

Phare de l'Île Vierge

LE PHARE

Journal d'expression associative et individuelle
<https://apexulislephare.fr>

N° 84 - Printemps 2024

28^e année



Un vélo recyclé, décoré et exposé au gymnase des Amonts lors de la Quinzaine des Arts aux Ulis, vient nous rappeler, avec humour, la nécessité de la circulation douce pour contribuer à la transition écologique.

Merci à Isabelle Coulange, nouvelle présidente d' ART91, pour cette idée artistique originale.

LE PHARE N°84

Édité par **APEX * Ulis**

MPT des Amonts - 91940 Les Ulis

Directrice de la publication :

Marie Josée Vergine

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

Les associations et les Ulis en Vert

le 6 juillet au Parc urbain

Sur l'alimentation

- Le marché de producteurs locaux (CES et AMAP Ulis) sensibilisera et favorisera l'accès à une alimentation de qualité respectueuse de l'environnement ; souscription de contrats à l'AMAP ; débats sur l'alimentation, la réduction des déchets et l'écologie.
- Des animations avec S'Cube.

Sur différents aspects et approche globale de l'écologie

- Écologies sans frontières avec l'UAU : des réalisations écologiques par des associations d'Afrique (agriculture-alimentation, habitat, énergie, recyclage) ; confection et dégustation de produits culinaires de ces pays et débats.
- CES et Les Shifters sensibiliseront à la transition écologique ; animation avec quizz sur des fresques (climat, mobilités, économie circulaire et décarbonation).
- Avec CES inventez et dessinez des slogans sur la transition écologique, énergétique, la solidarité, l'alimentation saine, en s'aidant de mots-clés issus des quizz.
- Avec Les Shifters, atelier participatif de dessins ou de nouvelles, pour imaginer le monde en 2050.
- Stand nature avec Des abeilles pour nos enfants.

Sur les Mobilités

- Le COURB participera à la Fresque de la Mobilité : les transports en commun, RER et bus du secteur, les mobilités douces.
- Vous pourrez faire un tour sur le triporteur d'AVSA.
- L'atelier réparation vélo de Solicycle.

Sur le bon usage des matériaux

- Réparer ses petits matériels au Repair Café AVAG.
- Connaître le plastique avec OSE-ZD.
- Un atelier précarité hygiène de Waliya.
- Je respecte ma ville aidera à trier les déchets au Parc urbain.

Les Femmes à l'honneur ce 8 mars



Le 8 mars dernier a été marqué surtout par l'inscription dans la constitution de la loi sur l'IVG, journée pendant laquelle, le président de la république Emmanuel Macron a tenu à rendre hommage à toutes les femmes du monde et en particulier la femme française.

Comme chaque année, le collectif Droits des Femmes a participé à la sensibilisation de plusieurs femmes, jeunes filles et mêmes des hommes, avec la Municipalité et d'autres structures de la Commune, CPS et département (CCAS, Centre de santé, Maisons pour Tous, Maison de la Justice et du Droit-MJD, Médiathèque, Assistantes Sociales de la MDS).

Ce jour-là, nous avons eu la présence de notre maire Clovis Cassan, de Rose-Marie Boussamba conseillère municipale en charge de l'Égalité Femmes-Hommes, du représentant de la police aux Ulis et de Maud Olivier ancienne députée et maire des Ulis qui avait fait valoir la femme en faisant voter la loi sur la prostitution qui rend aussi le client responsable de son acte.

La soirée au Radazik, avec une animation et un débat avec Elisabeth Cleme, responsable de la MJD, les jeunes de l'association Diver-6T, du CLASH et la participation de plusieurs Ulissiennes et Ulissiens, a été une belle réussite.

Aurélie et Bernard

Collectif Droits des Femmes

Une Ulissienne primée



Parmi les exposants à la 60^e édition du Salon International de l'Agriculture 2024, au stand du Cameroun l'association Cœur Miséricordieux était représentée.

Mon association Ulissienne et humanitaire, promeut la solidarité entre les humains, en étant actrice dans plusieurs domaines tels que :

la Solidarité alimentaire auprès des plus démunis (orphelins, sans abris, migrants, enfants de la rue et autres), la Défense de la Langue Française, et avec l'Union des associations des Ulis : la solidarité Handicap, la lutte pour les Droits des Femmes et l'Écologie.

Afin de financer ses projets, Cœur Miséricordieux qui a une antenne au Cameroun dans la ville de Douala, s'est lancée dans l'écologie alimentaire avec la culture des bananes

plantains, des ananas et plus tard des cacaoyers. La vente de tout ceci nous permet et permettra de financer nos œuvres humanitaires, en particulier la construction d'un orphelinat à Ngambé, ville située dans la région du littoral.

C'est ainsi qu'au Salon International de l'Agriculture, grâce à la vente du chocolat naturel Camayos fabriqué par un couple franco-camerounais, avec la fève de cacao issue de l'agriculture naturelle, sans engrais chimique, en provenance de la ville d'Ayos dans la région du centre du Cameroun, nous avons reçu le prix « **Coup de Cœur des agricultures du monde** » qui est attribué à des produits de qualité identifiés lors du salon.

Recevoir ce prix est une fierté pour toutes les actions que nous menons tant en France, aux Ulis qu'au Cameroun et plus précisément dans le domaine de l'Écologie Alimentaire, pour une agriculture saine. Merci à tous ceux, qui à nos côtés, nous encouragent et nous accompagnent.

Vive Le Cameroun, Vive La France et Vive Les Ulis.



Aurélie TAMA

Présidente de Coeur Miséricordieux



ÉDITO



Les articles pour *Le Phare* n°85
devront parvenir à la Rédaction
avant le 24 juin

SOMMAIRE

Hommages

- À Ousmane Diallo p. 3

Vie des associations

- Projets Les Ulis en Vert p. 2
- Une Ulissienne primée p. 2
- Les Villages des possibles..... p. 4
- Le numérique solidaire p. 5
- Exposition du *CGO*..... p. 5

Culture

- Carnaval du monde p. 6
- Tonton Manu..... p. 7
- Coussins phosphorescents..... p. 9

Écologie

- Projets Les Ulis en Vert p. 2
- Le club collégien EDD p. 8-9
- *Les Shifters de l'Yvette* p. 16

Sport

- Ping-pong p. 10-11

Jeunesse

- Les lycéens exposent p.11
- *Scouts et Guides* p.12

Société

- Les Femmes à l'honneur p. 2
- Culture de Paix et les Femmes p. 13
- De la Terre à l'assiette p. 15

Au rendez-vous des poètes

- Tes pensées m'accompagnent p. 14
- Le cadeau d'une mère p. 14
- Le vent de l'enfance p. 14

Sur notre page de couverture une drôle de bécane est posée près du Phare. Est-ce un effet des Jeux Olympiques, cette envie de bouger ?

Des millions de visiteurs viendront à Paris ou seront devant leurs écrans pour suivre cet évènement international. Aux Ulis, certaines associations se préparent, telles des athlètes, pour leurs actions estivales qui permettront de développer des liens entre les habitants.

