



# Angerville

## ***Tour d'Horizon***

« Quand on partait de bon matin, quand on partait sur les chemins... »

*Bonnes vacances à tous ...*

### Dans ce numéro :

Vie Communale	4
Vie Associative	9
Communiqués	21
Santé	24
Recettes et Jeux	25
Etat Civil	27

N° 64

JUIN

JUILLET

AOÛT

2009



**VIE COMMUNALE 4 ► 8**

- ▣ Le Mot du Maire
- ▣ Trombinoscope des élus
- ▣ Le Mot des Adjointes
- ▣ Informations municipales

**VIE ASSOCIATIVE 9 ► 20**

- ▣ Calendrier des Manifestations
- ▣ Rando Sud Essonne
- ▣ A.A.R.A.
- ▣ La page du Monde Combattant
- ▣ Mouvement *plus* Facile
- ▣ ODEFIA
- ▣ Bibliothèque municipale
- ▣ C.S.A.P.
- ▣ Billard
- ▣ Twirling
- ▣ Les Cochelins
- ▣ Groupe d'un soir
- ▣ Cyclo Club
- ▣ Tennis
- ▣ S.I.M.V.P.B.
- ▣ AS Karting
- ▣ Handball Club
- ▣ Comité des fêtes
- ▣ L.E.A.
- ▣ Planète Enfants

<b>COMMUNIQUES</b>	<b>21</b>
<b>SANTÉ</b>	<b>24</b>
<b>RECETTES ET JEUX</b>	<b>25</b>
<b>ETAT CIVIL</b>	<b>27</b>

## LE MOT DU MAIRE

*Madame, Monsieur,*

*En cette période économique et financière très perturbée, il me paraît important de vous informer de la situation d'Angerville.*

*Tout d'abord, les finances communales sont saines. Cette situation est le résultat d'années d'efforts et de sagesse dans les dépenses. Cette politique a toujours été et restera la ligne directrice tout au long de mon mandat. La dette de la ville est maîtrisée et le taux moyen des emprunts reste faible à ce jour.*

*C'est donc de façon sereine, mais prudente, que le budget 2009 a été élaboré, tout en respectant notre engagement de ne pas augmenter le taux de vos impôts locaux qui reste stable depuis de nombreuses années.*

*Dans cette période des beaux jours qui arrivent, vous aurez pu constater et parfois même le subir dans vos déplacements que nous avons engagé d'importants travaux. Aussi, je vous demande de bien vouloir être patient et de nous excuser pour la gêne que nous avons pu vous occasionner.*

*Vous avez également pu voir les efforts du service des espaces verts de la commune pour rendre notre ville toujours plus belle et je tiens ici à leur adresser toutes mes félicitations pour leur travail. Un grand merci également au Comité des Fêtes pour la réalisation et l'installation avec les services techniques du « Cheval et sa voiture » au rond point de Dommerville. Cette réalisation apporte un certain cachet à notre entrée de ville venant appuyer la réalisation des travaux de la rue de Dourdan.*

*Côté transports, notre action auprès du Syndicat des Transports d'Ile-de-France, pour augmenter les dessertes de la commune en trains supplémentaires, se poursuit ! Je ne manquerai pas de revenir plus en détails, sur le sujet en septembre lors de la prochaine parution du bulletin municipal.*

*Enfin, au détour de vos balades pour vous maintenir en forme, profitez-en pour faire un petit détour et visiter la ZAC « le Parc d'Angerville » qui commence à prendre forme et dont les très belles plantations nous donne un aperçu du futur : un lotissement calme et plein de charme.*

*Dès septembre les travaux de « désenclavement » de cette zone en direction de la gare seront entrepris ainsi que l'extension du Parking de cette dernière.*

*Je vous souhaite à tous d'excellentes vacances !*

*Le Maire,*

*Lucien Chaumette*

## LE CONSEIL MUNICIPAL, VOS ÉLUS



**Le MAIRE**

**Lucien Chaumette**

### ADJOINTS AU MAIRE



**Daniel Bulko**  
1er ADJOINT  
Chargé des finances

**Daniel Thevret**  
2e ADJOINT  
Chargé de la voirie

**Patrick Carelle**  
3e ADJOINT  
Chargé des affaires scolaires

**Frédérique Sabourin-Michel**  
4e ADJOINTE  
Chargée des affaires sociales

**Johann Mittelhausser**  
5e ADJOINT  
Chargé des cérémonies, animations, loisirs, sports, culture, jeunesse, information & communication

**Patrick Bruneau**  
6e ADJOINT  
Chargé des travaux

### CONSEILLERS MUNICIPAUX



Dominique Vaury

Isabelle Gaillard

Christel Thirouin

Patricia Ambrosio-Tadi

Charly Arnolin

Cédric Chihane



Rémy Sauger

Bruno Dardoise

Françoise Boivin

Marc Thébault

Bruno Coutté

Jacques Noury



Benoît Vanel

Patrice Chauveau

Guy Marlin

## LE MOT DES ADJOINTS

### *Service Cérémonies, Animations, Loisirs, Sport, Culture, Jeunesse, Information & Communication*

Les grandes vacances approchent à grands pas et avec elles la fête d'Angerville. En effet, l'opération « Cinéma de plein air » en collaboration avec le Conseil Général de l'Essonne, est reconduite pour la deuxième année consécutive.

Cette année, un thème : soirée Ch'tis, le vendredi 3 juillet à partir de 20 H 00 au stade municipal. Bonne humeur et convivialité seront les principaux ingrédients de cette soirée. Je remercie d'ailleurs le Comité des Fêtes qui s'occupera de la friterie et exposera au public quelques chars de la dernière cavalcade si la météo le permet. De nombreuses animations viendront également égayer la soirée jusqu'à la nuit tombée pour la projection du film « Bienvenue chez les ch'tis » vers 22 H 30.

Le lendemain, à 11 H 00, nous inaugurerons la très belle exposition de trains miniatures (circuit vapeur, circuit lego ...) à la salle Polyvalente Guy BONIN. Plaisir des yeux assuré pour petits et grands. Un verre de l'amitié vous sera servi à l'issue de l'inauguration.

Le samedi 4 juillet verra également le tir du traditionnel feu d'artifice à 22 H 30 au stade avec cette année pour thème les musiques de cinéma. Distribution des lampions à partir de 21 H 15 et départ de la retraite à 21 H 30 depuis la salle polyvalente.

Le dimanche 5 juillet viendra clore ce week-end de fête avec l'exposition des trains miniatures et du Club LEA à la salle polyvalente, une grande brocante avenue du Général Leclerc et enfin la fête foraine sur le parking de la salle des fêtes.

Tous les éléments pour passer un bon week-end, en espérant que la météo et les températures soient avec nous !

Concernant le projet de célébration des 220 ans de la révolution française au cours d'une journée champêtre au petit pré, j'ai le regret de vous informer que la Commission élargie n'a pas souhaité y donner suite.

Côté charte culturelle, les dernières actions se sont déroulées courant avril - mai - juin avec l'organisation de deux goûters littéraires.

- ◆ Le premier le 30 Avril dernier avec Madame Bernadette DESPRÉ, dessinatrice de la célèbre bande dessinée TOM TOM & NANA ou encore LILI MOUTARDE avec les classes de CE2, CM1 et CM2 soit environ 140 enfants ! Dessins en temps réel et histoires des péripéties de Lili Moutarde étaient au rendez-vous pour le plus grand plaisir des élèves
- ◆ Le second, le 7 mai avec Monsieur Philippe LEGENDRE auteur-illustrateur avec les aventures de « Jean de l'Ours » devant près de 135 enfants des classes de CP & CE1

Deux moments durant lesquels les enfants ont pu appréhender sous un autre jour le monde de la littérature et de son illustration et mieux comprendre l'univers des auteurs d'histoires et contes pour la jeunesse.

Enfin, le 5 juin dernier, la soirée enquête théâtrale a permis à notre brigade des contes d'élucider avec un public à la fois spectateur et acteur les nombreux mystères entourant l'enquête conclue d'une main de maître par nos deux formidable inspecteurs. Même si le public était peu nombreux, il en est ressorti conquis !

