

graines de Fontenay

JOURNAL NATUREL

n° 5
automne 2016

*Notre avenir
s'écrit à l'encre
de sève*



Partageons
la ville

À
Fontenay



Belle de Fontenay, belle un jour, belle toujours !

Quelle est celle qui vous met les papilles en émoi, vous fait saliver devant ses formes arrondies, apaise votre fringale et rassasie votre appétit ? Adriana, amandine, bernadette, charlotte, juliette ou monalisa, sont quelques-unes des dizaines de variétés de pommes de terre que l'on peut découvrir sur les marchés ou dans nos jardins. Chacun de nous a sa préférée : il y a les rondes plus ou moins allongées, celles qui se rétrécissent à l'une des extrémités, les arquées, celles à la peau jaune, rouge ou rosée... Et puis, il y a la belle de Fontenay, l'incomparable pomme de terre louée et chantée sur toutes les bonnes tables de France et de Navarre.

On raconte qu'elle a vu le jour dans notre ville à la fin du XIX^e siècle sur les terres d'un horticulteur portant le nom de Hainault. Il repéra la future « belle » dans une parcelle de la fameuse « marjolin » et l'adopta illico.

Parvenue entre les mains de Henry de Vilmorin, il en atteste son existence dans le *Catalogue méthodique et synonymique des principales variétés de pommes de terre*, paru en 1886. Inscrite au *Catalogue officiel des espèces et variétés végétales* dès sa création en France en 1935, la belle de Fontenay y figure toujours.

Pomme de terre à chair fine se délitant peu à la cuisson, adaptée pour les pommes en robe des champs, pommes vapeur, gratins, en salade et sautées, elle se refuse à vous et se rétracte si vous évoquez l'idée de la trancher pour en faire des frites. Lors de la sécheresse historique de 1976, elle faillit disparaître, mais depuis, avec l'aide de producteurs de plants convaincus de ses qualités, elle a repris du tonus et obtenu dans le département du Loiret, sa nouvelle terre d'élection, le Label rouge. On estimait en 1990, que la belle de Fontenay était cultivée en France sur environ 200 hectares pour la production de plants certifiés, se hissant au 17^e rang des variétés cultivées, loin derrière la bintje ou la charlotte. Croisée avec la flava, les chercheurs de l'Inra ont donné naissance à la BF15, variété plus productive que la belle, mais un peu plus grosse et un peu moins précoce.

Enfin, avant de tirer le rideau, comment ne pas relire ces quelques lignes, en guise de chant d'amour pour cette pomme de terre hors du commun, qu'a entonnées Jean-Bernard Pouy dans son polar *La Belle de Fontenay* : « *Du sac, j'ai sorti une petite patate un peu verte, entre le jaune et le kaki, quelques germes bleutés pointant à peine à travers la peau. Je lui ai fait un baiser tout à fait reconnaissant, chère purée, cher gratin, et je voyais déjà les harengs, et le saucisson chaud, je sentais déjà la muscade et le colin blanchi. J'adore les patates. Mais c'est toujours de l'ordre de l'angoisse métaphysique de choisir... »* CLAUDE BARDAVID

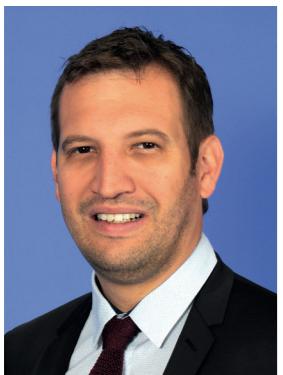




SOMMAIRE

	entre chien et loup
3	Belle de Fontenay, belle un jour, belle toujours !
	l'écho du geai
5	Le pacte pour la transition écologique
6	La ruée vers l'orge
6	Du choc au soft
6	Tout l'or du marc de café
7	PRESSE-CITRON Tri sélectif : poursuivre l'effort
	les castors associés
	l'effet papillon
8 > 9	André Bouché Le sens de l'équilibre
10	Les bons gestes
	en direct de la ruche
11 > 13	Partageons la ville
	Des projets plein les têtes
	L'avis des Fontenaysiens
14	Une marche à 25 ans
15	1840-2016, de l'atelier à la multinationale
15	La Bêcheuse pense à l'avenir
	tête de linotte
16	Colorie la taupe et ses amis !

LA PENSÉE DU JOUR



Jean-Philippe Gautrais
Maire de Fontenay-sous-Bois

HORS-SÉRIE N°5 DU JOURNAL MUNICIPAL À FONTENAY N° 126 SEPTEMBRE 2016 – Édité par la ville de Fontenay-sous-Bois, service Information 40, rue de Rosny 94 120 Fontenay-sous-Bois - www.fontenay-sous-bois.fr - Courriel: grainesdefontenay@fontenay-sous-bois.fr • Directeur de la publication: Jean-Philippe Gautrais • Directeur de la communication: Thierry Charret • Rédactrice en chef: Manuela Martins - 76 71 • Secrétaire de rédaction: Marie-Karima Spach • Ont collaboré: Claude Bardavid, Frédéric Lombard • Photographie: Patrick Debey - Dalila Uzan • Illustrations de couvertures: Jessie Lousteau • Conception - Réalisation: Médiris • Impression: Grenier 94250 Gentilly - Imprimé sur papier recyclé • Tirage: 26 000 exemplaires.

Le pacte pour la transition écologique

AGENDA 21

En septembre 2015, le maire de Fontenay-sous-Bois signait le pacte pour la transition écologique du village Alternatiba pour le climat, et prenait date. Un an après, où en sont les engagements pris ?

