primaires dans un contexte de vieillissement de la population et d'augmentation des maladies chroniques ?

Ces questions sont au cœur des préoccupations des citoyen.ne.s, ulissien.ne.s bien sûr, mais aussi des villes environnantes.

L'Association *Ulis Citoyens* est mobilisée car pour nous, si la santé est un bien individuel, elle est aussi un droit pour tous et toutes. Pour en discuter, une conférence/débat est organisée :

**le vendredi 17 mars 2023, à 20 heures,
LCR de la Treille,
avenue de Champagne aux Ulis.**

En présence de :

Dominique LEONARD, médecin généraliste aux Ulis,
Lucie SELLEM, maire de Gometz-le-Châtel, membre du bureau de la CPS, chargée de la Santé et des Affaires sociales,
J. Michel DIDIN, conseiller municipal en charge de la Santé,
Eric MAY, directeur du Centre municipal de santé de Malakoff (92), ex-président de l'Union syndicale des médecins de centre de santé,

qui apporteront leurs expériences, analyses et points de vue et échangeront avec les habitant.e.s présent.e.s sur les thèmes :

Quelle action territoriale pour répondre aux besoins des populations ?
Quelle implication citoyenne et convergence ?
Quelle coopération ?

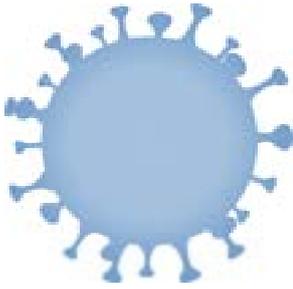
Nous vous y attendons nombreux pour échanger, témoigner, confronter, proposer. La santé vaut bien un débat... et surtout des actions citoyennes conjuguées et articulées avec celles des élu.e.s territoriaux, maires, conseiller.e.s départementaux et régionaux, député.e.s.

Association Ulis Citoyens

Contact :

Daniel Gouttefarde
Tél. : 07 77 31 23 25
Mél. : UlisCitoyens.asso@gmail.com





Un mois en prise avec le COVID, à l'automne 2022

Positive le 26 septembre... négative depuis le 5 octobre, j'ai testé pour vous 12 jours officiels d'un covid qui m'a mis KO pendant un bon mois avec une nuit mémorable : des douleurs

thoraciques très inquiétantes (pressions bizarres dans le cœur et sur les poumons), qui m'ont fait craindre le pire... Pendant quelques heures, je n'étais pas loin d'appeler le SAMU (15 ou 112). Finalement, j'ai pu éviter les urgences en me concentrant sur des respirations complètes (cohérence cardiaque) en continu jusqu'au petit matin où tout a fini par se calmer peu à peu. Soulagée, j'ai enfin pu dormir quelques heures.

En temps normal, je suis déjà facilement sujette aux insomnies. Depuis ce covid, je ne compte plus mes nuits blanches ! Et je pense pouvoir m'estimer heureuse d'avoir été vaccinée. J'aurais pu me retrouver en réanimation à l'hôpital et rejoindre le nombre des cas graves répertoriés dans les media.

Que fut l'essentiel de mes journées pendant environ une semaine de confinement strict ? Lectures et mots croisés,

repas.... quand je ne me reporte pas sur la télévision et que je ne me dégoûte pas un documentaire intéressant à me mettre sous la dent !... Mais je n'en abuse pas car mes yeux et mes oreilles sont vite saturés. Aussi, il m'arrive souvent de me consoler dans une laborieuse tentative de retrouver les bras de Morphée, histoire de récupérer. Bon, finalement, pas de place pour l'ennui ! Merci aux quelques ami.e.s qui m'ont soutenue moralement pendant cette période.

Pour terminer, dès les premiers symptômes (grande fatigue et maux de gorge et de tête comme une sorte de grippe), paracétamol trois fois par jour, tisanes de thym au miel... sans oublier le masque chirurgical qui a refait partie de mon quotidien que je porte encore souvent à l'heure actuelle, comme quelques autres personnes averties, croisées ici et là (bus, RER, magasins, et bien sûr chez les pharmaciens et médecins, sans oublier les ascenseurs et couloirs fréquentés).

Je pense que nous avons bien raison, car cette pandémie que nous subissons n'est pas terminée... Le sera-t-elle un jour prochain ?

Jocelyne Louis

Le Collectif Droits des femmes

Aux Ulis, le Collectif Droit des Femmes mène des actions depuis 2 ans. Il est représenté au groupe de travail de préparation des activités de prévention et de **lutte contre les violences intrafamiliales** par Aurélie (*Association Cœur Miséricordieux*), Maud (*LDH*) et Bernard (*UAU*).