Au sujet du livret d'Angerville dont je vous parlais dans le précédent Tour d'Horizon, j'ai le plaisir de vous informer qu'il est désormais achevé et qu'il sera distribué, comme convenu, à l'ensemble des angervillois dans les tous prochains jours.

Pour ma part, je vous donne rendez-vous, avec mon collègue Monsieur Cédric CHIHANE, le 12 septembre prochain à partir de 14 H 00 au gymnase Gabriel THIROUIN pour le forum des associations édition 2009 et d'ici là très bonnes vacances à tous !

« On ne saurait aller chercher trop loin le plaisir de rentrer chez soi » Paul MORAND

**Le Maire-Adjoint**

*Chargé des cérémonies, animations, loisirs, sport, culture, jeunesse, information & communication*

**Johann MITTELHAUSSER**



# ANGERVILLE

3-4-5 juillet 2009

# en FÊTE !

vendredi **3** juillet



**Soirée Ch'tis**  
à partir de 20h au stade

▶ **Barbecue - Friterie**  
(réservation recommandée au 06 73 83 51 45)

▶ **Exposition de chars**

▶ **Animations**

▶ **Projection du film**  
à 22 h 30

Pensez à apporter vos chaises



**ENTRÉE GRATUITE**

samedi **4** juillet

**Feu d'Artifice** à 22 h 30 au stade

sur le thème du cinéma  
Départ de la retraite au flambeau à 21 h 30 de la salle polyvalente

samedi **4** dimanche **5** juillet

**Exposition de trains miniatures**

Salle polyvalente - Inauguration samedi 4 à 11 h

dimanche **5** juillet

**Brocante Expo-vente - Snack**  
**Fête Foraine**

**HORAIRES**



**MAIRIE**

34 rue Nationale  
 BP 29 - 91670 ANGERVILLE  
 Téléphone : 01.64.95.20.14  
 Télécopie : 01.64.95.20.99  
 E-mail : [info@mairie-angerville.fr](mailto:info@mairie-angerville.fr)  
[mairie-angerville@wanadoo.fr](mailto:mairie-angerville@wanadoo.fr)

**Lundi** 8 h 30 / 12 h 00 - 13 h 30 / 17 h 30  
**Mardi** 8 h 30 / 12 h 00 - 13 h 30 / 17 h 30  
**Mercredi** 8 h 30 / 12 h 00 - 13 h 30 / 17 h 30  
**Jeudi** 8 h 30 / 12 h 00 - 13 h 30 / 17 h 30  
**Vendredi** 8 h 30 / 12 h 00 - 14 h / 19 h



**POINT EMPLOI**

En Mairie

**Lundi** 9 h 30 / 12 h 00



**DÉCHETTERIE**

Zone Industrielle du Bois de la Fontaine  
 10 rue des Épis  
 91670 ANGERVILLE  
 Téléphone : 01.64.95.39.39

**Mercredi** 9 h / 13 h – 14 h / 18 h  
**Jeudi** 9 h / 13 h – 14 h / 18 h  
**Vendredi** 9 h / 13 h – 14 h / 18 h  
**Samedi** 9 h / 13 h – 14 h / 18 h



**SÉCURITÉ SOCIALE**

Centre Social  
 Avenue du Général Leclerc  
 91670 ANGERVILLE  
 Téléphone : 01.64.95.21.25

*1 vacation par mois le 1er lundi de 9h à 12h*



**BIBLIOTHÈQUE**

27 Rue Jacob  
 91670 ANGERVILLE  
 Téléphone : 01.64.95.28.36

**Mardi** 16 h / 18 h  
**Mercredi** 15 h / 18 h  
**Samedi** 15 h / 18 h



**PISCINE**

Chemin d'Autruy  
 91670 ANGERVILLE  
 Téléphone : 01.64.95.33.04



**Période hivernale**



**Période estivale**

**Mardi** 17 h / 18 h 30  
**Mercredi** 15 h / 18 h 30  
**Vendredi** 17 h / 18 h 30

**Lundi** *fermée le matin* & 14h00-19h45  
**Mardi** 10h-12h & 14h30-19h30  
**Mercredi** 10h-12h & 14h30-19h30  
**Jeudi** 10h-12h & 14h30-19h30  
**Vendredi** 10h-12h & 14h30-19h30  
**Samedi** 10h-12h & 14h30-19h30  
**Dimanche** 10h-13h & 15h00-19h30



**Tarifs des entrées :**

\*Enfants ( - 16 ans) 1,35 €  
 \*Adultes 2,15 €



**Une borne CAF est à votre disposition en Mairie**

## CALENDRIER DES MANIFESTATIONS



\* BÂTIMENTS ACCESSIBLES AUX PERSONNES HANDICAPÉES

DATE	ORGANISATEUR	MANIFESTATION	LIEU
1er Juillet	A.A.R.A.	EXPOSITION	Salle Galaxie *
3 Juillet	COMMUNE D'ANGERVILLE	SOIRÉE CH'TIS CINÉMA DE PLEIN AIR	Stade municipal*
4 - 5 Juillet	COMMUNE D'ANGERVILLE	EXPOSITION TRAINS MINIATURES	Salle Polyvalente *
4 - 5 Juillet	L.E.A.	EXPO - VENTE	Salle Polyvalente *
4 Juillet	COMMUNE D'ANGERVILLE	FEU D'ARTIFICE	Stade municipal*
5 Juillet		BROCANTE	Avenue Gal Leclerc
12 Juillet	CYCLO CLUB	COURSE CYCLISTE	Château d'eau
14 Juillet	COMMUNE D'ANGERVILLE	FÊTE NATIONALE	Mairie
12 Septembre	COMMUNE D'ANGERVILLE	FORUM DES ASSOCIATIONS	Gymnase *
12 Septembre	AMICALE DU PERSONNEL	LOTO	Salle Polyvalente *
12 Septembre	AS KARTING	COURSE DU CLUB	Circuit Gabriel THIROUIN



## RANDO SUD ESSONNE

La fin de saison est proche, mais riche en évènement : nous voici prêts à partir pour une semaine de randonnée à NAJAC (12) ; nous serons 34 adhérents à profiter du programme qui prévoit visites et marches chaque jour.

Puis, le 21 juin nous ferons une randonnée près de LA FERTE ALAIS (21 km ), et la dernière sortie sera à PARIS, pour aller de Chinatown à l'île St Louis.

Déjà, il faut penser à la rentrée, avec notre traditionnelle journée du patrimoine, le 3<sup>ème</sup> dimanche de septembre, qui se déroulera à VAUX le VICOMTE.



### Prochaine sortie

- 5 Juillet à Paris



### Pour tous renseignements,

vous pouvez contacter Simon Beaudonnat, président de l'association au 01 64 95 29 73 ou Evelyne Philippon au 01 64 95 28 13, vice-présidente.

## ASSOCIATION ARTISTIQUE DE LA RÉGION D'ANGERVILLE



### EXPOSITION

Mercredi 1er Juillet 2009

De 15 H 00 à 19 H 00

Salle « Galaxie »

### Exposition des ateliers de l'A.A.R.A.

Peintures, sculptures, dessins, chants et encadrement seront à l'honneur à l'occasion de cette exposition qui se déroulera **le mercredi 1er juillet de 15 H 00 à 19 H 00 à la salle « Galaxie »** 2, rue Desmolins.

Tous les habitants d'Angerville sont cordialement conviés à venir découvrir l'exposition et à assister à la remise des récompenses à l'issue de laquelle un pot de l'amitié vous sera offert.



Votre présence encouragera les élèves à continuer dans les différentes disciplines artistiques qu'ils pratiquent.

**Venez nombreux !**

**LA PAGE DU MONDE COMBATTANT**

**C.E.A.C.A.**  
**COMITE d'ENTENTE**  
**des ANCIENS COMBATTANTS d'Angerville**

**REPAS DES ANCIENS COMBATTANTS LE 25 AVRIL 2009**

Une grande effervescence régnait à la salle Guy BONIN en cette matinée du 25 avril 2009 à l'occasion du repas annuel des Anciens Combattants d'Angerville.