FRÉDÉRIC LOMBARD

Le 24 septembre 2015, tous les chemins menaient à Fontenay-sous-Bois où le village Alternatiba pour le climat avait fait halte au parc des Carrières. À deux mois de la Cop21, une caravane cycliste avait sillonné le pays pour présenter ses solutions alternatives face au défi climatique. Ce jeudi-là, au parc des Carrières, le maire Jean-François Vogué avait signé des deux mains son pacte pour la transition écologique. L'objectif est que les collectivités prennent position en faveur d'une transition écologique, sociale et économique. Le maire avait alors engagé la commune sur onze des quinze points contenus dans le pacte.

Des engagements en cours

Un an après, que reste-il de cet élan ? Du solide et du pérenne ! Fontenay a annexé le pacte à son propre Agenda 21 qu'elle avait adopté en février 2014. « La ville a privilégié les engagements qu'elle est certaine d'être en capacité de porter et qui sont déjà en place ou en cours », explique Perrine Bouvachon, chargée de la mission Développement durable. Ainsi, la collectivité a pu constater que bon nombre des préconisations du pacte entraient en résonance avec ses propres orientations municipales. Ainsi, s'agissant du développement des espaces piétonniers, la ville le réalise pas à pas à partir de son plan communal de déplacements établi dès 2011.

Parmi les différents aménagements, il y a l'installation de quatre jalonnements piétons. Ce dispositif a été récompensé par un prix du Stif (l'autorité des transports en Île-de-France).

Dans le domaine de l'alimentation, le pacte encourage l'utilisation d'une part



croissante de produits locaux – issus de l'agriculture biologique et/ou du commerce équitable – dans les cantines. Fontenay-sous-Bois a atteint le seuil de 20 % à la fin 2015. D'ici 2020, elle s'est fixé un objectif de 60 % de bio dans les assiettes. En partenariat avec l'Agence locale de l'énergie et du climat MVE, elle formera les animateurs des centres de loisirs sur les questions de transition écologique. C'est aussi l'installation prochaine, avec l'association Bulles de vie, d'un composteur dans le square Michelet. La collectivité s'engage également dans des voies nouvelles. Des toitures de bâtiments publics seront proposées pour des installations solaires financées et maîtrisées par les habitants. Une autre réflexion porte sur la mise à disposition de locaux aux structures qui souhaiteraient développer une activité de réparation ou de réutilisation des biens matériels.

Pas sans une contribution citoyenne

Mais, sans contribution citoyenne, le pacte pour la transition marcherait sur une jambe. Le document incite donc à la création d'une instance partagée entre les élus et les habitants où discuter, élaborer et mettre en œuvre ces fameuses alternatives. Une telle instance consultative existe depuis 2014 à Fontenay; c'est le comité local de la transition (CLT). Il

Régis Pio (à gauche) lors de la signature du pacte pour la transition.

est composé d'élus, de représentants de l'administration, de citoyens et de représentants d'associations. Le CLT mesure le niveau d'avancée des engagements de l'Agenda 21 et du pacte de la transition, informe, suit les différents projets, est force de propositions. Vous pouvez le rejoindre. Il inspirera, le 24 septembre, la première édition de la fête de la transition énergétique. ☎

Fête de la transition énergétique, samedi 24 septembre au square Michelet (cf. À Fontenay, p. 15)

POINT DE VUE DE L'ÉLU

Régis Pio

Conseiller municipal délégué à l'Agenda 21 et à la Ville en transition

« Avoir signé le pacte pour la transition signifie que la municipalité est à l'écoute des dynamiques citoyennes et s'appuie sur elles pour mobiliser les habitants. Ce pacte marque une nouvelle étape dans un cheminement collectif dans la construction d'alternatives. »



BIÈRE ARTISANALE

La ruée vers l'orge

Une odeur de malt s'élève sous la verrière, échappée d'une grosse marmite du diable de 2 400 litres en pleine chauffe. Bienvenue dans l'antre de Yann Geffriau et Mathieu Bulté un jour de brassage. Depuis le mois d'avril rue André-Tessier, l'ancien atelier de céramiste s'est mué en une micro brasserie que ces copains d'enfance ont créée et font tourner avec la passion de deux pionniers. Ils le sont à Fontenay, même si d'autres les ont précédés dans cette activité à la croissance exponentielle partout en France. Fabriquer sa propre bière artisanale quasi bio, l'embouteiller, l'étiqueter et la vendre sous sa marque : nos associés réalisent un rêve. Celui-ci porte le nom d'Outland, un goût d'ailleurs, plus précisément des USA. « Cet intérêt pour la bière remonte à un séjour aux États-Unis où j'avais commencé par brasser

quelques litres dans ma cuisine », explique Yann, l'âme du projet.

Notre entrepreneur a vendu son logement et s'est lourdement endetté. Heureusement, l'activité débutante s'annonce très prometteuse. Des bars, des cavistes, des restaurants se disputent ce nectar blond, brun ou ambré qui sort des sentiers battus des brasseries industrielles. La production actuelle est estimée de 500 à 600 hectolitres. Ce rendement est surtout limité par les capacités de fermentation et de stockage. Les premières cuvées sont dignes des meilleurs crus. L'ambition est de proposer jusqu'à huit bières différentes. À Fontenay, les premières Outland siglées Home sont vendues au magasin Bulles de vie, boulevard de Verdun. À consommer avec modération.

