



Chemins et Rencontres  
Maison des Associations  
13, allée du Stade  
95610 – Eragny sur Oise  
[www.chemins-rencontres.com](http://www.chemins-rencontres.com)  
[chemins.rencontres@laposte.net](mailto:chemins.rencontres@laposte.net)

# LE BALLUCHON

## BULLETIN DE LIAISON DE L'ASSOCIATION

N°80  
mars 2015

### 1 – L'Editorial

#### Changer la présidence.

Lors de sa Rencontre générale du 23 janvier 2015, *Chemins et Rencontres* a décidé de ne pas changer de président(e) mais de présidence.

Cela mérite quelques précisions.

Les associations françaises sont, depuis la loi 1901 qui les régit, depuis plus d'un siècle donc, des décalques du système politique général.

L'Assemblée générale (pour nous, la Rencontre générale), c'est le corps électoral complet, le peuple. Le Conseil d'administration (chez nous, le Collectif de gestion), c'est le Parlement, le législatif. Le Bureau de l'association (chez nous, il est déjà inclus dans le Collectif de gestion), c'est le Gouvernement. Le Président, c'est le pendant du Chef du gouvernement (ou, après 1962, en France, du Président de la République).

Certes, la liberté d'association est absolue et permet d'exister sans déclaration officielle mais, pour pouvoir disposer d'une personnalité juridique, avoir un compte bancaire ou ester en justice, il faut être déclaré en Préfecture et avoir obtenu d'être publié au Journal Officiel de la République française. Le législateur a prévu des « statuts-types », non obligatoires, pour aider la constitution des associations (il y en a plus d'un million en France).

Nous sommes donc déclarés depuis 1969, dans le Val d'Oise même si nos activités peuvent se dérouler n'importe où en France et pas seulement à Eragny-sur-Oise, ville qui abrite notre siège social.

Le temps a passé et la vie associative a changé. Nombre d'associations ont adopté un fonctionnement collégial. *Chemins et rencontres* est, à son tour, un peu à l'étroit dans un carcan administratif qui date et qui n'est pas adapté au fonctionnement des organisations contemporaines. La preuve en est la rareté des votes et notre préférence pour un fonctionnement au consensus. L'absence d'enjeux de pouvoirs ou de recherche de profit facilite ces rapports de bonne entente.

Dès lors le Président ou la Présidente deviennent de moins en moins l'incarnation de l'association, leur représentant officiel, mais leur référent ou leur porte parole, qui agit de moins en moins seul, dans le cadre de responsabilités réparties par le Collectif de gestion en son sein mais aussi pour assumer les relations extérieures.

Il s'agit, à présent, de donner un contenu simple et clair à ces pratiques déjà effectives parmi nous. Nous

nous sommes donnés une année pleine pour parvenir à un partage total, en collège, de la présidence de *Chemins et Rencontres*. En 2016, cette présidence sera portée par plusieurs co-présidents comme c'est déjà le cas dans un certain nombre d'associations existantes, de toutes natures.

Dans ces conditions, « tous les membres du conseil d'administration seront sur le même pied d'égalité : chacun des membres élus étant ainsi co-président de l'association » comme le suggère Assistant-juridique.fr ([http://www.assistant-juridique.fr/association\\_sans\\_president.jsp](http://www.assistant-juridique.fr/association_sans_president.jsp)).

Il n'est pas douteux que cette organisation collégiale, bien que reconnue depuis des années, du point de vue législatif (français), peut poser problème vis à vis des institutions (type police, préfecture, etc.) quand elles sont habituées à l'identification précise d'un unique responsable. Il faut donc préparer à cette évolution progressivement. C'est ce que nous avons décidé grâce à l'acceptation d'une période de passage et avec l'accord de notre présidente actuelle qui accepte de « remplir » pour un an.

Chemins et rencontres a la chance de compter, parmi les membres de son Collectif, cinq personnes ayant exercé ou exerçant les fonctions de Président, ce qui n'est pas fréquent. Ils sont des points d'appui pour aider à effectuer cette modification administrative qui, puisqu'elle est possible et légale, doit devenir une réussite.

À en juger par la répartition des tâches acceptées par la dernière Rencontre générale, un vrai partage des responsabilités existe déjà et il suffira de créer une commission chargée de modifier les statuts et de préparer un Charte interne précise. Non seulement cela ne présente pas grande difficulté mais cela peut servir de modèle à des associations amies. Cela vaut la peine d'y travailler sans hâte, à notre rythme, au cours des mois à venir.