Cet engagement ne s'arrête pas à notre ville, nous sommes appelés à l'élargir en participant le 9 juin à l'élection des députés au Parlement européen.

Démocratie et Liberté seront-elles suffisantes face aux guerres actuelles qui broient des vies ? Fraternité et Égalité permettront-elles de partager écologiquement la Planète ?

Il y aurait bien des raisons d'être sombres. Et pourtant le renouveau du printemps est là. Les associations contribuent à apporter des solutions locales pour la défense des Droits de tous, pour l'utilisation du numérique par les habitants, pour la transition écologique et pour la Paix.

Un monde différent et meilleur est à construire et nous portons tous cette espérance.

La Rédaction

Hommage à Ousmane Diallo

Né en 1949, Ousmane nous a quittés le 29 mars 2024. Il a été membre de l'*APEX*Ulis* en contribuant à la réalisation du *Phare* et à sa distribution. Depuis de nombreuses années, il était actif dans les associations : responsable de l'*APCAA (Association Pour la Promotion de la Culture Africaine et Antillaise)* et a participé à des fêtes en particulier avec *Madikéra*. Il a rejoint l'*UAU*, dont il fut membre du Bureau, pour des actions culturelles et de promotions. Toutes nos pensées à sa femme et à ses enfants.

Rédaction bénévole du *Phare* n°84

- Marie Josée Vergine (Directrice des Publications)
- Marie-Odile Charpenet (Rédactrice en Chef et PAO)

La Rédaction : • Pierrette Berthelot • Rose-Marie Boussamba

- Bernard Charpenet • Marie-Claude Fleuruel • Gabriel Laumosne • Nicole Paraire
- Bozena Teodorowicz • Monique Troalen • Charles Zucconi

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

Mél. : redac.phare@orange.fr

Site : <https://apexulislephare.fr>

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

Les Villages des Possibles 2024



Les Villages des Possibles sont une action portée par **un collectif d'associations**, ulissiennes et du territoire, ainsi que par **la Municipalité des Ulis**, en lien avec **les bailleurs sociaux**. Ce collectif comprend l'UAU, l'AVAG, Léo Lagrange, La Recyclerie sportive.

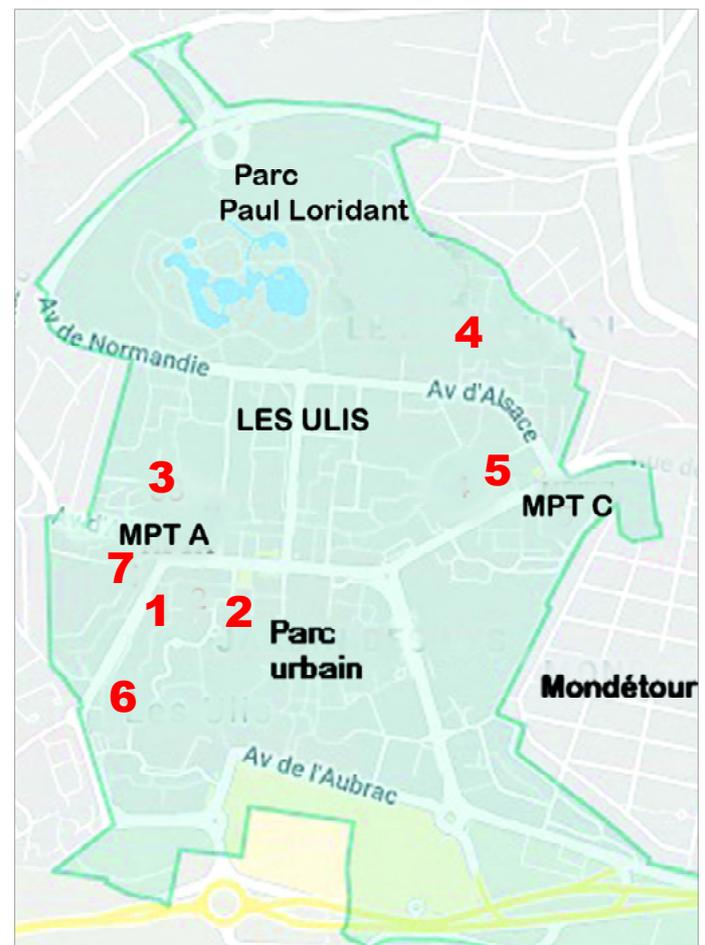
Ce collectif s'est donné comme objectif de proposer des actions/animations en pied d'immeuble dans tous les quartiers prioritaires des Ulis, d'avril à septembre, ainsi que 3 animations au Parc urbain avec les Villages d'été.

Ces Villages des Possibles constituent un lieu culturel itinérant pour la promotion de l'écologie, de la solidarité et de l'interconnaissance. Ceci permet de rendre les habitants pleinement acteurs de leur lieu de vie et de renforcer la cohésion sociale au sein des quartiers afin de prévenir les violences inter-quartiers et les discriminations.

Chaque acteur apporte ses savoir-faire et met en place des animations et actions de prévention ou de sensibilisation citoyennes, qui lui sont propres mais organisées en partenariat.

Cette dynamique perdure depuis maintenant 3 années consécutives et s'est ancrée dans le territoire.

Plusieurs associations membres de l'UAU participeront aux différentes journées : *Kama World Musik* pour la découverte de la musique africaine, *RINNA* et *ACPRC* pour des animations en famille, *COURB*, *MDB*, *AVSA* et *Les Shifters de l'Yvette* sur les Mobilités, *CES* et *AMAP Ulis* sur les bonnes pratiques écologiques et alimentaires en particulier, *Habitat&TIC* sur le numérique, ainsi que *France Handicap*, *Le club d'Échecs*, *Cifordom*. Les collectifs de l'UAU (Écologie sans frontières, collectif Solidarités et Collectif Droits des Femmes) sensibiliseront sur leurs thèmes.



Calendrier et lieux

7 Villages dans les quartiers :
les mercredis de 17h à 20h

- 1 - 24 avril au Bosquet
- 2 - 15 mai à la Daunière
- 3 - 26 juin aux Hautes Plaines
- 4 - 3 juillet au Barceleau
- 5 - 17 juillet devant la MPT Courdimanche (pour Chataigneraie et Chanteraine)
- 6 - 28 août à Adoma/Fraisiers
- 7 - 2e quinzaine de septembre un samedi à la MPT des Amonts

3 Villages au Parc urbain :
les vendredis de 17h à 20h

Dans le cadre des Villages d'été
les 12 juillet, 26 juillet et 23 août

Contacts :

Guillaume Palma, AVAG
contact@avag.fr
Bernard Charpenet, UAU
uau.lesulis@gmail.com



Numérique Solidaire 2023 : à suivre en 2024...

Comme annoncé dans *Le Phare* n°81 en page 5, le programme d'ateliers *Numérique Solidaire HABITAT & TIC 2023* s'est déroulé à partir du 15 septembre avec 10 personnes en situation de handicap mental et/ou psychique et 6 personnes dites *seniors*, toutes domiciliées aux Ulis ou dans une commune voisine. Ces personnes, réparties en 3 groupes, ont été invitées à participer au programme avec des personnes aidantes professionnelles ou familiales.