Cent cinquante quatre personnes étaient réunies pour notre rassemblement annuel, Anciens Combattants, épouses et amis présents, fidèles à notre rendez – vous.

Notre Président Théophile BUFFET accueille les personnalités et tout le groupe rappelant les divers évènements passés lors de l'année écoulée faisant une observation toute particulière pour le décès de notre regretté ami Jacques MOSSER fidèle participant au repas des Anciens Combattants.

Vint ensuite l'apéritif, copieusement servi au bar comme à l'accoutumée ce qui génère un moment de convivialité particulier.

Le repas fourni fut à la hauteur de la qualité de l'évènement et nous adressons pour cela une mention toute particulière à notre traiteur habitué de nos festivités.

Lorsque en fin d'après – midi nos convives se séparèrent toutes les réflexions allaient dans le sens d'une satisfaction totale.

**Merci de votre participation et rendez- vous le 24 avril 2010**



**FÉDÉRATION NATIONALE**  
**DES ANCIENS COMBATTANTS**  
**EN ALGÉRIE, MAROC ET TUNISIE**

**19 MARS 2009 : LUCIEN JOLY À L'HONNEUR**

C'est par un superbe temps à la veille de ce premier jour de printemps que notre assemblée s'était réunie à 19 heures devant le Monument aux Morts d'Angerville.

Quatre vingt douze personnes étaient rassemblées afin de commémorer le 47ème anniversaire de « l'Arrêt des Combats de la Guerre d'Algérie ». Nous pouvions relever la présence de MM. Guy CROSNIER Conseiller Général du canton de Méréville, Lucien CHAUMETTE Maire d'Angerville accompagné du Conseil Municipal, la fanfare d'Angerville, une délégation des Pompiers accompagnés de leur drapeau, une quarantaine d'Anciens Combattants avec les drapeaux ainsi qu'une dizaine de citoyens d'Angerville et deux reporters journalistiques .

La cérémonie était orchestrée par Jean Claude TESSIER, Vice – Président des Anciens Combattants.

Les sonneries rituelles de début de cérémonie furent suivies de la dépose de quatre gerbes au pied de la stèle (Député, Conseiller Général, Municipalité et Comité local).

Notre Président Théophile BUFFET donna lecture de l'ordre du jour du Général AILLERET en date du 19 mars 1962 rappelant ainsi les motivations de notre présence et de notre action dans l'entretien du souvenir.

Ensuite M. CROSNIER remis à Lucien JOLY le diplôme d'honneur des 30 ans de porte drapeau en reconnaissance des 31 années et demi de service accompli à la F.N.A.C.A.

M. CHAUMETTE épingla sur le revers de Lucien la décoration attachée au diplôme.

La fanfare nous interpréta deux morceaux de son répertoire avant que notre Président nous invite à la salle du Conseil Municipal ou notre Comité nous servi un apéritif.

**Contact Ancien Combattants :**  
**Théophile BUFFET 06.73.71.50.62**

## MOUVEMENT PLUS FACILE



Dans le dernier numéro du Tour d'Horizon 2009, nous avons terminé notre article en vous parlant des nombreuses activités que développe notre Association. Aujourd'hui, nous allons parler de l'une d'entre elles : la collecte des matières premières recyclables. Autrement dit, les bouchons ! Nous collectons les bouchons en matière plastique – **à condition qu'ils ne contiennent ni partie métallique ni cartonnée car ceci est très important** – mais également les bouchons en liège de vos bouteilles de vin, et les bouchons en matière synthétique qui peu à peu remplacent les bouchons en liège. Bon nombre d'Angervillois participent à cette collecte, et vont déposer leurs sacs soit au Supermarché LECLERC qui accueille l'un de nos conteneurs, soit au Centre de Tri de La Poste, soit directement à l'Association. Nous les en remercions tous, la moisson est bonne, et le résultat est positif. Beaucoup d'entre vous posent la question : « Que deviennent les bouchons ? »

- ◆ les bouchons collectés sont triés par nature : plastique, liège, synthétique, rebut.
- ◆ Placés dans des sacs de 15 kg réformés par La Poste, ils sont acheminés à un point-relais en Essonne.
- ◆ Régulièrement l' Association « Un bouchon, une espérance » envoie un camion faire la tournée des points-relais.
- ◆ Arrivés au centre de tri, les bouchons font l'objet d'un ultime tri manuel par des volontaires bénévoles, remis en sacs, puis expédiés en Belgique, où un « transformateur » va recycler la matière. L' Association va alors recevoir le paiement du nouveau produit obtenu. **Pas un seul centime** ne sera prélevé sur ce montant payé de 200€/tonne.
- ◆ Le bénéfice sera **intégralement** versé sous forme de **dons** en faveur de demandeurs handicapés qui ne peuvent financer le coût très lourd de tout ce qui touche les appareils pour handicapés : un bon fauteuil roulant vaut environ 4 000 euros, et la Sécurité Sociale rembourse au maximum 558 euros.
- ◆ D'autres chiffres : **un bouchon plastique pèse environ 2 grammes, soit pour un fauteuil ... 20 tonnes !**

Comme vous le constatez, cela fait beaucoup de travail, d'énergie, pour réussir à aider les plus démunis en situation de handicap. Si vous avez connaissance d'un Angervillois qui justifierait cette aide, n'hésitez pas à nous contacter pour le montage éventuel d'un dossier en sa faveur. Et si vous ressentez une vocation pour nos actions, venez vite !

A VOTRE ECOUTE au ☎06.31.79.53.64 ou @ [mouvement.plusfacile@orange.fr](mailto:mouvement.plusfacile@orange.fr)

## ODEFIA



ODEFIA a réussi sa "Soirée Gauloise" du 4 AVRIL 2009.

Les participants étaient pour la plupart déguisés et ont appréciés le banquet et les jeux gaulois qui étaient organisés.

Cette joyeuse soirée s'est terminée sur la piste de danse au rythme des musiques de salsa, country, disco et autres....

Nous ne manquerons pas de vous informer de la prochaine manifestation qui sera organisée par ODEFIA



A bientôt,

## BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

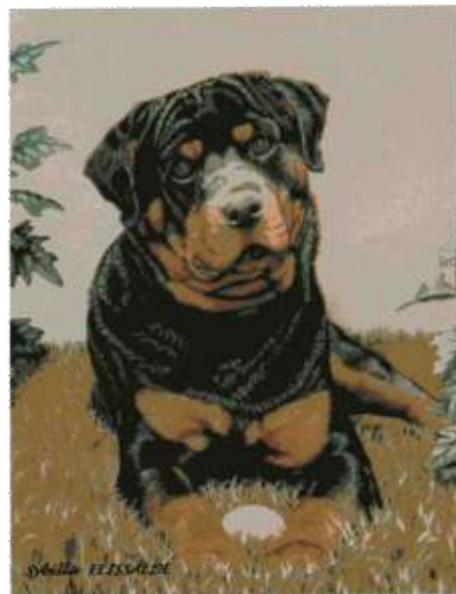
# BIBLIOTHEQUE D'ANGERVILLE

## OCTOBRE 2009

**Vous aimez dessiner , vous aimez peindre  
Alors participez au concours dessin peinture**

**BIBLIOTHEQUE MUNICIPALE  
27 RUE JACOB  
91670 ANGERVILLE  
TEL : 01.64.95.28.36**

**OUVERTURE  
MARDI : 16h à 18h  
MERCREDI ET SAMEDI : 15h à 18h**



**OUVERT À TOUS  
THEME : LES CHIENS**

**DEPOT DES ŒUVRES DU 01 AU 30/09/2009 A LA BIBLIOTHEQUE  
REGLEMENT A RETIRER A LA BIBLIOTHEQUE  
DEUX PRIX PAR CATEGORIE REPRESENTEE  
EXPOSITION DES ŒUVRES DU 03 AU 23/10/2009  
REMISE DES PRIX LE 23/10/2009**