Au regard de l'importance des violences intrafamiliales sur les Ulis, le groupe de travail prépare des actions de sensibilisation pour la population sur les violences conjugales surtout vis-à-vis des femmes. Ces violences apportent beaucoup de traumatismes, pouvant aller jusqu'au meurtre de l'un des conjoints, généralement celui de la femme (on parle de féminicide), et quelquefois des enfants.

Ainsi, pendant la 2^e quinzaine de novembre, ont été réalisés avec la Maison Des Solidarités, la Maison de la Justice et du Droit, le commissariat, des services de la Municipalité, *Paroles de Femme* et notre Collectif : des stands de sensibilisation sur le marché, des conférences chantées du Professeur X, des visites de structures, des ateliers d'initiation. Le Collectif a aussi animé des stands sur les Villages des Possibles pendant l'été et le 26 novembre. Le violentomètre en anglais, espagnol et arabe a été diffusé.

De plus, le Collectif a participé à 5 demi-journées de formation animées par des associations départementales, pour permettre aux acteurs institutionnels ou associatifs de mieux appréhender

les violences intrafamiliales, soutenir et orienter les victimes.

Conjointement, Aurélie a assisté le 29 novembre, à la Maison des Femmes de Paris, à la célébration des 60 ans de la Journée internationale de la Femme Africaine par l'Organisation des Femmes Africaines de la Diaspora (OFAD). Maud Olivier y est intervenue sur la prostitution des femmes migrantes africaines : « *La prostitution est la première violence que subit une femme, car contrainte de vendre son corps* ». Face à ce phénomène, l'OFAD a lancée un Fond de la Diaspora pour aider l'autonomisation et l'entrepreneuriat des femmes, aider les femmes qui veulent s'en sortir de toutes sortes de violences, en disant :

« **Chacune de nous a des choses à donner et mérite d'en recevoir, ne vous sous-estimez plus ! Beaucoup de force et de richesses sommeillent en vous, venez et partageons-les** ».

Aurélie Tama
Collectif Droits des Femmes



Le Téléthon retrouve des couleurs et s'enthousiasme au lycée de l'Essouriau

Ce 2 décembre professeurs et élèves du lycée l'Essouriau se sont réunis autour d'une seule et même motivation : récolter un maximum d'argent pour l'AFM-Téléthon.

Sensibilisés toute la semaine par des élèves de seconde qui sont passés dans chaque classe, ce sont plus de 200 coureurs et plus de 50 footballeurs qui ont participé : pour les premiers, au marathon en équipes et pour les seconds, au tournoi de foot dans la bonne humeur (malgré la pluie qui s'est invitée à l'évènement comme tous les ans !).

Les sportifs du jour et l'ensemble des élèves ont également pu profiter toute l'après-midi de quelques douceurs : crêpes, gâteaux, chocolat chaud apportés par les élèves et les professeurs, mais aussi se distraire grâce aux jeux prêtés par l'AVAG.

Une après-midi au cours de laquelle l'enthousiasme et la solidarité ont résonné au lycée de l'Essouriau et qui a permis de gagner plus de 3200 € pour le Téléthon des Ulis.

Estelle et Virginie

Enseignantes et coordinatrices



Remerciements à toutes les associations, les commerçants, les collectivités, les particuliers bénévoles qui, par leurs contributions, ont permis l'élaboration du Téléthon des Ulis 2022 et un versement de 5101 € à l'AFM. • Les services des Ulis (Vie associative, Communication, Centre technique municipal), la MPT des Amonts, le lycée de l'Essouriau, l'hôpital d'Orsay. • Les commerçants : Centre commercial Ulis2, boulangeries (La Boulang' du Marché, la boulangerie de Mondétour, Les Cévennes), Diagonal au Centre Commercial des Amonts, JeSurfe.fr. • Les associations participantes : APEX*Ulis, AVAG, CES, Cœur Miséricordieux, Facilyls, KWM, Patch'Passion, RINNA, Scouts Unitaires, UTAN, UAU-Union des Associations des Ulis et tous les bénévoles.

Le Collectif Téléthon

Les Interviews par un élève du Lycée

D'un élève

– Je m'appelle Sajid Nifa je suis un élève de terminale au lycée l'Essouriau.

• **As-tu fait le Téléthon ? Si oui qu'as-tu fait ?**

– Oui, j'ai participé au Téléthon avec une grande joie. J'avais prévu de courir 5 tours et de donner 5€, mais j'ai finalement couru 33 tours. J'ai donné autant que je pouvais.