Le 15 décembre 2023, les 3 groupes ont fait ensemble un bilan de leur parcours respectif à la MPT des Amonts, puis, le 2 février 2024, les 3 groupes se sont de nouveau retrouvés à la Maison des Associations, pour une remise d'attestations agrémentée de crêpes « maison », jour de la Chandeleur oblige, en présence des partenaires qui ont pu se rendre disponibles pour ces moments de partage conviviaux.

Les réalisations collectives et les notions abordées sont mises à disposition sur le site dédié :

<https://num-sol-2023.habitat-et-tic.org>

Au-delà de leurs progrès individuels et de leur satisfaction d'avoir passé de très bons moments ensemble, l'enthousiasme et la curiosité des bénéficiaires de ce programme ont grandement participé à la construction de nouveaux projets pour permettre à d'autres de mieux s'approprier les outils numériques et leurs usages.

Tous les membres de l'association *HABITAT & TIC* tiennent à remercier chaleureusement toutes celles et ceux qui

ont contribué d'une façon ou d'une autre à la concrétisation et à la réussite de ce projet : la *Fondation AFNIC*, la *Mairie des Ulis*, l'*Association Pour la Gestion de la Maison des Associations des Ulis (APOGÉ)*, l'*Union des Associations des Ulis (UAU)*, l'*APEX*Ulis* éditeur du *Journal Le Phare*, le *Groupe Créadoc* de la *Maison de Vaubrun* et l'équipe de ce Foyer de Vie gérée par l'*ADAPEI 91*, l'association *Colombbus*, les membres des 3 groupes, la communauté *YesWiki*...

Stève BIZOLIER,

Président d'*HABITAT & TIC*

contact@habitat-et-tic.org

07 71 27 75 27



Le Club a le plaisir de vous convier à l'exposition des travaux réalisés par ses membres en cette 10^e année. À partir du thème *Au-delà de l'état civil*, nous nous sommes attachés à démontrer que les recherches généalogiques permettent de découvrir la vie de nos ancêtres, qu'ils soient laboureurs ou commerçants, par exemple. Tous ont eu recours aux notaires pour organiser leur quotidien, leurs échanges : successions, donations, ventes, baux que nous retrouvons dans les archives notariales.

D'autres résultats et méthodes de recherche permettent de retracer l'histoire d'une maison ou d'un commerce. Nous présenterons des stands sur ces thèmes et les membres du Club auront le plaisir de partager leur expérience. Vous découvrirez d'autres posters, sur des généalogies individuelles, des familles d'Orsay et d'ailleurs, sans oublier nos ancêtres dans la guerre à partir des archives militaires.

Deux conférences-débats seront animées par Jérôme Malhache, généalogiste professionnel et historien.

- La première à 10 h 45

Les archives de la police à Paris et dans les territoires du XVIII^e au XX^e siècle.

- La seconde à 14 h 45

Nos ancêtres et la police sous l'Ancien Régime.

Expositions et conférences :

La Grande Bouvêche d'Orsay (1^{er} étage)

Samedi 15 juin 2024,
de 10 h à 18 h

Entrée libre et gratuite,

accès aux conférences dans la limite des places disponibles.



Renseignements :

cgotati@gmail.com

<https://www.orsaygenealogie.fr>

Carnaval du monde : les acteurs nous racontent...



Le garage associatif était en tête de cortège avec ses drapeaux, ses adhérents en viking, cowboy, tunisien, japonais, eskimo accompagnés de deux chevaux (en mongol et cosaque) et de son cheval gonflable !



Une belle réussite collective, le 9 mars 2024.

L'AVAG remercie chaleureusement les enfants et les bénévoles qui ont participé à la réalisation de notre **Dragon Chinois** : un travail qui aura demandé quatre semaines de préparation, de couture, de peinture et d'assemblage. Encore merci à tous ceux qui ont participé à la réalisation et au défilé de ce carnaval 2024 aux ULis.

Les enfants ont réalisé un char arborant les couleurs du **Brésil**. Ils ont fabriqué une sphère représentant un ballon de foot avec du carton (récupération) et de la peinture, des fleurs et des feuilles avec du papier, ainsi que leur propre déguisement incluant un masque et une maraca. Tout ce travail a été réalisé durant des ateliers de *Léo Lagrange* d'1h30 sur une période de deux mois, en partenariat avec un prestataire.



Pour cette édition du carnaval placée sous le thème des carnivals du monde, l'*ACPUO* a choisi de s'inspirer du carnaval de **Venise**.

Nous avons donc construit une gondole, que nous avons décorée en ajoutant des masques, des tissus et une multitude de rosaces colorées.

Nous avons également dessiné et peint un grand masque typique pour habiller l'arrière de la gondole. Enfin, les membres de l'association participant au défilé étaient tous vêtus de longues capes et de masques vénitiens, à l'exception de notre gondolier, qui était quant-à-lui, perché sur son bateau et coiffé de son canotier.



TONTON MANU : un pont entre les cultures

« *On ne peut peindre du blanc sur du blanc et du noir sur du noir. Les deux ont besoin l'un de l'autre pour se révéler* ».

Homme de culture, Manu Dibango était aussi un pont entre les cultures, credo qu'il défendait inlassablement à travers son œuvre musicale, ses engagements humanitaires, son investissement au sein de la francophonie et son habile synthèse entre les cultures musicales d'Europe, d'Amérique et d'Afrique. Bref, il était l'homme-monde raconté dans un film-portrait intitulé *Tonton Manu*, véritable « road movie » entre trois continents, réalisé par Thierry Dechilly et Patrick Puzenat.

Une soirée dédiée à Tonton Manu

Commencé à l'aube de ses quatre-vingts ans, ce portrait du musicien **Manu Dibango**, infatigable défenseur du mélange des cultures, rythmé par une diversité d'échanges et les convictions de personnalités, parsemé de plages de grâce musicale où le Grand Manu fait jaillir de son saxo des instants d'émotion pure. Il a été présenté au cours d'une séance organisée, le 21 mars, au Cinéma Jacques Prévert aux Ulis, en partenariat avec l'association **Kama World Musik**, précédée d'un lever de rideau musical assuré par le *Groupe Trio 'Ulis*, et suivie d'un échange avec l'un des réalisateurs, Thierry Dechilly, et la monteuse du film, Stéphanie Deniel.

Après une chaleureuse séquence d'hommage en poème, lu par Grace Kama, infatigable promotrice de Kama World Musik et une reprise par le *Groupe Trio 'Ulis* d'un titre emblématique, *Oh Ko*, de Manu Dibango, le public s'est plongé dans l'univers aux mille facettes, voyages, expériences, rencontres et productions, entre le Cameroun, la France, l'Europe, les États-Unis et l'Afrique, de ce géant de la musique au 20^e siècle.