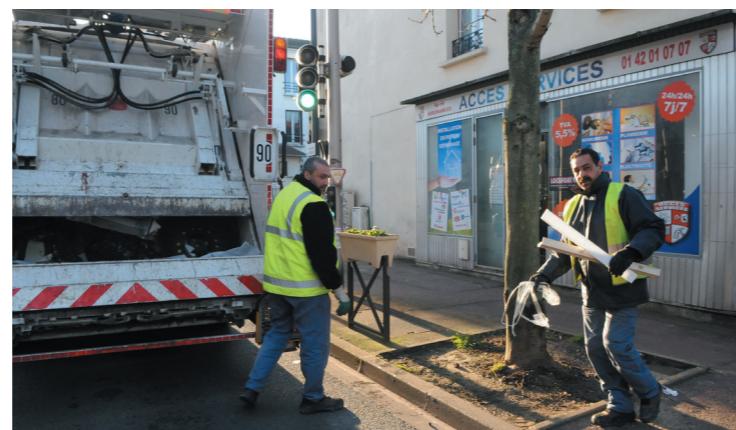


SAUTS DE PUCE :

CAMPAGNE SUR LE CIVISME

Du choc au soft

En 2013, sur l'initiative de la municipalité, une campagne sur le civisme aux slogans chocs avait fleuri de manière très affirmée sur les murs et les panneaux d'affichage. Celle-ci rappelait à chacun les règles communes à observer lorsqu'on se déplace dans l'espace public. Respect des piétons, stationnements interdits, dépôts sauvages, tags, déjections, etc., les comportements inciviques qui détériorent le quotidien de tous avaient été mis en scène sur fond d'images crues et de slogans sans pincettes. Des résultats positifs ont été obtenus, mais aujourd'hui la campagne a besoin d'un nouveau souffle. Ce mois de septembre, une nouvelle est lancée. Elle prend le contre-pied de la précédente en misant, cette fois, sur la bienveillance et la médiation. Comme sa devancière, elle reprendra de manière plus « soft » les thématiques déjà déclinées. Elle met également en valeur l'action des agents de la ville qui intervennent chaque jour pour entretenir et embellir les espaces publics.



ÉCO-JARDINAGE

Tout l'or du marc de café

Les buveurs de café ont de l'or brun dans leur tasse, à condition de ne plus jeter à la poubelle le contenu du filtre de la cafetièrre ou du percolateur. Le marc de café est un grand ami des jardiniers, car ses vertus sont multiples. Son premier intérêt réside dans sa forte teneur en potassium et magnésium et, à un degré moindre, en phosphore, en cuivre et en azote. Sa décomposition dans la terre est une source appréciable de matières organiques. Le marc de café est également un bon ingrédient pour le compost ou disposé en paillage sur le sol. Autre atout, la caféine qu'il contient éloigne ou empêche l'installation de pucerons si on le disperse au pied des plantes. En pulvérisation, il serait aussi un bon répulsif à limaces. Les lombrics en élevage adorent le marc de café lorsqu'il est mélangé avec de la cellulose, telle que cartons, papier et du calcaire (coquilles d'œufs, d'huîtres...). Bien sec et mélangé aux graines fines, il facilite la répartition des semis.

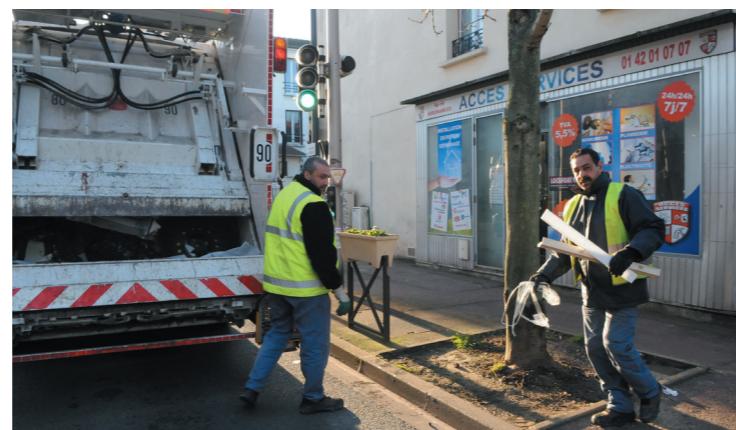


SAUTS DE PUCE :

CAMPAGNE SUR LE CIVISME

Du choc au soft

En 2013, sur l'initiative de la municipalité, une campagne sur le civisme aux slogans chocs avait fleuri de manière très affirmée sur les murs et les panneaux d'affichage. Celle-ci rappelait à chacun les règles communes à observer lorsqu'on se déplace dans l'espace public. Respect des piétons, stationnements interdits, dépôts sauvages, tags, déjections, etc., les comportements inciviques qui détériorent le quotidien de tous avaient été mis en scène sur fond d'images crues et de slogans sans pincettes. Des résultats positifs ont été obtenus, mais aujourd'hui la campagne a besoin d'un nouveau souffle. Ce mois de septembre, une nouvelle est lancée. Elle prend le contre-pied de la précédente en misant, cette fois, sur la bienveillance et la médiation. Comme sa devancière, elle reprendra de manière plus « soft » les thématiques déjà déclinées. Elle met également en valeur l'action des agents de la ville qui intervendent chaque jour pour entretenir et embellir les espaces publics.



ÉCO-JARDINAGE

Tout l'or du marc de café

Les buveurs de café ont de l'or brun dans leur tasse, à condition de ne plus jeter à la poubelle le contenu du filtre de la cafetièrre ou du percolateur. Le marc de café est un grand ami des jardiniers, car ses vertus sont multiples. Son premier intérêt réside dans sa forte teneur en potassium et magnésium et, à un degré moindre, en phosphore, en cuivre et en azote. Sa décomposition dans la terre est une source appréciable de matières organiques. Le marc de café est également un bon ingrédient pour le compost ou disposé en paillage sur le sol. Autre atout, la caféine qu'il contient éloigne ou empêche l'installation de pucerons si on le disperse au pied des plantes. En pulvérisation, il serait aussi un bon répulsif à limaces. Les lombrics en élevage adorent le marc de café lorsqu'il est mélangé avec de la cellulose, telle que cartons, papier et du calcaire (coquilles d'œufs, d'huîtres...). Bien sec et mélangé aux graines fines, il facilite la répartition des semis.



PRESSE-CITRON

Tri sélectif : poursuivre l'effort

Bataille menée au quotidien, le tri sélectif participe à la valorisation des déchets de chacun afin d'en minimiser les impacts sur l'environnement. En cette rentrée, petite séance de révision sur quelques gestes élémentaires.