**Heure du Conte** pour les tout-petits (0-3 ans) : le mardi 1 fois par mois

Mardi 7 Juillet  
Mardi 15 Septembre } 15 h 00

**Les Histoires du mercredi** pour les 3-7 ans : le mercredi 1 fois par mois

Mercredi 1er Juillet  
Mercredi 2 Septembre } 15 h 30



## CLUB SPORTIF ANGERVILLE PUSSAY - C.S.A.P.

Le mois de juin pour les footballeurs, c'est traditionnellement le moment de faire le point sur la saison qui s'achève. Pour le CSAP, il faut le reconnaître, la saison 2008-2009 ne restera pas gravée dans les annales du club. En effet, l'équipe 1<sup>ère</sup> handicapée par les blessures et les suspensions, n'est pas remontée en 1<sup>ère</sup> Division Départementale. Quant à l'équipe 1B, partie sur les chapeaux de roues, sa place en fin de tableau de 3<sup>ème</sup> Division est une déception. Avis aux joueurs, seules une motivation sans faille ainsi qu'une présence assidue à l'entraînement permettront de briller sur les terrains la saison prochaine.



Au chapitre des satisfactions, les équipes de jeunes qui continuent de progresser dans toutes les catégories. L'avenir du CSAP est là !!! Une véritable pépinière de joueurs capables d'évoluer à haut niveau est en devenir.

C'est pourquoi le CSAP a besoin de renforcer ses équipes de joueurs, d'éducateurs et de dirigeants pour la saison 2009-2010. Toutes les bonnes volontés sont attendues avec impatience pour améliorer les structures du club et retrouver un rang parmi l'élite. Le CSAP fait appel tout particulièrement aux nouveaux arrivants pour grossir et enrichir ses rangs. Venez rejoindre le CSAP et apporter votre créativité, votre enthousiasme et votre dynamisme !! Une formidable opportunité pour vous intégrer plus facilement à la vie sportive et associative de votre nouvelle résidence (formation gratuite assurée par le club si nécessaire).



**Tarif licences saison 2009-2010** : Débutants 48€, Poussins-Benjamins-13ans-15ans 55€, 18ans 65€, Seniors & Vétérans 75€ (possibilité de régler en 3 fois)



### Prochaines manifestations :

**Assemblée Générale** : vendredi 26 juin à 19h (stade d'Angerville)  
**Tournoi Jeunes** : samedi 27 et dimanche 28 juin (stade d'Angerville)  
**Loto** : vendredi 25 septembre

Renseignements et inscriptions auprès du président André Boivin - Tél. 06.89.57.97.08 - 01.64.95.25.93 - Email : [cs.angervillepussay.foot@wanadoo.fr](mailto:cs.angervillepussay.foot@wanadoo.fr)

## ANGERVILLE BILLARD CLUB

Après quelques années sans jeunes, la saison 2008-2009 a été prolifique. Une dizaine de jeunes (garçons et filles) sont venus s'initier à la pratique du Billard français avec une grande assiduité et un grand enthousiasme. L'entraînement a été assuré par Mr Marcel LALANNE, tous les mercredi De 17h à 19h (sauf congé scolaire).



Un tournoi interne clôturera cette saison avec remise de récompenses. Puis l'entraîneur pourra se reposer (bien mérité) avant la saison prochaine.

Venez nombreux nous rejoindre, jeunes et moins jeunes, pour pratiquer ce sport

### Pour des renseignements

- ◆ A la Mairie d'Angerville
- ◆ A la salle de Billard : Tél. 0164953913 à partir de 18h

Le Président

Jacky CAUVET

## TWIRLING BATON

### SPORT ARTISTIQUE

### MANIEMENT DU BATON – GYMNASTIQUE – EXPRESSION CORPORELLE



Notre critérium (Challenge R. Sourdin) a eu lieu le jeudi 21 mai avec la participation de clubs de l'Île de France.

La saison s'est terminée avec la finale du Championnat de France à Bourgoin Jallieu (38) le 30 et 31 mai et la finale du Grand prix de France à St Julien Les Villas (10) le 13 juin 2009.

#### GRAND PRIX DE FRANCE

- Maude KOS en Finale
- Eva BOUBAO (8e en 1/2 finale)
- Jordane CROISSANT en Finale
- Flora MOUTIE 10ème (38e en 1/4 F.)
- Andréina PAOZINHO (27e en 1/4 de F.)
- Laura MONTEIRO en Finale
- Aurore AVILES (4e en Région)



#### COUPE DE FRANCE

- Ombeline MONNIER (5e en 1/2 F.)
- Manon GUERRA (6e en 1/2 F.)
- Alizé ROY (18e en 1/4 de F.)
- Ambre MONNIER (16e en 1/4 de F.)

#### CHAMPIONNAT DE FRANCE

- Charlène KOS en Finale
- Laurène PLOUHINEC (2e en 1/2 Finale)
- Margaux MORAIS (6e en 1/2 Finale)
- Wendy LAKISSE (4e en 1/2 Finale)
- Marine GUERRA (6e en 1/2 Finale)
- Caroline DELACHAUME (8e en 1/2 Finale)
- Laëtitia CAUVET (9e en 1/2 Finale)
- Duo Cadette 1 (2e en 1/2 Finale)
- Duo Cadette 2 (6e en 1/2 Finale)



Notre gala de fin d'année a eu lieu **le 20 juin 2009** au gymnase d'Angerville.

Nous clôturerons la fin de la saison avec le gala de l'Essonne **le 27 juin au profit de « ELA »** à Chilly-Mazarin, complexe sportif Jesse Owens.



RENSEIGNEMENTS AUPRÈS DE NATHALIE DELACHAUME AU ☎01.69.95.04.54 OU ☎06.74.81.99.28

## LES COCHELINS

Malgré le bouleversement du bureau, et bien là, ça y est! « Les Cochelins » ont réussi le spectacle « Place des Petits Métiers » les 14 et 15 mars 2009 Cela démontre qu'une association ne vit pas grâce à son conseil d'administration mais bien avec ses adhérents motivés et tenaces.

**Le même spectacle est prévu les 6 et 7 novembre 2009**

Programme des répétitions :

Septembre → 18 et 25 Salle St Paul

Octobre → 2, 9, 16, 23 et 30

Novembre → 4 répétition générale 6 et 7 c'est trop tard pour les répétitions.

Si ce genre d'animation vous plaît et que vous voulez participer à notre futur spectacle nous avons besoin d'écrivains et d'acteurs de 7 à 105 ans.

Rendez-vous au Forum au mois de septembre et en attendant passez de bonnes vacances.



Gabriel COUROUBLE

## GRUPE D'UN SOIR

**GRUPE  
D'UN  
SOIR**



Cette année encore, grâce à tous nos fidèles exposants, notre **Vide-greniers** affichait "Complet" ! L'allure "Peace and Love" des organisateurs ayant tout de suite donné une note de gaieté à cette journée, ni le temps couvert du matin, ni même le bref petit crachin de 9 heures, n'ont entamé la bonne humeur ambiante. Comme chaque année, le public est venu nombreux et d'après les commentaires à la buvette : les affaires ont été bonnes pour tous ! Aussi bien pour les vendeurs que pour les acheteurs ...

**Coté Expo**, c'est vers 10/11 Heures - en même temps que le soleil - qu'est arrivée une bonne douzaine de VW COX et dérivés, venus d'Arnouville, de Toury, d'Etampes, d'Orléans et surtout de Chartres. Nous remercions encore tous ces propriétaires qui se sont déplacés, et qui, en début d'après-midi, après avoir chargé une quinzaine de passagers angervillois, sont partis en un convoi "broyant et coloré" pour un petit circuit allant du Brigeollet jusqu'au Centre Leclerc en passant par le Centre ville.



En conclusion, ce fut une belle journée ... fatigante mais réussie !