Son parcours

Odilien Emmanuel Dibango, plus connu sous le nom de Manu Dibango, figure du jazz camerounais et ambassadeur de la francophonie dans le monde, est né le 12 décembre 1933 et s'est éteint le 24 mars 2020. Musicien hors pair, connu tout autour du monde, Manu fut et restera un grand activiste de la musique. Arrivé en France en 1949, débarquant du Cameroun pour la ville de Saint-Calais avec 3 kilos de café pour payer son écolage, il finira sa scolarité à Reims, après être passé à Chartres et à Château-Thierry. C'est dans la cité des sacres qu'il s'initie, grâce à un ami, au saxophone et commence à se produire en boîte de nuit ainsi que dans des bals, sans se dire qu'il pourrait faire sa vie en jouant.

Lorsqu'il rate son baccalauréat en 1956 et que son père lui coupe les vivres, Dibango déménage à Bruxelles, où il tourne pendant quelque temps avant d'être embauché comme chef d'orchestre de la boîte *Les Anges Noirs*. C'est aussi à Bruxelles qu'il rencontre sa future femme, Marie-Josée, dite Coco.

Pendant les années 60, le Congo est en pleine lutte pour son indépendance. Dans la capitale belge se produisent souvent des artistes congolais qui ne manquent pas non plus d'aller profiter des concerts locaux lorsqu'ils ne jouent pas. C'est ainsi que Joseph Kabasele, mieux connu sous le nom de Grand Kallé, rencontre Manu Dibango, et lui propose de devenir saxophoniste dans son orchestre de rumba *Indépendance cha cha*. Ils enregistreront beaucoup à Bruxelles avant de repartir en Afrique, et Manu les accompagnera.

La naissance du succès

À la fin des années 60, Dibango retourne s'installer en France où il collabore avec d'autres grands musiciens, comme Dick Rivers ou Nino Ferrer. Il continue d'enregistrer, et sort un premier album intitulé *Saxy Party*, en 1969. Mais c'est en 1972, que le succès international frappe à sa porte. Sur la face B d'un 45 tours, Manu a fait graver la chanson *Soul Makossa*, qui deviendra vite un classique mondial. Récupéré sans autorisation par Michael Jackson, et plus tard par Rihanna, *Soul Makossa* scelle le destin de son auteur.

Soul Makossa lui ouvre les portes de l'Olympia et lui offre une opportunité de se produire aux États-Unis. Il est invité à jouer dans de nombreuses salles de concert new-yorkaises, comme le Madison Square Garden. Dès lors, Manu Dibango, à travers des tournées dans le monde et un mix de styles musicaux, puise dans le jazz et les rythmes d'Afrique.

Un artiste engagé

Tout au long de sa carrière, Manu Dibango a utilisé son influence pour soutenir des causes importantes à ses yeux (la libération de Nelson Mandela, l'action contre la faim dans le monde, la lutte contre le réchauffement climatique, la liberté d'expression). Il est nommé « Artiste pour la Paix de l'Unesco » en 2004 et reçoit la Légion d'honneur en 2010, parmi d'autres distinctions.

Manu Dibango a laissé derrière lui pas moins de 216 disques (albums, 45 tours, enregistrements de concerts, etc.) en plus d'une marque indélébile sur le monde de la musique.

**Abdelaziz Mounde
Grace Ndoñe Kama.**



Au collège Mondétour : un club EDD toujours aussi actif

Chaque année, les élèves du club EDD (Éducation au Développement Durable) du collège Mondétour réalisent une multitude d'activités avec l'aide de quelques aînés des Ulis et d'enseignants de l'établissement.

Un petit groupe d'apiculteurs en herbe s'occupe, avec M. Valkman, des ruches du collège. Au cours de l'hiver, les élèves ont préparé des cadres et une ruchette neuve : désinfection à la flamme puis huilage à l'huile de lin et plaque de cire gaufrée sur les cadres. Une couleur à la betterave crue a été testée sur la ruchette. Avec les collègues, il a été décidé de réserver tout le miel de printemps (si on en a !) pour les élèves car la vente du miel 2023 nous a permis de récolter de l'argent pour le club EDD. Les élèves seront invités à participer à l'extraction puis à la mise en pot et à la vente (à un prix symbolique défiant toute concurrence).

En partenariat avec le département de l'Essonne, un certain nombre d'éco-délégués et d'élèves du collège ont procédé à la **plantation avec l'aide de nos fidèles aînés de 40 jeunes pousses d'arbres** : tilleuls, cerisiers, poiriers, châtaigniers, gagnés l'année dernière, après sélection d'un important projet pédagogique dirigé par M. Valkman, auprès de l'association Teragir qui agit dans le cadre de la Journée internationale des forêts (21 mars). C'est un projet qui s'articule autour de l'exposition du collège des « Métiers du paysage » (prêt du Conseil départemental), de la sensibilisation aux métiers des arbres et de la forêt, des activités nature du club EDD (accroissement de la biodiversité et plantation d'espèces mellifères) et du programme de SVT avec les classes. Le département a donné son accord pour



la végétalisation et même son soutien par une équipe, le jeudi 25 janvier dernier. Tous les arbustes ont repris et sont étiquetés par les élèves.

Dans différents ateliers, comme par exemple celui de la couture : on y crée des vide-poches mais aussi des pochettes pour transporter quelques protections féminines ou bien des petits pochons contenant de la lavande récoltée par d'autres



membres du club dans le jardin du collège. Certains élèves fabriquent des porte-clés à partir de bouchons en liège, des bijoux avec des capsules de café, plient des pages de livres pour en faire de belles décorations ou d'autres encore font des nichoirs et des boules de nourriture à base de graines pour nos amis les oiseaux.

Un autre groupe d'élèves s'occupe à créer des kits pour fabriquer des produits pour laver le sol ou les toilettes, à base de savon noir, de vinaigre, d'eau ou même de bicarbonate de soude : des ingrédients que nous avons tous chez nous.

De nombreux articles fabriqués seront en vente lors du festival *Les Ulis en vert*, le samedi 6 juillet, organisé par la municipalité, les associations et d'autres partenaires. Un grand MERCI par avance pour votre soutien lors de cette opération.

Le club EDD est aussi Centre de collecte de bouchons en plastiques pour l'association *Bouchons d'Amour*, de piles pour *Piles Solidaires* et de cartouches d'encre d'imprimante. **Vous pouvez donc les rapporter au collège.**

Madame Courteille,
Professeur de Physique-Chimie

Monsieur Valkman,
Professeur de Sciences de la Vie et de la Terre
et l'équipe rédaction



Les coussins phosphorescents révolutionnent l'heure du coucher !

Depuis 2021, les coussins phosphorescents *Au Clair de la Nuit* aident petits et grands à trouver le sommeil. Caroline Rat, basée à Longpont-sur-Orge, à côté de Montlhéry, est à l'origine de ce concept lumineux et apaisant.

Sans pile, ni batterie !