• **Pourquoi as-tu couru autant de tours ?**

– Je me suis dépassé pour aider les personnes atteintes de maladie. C'était important pour moi de montrer qu'il faut se battre dans la vie, et qu'il ne faut pas abandonner, aller au bout de soi-même ! Ça n'a pas été facile car à la fin j'étais proche du malaise, mais je suis content d'avoir pu aider à ma façon la recherche.

D'un professeur

– Je suis Monsieur Lobaton, professeur d'espagnol dans le lycée de l'Essouriau, très bon lycée d'ailleurs.

• **Avez-vous participé au Téléthon ?**

– Je n'ai pas pu participer physiquement, mais j'ai aidé en achetant des friandises et des boissons sur le stand du Téléthon. Car pour moi c'est important d'aider les personnes atteintes de maladies ... Grâce à notre argent, nos dons, nous pouvons aider les chercheurs à trouver des remèdes, donc changer la vie des enfants malades.

Lucas Robin



Si demain vous étiez handicapé, auriez-vous le droit à une vie digne ?

Étienne a écrit cette lettre car, en septembre dernier, ses auxiliaires de vie n'ont plus été autorisés à l'alimenter, l'hydrater et lui passer des médicaments par gastrostomie percutanée entérale (GPE) bien qu'ils le fissent depuis 2 ans sans problème.

Le prestataire de service justifiait cet arrêt de la continuité des soins par une réglementation de l'administration départementale qui le leur interdisait. Sur la base d'un article du code de la santé publique (L.1111-6-1) qui autorise toute personne privée de l'usage de ses membres supérieurs à désigner les aidants de son choix pour des actes de soins dits de la vie courante (ce qui

est le cas de l'alimentation par GPE), Etienne et sa famille ont déposé un référé liberté auprès du tribunal administratif de Versailles qui a reconnu, début novembre, le droit d'Étienne et a enjoint le Conseil départemental à ne plus intervenir entre Étienne et les auxiliaires de vie.

Les choses auraient donc dû reprendre leur cours mais maintenant, c'est l'assureur du service prestataire qui ne se reconnaît pas obligé par la décision du tribunal. La situation est donc toujours bloquée.

Hanvie de vivre comme tout le monde

Et si demain, tu n'avais plus de mains capables de te servir
Et si demain, tu n'avais plus de jambes capables pour te déplacer
Et si demain, tu n'avais plus de voix pour communiquer
Et si demain, tu n'avais plus de cerveau pour penser
Tu serais qui ?

Voltaire a dit :

« *Ne fais pas ce que tu ne voudrais pas qu'on te fit.* »

Je voudrais juste vous exprimer mon ressenti,
**ce que ce refus de ne plus pouvoir me faire alimenter
par des auxiliaires de vie à mon domicile,**
a entraîné pour moi et mes proches et vous expliquer
comment j'apprends la vie avec mon corps.

Un vivre ensemble qui chavire à la moindre injustice
et à la moindre intolérance.

Savoir connaître et respecter le handicap de chacun
est nécessaire.

Trouver une solution au lieu de refuser serait préférable.

Pouvoir parler peut-être simple.

Contrôler ses mouvements, c'est compliqué.

Rester sans bouger, c'est impossible.

Rester sans manger, c'est mourir.

Il me faudra encore trouver la force intérieure pour faire
de cet événement non pas un échec mais une expérience
pour laquelle j'aurais encore à trouver ce qui fera
que l'autre puisse m'apprendre sans contrainte.

Au plus profond de moi, j'aspire à vivre comme vous,
mais je vis dans un corps qui dérange, qui fait peur,
un corps dans tous ses états...

Rejoignez-moi pour faire de cette privation
un droit à vivre comme tout le monde.

Texte et tableau d'Étienne
T'Handiquoi



Sous le volcan

Tu sais bien, dans mon entrée,
Sous le volcan rouge et noir, sous l'Etna,
Dans un pot de terre il y a
Un bouquet de fleurs séchées.

Je vais te conter leur histoire :
C'était à Reims,
Vers 18 heures, presque le soir.
J'attendais la voiture de mon prince !

Songeuse j'étais assise
Sur un petit muret bas.
À mes pieds gisait ma valise.
Alors j'ai vu les fleurs là

Où près de moi une inconnue
En partant les avait laissées.
Et pour moi elles sont devenues
Plusieurs symboles rassemblés :

D'abord un don de la nature,
Puis, quelque chose qui ne meurt pas
Et pourtant une mort qui dure.
Enfin, un reflet de vie, de joie.

Car les couleurs sont belles,
Tu sais : rouge, orangé or.
Ces fleurs sont des immortelles
Mêlées d'épis de seigle d'or.