**Et maintenant, "Bonne vacances !"**

## LE CYCLO-CLUB D'ANGERVILLE

**Cyclo Club d'Angerville / Sport et convivialité au rendez-vous !**



Le 17 avril dernier M. Foucard, responsable du magasin Leclerc Angerville & Sponsor du Cyclo Club d'Angerville, organisait un sympathique apéritif pour les membres du CCA. L'occasion pour le Club de remercier une nouvelle fois l'enseigne Angervilloise pour sa confiance et son soutien au CCA tout au long de l'année. Les habitants d'Angerville et de sa région aperçoivent en effet très régulièrement en semaine comme le week-end les "cyclos" d'Angerville rouler sous les couleurs de Leclerc. C'est donc en présence de la presse locale (*La république du Centre toujours présente pour couvrir nos rendez-vous sportifs!*) de M. Lucien Chaumette, le Maire, de son Adjoint à la vie associative, M. Johann



Mittelhausser et d'un Conseiller municipal M. Cédric Chihane, qu'une photo souvenir a été réalisée. Si vous aussi souhaitez rejoindre les membres du CCA (notamment si vous venez d'arriver sur la commune), rendez-vous chaque dimanche matin (8h) au Club pour une sortie en groupes dans une ambiance toujours conviviale!

**Prochain temps fort à ne pas manquer...**

**Grande Course du mois de juillet 2009 : comme chaque année, de nombreux coureurs (1ère, 2e, 3e catégories et GS) d'Ile de France et du Centre sont attendus le 12 juillet route de Ouestrville (face au château d'eau) pour une course Angervilloise toujours très disputée et animée. Public ou coureurs, soyez au rendez-vous!**



**Contact : Jacques DRAPPIER (Président) Tél. 01.64.95.33.86**

## TENNIS CLUB ANGERVILLE

Chemin d'Autruy, Angerville 01.69.95.03.61  
Site : [www.tcangerville.net](http://www.tcangerville.net)



Le Dimanche 5 Avril 2009 a eu lieu une rencontre amicale entre le TC Saclas et le TC Angerville. Des doubles mixtes surprises ont été organisés. De nombreuses personnes ont participé à cette journée. Le midi, les barbecues ont été appréciés de tous. Cette journée a été une réussite.



Les finales du tournoi interne se dérouleront le 27 Juin. À l'issue de ces finales, il y aura un buffet. Les adhérents et leur famille sont invités à s'inscrire pour leur réservation.



**Les championnats d'été, en équipes, sont terminés :**

<b>Equipe seniors 1 :</b>	1ère de la poule
<b>Equipe seniors 2 :</b>	3ème de la poule
<b>Equipe séniors + 45 1 :</b>	1ère de la poule
<b>Equipe séniors + 45 2 :</b>	6ème de la poule

<b>Equipe 13/14 ans Filles :</b>	3ème de la poule
<b>Equipe 13/14 ans Garçons :</b>	3ème de la poule
<b>Equipe 15/16 ans Garçons :</b>	3ème de la poule



## ECOLE DE MUSIQUE ET DE DANSE DU SYNDICAT INTERCOMMUNAL DE MUSIQUE DES VALLEES ET PLAINE DE BEAUCE



Le Stage d'Orchestre Symphonique, qui a reçu en 2009 le soutien de l'Orchestre de l'Opéra de Massy, s'est déroulé du 13 au 17 avril dernier. Le concert final, sous la direction de Franck Chastrusse, a remporté un vif succès à Méréville comme à Saint-Chéron. Prochain concert à dans la salle prestigieuse de l'Auditorium de l'Opéra de Massy, le samedi 19 septembre après-midi, pour les journées du patrimoine.

Le concert de Sound Painting dirigé par le groupe de Jazz « PBC » le 16 mai dernier à Angerville, a surpris et séduit ceux qui sont venus y assister.



Bouquet final de la saison 2009 : le Spectacle de la Classe de Danse Contemporaine samedi 20 juin, salle Guy Bonin. Plaisir des yeux et des oreilles, c'est un bel exemple de créativité et de maîtrise du corps, des plus petits aux adolescents.

**Les livrets d'information et les dossiers d'inscription seront disponibles dès le 8 juin.** Outre les disciplines traditionnelles enseignées à l'école de musique, cette année voit l'ouverture d'une chorale enfant accessible à tous, dès 8 ans. Pour les curieux et les amateurs de musique de film, de chanson française, de symphonie..., rejoignez une fois par mois l'atelier d'écoute « Qui, quand, comment ? ».

N'oubliez pas les classes **d'Eveil Danse et Musique** pour les tout petits

**La Directrice**

Renseignements au secrétariat : Véronique COUPEAU : 01.64.95.12.20

**Myriam LOMBARD**

## AS KARTING ANGERVILLE

UN DEBUT DE SAISON ANIMÉ !

Après la période hivernale consacrée aux travaux avec l'installation d'une balance fixe et d'un portique sur le circuit, les courses ont repris à la mi-mars avec la course d'ouverture où l'AS Karting Angerville a

remporté le trophée interclubs grâce aux bons résultats de l'ensemble de ses pilotes. 15 jours plus tard a eu lieu le Championnat de France avec l'inauguration d'une nouvelle formule : le GPO (Grand Prix Open) avec une structure d'accueil nouvelle et conviviale et un circuit décoré aux couleurs des différents sponsors. A cette occasion, une nouvelle fois les jeunes pilotes du club ont brillé puisque Anthoine HUBERT a remporté le Trophée de Jeunes en cadet et Valentin NAUD celui des minimes.

Début mai, le circuit accueillait le Championnat d'Europe pour la qualification Ouest. 120 pilotes venus d'Espagne, du Portugal, de Grande-Bretagne, d'Irlande, d'Andorre, de Monaco, de Suisse et bien sur de France. Un week-end où les pilotes espagnols ont brillé en particulier Carlos SAINZ Junior, le fils du célèbre pilote de rallye du même nom. Les pilotes de l'ASK Angerville étaient cinq à participer : Victor SENDIN, Paul-Loup CHATIN, Lyes KAIDI, Mickaël VIDAL et Maxime DUMONTET. Seul Paul-Loup s'est qualifié pour la finale à Essay des 6 et 7 juin.

Un grand merci au Comité des Fêtes et à la municipalité qui nous ont aidés sur ces deux manifestations.

**Les prochains rendez-vous : 27-28 juin : Championnat de Ligue IDF, 12 septembre : course club.**



**Dominique THIROUIN et le bureau  
de l'AS Karting Angerville**

## CLUB DE HANDBALL D'ANGERVILLE

La saison vient de se terminer et notre équipe féminine termine 4ème dans une poule de 6 équipes, malgré de belles victoires, des matchs toujours serrés et quelques blessées !

Notre effectif pour la rentrée est un peu juste et nous **recherchons des joueuses à partir de 16 ans** pour venir compléter cette équipe (entraînement le mardi de 20h30 à 22h00). **Détente et ambiance assurée !**

Après le succès de cette année, une équipe jeune (certainement – de 10 ans) sera reconduite l'année prochaine. Le jour et l'heure de l'entraînement risquent d'être modifiés. N'hésitez pas à nous appeler pour plus de renseignements.



**L'équipe masculine attend du renfort** pour pouvoir s'engager en championnat. Les joueurs de plus de 16 ans sont les bienvenus (Entraînement le mardi ou le vendredi de 20h30 à 22h30).

Contactez-nous rapidement car les inscriptions d'équipes se font **dès le mois de juin**.

**Christel THIROUIN et les  
membres du club**

**Contacts : Christel THIROUIN au 01.64.95.20.38 ou Fabienne BRACQUEMOND au 01.69.95.01.35**

## COMITÉ DES FÊTES

**Le Comité des Fêtes d'Angerville** invite tous les habitants (anciens et nouveaux) à rejoindre ses membres bénévoles pour la préparation des fêtes et animations du pays au cours de cette année 2009. Bénévolat, convivialité, dynamisme et bonne humeur constituent plus que jamais les ingrédients d'une fête réussie à Angerville.