Le 25 janvier 2015

### *Sommaire*

- |   |  |
|---|--|
| 1- <i>Editorial</i>                           | 5- <i>Nos dernières sorties</i>            |
| 2- <i>Le petit coin du « Père Balluchon »</i> | 6- <i>Infos sur les prochaines sorties</i> |
| 3- <i>Le coin des infos</i>                   | 7- <i>Expos et salons à venir</i>          |
| 4- <i>Les infos de nos activités</i>          |  |



## **2- Le petit coin du « Père Balluchon »**

### ***Les pensées du jour***

La semelle n'est jamais contente : dehors elle veut rentrer au chaud, dedans, elle rêve de sortir pour respirer

Faire la queue est la manière la plus reposante de marcher en file indienne

La Mère La Gourde qui porte des chaussettes en laine ne marche certainement pas sur du velours

Ceux qui ne savent pas où ils vont sont surpris d'arriver ailleurs. Pierre Dac

## Participez au tautogramme ?

Un **tautogramme** (du grec ancien *ταυτό*, « le même », et *γράμμα*, « lettre ») est un cas particulier d'allitération : un texte dont tous les mots **commencent** par la même lettre.

*En voici un nouveau proposé par Joëlle HN*

### Champignons

Courons avec **c**élérité dans **c**ette **c**lairière et **c**ommençons **c** par **c**hercher **c**es **c**inq **c**harmants **c**hampignons : Chanterelles, **c**èpes, **c**oulemelles, **c**rêtes de **c**oq, **c**oprins.

**C**ertains **c**ommencent par les **c**ontempler, **c**ar les **c**onnaître n'est pas **c**ommun ni **c**ommode,

**C**ertains **c**herchent **c**omment les **c**onserver,

ou **c**omme des **c**hefs **c**omment les **c**uisiner : à la **c**rème, **c**uits, **c**rus, à la **c**ocotte, en **c**onsumé

ou avec un **c**ertain **c**hauvinisme à la **C**ergysoise (çà **c**'est une **c**arabistouille, une **c**himère)?

**C**omment **c**erner **c**e **c**hoix ? **C**omment **c**onclure ? En les **c**herchant **c**arrément !

*Et si à votre tour, vous essayiez d'en créer ? Rendez-vous dans le prochain baluchon avec vos propositions*  
*Proposé par Joëlle HN*

## Le conseil du randonneur

*Les cartes des sentiers balisés du Val d'Oise enfin disponibles sur internet*

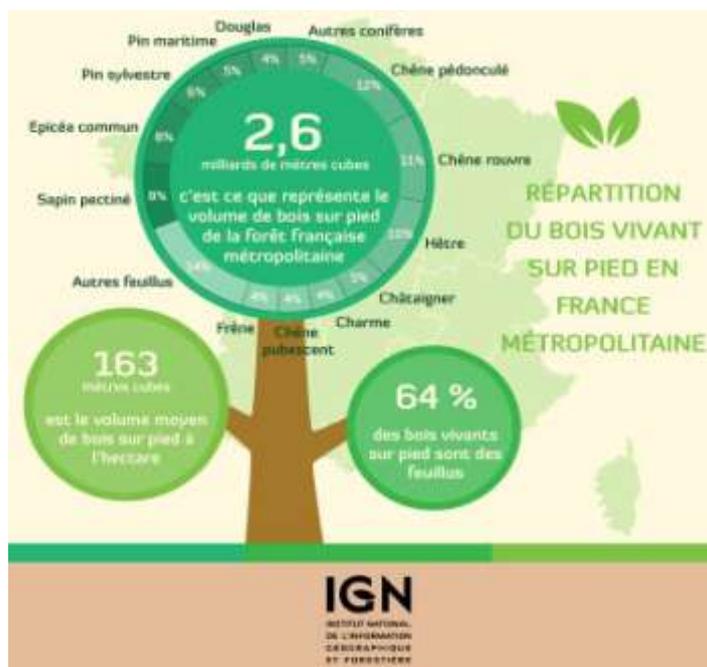
*Le Coderando95 (comité départemental de randonnée pédestre) vient de publier l'essentiel des itinéraires de randonnée du Val d'Oise.*

*Sur le site <http://www.cdrp95.com/> après avoir choisi version PC ou version mobile sélectionner Itinéraires téléchargeables > fiches rando*

## Promenons nous dans les bois

Le Saviez-Vous ?

Le volume de bois sur pied de la forêt française métropolitaine est de 2,6 milliards de mètres cubes. Les feuillus en représentent 64%. Avec 44% du volume des feuillus, les chênes (pédonculé, rouvre, pubescent et vert) sont les essences feuillues les plus représentées sur le territoire métropolitain. L'épicéa commun et le sapin pectiné représentent à eux deux 43 % du volume des conifères.