À vos petits papiers

Tous les papiers se déposent dans le bac jaune. Publicités, prospectus, journaux, catalogues, annuaires, courriers, lettres, impressions, autres papiers...

La production de papier recyclé, par rapport à celle du non recyclé, consomme jusqu'à 2 à 5 fois moins d'énergie et d'eau et émet jusqu'à 30 % de CO₂ en moins. Le papier et le carton sont recyclables entre 5 et 10 fois.

Dans le bac à ordures ménagères, on dépose : les papiers souillés (boîtes de pizza, mouchoirs, serviettes en papier, vaisselle en carton, etc.), les papiers de petite taille, déchirés ou broyés et les plastifiés (paquets de café, papier aluminium, papier cadeau...).



BAC À COUVERCLE JAUNE

- Les bouteilles et flacons en plastique : eau, soda, jus de fruits, lait, soupe, huile, ketchup, shampoing, gel douche, produits ménagers...
- Boîtes et emballages en carton
- Briques alimentaires
- Boîtes métalliques et barquettes aluminium, canettes, conserves, aérosols et bidons...



BAC À COUVERCLE VERT

- Barquettes d'alimentation sous vide
- Films et sachets en plastique
- Emballages en plastique fin ou de petite taille. Par exemple, les pots de yaourt, de crème fraîche...
- Ordures ménagères alimentaires à placer dans un sac fermé.



TRI DES EMBALLAGES EN VERRE

- Bouteilles, flacons, pots et bocaux en verre uniquement, bien vidés, sans capsule ni bouchon.

Triés, les emballages en verre se recyclent à 100 % et à l'infini !
1 tonne de verre recyclée = 660 kg de sable préservés



917

tonnes de verre ont été collectées

1 830

tonnes de déchets ménagers recyclables ont été collectées

14 305

tonnes d'ordures ménagères ont été produites par les ménages fontenaysiens



La production de déchets ménagers a baissé de manière significative dans sa globalité en 2013 :
de 6 kg/hab. en 2012 à 5 kg/hab. en 2013.



Erreurs de tri : peut mieux faire !

De 2010 à 2014 à Fontenay, les erreurs de tri sont passées de 22 à 16,26 %. Il s'agit de résultats corrects pour un milieu urbain dense, là où certaines villes atteignent parfois 30 %. Les principales erreurs qui font l'objet d'un refus de collecte systématique par le prestataire sont les déchets normalement collectés en déchèterie. Il n'est pas rare, en effet, de trouver dans les bacs, quelle que soit leur couleur, des gravats ou des déchets toxiques. Dans ce cas, le bac n'est pas collecté. Un adhésif est apposé dessus, un défaut de collecte est envoyé au service par le collecteur, et le service reprend contact avec les usagers pour leur expliquer ce qu'il faut retirer de leur bac.
Déchèterie communale (320, avenue Victor-Hugo) – Renseignements sur : www.fontenay-sous-bois.fr



PORTRAIT

André Bouché

Le sens de l'équilibre

CYCLISME

Chevauchant son vélo tous les jours, André Bouché, bientôt 90 printemps, se partage entre ses nombreuses activités. Rencontre avec un homme occupé. CLAUDE BARDAVID



Il y a vingt-cinq ans, André Bouché prend sa retraite. Il décide alors d'acheter son premier vélo, qu'il possède encore aujourd'hui.

Un homme au regard franc et direct, deux calots noirs à la clé qui ne sont pas sans rappeler ceux de Pablo l'Andalou, nous accueille dans son chez-lui, à la lisière du bois de Vincennes. C'est là, alors que l'immeuble sort de terre il y a quarante-deux ans, qu'il décide de s'installer après avoir quitté son Paris natal. Partagé entre son travail à « la firme », comme il dit, et sa famille, il n'a pas trop le temps de penser à lui. Sa priorité passe exclusivement par son activité professionnelle. « J'ai travaillé dans une petite affaire de tissus pour dames, et nous étions un fournisseur d'abord pour la haute couture, puis pour la couture et le prêt-à-porter. » Il a connu les années Dior, Givenchy, Cardin, et a même rencontré Mademoiselle Chanel, Coco Chanel, après la réouverture « de son affaire, rue Cambon ».

« Si la naissance vous a doté d'une bonne mécanique, à vous après de l'entretenir »

Le jour où, il y a vingt-cinq ans, André Bouché prend sa retraite, il décide d'acheter son premier et unique vélo, qu'il possède encore aujourd'hui. Fabriqué à Saint-Etienne, il est siglé Poulidor, alter ego de Jacques Anquetil, qui firent tous les deux, de leurs duels homériques sur les routes du Tour de France, une légende qu'on se raconte encore aujourd'hui dans les familles. Lui, avoue qu'il était plutôt anquetiliste à l'époque, mais sa référence reste une figure fontenaysienne du vélo :

Louison Bobet. « J'étais en forme, pas fatigué, alors je me suis dit : Le vélo c'est idéal, pour faire deux kilomètres par-ci, trois kilomètres par-là. » Et tous les jours, quel que soit le temps, André enfourche son vélo, accroche son sac à dos, pour aller au club de loisirs Georges-Paquot, à La Poste, faire des courses.