Les coussins phosphorescents brillent dans l'obscurité comme des veilleuses ! Ils sont ainsi écologiques et surtout très économiques. L'objectif est de supprimer les veilleuses et d'apprendre aux plus jeunes à dormir dans le noir tout en regardant leur coussin briller. « *Et pendant ce temps-là, les parents font des économies d'énergie !* », comme nous le rappelle Caroline RAT avec malice. « *Les enfants sont contents d'aller se coucher car une fois la lumière éteinte, il se passe quelque chose de fascinant dans le noir !* ».



Coussins exposés
à la Galerie éphémère
du Centre commercial Ulis2



Très apaisants, ils facilitent l'endormissement

Plus d'un tiers des coussins phosphorescents réalisés sont achetés par des adultes pour des adultes. Qu'on soit petit ou grand, ces coussins ont un effet très relaxant au moment de se coucher. La lumière émise est douce mais suffisamment présente dans le noir pour capter l'attention et faire oublier un peu les contrariétés du moment. « *Les gens sont tellement contents ! Beaucoup m'appellent pour me remercier. Cela me touche car j'ai vraiment l'impression d'aider certaines familles et de procurer une petite touche de bien-être aux enfants comme aux adultes* ».

Des coussins bien pensés

D'après la créatrice, « *le plus long, c'est de découper tous les tissus !* ». Une tâche fastidieuse car entièrement effectuée à la main. C'est également Caroline Rat qui réalise tous les dessins figurant sur ses coussins phosphorescents : « *Il y en a pour tous les goûts mais je travaille actuellement à proposer plus de modèles pour les adultes car j'ai beaucoup de demandes* ». Les coussins phosphorescents *Au Clair de la Nuit* n'ont pas de fermeture Éclair pour éviter toute blessure. Ils sont également déhoussables et lavables en machine à 30°.

Contact :

Caroline Rat
06 67 02 27 26
<https://www.auclairdelanuit.fr/>

Du ping-pong au tennis de table : d'un loisir à un sport compétitif

Le tennis de table, plus communément appelé ping-pong ou ping, est apparu en Angleterre à la fin du XIX^e siècle, peu après son grand frère le tennis, et a très tôt touché toutes les couches de la société en tant que loisir, car praticable par tout un chacun avec des objets de récupération. Ce n'est que quelques décennies plus tard, avec la création d'une instance internationale et des innovations techniques (revêtements en caoutchouc, balle en celluloïd, mousse, etc.) que ce sport tel que nous le connaissons aujourd'hui s'est développé et nous est parvenu. La consécration ultime pour cette discipline eut lieu en 1988, lorsque le tennis de table devint un sport olympique lors des Jeux Olympiques de Séoul.

L'alliance de la technique et de la stratégie

Le tennis de table est une discipline nécessitant d'allier une maîtrise technique des différents coups (top spin, poussette, balle coupée, service, etc.) à une dimension stratégique pour adapter constamment son jeu à celui de l'adversaire, garder l'ascendant et ainsi pouvoir l'emporter au meilleur des cinq sets (sept sets dans les grandes compétitions internationales), chaque set nécessitant de marquer onze points (avec deux points d'écart minimum) pour l'emporter.

L'esprit d'équipe

Si le tennis de table est souvent perçu comme une discipline individuelle, c'est avant tout un sport collectif. En effet, l'année sportive est principalement régie par le championnat fédéral qui se joue par équipe de quatre joueurs à l'échelon départemental. Ces rencontres par équipes s'articulent autour de matchs en simple et de matchs en double. Ainsi la victoire finale est un effort collectif auquel chaque joueur contribue à la fois par ses performances à la table et son esprit d'équipe. Ce sont ces deux aspects qui ont permis, lors des derniers championnats du monde par équipe qui se sont tenus à Busan, Corée du Sud, aux équipes féminine et masculine de France, emmenées par Prithika Pavade et les frères Lebrun, de monter sur la troisième et deuxième marche du podium, respectivement.

Des bienfaits sur la santé

Outre l'aspect sportif, la pratique du tennis de table présente aussi des bénéfices reconnus sur la santé physique et mentale en améliorant le cardio, la concentration, la rapidité et les réflexes, en stimulant le cerveau et en aidant à brûler les graisses. Elle permet également, dans le cadre d'un programme adapté, de lutter contre l'évolution des maladies de Parkinson et d'Alzheimer.



Le tennis de table aux Ulis

La France compte environ six millions de pongistes (source *Fédération Française de Tennis de Table*), dont environ 200 000 licenciés auprès de la fédération, la classant ainsi comme la onzième fédération olympique en nombre d'adhérents. La section Tennis de Table fut une des sections fondatrices du *Club Omnisport des Ulis* en 1977. Depuis bientôt 50 ans, elle accueille au gymnase des Amonts toute personne dès l'âge de six ans voulant pratiquer ce sport dans une optique loisir et/ou compétition. Le *COUTT* encourage tous les Ulissiennes et Ulissiens à venir pousser les portes du gymnase pour s'essayer, dans le cadre d'une séance dirigée ou libre, à la petite balle blanche.

Les séances destinées aux plus jeunes ont lieu tous les jours de la semaine, sauf le jeudi, de 18h à 19h30, tandis que les séances pour adultes sont le lundi et mercredi de 19h30 à 21h. De plus, la salle est ouverte pendant les vacances (petites et grandes) les lundi, mercredi et vendredi de 19h à 22h à toutes et tous, membres ou non du club, Ulissien(ne)s et extérieurs.



Chaque année, la section organise le tournoi à handicap du Club, dont la prochaine itération aura lieu **le samedi 18 mai 2024** au gymnase des Amonts. Ce tournoi à handicap est une opportunité de venir nous rencontrer : il est ouvert à tous et permettra de vous confronter à des joueurs de tout niveau.

Pascal Diévert

Contacts :

C.O.U. Tennis de Table

communication.coutennistable@gmail.com

www.couutt.org



VOYAGE DANS NOTRE DIVERSITÉ (Exposition de la section Arts Plastiques du lycée)

À l'occasion de l'édition 2024 de la Quinzaine Des Arts des Ulis en mars, la spécialité Arts plastiques du lycée de l'Essouriau a eu l'honneur d'exposer ses travaux à la MPT des Amonts pour la 3^e année. La Quinzaine Des Arts permet à plus d'une cinquantaine d'artistes locaux d'exposer leurs œuvres dans 16 lieux de la ville afin de les mettre en valeur et d'encourager la création.

Rassemblant des projets et des travaux abordant des sujets aussi bien originaux que personnels, l'exposition mettait en avant une pluridisciplinarité qui était retranscrite par la diversité des techniques plastiques utilisées. Le dispositif d'exposition, organisé par thématiques a été pensé et conçu par les élèves et leur professeure, de manière cohérente et harmonieuse.

Au rez-de-chaussée, se trouvaient des travaux abordant des thèmes tels que la métamorphose, le parasitage, la finitude de la condition humaine, la végétation, l'introspection, l'éphémère, ainsi que les émotions.

À l'étage, se trouvait la galerie de portraits des élèves de première, quelques travaux inspirés du street-art, du cosmos et du thème de l'opposition.