### Les prochains rendez-vous à retenir:

- la Fête patronale des 3,4 et 5 juillet 2009 durant laquelle le Comité des Fêtes s'associera à la commune pour proposer une séance de cinéma en plein air, mais aussi une exposition de ses Chars (et de son savoir faire), une brocante avec restauration et une grande fête foraine...

Dans la perspective de la préparation d'une nouvelle grande Cavalcade sur le thème des Pays du Monde (29 et 30 mai 2010), n'hésitez pas à nous rejoindre et à prendre contact avec les bénévoles du Comité



des Fêtes, soit à l'atelier de confection de « Fleurs » soit à l'atelier de préparation de chars et de décors. Pour toutes ces activités et bien d'autres à venir les bonnes volontés sont les bienvenues... Reprise des activités le **1er septembre** au hangar près du château d'eau et à la salle des fleurs au centre culturel.

**Alors, envie de nous rejoindre ? Rien de plus simple !**

**Contactez Françoise Boivin, Présidente au 06.73.83.51.45**

*Nouveaux arrivants, pour vous faire une idée des activités auxquelles vous pouvez participer avec le Comité des fêtes rendez-vous sur notre blog.*



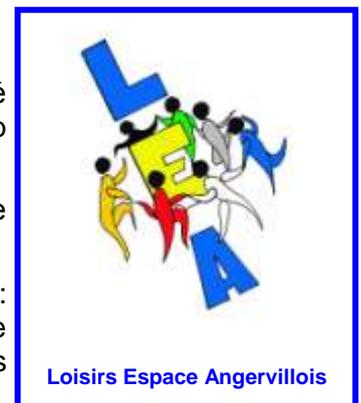
COURRIEL : [COMITE-FETES-ANGERVILLE@LAPOSTE.NET](mailto:COMITE-FETES-ANGERVILLE@LAPOSTE.NET) / BLOG: [COMITEFETES91.BLOGSPOT.COM](http://COMITEFETES91.BLOGSPOT.COM)

## L.E.A.

Bon ok, tout le monde n'est pas forcément agile, et pour être en forme cet été nous vous proposons des animations sportives en grand nombre dans notre club et vous pourrez vous défouler en toute tranquillité.

Pour les plus férus de géographie, c'était du côté de la Norvège que ça se passait (du 1<sup>er</sup> au 8 juin) découverte des Fjords.

Pour les férus d'histoire, c'était entre les bêtises et les mines le 16 juin : dégustation des bêtises de Cambrai et visite du centre historique minier de Lewarde. En septembre préparation de la visite de Colombey-les-Deux Eglises et du mémorial consacré au Gal De Gaulle.



Loisirs Espace Angervillois

**Rendez-vous le dimanche 5 juillet à la salle polyvalente pour l'exposition de nos ateliers.**

Bref, à Angerville, en ce printemps et l'été qui approche à grands pas, il y en aura pour tous les goûts. Suivez-nous, laissez vous guider, et passer un bon mois de juin et de bonnes vacances.

## PLANÈTE ENFANTS



# PLANÈTE ENFANTS

ACCUEIL DE LOISIRS ET  
PÉRISCOLAIRE



Les inscriptions pour le mois de Juillet 2009 et l'année scolaire 2009/2010 sont ouvertes, les dossiers sont disponibles sur l'accueil de loisirs. **Tout dossier incomplet sera considéré comme nul!**

**ATTENTION:** Le fait de remplir un dossier ne donne pas accès au centre de loisirs, il faut remplir la feuille d'inscription précisant les jours de présence de vos enfants, cette feuille est à rendre accompagnée de votre règlement en fin de mois pour le mois suivant.

**Nous serons en mesure de refuser vos enfants si cette procédure n'est pas suivie.**

Nous avons prévu de nombreuses activités pour le mois de juillet: parc d'attraction, visite de zoo, piscine chaque semaine, soirée barbecue...

**Notre service accepte les chèques vacances et est déductible de vos impôts!**

Nous accueillons vos enfants de 3 à 14 ans les lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi en accueil périscolaire les jours de classe et en journées complètes les mercredis et vacances scolaires. L'accueil de loisirs ouvre ses portes à 6h45 le matin permettant notamment aux personnes prenant le train de déposer leurs enfants et ferme à 19h au plus tard.

### ASSISTANTES MATERNELLES

Les assistantes maternelles vous donnent rendez vous dans les locaux de Planète Enfants le premier mardi et le troisième jeudi de chaque mois, c'est un moment de détente qui permet aux enfants de moins de 3 ans de se rencontrer et faire ainsi un premier pas vers la vie en collectivité. C'est également un moment de partage entre les assistantes maternelles et ceux qui souhaitent les rencontrer. Attention ces rencontres ont lieu en dehors des vacances scolaires de septembre à juin



Retrouvez toutes les infos concernant l'accueil au centre de loisirs sur notre site :  
[www.planete-enfants.jeun.fr](http://www.planete-enfants.jeun.fr) ou par téléphone au **06.15.82.37.53** (Mathieu)

## DIRECTION GÉNÉRALE DE LA CONCURRENCE, DE LA CONSOMMATION ET DE LA RÉPRESSION DES FRAUDES



Le Directeur Général de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes a notifié une alerte concernant trois artifices de divertissement contenant un polluant organique persistant, il s'agit des produits suivants :

- ◆ OPALE (batterie à 9 tirs)
- ◆ CHANDELLE ROMAINE À CINQ TUBES (chandelle romaine à 5 tirs)
- ◆ CORPS ÉTINCELLANT (batterie à 9 tirs à deux effets différents)

Ces produits ont une concentration en hexachlorobenzène qui les rend interdits à la vente, ils sont importés de Chine et sont distribués par la Société **BRIGHT STAR FIREWORKS**

## CONSEIL GÉNÉRAL DE L'ESSONNE : Campagne de recrutement d'assistants familiaux



Depuis 2007, le Conseil Général renforce son dispositif de communication afin de favoriser le recrutement des assistants familiaux (plus communément appelés « familles d'accueil ») en Essonne.



Disponibles et attentives, les familles accueillent à leur domicile les enfants et les jeunes majeurs qui leur sont confiés par le service de l'Aide sociale à l'enfance. Elles leur offrent notamment un cadre éducatif, familial et relationnel épanouissant.

Si aujourd'hui le département compte près de 500 assistants familiaux, ce nombre reste insuffisant eu égard aux besoins. De plus, de nombreux assistants familiaux sont âgés de 65 ans et plus, et donc prêts à partir en retraite très prochainement. Il est donc urgent de recruter !

**Vous êtes intéressé ? Contactez le numéro Vert 0 800 660 400**

## ASSOCIATION NATIONALE DES PUPILLES DE LA NATION, ORPHELINS DE GUERRE OU DU DEVOIR

- ◆ En 2000, le gouvernement Français indemnise les orphelins juifs morts en déportation.
- ◆ En 2004, le gouvernement Français indemnise les orphelins de déportés morts en déportation et de résistants fusillés ou massacrés.
- ◆ En 2005, le gouvernement Français indemnise les orphelins de harkis.



### OUBLIÉS :

- ◆ Les Orphelins des Patriotes Résistants qui ont fait don de leur vie pour libérer la France
- ◆ Les Orphelins des Victimes civiles (bombardements, mines, ...)
- ◆ Les Orphelins des soldats de tous conflits morts au combat
- ◆ Les Orphelins des prisonniers morts dans les camps
- ◆ Les Orphelins des Incorporés de force
- ◆ Et tellement d'autres ...

Nous réclamons la justice et l'égalité qui sont nos droits légitimes.