Un vélo homme et femme

Aussi grand par la taille que l'était Jean Robic, admirable grimpeur et Breton teigneux et tête, André Bouché utilise son vélo pour tous ses déplacements. « En ville, uniquement, précise-t-il. Je souhaitais un vélo de ville, le plus léger possible avec des pneus fins de façon à ne pas avoir à tirer dessus ou à supporter un vélo genre VTT. » Sa monture suspendue à un crochet par la roue avant attend son maître avec impatience. « C'est un guidon de course, douze vitesses, mais je ne m'en sers plus que de trois. Demain, ça ne sera plus que deux, et après-demain ça sera terminé », dit-il en éclatant de rire. Et pointant du doigt son engin, il le présente en ces termes plutôt mystérieux : « C'est un vélo homme et femme... Pourquoi ? Parce que c'est un vélo et c'est ma bicyclette. Selon mon humeur, je sors avec la bicyclette ou je prends mon vélo ! Si je dis ma bicyclette, alors je la traite différemment, alors que si je prends mon vélo, je peux être un peu plus méchant... »

« Je dois réapprendre à marcher »

Son vélo, il ne peut plus s'en passer, mais avec l'âge, ses genoux commencent à le lâcher. « Marcher est pour moi difficile, pédaler n'est pas difficile. Le vélo m'économise beaucoup sur le plan physique et me donne plus de liberté et d'action sur le temps. Mais je dois réapprendre à marcher, car l'arthrose ne se guérit pas. Alors, on vous dit : Vous avez mal ? Il faut marcher ! Vous ne pouvez pas marcher ?

Il faut marcher ! » Le secret de sa bonne forme tient dans une formule qu'il a faite sienne et vérifie tous les jours : « Si la naissance vous a doté d'une bonne mécanique, à vous après de l'entretenir. » Pas d'alcool, pas de tabac, il fait très attention à ce qu'il mange, mais « jamais d'excès », souligne-t-il, et un demi-verre de vin le midi et le soir. « C'est bon pour le plaisir ! » André Bouché a fait partie, avec quelques amis, des fondateurs de l'association Fontenay vélo pour promouvoir et développer en toute sécurité la pratique de ce mode de déplacement à Fontenay.

Un homme de l'art et de la lecture

En même temps que le vélo, notre homme se découvre une passion pour les arts, en fréquentant son club de retraités. Son appartement est un véritable musée vivant de toutes les œuvres qu'il a produites à Paquot. Là, il a goûté pour la première fois à l'argile, au modelage, à la sculpture, à la peinture, mais aussi au yoga. « Incapable de créer, dit-il modestement, je cherche des modèles à copier... » Van Dongen, Braque, Picasso, qu'il apprécie pleinement aujourd'hui, Kandinsky et Klee se disputent le moindre espace sur ses murs, alors que les masques de céramique se chevauchent sur le sol. Des piles de livres d'art empruntés à la médiathèque Aragon nourrissent son inspiration. Et comme si tout cela ne suffisait pas, André Bouché, bénévole de l'association Lire et faire lire, se rend d'école en école pour raconter de belles histoires aux jeunes enfants... le tout à vélo naturellement. ↗



Le vélo, l'allié pour une activité physique complète et régulière

1. Accessible. Vous n'avez pas besoin d'avoir de capacité physique pour pédaler. Porté par le vélo, vos articulations, et votre corps en général, ne subiront pas d'impacts.

2. Atout cœur. Rouler à allure modérée permettra à votre cœur de s'activer et d'entraîner dans sa course une meilleure oxygénation et irrigation de vos muscles et de vos organes.

3. Des jambes musclées. La bonne nouvelle, c'est l'idéal pour affûter ses jambes. Cette activité est aussi bien cardio que musculaire.

4. Une activité relaxante. Choisissez un parcours agréable, ce sera une bonne source de motivation. De plus, vous allez sécrétter des hormones appelées endorphines qui offriront un véritable moment de relaxation.

Pour garder la forme il faut prendre soin de soi

Chaque pas est un but

Il faut marcher tous les jours, c'est ce que nous recommande André Bouché, et il n'est pas le seul. L'Organisation mondiale de la santé recommande d'accomplir 10 000 pas par jour pour diminuer de façon significative les risques de maladies cardio-vasculaires, de cancer et de diabète. L'achat d'un podomètre vous permettra de prendre conscience de votre activité.

La santé dans l'assiette

Il existe plus de 40 nutriments différents et tous nécessaires à notre santé. Pour profiter des apports essentiels fournis par chacun, un seul secret : varier et équilibrer son alimentation ! L'assiette de tous les jours c'est : 50 % de légumes de saison, un quart de féculents (pâtes, riz, céréales ou pomme de terre) et le reste de protéines végétales ou animales. Et enfin un fruit frais en dessert.

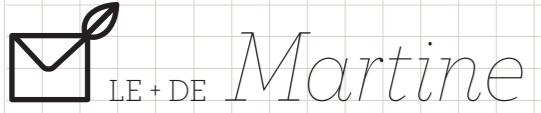
Gare au poids !

Une surcharge pondérale augmente le risque de maladies telles que les affections cardiaques ou le cancer. Un excès de poids résulte d'un apport calorique alimentaire supérieur aux besoins. Tout est question d'équilibre. Il n'y a pas de « bons » ou de « mauvais » aliments, il n'y a que de bons ou de mauvais régimes.





LES BONS GESTES



Le raisin nouveau est là !

En septembre, cœur de saison, place au raisin et à sa débauche de couleurs, de goûts et de parfums. Autant de variétés que de noms pour le raisin noir : muscat, cardinal, napoléon, lavallée ; pour le blanc, l'incontournable chasselas ou le red globe quand il est rosé. Sa saison s'ouvre dès le mois d'août et s'achève en novembre. Le raisin se conserve dans un endroit sec et frais, et il est préférable de ne pas le mettre dans le réfrigérateur. Énergétique et riche en eau, il est fortement recommandé aux sportifs, aux enfants et aux adolescents.



À déguster à tout moment de la journée

Le goût acidulé et sucré du raisin permet de le marier au sucré comme au salé.