L'opinion générale est positive et c'est très précieux pour les élèves de recevoir autant de reconnaissance pour leurs travaux. Tout cela a été possible grâce à la coordination de notre professeure Madame Pobiedonoscew, ainsi qu'à la



Blakxe, Hélios 2024

Personnage immergé dans l'eau au soleil. Illustration qui traduit la détente des vacances et plus précisément celle où les nœuds de notre cerveau se dénouent et se dissolvent dans l'eau.

municipalité des Ulis et évidemment à la MPT des Amonts pour nous avoir accueillis et laissés carte blanche quant aux modalités d'exposition.



*Nyx, Mère de la Voie Lactée
J'ai peint une femme à l'air paisible
et ai sculpté à ses joues des larmes
jaunes qui sont la forme et la couleur
de pétales de pissenlit,
le suiveur et symbole
de la chaleur du soleil.
Celles-ci s'écoulent du tableau et
remplissent l'espace de cette chaleur.*

Cette exposition est le fruit d'une année formatrice pour les élèves de la section Arts Plastiques et l'évènement restera longtemps gravé dans leur mémoire car il leur a permis d'exposer tels de « vrais » artistes et de recevoir un avis du public.

Angèle MORVANT,

*Élève de terminale,
Spécialité Arts plastiques*



Du scoutisme à tout âge

Scout toujours ? Après avoir été scout lorsqu'il était jeune, Matthieu est devenu « chef », c'est-à-dire animateur des jeunes dans le groupe Scouts et Guides De France (SGDF) des Ulis - Jean XXIII.

Matthieu, 20 ans, a rejoint le groupe de scouts Jean XXIII des Ulis en 2013, « *Ce sont mes parents qui m'ont proposé d'entrer chez les scouts. J'ai voulu essayer et je viens d'y entamer ma 10^e année* », confie Matthieu. Pierre et Simon, ses frères, font également du scoutisme depuis plusieurs années.



Les SGDF accueillent des enfants et jeunes, garçons et filles, de l'âge de 6 ans à 21 ans. Chez les 8-11 ans, la tranche d'âge dont s'occupe Matthieu, les 18 Louveteaux et Jeannettes découvrent la nature, y jouent tout en la respectant et apprennent l'autonomie et la vie en communauté. Des activités riches et variées, basées sur les jeux et l'imaginaire, sont mises en place pour favoriser leur épanouissement.

De nombreuses actions et projets toute l'année et à tout âge !

Depuis novembre, les Pionniers et Caravelles (14-17 ans) préparent une grande compétition de Thèque (sport semblable au baseball) qui rassemblera d'autres groupes scouts de l'Essonne au mois d'avril. Début décembre, les Scouts et Guides (11-14 ans) ont distribué le chocolat chaud aux Ulissiens lors des Saveurs d'hiver. Tous ont également participé le 10 décembre à la transmission de « La Lumière de la Paix de Bethléem » (*C'est un événement scout chrétien qui se déroule chaque année pendant la période de l'Avent. Elle est allumée par un enfant dans la grotte de la Nativité à Bethléem et rapportée en avion à Vienne dans une lampe sécurisée, puis transmise partout en Europe, c'est une action pour un monde plus fraternel*).

Pour renforcer les liens et partager les expériences, une rencontre par mois est organisée, généralement le samedi ou le dimanche, voire sur un week-end entier, tout au long de l'année. Ces moments sont l'occasion pour les membres du groupe de se retrouver, d'échanger et de planifier les prochaines activités, dans une ambiance conviviale et enrichissante.

Le projet de l'année s'articule autour de la **préparation d'un camp de 1 ou 2 semaines**, en France ou à l'étranger. Ce camp, au-delà de l'aspect ludique, vise à favoriser le

développement personnel des jeunes, en les confrontant à des défis concrets, en les encourageant à prendre des responsabilités et en favorisant le vivre-ensemble. Les SGDF accordent une grande importance à ce type d'expérience qui permet aux jeunes de grandir dans un environnement sûr et stimulant.

Papiers cadeaux au centre commercial, baby-sitting, jardinage, bricolage... font partie des actions, pour les plus grands, qui leur permettent de financer ces projets.

De plus, les jeunes chefs bénéficient de formations qui leur permettent d'obtenir le Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur (BAFA). Cette certification leur offre des compétences précieuses en animation, gestion de groupe et pédagogie, renforçant ainsi leur capacité à encadrer les plus jeunes de manière efficace et bienveillante.

« Nos enfants non pratiquants s'intègrent très bien »

« *Bien que mouvement catholique, l'association est ouverte à tous, sans distinction de nationalité, d'origine sociale, de culture ou de croyance* », précise Stéphane, responsable du groupe. Sophie, maman de trois filles au sein du groupe, confirme : « *Nos enfants, qui sont non pratiquants (et même sans connaissance de la religion), trouvent bien leur place dans le groupe* ».

Du scoutisme à tout âge.

Gestion du matériel du groupe, trésorerie, secrétariat, communication, bricolage, chargé de mission... de nombreux bénévoles sont nécessaires afin de permettre aux jeunes de vivre un scoutisme de qualité. Le groupe des Ulis est à la recherche de toute bonne volonté, alors rejoignez-nous !



Contact :

groupeSGDFlesulis@gmail.com



Droits des Femmes et culture de Paix

Le Comité Orsay, les Ulis, vallée de Chevreuse du Mouvement de la Paix a relevé le défi d'afficher complet, le 22 mars dernier, en organisant un ciné-débat autour du documentaire *La Domination masculine*, sorti en 2009. Ce débat avec comme intervenants le réalisateur Patric Jean, Mme Lilian Halls-French co-présidente du réseau EuroMed* et Mme Véronique Vellard artiste intervenante auprès de Prevanet, portait sur le thème : « Backlash, à qui font peur les droits des femmes ? »**

Pourquoi cette initiative ?

La Culture de la Paix définie par les Nations Unies est une traduction d'actions nécessaires pour inverser le paradigme de guerre en adoptant « *un ensemble de valeurs, attitudes, comportements et modes de vie qui rejettent la violence et préviennent les conflits en s'attaquant à leurs racines par le dialogue et la négociation entre les individus, les groupes et les États* ».

Parmi ces 8 domaines d'actions, le 5^e rappelle la nécessité d'« *assurer l'égalité entre les hommes et les femmes par la pleine participation des femmes dans la prise de décisions économique, sociale et politique, par l'élimination de toutes formes de discrimination et de violence contre les femmes, par l'appui et l'aide aux femmes qui se retrouvent dans le besoin* ». Ainsi, l'adoption par le système judiciaire d'un contrôle coercitif (1) permettrait de mieux lutter contre les violences conjugales.