Francine Iftode

Beauté

Beauté... du corps, du cœur, de la nature
Œuvre divine, œuvre d'Art, et de Dieu ?
Beauté du diable œuvre maligne ?

Beauté magique...

Reflet de l'âme si précieux, ou bien illusion des sens,
Que tu sois l'un et l'autre ensemble,
Ou tour à tour, pour moi je sais
Que l'Un et l'Autre tu rassembles !

Beauté magique...

Très chaste épure, abstraction qui captive l'œil...
Et par lui charme l'esprit, pure beauté
Maligne ou bien divine, je t'ai aimée et t'ai haïe
Comme l'une et l'autre à la fois.

Beauté magique...

Tu ne peux faire que passer...
Nul ne te possède ici-bas ! Tu vas où tu dois aller,
Je n'ai pu te garder pour moi.
Mais le souvenir que tu laisses
N'a pas de prix :
Si tu es du diable tu blesses
Mais tu es divine... Merci !

Francine Iftode

Ce gentil Tipère

Certains me diront
Ce n'était qu'un chat
Il était mignon
Doubles pattes en rond
Avec une belle tête
Qu'inspirait la fête

Lors des derniers temps
Ne me quittait pas
Et restait bien là
Se pelotonnant
Nous étions contents



Il frottait sa tête
En signe de quête
Par devant ma main
Pour un gros câlin
Il ne bougeait pas
Car il était las
Par un beau matin
Ce fut un regain
Ou comme un refrain
D'une certaine vie
Qui a ressurgit
Tout en s'en allant
C'était juste avant
Que tout se dégrade
Car était malade

Ce fut éphémère
Ce passage sur terre
Mais je vois encore
Souvenir en or
Son petit musée
Si mignon si beau
Ses petites oreilles
Tenues en éveil
Grand tour de jardin
Dans les hautes herbes
Une belle toilette
Tout à fait complète
Comme s'il voulait dire
Avant de finir
J'en ai profité
En ces heureux temps
Un premier printemps
Puis deux beaux étés
Et puis maintenant
Jusqu'à cet instant

Marie-Anne Uberall

Recettes proposée par l'AMAP Ulis

Salade de radis noir, carottes et gingembre

Ingrédients:

- 1 radis noir
- 2 carottes
- 1 citron
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 bonne pincée de sel
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe de gingembre frais râpé



Préparation :

Épluchez les carottes et le radis noir et lavez-les. Dans un saladier, mettez 1 bonne pincée de sel, la gousse d'ail épluchée et pressée, le gingembre pelé et râpé.

Versez le 2 bonnes cuillères à soupe de jus de citron et l'huile d'olive. Mélangez.

Râpez les carottes et le radis noir. Mettez le tout dans la sauce, mélangez et servez.

Si vous aimez une texture moins croquante, plus souple, préparez cette salade au moins 2 heures à l'avance et réservez au réfrigérateur en mélangeant régulièrement.

Corinne

Le radis daikon caramélisé

Ingrédients:

- 1 daikon
- 1 cuillère à soupe de miel
- 20g de beurre
- 1 cuillère à soupe de sésame



Préparation :

Éplucher le daikon, le couper en fines rondelles.

Dans une poêle faire fondre le beurre, verser le miel puis le daikon en tranches, saler. Faire cuire 10 mn sur feu moyen. L'eau des légumes va s'évaporer et les légumes vont caraméliser.

Saupoudrer de sésame en fin de cuisson et servir aussitôt.

Catherine

L'AMAP Ulis, en contrat avec 2 maraichers, est passé cette année de 40 à 48 paniers (ou parts de récolte). Compte tenu des départs de certaines familles, de nouveaux adhérents ont été recherchés, en particulier lors du Village des Associations le 3 septembre. Ainsi, 74 familles ont un panier, certaines n'en prenant que toutes les 2 semaines.

Sudoku

			4			8	2	
		2		8				9
8				5		1		
		6		3			7	
1			9		7			8
	7			6		9		
		1		4				5
2				7		6		
	4	3			9			

Énigme

Ghislain a trouvé une feuille de journal par terre comportant les pages 10 et 27.

Le journal n'est constitué que de feuilles doubles.

Quel est le numéro de la dernière page ?

La réponse est en page 3

Noël solidaire aux Ulis

Les pommes de terre de la solidarité :

samedi 10 décembre au matin, un camion est venu du Nord de la France pour proposer des sacs de pommes de terre de 15 kg à 7,50 €. En fin de matinée, l'UAU a géré, en lien avec Annick Le Poul, maire adjointe, la répartition de 38 sacs « de solidarité » entre 5 associations : 8 sacs pour le *Secours Populaire*, 7 sacs pour *Ensemble pour la Solidarité*, 8 sacs pour *La Passerelle du Soleil*, 8 sacs pour *Cœur Miséricordieux*, 7 sacs pour l'UAU répartis à Logely et ADOMA. La moitié des sacs a été payée par des Ulissiens venant en acheter pour eux, l'autre moitié a été donnée par le producteur.