- Accompagnez un bon fromage de brebis ou de chèvre avec quelques grains de raisin noir. Régalez !
- Des petits cubes de feta marinés avec des grains de raisin blanc d'Italie, saupoudrés légèrement de paprika ou de pistache écrasée, forment des mini-brochettes pour l'apéritif. Délicieux !
- Les grains de raisin font d'excellentes bouchées avec du jambon fumé, une lanière de fenouil ou un morceau de figue poêlée et déglacé au vinaigre de Xérès. Un goût de revenez-y !
- Pour l'apéritif, imaginez des amuse-bouches avec des grains de raisin, des gésiers de volaille et un cerneau de noix grillé. À tomber !
- Le raisin aime également la vanille, le gingembre et l'amande en poudre. Il se sert dans des salades de fruits d'automne avec de fondantes lamelles de poire et des noix, le tout saupoudré d'épices. Raisin zinzin !
- En crumble avec des pommes, le grain de raisin est la petite surprise juteuse sous la couche craquante et parfumée. Inattendu !



MAIN VERTE

L'ambroisie envahissante

Peut-être ne la connaissez-vous pas, mais l'ambroisie est une plante sauvage qui n'a pas très bonne réputation là où elle s'installe. Originaire d'Amérique du Nord, elle est apparue en France en 1863, introduite par un lot de semences fourragères. De là, elle est partie à la conquête de nouveaux territoires où le climat lui était favorable. Les graines d'ambroisie peuvent être entraînées par l'eau ou être transportées par les semelles de souliers.

Au moment de sa floraison, l'ambroisie peut se transformer en un buisson pouvant atteindre plus d'un mètre de haut. Son pollen provoque chez de nombreuses personnes des réactions allergiques. Il suffit de cinq grains de pollen par mètre cube pour que les symptômes apparaissent. Très présente dans la région Rhône-Alpes, le département du Rhône et le Grand Lyon ont mis en place un numéro vert dédié à l'ambroisie. La lutte contre cette plante envahissante n'a de sens que si son objectif premier est le soulagement des personnes allergiques à son pollen. Elle doit viser à interrompre son cycle de reproduction et à éviter la dispersion de ses graines.



JARDIN

Préparez votre pelouse !



À l'automne, on sent que la nature s'apprête à faire une pause. Pour autant, il ne s'agit pas de laisser son jardin livré à lui-même. Au contraire ! Son entretien est indispensable pour le préserver des ravages que pourrait lui causer le prochain hiver. Il faut en premier s'occuper des sols et les aérer. Pour ce faire, équipez-vous d'un aérateur mécanique ou, mieux, louez-le, et passez-le quand la pelouse est légèrement humide. Vous aurez auparavant enlevé les feuilles mortes. Ensuite, procédez au terreautage : déposez du compost ou du terreau directement sur la pelouse afin d'y apporter les éléments organiques nécessaires. Enfin, tondez votre gazon pas trop court.



Envoyez vos astuces à :
Graines de Fontenay
 Service Information - 40, rue de Rosny
 94 120 Fontenay-sous-Bois ou
 grainesdefontenay@fontenay-sous-bois.fr



Partageons la ville

ESPACES PUBLICS

Amap, apiculture urbaine, jardins partagés... les initiatives relevant de l'intérêt général fleurissent.

La rédaction d'une charte des espaces publics partagés promet d'encourager encore davantage l'essor de ces projets citoyens qui profitent à tous. FRÉDÉRIC LOMBARD

Au moins deux points sont communs à l'association Le Mille Plateaux, rue Alfred-de-Musset, les Jardins du village à Jean-Zay et les Vergers de l'ilot. Ils occupent tous les trois le domaine public, et leurs activités génèrent de la convivialité et du lien social autour d'eux. Amap, jardins partagés, apiculture urbaine, land-art, animations de quartier, économie sociale et solidaire, etc., les projets relevant de l'intérêt général font florès en ville, initiés par des collectifs, des associations ou des particuliers.

On le savait à la richesse de son tissu associatif, Fontenay ne manque pas d'idées et de gens prêts à s'impliquer pour les concrétiser. Une grande majorité de ces projets, petits ou grands, sont portés par des associations, qui sollicitent la mairie dans le but d'obtenir des moyens financiers, la mise à disposition de locaux ou des aménagements divers et nécessaires à leur réalisation. Par exemple, le phénomène des jardins partagés illustre cet appétit citoyen de créer une nouvelle dynamique urbaine. La commune a la chance de disposer encore suffisamment de terrains compatibles avec la réalisation de ce type de projet. Ils concourent à valoriser les espaces publics, à embellir la ville et invariablement à tisser sur place des relations entre celles et ceux qui les animent.

Garantir l'intérêt général

Beaucoup d'initiatives fleurissent un peu partout dans les quartiers. Elles pourraient être plus nombreuses encore et profiter à plus de monde, dès lors qu'un soutien adéquat leur est proposé. Comment faire pour que les espaces publics profitent davantage à tous, et dans quelles règles ? La ville s'est fixé des caps : garantir l'intérêt général et la cohérence de l'utilisation des terrains publics ; offrir un accompagnement pertinent et équitable aux porteurs de projets qui œuvrent en faveur du développement durable ; renforcer la cohésion de ses interventions.



D'où l'idée d'élaborer – de concert avec les différents élus locaux, services municipaux, associations, habitants – une charte des espaces publics dans laquelle la ville définit ses engagements. Le document s'affirme participatif et citoyen. « Nous souhaitons améliorer l'encadrement des projets et leur donner plus d'homogénéité, permettre une ouverture à l'ensemble des publics, mettre les gens en réseau et mieux communiquer sur les actions des associations auprès du plus grand nombre de Fontenaysiens », explique Fabienne Bihner, maire adjointe, déléguée à l'Écologie, à l'Économie sociale et solidaire, et à l'Économie circulaire.

La ville souhaite offrir un accompagnement pertinent et équitable aux porteurs de projets qui œuvrent en faveur du développement durable.