Or, ces objectifs ne peuvent pas être atteints dans une société qui perpétue – bien qu'un certain nombre d'avancées comme la constitutionnalisation récente de l'IVG puissent être saluées – les rapports inégalitaires entre les

femmes et les hommes. Pour nous, l'objectif était de proposer, en nous appuyant sur le documentaire de Patric Jean, un décryptage, via un tour d'horizon du sexisme contemporain, de la manière dont tout un système de représentations conditionne, dès l'enfance, le féminin et masculin comme construction sociale de *continuum* de violences (2) et de domination. Nous souhaitons également sensibiliser sur les dérives des discours masculinistes (3) émanant des réseaux d'hommes affichant violemment leur antiféminisme à l'origine du premier attentat féminicide à Toronto, que le réalisateur a infiltrés au Québec et qui sont de plus en plus actifs en France comme le démontre, entre autres, le dernier rapport du Haut Conseil à l'Égalité (4).

Cette soirée débat organisée localement s'inscrivait donc dans l'ensemble des mobilisations auxquelles nous participons parmi lesquelles la Grève féministe du 8 mars dans le cadre du collectif dont nous sommes signataire.

L'égalité entre les femmes et les hommes est donc consubstantielle de l'engagement pour la paix ?

Oui, il ne peut pas y avoir de Culture de Paix sans une égalité réelle entre les femmes et les hommes. Le non-respect des droits de femmes est un indicateur précis du basculement guerrier actuel et de la radicalisation de la société. Il faut inverser le paradigme : de la même façon que la militarisation n'est pas une conséquence des crises et des guerres, elle en est l'une des causes principales, les droits des femmes ne sont pas bafoués parce que nos sociétés sont en crise et que les armes semblent légitimes pour se défendre. Nos sociétés se



portent mal, parce qu'elles continuent de bafouer les droits des femmes, des enfants, des salarié(e)s, les droits humains, parce qu'elles perpétuent le paradigme du droit des pays armés jusqu'aux dents, à imposer leur Loi, à user de leur veto, à piétiner le droit international... Parce que par temps de paix tout comme par temps de guerre, les viols et les féminicides sont des crimes de possession au service du Pouvoir. Les violences contre les femmes tout comme la guerre résultent de ces choix sociétaux, politiques, comme celui du réarmement par le ventre des femmes. En cela, il existe une convergence de revendications, comme celle d'un cessez-le-feu à Gaza, portées par les organisations pacifistes et féministes qui emploient les moyens d'action non violents pour s'opposer aux violences systémiques.

Nous invitons donc les Ulissiennes et les Ulisiens qui souhaitent se mobiliser contre toutes ces violences à nous rejoindre et nous vous invitons **le 16 mai prochain pour un concert-lecture à Orsay dans le cadre du Festival « En mai les Arts en paix ».**

Dea Drndarska Rety

Référente à Egalité Femmes-Hommes
au Mouvement de la Paix
www.mvtpaix.org

Co-Présidente du Comité Orsay,
les Ulis, vallée de Chevreuse
orsay-lesulis-valleedechevreuse@mvtpaix.org

* EuroMed Feminist Initiative :

<https://www.efi-ife.org/fr/>

** Prevanet, association de prévention de l'extrémisme violent : <http://prevanet.fr/prevanet/>

(1) Antrea Gruev-Vintila, *Le contrôle coercitif, au cœur de la violence conjugale*, Dunod, 2023.

(2) Christelle Tardaud, *Féminicides, une histoire mondiale*, La Découverte, 2022.

(3) Rapport « *Contre les discours masculinistes en ligne* », Equipop, 16 octobre 2023.

(4) HCE, 6^e état des lieux du sexisme en France : s'attaquer aux racines du sexisme, 22 janvier 2024.



Le cadeau d'une mère

Bien que je ne me considère pas comme un fils,
je t'aime avec douceur.
Partager cette vie avec toi est un délice
Nous sommes deux êtres qui évoluent en chœur.

Une fois que l'arbre est grand
Il peut donner du bon fruit
Et une fois vaincus les tourments
Qu'il est agréable de profiter de la vie.

Tout cela c'est grâce à toi
C'est une chaîne magnifique
La naissance par un autre que soi,
créer des liens si uniques.

Des merveilles encore nous attendent,
car l'existence est infinie,
et les richesses qu'elle nous apporte sont toujours plus grandes,
au fur et à mesure que l'amour en est nourri.

La vie est vraiment parfaite
Une fois qu'on peut le percevoir,
on obtient plus que ce que l'on souhaite
En étant prêt à le recevoir,

Ce cadeau que Dieu nous offre pour toujours,
de pouvoir lui faire confiance,
et de ressentir son merveilleux amour,
par la magie de cette alliance.

Alors je ne peux que te remercier,
de m'avoir permis d'expérimenter,
Ce trésor qu'est la vie sur Terre,
Parce que tu es ma mère.
Je t'aime.

Benjamin Naemonin,
Fête des mamans



Tes pensées m'accompagnent

Je t'enveloppe dans une couverture faite de fils de tendresse,
que ta nuit soit pleine d'étoiles scintillantes de bienveillance.

Demain à l'aube, à ton réveil,
je t'aurais préparé une boisson douce, à la chaleur de mon affection,
et des fruits aux goûts sucrés de mes plus belles pensées pour toi,
en chantant calmement une mélodie,
aux notes de gaieté qui donnent le sourire.

Alors durant une partie du jour,
puisque nous serons loin l'un de l'autre,
au détour d'un rayon de soleil,
j'apparaîtrais à ton esprit de temps à autre,
pour t'embrasser.

Et une fois que cette planète aura fait sur elle-même, un tour,
je puiserais à ma source d'autres belles métaphores,
pour décrire en poème mon amour,
de ces jours où nos cœurs,
de mille couleurs sont animés.

Benjamin Naemonin

Le vent de l'enfance

*Il tournoyait avec entrain
Le cerf-volant,
Fendant l'air libertin
Virevoltant.*

*Ravissant les badauds
De sa grâce,
Il frôlait les oiseaux
Et l'espace.*

*Ligne et toile tendues
Je m'y revois rêvant,
Accroché suspendu
Appréciant le bon vent.*

*L'extraordinaire accessible
Les espoirs mûrissaient,
Emporté par le vol
La vie je chevauchais.*

*De cette euphorie du passé
Je prends parfois quelques bouffées,
Quand je suis obligé
Mon chapeau d'enfoncer...*

Yan Pohu,
Décembre 2023

De la Terre à l'Assiette

Depuis le mois de septembre, un atelier-cuisine : *De la Terre à l'Assiette*, a lieu une fois par mois, le vendredi matin, à la MPT de Courdimanche. Il est initié par les associations **CES (Citoyens Écologistes et Solidaires)** et **AMAP-Ulis**, en partenariat avec la MPT de Courdimanche.

Nous voulons qu'une alimentation de qualité, respectant la santé, l'environnement et le porte-monnaie de chacun soit accessible à tous et pour cela, dans cet atelier, nous apprenons à cuisiner des légumes de saison : une façon de manger mieux sans dépenser plus. Le but de l'atelier est de donner aux participant.e.s le goût de cuisiner ces légumes en apprenant à réaliser des recettes goûteuses, qui sont ensuite dégustées ensemble, et qui utilisent des produits bio achetés à l'*AMAP-Ulis*, et donc produits localement et de saison. Grâce à une collaboration avec le CCAS, qui nous indique un public prioritaire, le Centre de santé et la CAF, les participant.e.s peuvent recevoir une formation sur des notions telles que l'équilibre alimentaire, la nutrition, la santé et seront sensibilisé.e.s au gaspillage alimentaire.