**AIDEZ-NOUS DANS NOTRE COMBAT, rejoignez l'A.N.P.N.O.G.D.**

Contact : 01.69.95.44.67 ou [p.souron@wanadoo.fr](mailto:p.souron@wanadoo.fr)

## GENDARMERIE NATIONALE



## OPÉRATION TRANQUILLITÉ ESTIVALE

La période de vacances estivales est proche. Comme les années précédentes, la communauté de brigades de gendarmerie de Méréville reconduit l'opération tranquillité vacances et invite d'ores et déjà les personnes qui le désirent à compléter le présent coupon et de l'adresser ou de le déposer directement à la brigade ci-dessous :

## Gendarmerie Nationale

Communauté de brigades de MEREVILLE

21, RUE Paul Bert

91660 MEREVILLE

Tél : 01.64.95.00.14

Fax : 01.64.95.19.05

Certes cette opération, toujours perfectible, n'est ni parfaite ni infaillible mais elle a au moins le mérite d'exister. Il convient aussi que chacun d'entre vous fasse preuve d'imagination et de précaution pour ne pas tenter les éventuels malfaiteurs. Ainsi, un voisin ou un ami proche peut retirer votre courrier (ou voir avec le facteur pour qu'il le dépose chez une autre personne) ; visiter régulièrement (si possible tous les jours) l'extérieur de votre maison et de nous signaler d'urgence tout ce qui peut-être considéré comme un signe de repérage. A titre d'information, l'été dernier le mode de repérage pour les malfaiteurs consistait à déposer un petit morceau de bois ou une petite pierre sur le portillon du jardin, si l'objet était toujours en place lors de leur prochain passage cela signifiait que la maison était inoccupée.

N'oublions pas que la tranquillité est l'affaire de tous, que c'est chacun son tour de pouvoir partir en vacances, si possible l'esprit libre.

.....  
Nom :

Prénom :

Adresse complète :

Commune :

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> ABBEVILLE LA RIVIÈRE | <input type="checkbox"/> FONTAINE LA RIVIÈRE    |
| <input type="checkbox"/> ARRANCOURT           | <input type="checkbox"/> LA FORET STE CROIX     |
| <input type="checkbox"/> BLANDY               | <input type="checkbox"/> MESPUITS               |
| <input type="checkbox"/> BOIS HERPIN          | <input type="checkbox"/> MAROLLES EN BEAUCE     |
| <input type="checkbox"/> BOISSY LA RIVIÈRE    | <input type="checkbox"/> MEREVILLE              |
| <input type="checkbox"/> BROUY                | <input type="checkbox"/> ROINVILLIERS           |
| <input type="checkbox"/> CHAMPMOTTEUX         | <input type="checkbox"/> SACLAS                 |
| <input type="checkbox"/> ESTOUCHES            | <input type="checkbox"/> ST CYR LA RIVIÈRE      |
| <input type="checkbox"/> ANGERVILLE           | <input type="checkbox"/> GUILLERVAL             |
| <input type="checkbox"/> PUSSAY               | <input type="checkbox"/> CHALOU MOULINEUX       |
| <input type="checkbox"/> MONNEVILLE           | <input type="checkbox"/> CONGERVILLE THIONVILLE |

Pavillon       Appartement (préciser l'étage)

Absence du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_.

Personne à contacter en cas de problème : (Nom adresse et téléphone)

\_\_\_\_\_

Personne susceptible de se trouver chez vous :

\_\_\_\_\_

SERVICE DÉPARTEMENTAL D'INCENDIE ET DE SECOURS

**SUR LA ROUTE,  
CHAQUE MINUTE COMPTE...**



[www.sdis91.fr](http://www.sdis91.fr)

LE SERVICE DÉPARTEMENTAL  
D'INCENDIE ET DE SECOURS



**NE LAISSEZ PAS  
LES SAPEURS-POMPIERS DANS  
VOTRE RETROVISEUR**



© Mairie de France - Service Communautaire d'Incendie et de Secours - 11/2007

## Et si rêvasser pouvait vraiment changer notre vie ?



Lorsque nous rêvons, notre cerveau est particulièrement productif. Il en est de même lors de nos rêveries conscientes. Et si nous apprenions à les orienter positivement, à utiliser nos rêvasseries à bon escient ? Elles peuvent nous aider à résoudre nos difficultés, voire à orienter votre vie. Selon le Dr Michel Dib\*, ' rêvasser c'est aider notre cerveau à transformer notre énergie émotionnelle en action concrète '...

En quoi nos simples rêvasseries peuvent nous être utiles ?

Dr Michel Dib : Le principe est le suivant : nos rêves conscients peuvent être utilisés positivement au service de nos actions. Autrement dit, en rêvant consciemment, notre cerveau peut trouver des solutions aux problèmes.

Lorsque nous rêvons durant notre sommeil, notre cerveau devient soudainement très actif, comme le démontrent les enregistrements électroencéphalogrammes (EEG). Le cerveau travaille donc beaucoup pendant le rêve. Ce même phénomène vient d'être observé durant le rêve conscient, lorsque nous rêvassons. Ainsi, laisser notre cerveau partir à rêvasser n'est pas une perte de temps, c'est une action qui pourrait nous permettre de concentrer nos efforts et nos idées, de mettre en œuvre des mécanismes positifs de succès, de pratiquer l'autosuggestion par la répétition, etc. La rêverie consciente permet aussi de visualiser certaines situations et de les rendre plus concrètes.

Il faut bien comprendre que le cerveau ne distingue pas ce qui est imaginaire de ce qui est visible à l'œil. Si on lui présente une image de succès ou de bonheur, il va tout simplement la considérer et mettre en œuvre tous les mécanismes qui en découlent. Il s'approprie les éléments sans distinguer le vrai du faux.

Ainsi, lorsqu'en rêve conscient, on lui met à disposition des éléments positifs, il va tout mettre en action pour aller dans ce sens. C'est que le rêve fait appel au système de la motivation mettant en jeu des hormones aux effets bénéfiques sur le cerveau. C'est précisément pourquoi la motivation peut changer une personne. Le rêve est ainsi une façon d'activer ses propres motivations et de les mettre en œuvre dans la réalité.

Comment s'y prendre en pratique ? Comment utiliser la rêverie à notre avantage ?



Dr Michel Dib :

1) Prenons l'exemple d'une situation difficile. Il suffit de se laisser aller à imaginer une solution, une porte de sortie, et notre état émotionnel à ce moment précis du succès. En imaginant tous les détails possibles pendant 15 à 30 minutes, on imprègne notre cerveau de ces éléments positifs.

2) Ne rejetez pas, mais au contraire cherchez à approfondir les rêves spontanés, brefs et rapides qui envahissent notre cerveau dans des situations de difficultés. Il s'agit là de messages positifs de notre inconscient (état hypnotique spontané) envoyés à notre conscient pour l'aider, pour le revitaliser et lui donner les indications permettant de résoudre un problème.

### Rêvasser est donc un état bénéfique...

Dr Michel Dib : Le rêve n'est pas un état qui éloigne de la réalité mais une activité cérébrale qui prépare les réalités sur des bases solides. Un autre intérêt du rêve est de permettre à notre cerveau d'avoir confiance en lui, de lui insuffler que tout, ou presque, est réalisable.

Enfin, on pourrait dire que le rêve conscient est une fenêtre qui permet de préparer le futur quand le présent devient étroit. En activant les émotions positives dans notre cerveau (joie, amour, plaisir...), le rêve nous aide à dépasser les situations délicates et complexes que nous vivons.

Il transforme notre énergie émotionnelle en action concrète.

\* Le Dr Michel Dib est neurologue à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière à Paris, membre de la Société française de neurologie et l'auteur de nombreux livres et publications dans la presse scientifique et grand public.

#### A lire

' Apprivoiser la migraine ' et ' Apprivoiser le stress ', Dr Michel Dib, Editions du Huitième jour.

Sous presse :

' Apprivoiser l'insomnie ', Dr Michel Dib, Editions du Huitième jour.