Fabienne Bihner

Adjointe au maire, déléguée à l'Écologie, à l'Économie sociale et solidaire, et à l'Économie circulaire

« Nous sommes souvent sollicités par des citoyens qui ont envie de lancer des projets, mais qui ne savent pas comment s'y prendre ni à qui s'adresser pour être épaulés. La charte des espaces publics partagés doit les aider à franchir le pas. L'important, c'est de faire des choses ensemble. »

Des projets plein les têtes

LIEN SOCIAL
Associatif, individuel ou collectif, beaucoup de Fontenaysiens ont dans la tête un projet à partager. Ceux qui ont franchi le pas ne le regrettent pas et leur environnement non plus, grâce à l'animation et au lien social qu'ils font pousser autour d'eux. FRÉDÉRIC LOMBARD

Au 225, cité Maillard, une dizaine de parcelles éclairent le pied des immeubles. En quelques mois d'existence, mais après presque deux années de gestation et le soutien de Valophis Habitat, les créateurs du Jardin du village ont appris deux vertus cardinales du jardinage : la patience et l'humilité. Mais aujourd'hui, ils sont fiers de montrer leur réalisation à ceux qui s'attardent devant. « Au départ, il y avait l'envie de quelques-uns d'un lieu convivial ; aujourd'hui, l'engouement dépasse le cadre du jardin, et c'est magnifique », raconte Hacina Hadj Sabri, la présidente de l'association Jardin du village. Si le projet a embelli la cité, il a permis aussi de nouer des liens avec d'autres structures du quartier, notamment de jeunes. Les jardiniers ont également fait la connaissance des jardins partagés d'Antin. « Nous avons profité de l'événement Nature en ville pour discuter avec un tas de personnes et d'associations que nous n'aurions sans doute pas rencontrées autrement. »

Partageons la rue

La charte des espaces publics partagés, Partageons la ville, arrive à point nommé pour soutenir ce type de projet. Elle pourra épauler bien d'autres initiatives collectives ou de particuliers qui illustrent cette dynamique génératrice de beau, de liens et de citoyenneté : fleurissement au pied des arbres et des impasses privées, installation de bacs à culture aux récoltes partagées avec Bulles de vie au square Beaudoin,



d'Incroyables comestibles dans le futur square des Carrières, etc. Pendant ce temps, les jardins partagés de l'association La Bêcheuse emménagent au parc de l'Hôtel-de-ville. Aux Larris, aux Vergers de l'îlot comme au parc des Carrières, les ruches butinent dans le domaine public.

Dans le bas de l'avenue Victor-Hugo, un groupe d'habitants est à l'origine de Partageons la rue. « La durée d'une soirée, on neutralise un morceau de l'avenue devant la Milonga et chacun amène de quoi passer un bon moment avec des jeux, un pique-nique, des ateliers manuels, des échanges de savoir-faire, de la musique », détaille Violaine Leyder, cofondatrice de cette manifestation et membre du comité local de la Transition. « Nous accompagnons l'initiative d'une réflexion sur la lenteur,

Bacs à culture aux récoltes partagées de l'association Bulles de vie au square Beaudoin.

sur tout ce qui pourrait donner envie aux gens de se rapprocher, sur la réduction de la place de la voiture. » Même porté collectivement, le cœur de l'organisation repose sur quelques épaules, et c'est lourd à gérer. « Nous observons une pause cette année pour éviter l'essoufflement. En toute logique, la future charte devrait faciliter l'émergence de ce type de projet où les habitants se réapproprient les espaces publics au profit de tous. » Elle espère que Partageons la rue fera des petits ailleurs dans Fontenay. Elle rêve également de projections de cinéma en plein air sur le boulevard de Verdun à la circulation apaisée. L'élan citoyen, alimenté par le carburant de la future charte, promet d'aider à aller beaucoup plus loin. Mais sans se hâter. ☀

L'AVIS DES FONTENAYSIENS

Que pensez-vous du partage des espaces publics?

« Faire ensemble, c'est partager »

« Je viens en famille au square Beaudoin le week-end. J'ignorais pourquoi il y avait trois bacs de légumes. On m'a expliqué que ce sont des jardins partagés et que chacun peut y cueillir ce qu'il veut, à condition d'en laisser pour les autres. C'est une belle idée de générosité. Donner un peu de soi, c'est faire ensemble et partager, comme dans la musique avec l'association Top 5. On participe volontiers aux événements locaux. C'est important de ne pas rester entre soi et d'apporter aux autres. »



Arnaud
Informaticien



Julien
Responsable associatif

« Inciter les gens à sortir de chez eux »

« Je viens toutes les semaines à Fontenay m'occuper de mes deux petits-enfants. On ne manque pas une occasion de sortir. J'ai habité très longtemps rue de Neuilly dans une résidence. On s'entendait bien, on montait de petits événements, mais on restait entre nous. C'est le cas aussi dans les quartiers pavillonnaires. Je trouve qu'il y manque de lieux pour inciter les gens à sortir de chez eux, pour organiser des animations accessibles à tous et qui donneraient plus de vie à ces quartiers. »



Danièle
Grand-mère



Laura
Agent de la fonction publique

À SAVOIR

Une charte, 3 thèmes

La charte des espaces publics partagés s'est construite autour de trois thèmes : la sensibilisation à l'environnement ; embellir la ville ; favoriser le vivre ensemble et la convivialité. Elle sera présentée dans le courant du mois de septembre aux élus fontenaysiens, puis à la population.

4

Nombre de mois qu'a duré l'élaboration de la charte des espaces publics partagés intitulée Partageons la ville.