Cette année, l'atelier est financé par un micro-projet de la CPS, soutenu par le Conseil Citoyen.

Actuellement, outre le coordonnateur, nous sommes 3 animat.eur.rice.s (dont une personne de la MPT, toujours un peu surchargée) et entre 6 et 9 participant.e.s, que l'on informe de l'existence de l'*AMAP* et de leur possibilité d'avoir accès, selon leurs revenus, à des paniers solidaires de la part de l'*AMAP*.

L'inscription se fait pour chaque cours à la MPT, car nous souhaitons un roulement.

Les prochaines dates : 05/04, 07/06, 05/07.

L'Atelier sera content de vous rencontrer le 25 mai, au Parc Urbain, à l'occasion de la Fête des enfants, dans le Village des familles.

Ci-contre, une recette hivernale...

Nicole Paraire

Gâteau aux carottes

Ingrédients :

pour 6 personnes

300 g de carottes

200 g de poudre d'amande

150 g de sucre

4 œufs + ½ citron

60 g de farine

½ sachet de levure

1 pincée de sel

Du beurre pour le moule

Préparation :

Préchauffer le four à 180°

Laver les carottes et les râper (sans les éplucher si elles sont bio).

Mélanger le sucre et les jaunes d'œufs jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajouter le jus et le zeste de 1/2 citron.

Mélanger les carottes, les amandes, la farine, le sel et la levure. Puis mélanger le tout.

Battre les blancs en neige bien ferme et les incorporer délicatement à la pâte.

Beurrer et fariner un moule à manqué et y verser la préparation. Mettre au four environ 45 minutes (vérifier avec un couteau).

Sortir le gâteau du four et le laisser refroidir avant de démouler.



Atteintes à l'environnement, atteintes à la population

Les associations Citoyens Écologistes et Solidaires et *CIFORDOM* ont organisé, avec le soutien de la Municipalité des Ulis, un ciné-débat le jeudi 18 avril au cinéma Jacques Prévert.

Projection du film *Les Algues vertes* puis débat en

prenant aussi en compte les problèmes posés par le **Chlordécone** : le pesticide qui empoisonne les Antilles. Ce débat s'est tenu avec Dorian Guinard, maître de conférences en droit public à l'Université Grenoble-Alpes et Félicien Jerent, sensible à l'agriculture des Antilles.



Les Shifters de l'Yvette

Pourquoi parle-t-on du carbone ?

Il y en a du bruit autour du carbone ! Mais, savez-vous pourquoi on nous en parle autant ?



Le carbone est un élément qui est à la base de la vie sur Terre. Il y en a partout, nos vêtements, notre nourriture, notre énergie, mais pas dans l'eau !

Beaucoup de nos usages font que ce carbone se retrouve sous forme de gaz dans l'atmosphère, le fameux CO₂ et quelques autres. Ainsi, on a, depuis des générations, commencé à modifier ce que la nature a mis des millions d'années à faire.

Vous commencez à comprendre le problème ?

C'est pour tenter d'agir sur ce sujet que l'association *The Shifters* est née.

Du Shift Project aux Shifters Nord Essonne

The Shifters est une association française créée en 2014, sous le statut de loi 1901, elle s'engage de manière bénévole aux côtés du groupe de réflexion *The Shift Project*, qui œuvre activement à la décarbonation de l'économie française. Initialement conçue comme une plateforme ouverte à tous désireux contribuer au *Shift Project* à travers la recherche, le relais, ou le soutien, l'association évolue aujourd'hui vers des projets indépendants tout en maintenant son objectif central : contribuer de manière significative à la transition vers une économie décarbonée à l'échelle nationale et européenne.

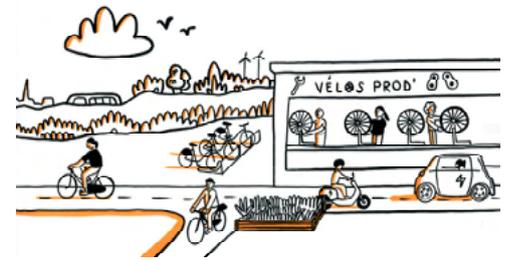


Source PTEP Odile Jacob

Il se passe tellement de choses chez *les Shifters*, que cela est enthousiasmant et parfois déroutant. Les membres de l'association *The Shifters* ont la possibilité de participer à des projets thématiques comme la sobriété numérique, adapter le modèle économique, organiser nos événements annuels comme l'Univershifté (à Lille en juin 2024) ou le Parishifté (à Paris en septembre 2024) composés de conférences, d'animations, de tables rondes, de jeux, et surtout de découvertes pour décarboner l'économie.

Notre groupe local Shifters Nord Essonne

a été créé en septembre 2022 et regroupe des bénévoles résidant autour de la zone de Massy à Saint-Rémy-lès-Chevreuse, en étant notamment présent à Palaiseau, Orsay et Gif-sur-Yvette. Nos rencontres régulières et mensuelles sont l'occasion d'échanger, d'apprendre et de diffuser localement les activités, les travaux et les valeurs des *Shifters*. Nous organisons, ainsi, divers événements tels que des ateliers de sensibilisation et de formation, diffusons une newsletter et collaborons avec les acteurs locaux pour élaborer des projets de décarbonation adaptés à chaque territoire. Nous participons à des événements locaux comme *les Ulis en Vert* et des événements organisés par des associations locales.



Vous en avez assez de lire alors pourquoi ne pas écouter un podcast, celui de l'asso bien sûr : **Time to Shift**, qui est disponible sur toutes les plateformes.

Ce podcast éclaire sur les enjeux énergétiques et climatiques contemporains. Il est réalisé par les bénévoles, 39 numéros et quelques épisodes spéciaux sont sortis depuis 2020. Chaque épisode porte sur des thèmes comme la mobilité, comprendre le rapport du GIEC, ou des entretiens avec des spécialistes.

Nous vous proposons de découvrir le numéro#32 **Les 17 commandements de la décarbonation**. Cet épisode d'environ 30 mn, vous permet de comprendre les lignes de conduite de l'association et surtout pourquoi elles sont nécessaires pour favoriser la décarbonation de l'économie. Écoutez ce podcast en scannant le QR code ou en vous connectant sur <https://miniurl.be/r-530m>

Vous pourrez alors découvrir les réponses aux questions que nous nous posons :

- Pourquoi parle-t-on de « pic » pétrolier ?
 - Est-ce que la technologie va nous sauver ?
 - Et au fait, pour qui voter aux prochaines élections ?
- Cela vous donne envie d'aller plus loin.



Contacts :

Pour recevoir notre newsletter ou pour une question :
nord-essonne@theshifters.org
www.theshifters.org