Des jouets et des livres donnés par le personnel de Castorama ont été transmis à l'UAU. Le contenu de 2 caddies a servi à agrémenter des animations de Noël réalisées par plusieurs associations de solidarité aux Ulis.

Du Pain Sur La Planche

Chères et chers lecteurs du Phare, ce n'est pas la première fois que vous nous laissez une place dans votre journal, c'est le canal idéal pour s'adresser directement aux Ulissiennes, Ulisiens et militants de tous horizons, nous vous en remercions.



Nous prenons donc la plume une nouvelle fois pour vous parler de *La Compagnie Du Pain Sur La Planche*, une boulangerie itinérante et alternative. Un outil de production pour boulanger professionnel et paysan, à quelques kilomètres de notre ville des Ulis.

Une aventure panaire, fraternelle, une de ces belles histoires de copains.

Grâce à de nombreuses et nombreux camarades, ainsi qu'à la coopérative d'agriculteurs *Les Champs Des Possibles*, le Fournil de *La Compagnie*, écrit l'histoire de deux frangins. L'un, le **boulangier Ludo**, reconverti depuis 10 ans après plus de 20 ans d'animations nature à la ferme pédagogique du Bel Air de Villiers-le-Bâcle et d'accueil de toutes les écoles maternelles et primaires des Ulis.

L'autre, le **plus jeune**, c'est **Nico** reconverti depuis 2 ans et quelques mois, il apprend les métiers sur le tard et le tas. Le premier métier, c'est celui de boulanger, le deuxième métier, c'est celui de chef d'entreprise, deux disciplines indissociables.

Depuis presque 4 ans, nous fabriquons et livrons des pains et brioches au levain, confectionnés à partir de farines paysannes achetées directement à la ferme de la famille Lerebour à Gometz-la-ville, écrasées sur meules de pierre Astrier et certifiées Agriculture Biologique par Ecocert. Dans notre micro fournil, 3 ou 4 nuits par semaine, nous pétrissons, divisons et façonnons toutes nos fournées à la main et la cuisson au four à bois, s'il vous plaît.



La Boulange comme support pédagogique et outil de transformation sociale.

Résolument engagée sur les questions environnementales, *La Compagnie Du Pain Sur La Planche*, l'est aussi sur le terrain social et de l'éducation populaire, au travers des ateliers culinaires éducatifs proposés tous les lundis à l'IME (Institut médico-éducatif) de Montrouge, mais aussi régulièrement en proposant des animations à l'AVAG, association Ulissienne, ou à *PôleSNOE* avec ses coopératives éphémères.

Très prochainement, dans notre laboratoire flambant neuf, nous proposerons des ateliers culinaires destinés aux familles des Ulis, de Saulx-les-Chartreux et des autres villes de la communauté Paris-Saclay, mais aussi aux maisons de quartiers et aux accueils de loisirs.

Nous cherchons d'ores et déjà un troisième boulanger à former, afin de compléter notre équipe, transmettre notre savoir-faire et créer un emploi pérenne.

Notre gagne-pain, c'est le pain !

L'année 2023 est décisive, car c'est le moment de la transition vers un outil de production professionnel et définitif en association avec la CUMA (Coopérative d'utilisation du matériel agricole) des *Biopotes*. 560 000 € d'investissements, financés à 40 % par des partenaires institutionnels, complétés par un emprunt qui sera remboursé par les utilisateurs de la manufacture de production et de transformation agricole de proximité.



Pour le moment, nous sommes hébergés dans les locaux d'un fournil mutualisé chez *Animakt*, dont la raison d'être est l'accueil en résidence d'artistes des Arts de la rue.

Militants du goût, nous avons besoin de votre soutien gourmand et local.

C'est donc le moment d'être engagé et de nous soutenir pour nous aider à réinventer une consommation respectueuse des gestes ancestraux, de notre planète, des matières premières de grande qualité et des locavores*.

Comment ? En envoyant un message à *La Compagnie du Pain Sur La Planche* pour nous commander régulièrement des viennoiseries et du pain qui seront livrés le jeudi à la MPT de Courdimanche entre 18h15 et 19h15.

Ludo & Nico

dupainsurlaplanche@googlegroups.com

* locavore : Personne qui consomme des aliments locaux et de saison.