@

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à contacter par courriel Perrine Bouvachon, chargée de mission Développement durable à la mairie de Fontenay, à l'adresse : perrine.bouvachon@fontenay-sous-bois.fr



Une marche à 25 ans

USF RANDONNÉE

Créée en 1991, la section randonnée de l'Union sportive fontenaysienne fait preuve d'un grand dynamisme. CLAUDE BARDAVID

Cette année, l'USF randonnée fête ses 25 ans ! Le bel âge pour cette section qui au fil des années s'est renforcée et propose régulièrement des sorties en Île-de-France à ses 138 adhérents. « Nous organisons, depuis presque cinq ans, une sortie par semaine en général le dimanche, et une par mois le mercredi », annonce son président Jean-Marie Choukroun. En se rendant aux rendez-vous en transports collectifs, train, bus ou car, les randonneurs ont appris à découvrir la région, ses paysages et sa nature. Depuis 2012, la section accueille les enfants à partir de 8 ans. Si certaines randonnées peuvent faire une vingtaine de kilomètres, d'autres plus courtes ne dépassent pas 8 km. « On les appelle les rando' cool... Cela nous permet, explique le président, de proposer à tous nos adhérents une diversité d'allure, de paysages, de distances différentes, avec certaines de 30 km... Depuis deux ans, nous avons

enrichi nos propositions avec la création d'une activité marche nordique, le samedi matin, avec l'aide de quatre animateurs formés à cette discipline. Nous accueillons une trentaine de participants. Pendant deux heures, nous marchons au bois de Vincennes. Il s'agit moins d'une activité découverte de la nature que d'une activité sportive physique. »

Faire un essai avant de s'inscrire

Avant de se lancer dans une randonnée d'une vingtaine de kilomètres, mieux vaut faire un essai gratuit avant de s'inscrire. C'est ce que propose la section à ceux qui souhaitent la rejoindre. Et pour que tout le monde marche à l'unisson, une charte du randonneur a été élaborée afin de rappeler quelques règles essentielles tant du point de vue matériel que pour la sécurité du groupe. « Le randonneur profite de la nature et, de ce fait, la respecte : respecter le tracé de sentiers existants pour limi-

ter le piétinement de la végétation et ne pas déranger la faune. Enfin, ne laisser ni déchets ni traces de notre passage. » En mai dernier, le groupe s'est rendu à Cherbourg pour une activité en bord de mer appelée longe-côte. « Il s'agit de marcher le long d'une plage, avec de l'eau jusqu'à la poitrine, détaille Jean-Marie Choukroun, pendant une heure et demie. Bien entendu, chacun de nous avait enfilé une combinaison, et nous étions encadrés par une animatrice spécialisée. En septembre, après une randonnée, nous visiterons la chocolaterie de Noisiel. » ☺

L'USF randonnée organise une sortie par semaine le dimanche et une par mois le mercredi pour découvrir la région.

OO

USF randonnée

Jean-Marie Choukroun : 07 83 39 12 70.
Courriels : info@us-fontenay.com ou bureau@usfrando.com



1840-2016, de l'atelier à la multinationale

Il était une fois une ville qui ne voulait pas d'usines. La terre suffisait, et puis il y avait du bois qui séduisait les riches promeneurs du dimanche en quête de « campagnes » pour la belle saison, et même d'une résidence secondaire hors de Paris et sa fièvre. C'est ce que pensaient les Fontenaysiens il y a plus d'un siècle. Et pourtant, dès 1840, les premières entreprises s'installent. Disons-le tout de suite, Fontenay-sous-Bois n'a jamais été « une ville industrielle » au sens des bastions ouvriers de Saint-Denis, Nanterre ou Ivry. Mais les usines implantées marquent encore le paysage ou la toponymie de la ville. Les pianos Gaveau ? Le carrefour des Rigolots ? Le quartier des Parapluies ? C'est toute cette histoire que ce nouvel ouvrage réalisé par les Ami-e-s de Fontenay raconte avec des documents d'époque et des témoignages.

OO

En vente dans les librairies à Fontenay-sous-Bois.
Prix : 15 €

JARDINS PARTAGÉS

La Bêcheuse pense à l'avenir

C'est en 2010 qu'ils se sont rencontrés et ont décidé de créer leur association, des adhérents bénévoles, des amis, des familles, des enfants et des riverains. Ils se sont donné pour objectif d'améliorer le cadre de vie par la mise en place de jardins partagés en ville, en favorisant les projets participatifs, l'échange, la convivialité, l'insertion et la mixité sociale. Par ailleurs, autour d'une scène de verdure modulable, la Bêcheuse organise des actions culturelles avec des concerts, des lectures et des stages de danse et de théâtre.

Projets ouverts

Installée rue Charles-Bassée, son déménagement ne devrait pas tarder à avoir lieu. À la suite de plusieurs rencontres avec la ville, l'association propose d'installer ses activités sur deux lieux proches : un espace dans le parc de l'Hôtel-de-ville (partie haute) pourrait accueillir un potager naturel (permaculture) évolutif, participatif, conçu en lien étroit avec le service des Espaces verts et ouvert à tous. Des animations avec les écoles pourraient s'y tenir ainsi que des actions telles que les

Incroyables Comestibles du fait du caractère « ouvert » du site. Un compost collectif pourrait être ouvert aux habitants avec la participation de l'association et d'un accompagnement pédagogique. Le jardin japonais, quant à lui, pourrait accueillir la scène de verdure ainsi qu'un petit cabanon de stockage de matériel de jardinage et un auvent afin de mettre sur pied un bar associatif. Le lieu se prête à l'activité proposée par l'association (intimité et calme du jardin, fermé par des murs, idéal pour l'acoustique, avec l'implantation possible de la scène sur le terre-plein central sans modification de l'ensemble du jardin). Ces deux projets sont d'ores et déjà à l'étude et ces pistes de travail explorées pour l'implantation future de l'association La Bêcheuse.

OO

La Bêcheuse – Râteau-Lavoir
4, rue Charles-Bassée
Tél. : 06 19 37 79 13 (Dim.)
et 06 12 78 20 79 (Fred.)
www.labecheuse.fr





tête de linotte

Colorie la taupe et ses amis : la libellule, la chenille et l'escargot !