## IDÉES CÔTÉ CUISINE POUR RECEVOIR

### Cake à la feta et aux olives



#### Ingrédients pour 4

200 g - Farine  
1 sachet - Levure  
3 - Oeufs  
10 cl - Huile d'olive  
10 cl - Crème liquide  
150 g - Olives noires dénoyautées  
200 g - Feta  
3 - Tomates  
25 g - Beurre  
Sel, poivre

**Difficulté** : facile  
**Temps** : 60 minutes  
**Préparation** : 20 minutes  
**Pause** : aucune  
**Cuisson** : 40 minutes  
**Catégories** : Entrée, Gâteau,  
Apéritif-buffet, Brunch, Pique-  
nique et barbecue, Familial



#### Recette

- 1/ Préchauffez le four th 6 (180°). Mélangez la farine et la levure. Ajoutez les œufs entiers. Fouettez doucement en incorporant l'huile puis la crème petit à petit.
- 2/ Hachez grossièrement la feta et les olives séparément. Lavez et coupez les tomates en petits cubes.
- 3/ Ajoutez la feta, les olives et les tomates dans la pâte. Mélangez bien. Salez et poivrez. Beurrez un moule à cake. Versez-y la préparation. Enfournez et faites cuire 40 minutes.
- 4/ Sortez le cake du four et laissez-le tiédir. Démoulez-le sur une grille.
- 5/ Servez tiède ou froid en tranches épaisses avec une salade de mesclun.

#### Astuce

Pour vérifier la cuisson, enfoncez la lame d'un couteau au centre du cake. Si la lame ressort propre, le cake est cuit. Sinon, prolongez la cuisson de 5 minutes.

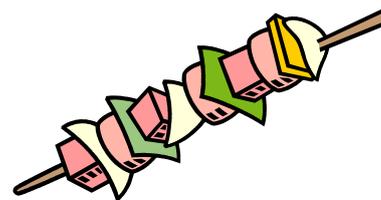
## Brochettes de poulet aux légumes



#### Ingrédients pour 6

6 - Blancs de poulet  
2 - Oignons violets  
6 - Courgettes  
2 cuillerées à soupe - Huile d'olive  
Sel, poivre

**Difficulté** : facile  
**Temps** : 35 minutes  
**Préparation** : 15 minutes  
**Pause** : aucune  
**Cuisson** : 20 minutes  
**Catégories** : Plat, Viande,  
Pique-nique et barbecue



#### Recette

- 1/ Coupez les blancs de poulet en petits morceaux.
- 2/ Taillez les courgettes en rondelles épaisses. Epluchez et découpez les oignons en morceaux.
- 3/ Préparez un barbecue.
- 4/ Piquez les ingrédients sur des brochettes en bois en les intercalant les uns avec les autres.
- 5/ Arrosez les brochettes d'huile d'olives, salez et poivrez-les.
- 6/ Posez les brochettes sur une grille puis la grille sur le barbecue et faites cuire 20 minutes en les retournant régulièrement. Servez.

## Tarte aux abricots



**Difficulté :** facile  
**Temps :** 45 minutes  
**Préparation :** 20 minutes  
**Pause :** aucune  
**Cuisson :** 25 minutes  
**Catégories :** Dessert, Tarte - quiche, Pique-nique et barbecue, Familial



### Ingrédients pour 4

1 rouleau - Rouleau de pâte feuilletée  
 8 - Abricots bien mûrs  
 75g - Beurre  
 50g - Sucre  
 50g - Poudre d'amandes  
 1 cuillère à café - Maizena  
 1 - Oeuf  
 80g - Crème fraîche épaisse  
 30g - Pistaches non salées et mondées  
 1 cuillère à soupe - Sucre cristallisé

### Recette

1/ Préchauffez le four th 7 (210°). Concassez grossièrement les pistaches. Beurrez un moule à tarte. Garnissez-le de la pâte et piquez le fond avec une fourchette. Réservez au frais.

2/ Mettez le beurre en parcelles, le sucre, la poudre d'amandes, la maizena, l'œuf entier et la crème fraîche dans le bol d'un mixeur. Faites tourner jusqu'à obtention d'une crème lisse.

Ouvrez les abricots en deux, retirez les noyaux. Coupez-les en quartiers.

3/ Etalez la crème d'amandes dans le fond de tarte. Disposez les quartiers d'abricots par dessus. Enfoncez-les légèrement dans la crème. Saupoudrez de sucre cristal et parsemez de pistaches concassées.

4/ Enfournez et faites cuire 25 minutes. Sortez la tarte du four et laissez refroidir. Démoulez et servez avec de la crème glacée à la vanille.

## SUDOKU

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

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

Solution

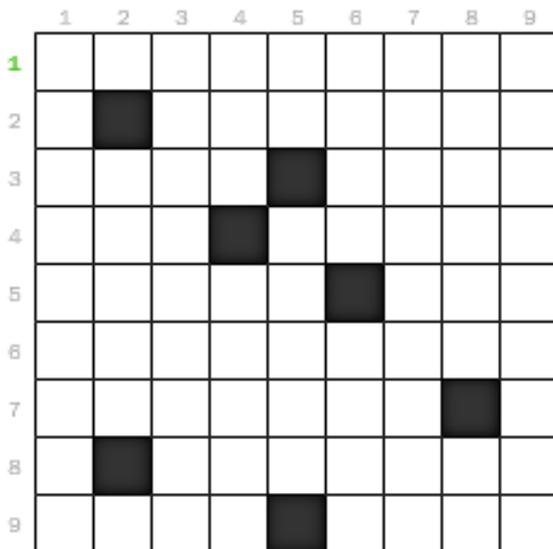
La grille de jeu est un carré de 9 cases de côté, subdivisé en 9 carrés de 3 par 3 appelés "régions". Le jeu de Sudoku consiste à remplir les cases vides afin que tous les chiffres de 1 à 9 figurent une fois et une seule dans chaque colonne, dans chaque ligne et dans chaque région. En d'autres termes, chaque colonne, chaque ligne et chaque région doit contenir tous les chiffres de 1 à 9. **Une seule solution par grille est possible**

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

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

Solution

Mots croisés



**HORIZONTALEMENT :** 1. Dénigrer. - 2. Fait un nouvel essai. - 3. Croisée sur le pré. Epices indiennes - 4. Tambour. Manif par terre - 5. Relève. Pilotes de ligne. - 6. Entre en jeu. - 7. Tout à coup. - 8. Revendue. - 9. Bons moments. Opulence

**VERTICALEMENT :** 1. Partenaire de numéro. - 2. Hard. - 3. Précoce. - 4. Appelle sa biche. Capitules - 5. En somme. Chaos de glaces - 6. Désigne la chose. Méchanceté - 7. Surprenant. - 8. Repose-pied. Divorcé. - 9. Qui n'est plus exclue.



Solution

Etat Civil



**Naissances**  
Bienvenue à

BOUHAJA Nassim	18 février 2009
POIROT--LETSCHER Tony	9 mars 2009
DROT Mélina	26 mars 2009
MORISSEAU Jules	14 avril 2009
BOUIS Louna	26 avril 2009
BOUAZZA Jaan	27 avril 2009
SAIDI Amina	28 avril 2009
FEDUZI Lorenzo	17 mai 2009
GAUTERO Célia	28 mai 2009
FRANÇOISE Rayan	1er juin 2009



**Décès**  
Nos condoléances à leurs familles

CAUVET Joris	15 mars 2009
COURONNE Paul	2 avril 2009
PANTOU André	22 avril 2009
ROUSSEAU Roger	4 mai 2009
DI BERTO Luigi	25 mai 2009
BERSON Clara née OHAYON	24 mai 2009
FORNACIARI Aldo	28 mai 2009



**Mariages**

Tous nos vœux de bonheur à



CRESPO François & FRANÇOISE Stéphanie	14 mars 2009
DEROUBAIX Rodrigue & ROCHERIEUX Sandrine	28 mars 2009
MORCHOISNE Guy & REBOUTÉ Bernadette	20 avril 2009
COUTADEUR Stéphane & GRIGNON Sophie	25 avril 2009
BARAQUET Davy & PIJULET Lisa	6 juin 2009
MILLET Stéphane & MALLET Christelle	13 juin 2009
ROUBALLAY Gérard & GONON Marie	13 juin 2009



**Nous remercions toutes les associations pour leur participation et vous donnons rendez-vous pour le prochain numéro**