## *Le coin du jardinier*

Dictons de saison

*Nous vous en donnons volontairement a posteriori afin que vous puissiez constater de leur véracité ou non.*

*Janvier*

Temps des douze premiers jours de janvier, temps des douze mois de l'année.

Janvier sec et sage est un bon présage.

*Février*

Février, bon mois pour semer carottes et pois.

Si février est chargé d'eau, le printemps n'en sera que plus beau.

*Mars*

Quand en mars il tonne, l'année sera bonne.

Quand mars se déguise en été, avril prend ses habits fourrés.

*Avril*

Au mois de mars l'hiver part, au mois d'avril le chaud arrive.

On n'a pas hiverné tant qu'avril n'est pas passé.

## **Le Père baluchon à la découverte de notre patrimoine**

### **Le fromage du XXème à aujourd'hui**

**Plus il y a de fromage, plus il y a de trous et plus il y a de trous... moins il y a de fromage.**  
(Coluche)



**A l'aube du XXème siècle, la France peut se vanter de produire de nombreux fromages parmi lesquels certains dont la réputation n'est plus à faire : le Maroilles, le Brie, le Neufchâtel en Bray, le Camembert, le Roquefort, le Bleu de Sassenage.**

L'industrie fromagère va progresser rapidement avec la collecte du lait qui s'organise pour la fabrication de fromage. Entre 1900 et 1925, des fromageries industrielles s'ouvrent dans la Meuse et dans l'Est ; on y fabrique les premiers ferments de culture ; le Roquefort bénéficie d'une Appellation Contrôlée.

En 1962, Charles de Gaulle décrète «*qu'on ne peut pas gouverner un pays qui offre 246 variétés de fromages*».

Quant à Wilson Churchill, il déclare pendant l'occupation allemande «*qu'un pays capable de donner au monde 360 fromages ne peut pas mourir*».

En réalité il y a plus de 1000 variétés de fromages qui représentent la créativité de notre pays et donnent toute sa dimension à notre civilisation. «*Matière délicate et vivante dans laquelle se nichent les identités et les traditions, le fromage exhale l'âme de la terre et de ses habitants*» disait Pierre Androuet.

La première publicité télévisée pour un fromage date de 1968, avec le Boursin. A partir de 1973 : un fromage ne peut obtenir une Appellation d'Origine que par décret, après consultation de ce comité.

Il existe ainsi 46 fromages classés AOC en France :

**Vache - Fromage AOC**

*Abondance, fromage AOC depuis 1990*  
*Beaufort, fromage AOC depuis 1968*  
*Bleu d'Auvergne, fromage AOC depuis 1975*  
*Bleu de Gex, fromage AOC depuis 1977*  
*Bleu des Causses, fromage AOC depuis 1991*  
*Bleu du Vercors-Sassenage, fromage AOC depuis 1998*  
*Brie de Meaux, fromage AOC depuis 1980*  
*Brie de Melun, fromage AOC depuis 1980*  
*Camembert de Normandie, fromage AOC depuis 1983*  
*Cantal, fromage AOC depuis 1956*  
*Chaource, fromage AOC depuis 1970*  
*Comté, fromage AOC depuis 1958*  
*Epoisses, fromage AOC depuis 1991*  
*Fourme d'Ambert, fromage AOC depuis 1972*  
*Fourme de Montbrison, fromage AOC depuis 1972*  
*Gruyère français, fromage AOC depuis*  
*Laguiole, fromage AOC depuis 1961*  
*Langres, fromage AOC depuis 1991*  
*Livarot, fromage AOC depuis 1975*  
*Maroilles, fromage AOC depuis 1976*  
*Mont d'Or, fromage AOC depuis 1981*  
*Morbier, fromage AOC depuis 2000*  
*Munster, fromage AOC depuis 1969*  
*Cœur de Neufchâtel, fromage AOC depuis 1969*  
*Pont l'Evêque, fromage AOC depuis 1972*  
*Reblochon de Savoie, fromage AOC depuis 1958*  
*Saint Nectaire, fromage AOC depuis 1955*  
*Salers, fromage AOC depuis 1961*  
*Tome des Bauges, fromage AOC depuis 2002*

**Chèvre - Fromage AOC**

*Banon de Banon, fromage AOC depuis 2003*  
*Chabichou du Poitou, fromage AOC depuis 1990*  
*Charolais, fromage AOC depuis 2010*  
*Chevrotin, fromage AOC depuis 2002*  
*Crottin de Chavignol, fromage AOC depuis 1976*  
*Mâconnais, fromage AOC depuis 2006*  
*Pélardon, fromage AOC depuis 2000*  
*Picodon, fromage AOC depuis 1983*  
*Poulligny St Pierre, fromage AOC depuis 1972*  
*Rigotte de Condrieu, fromage AOC depuis 2008*  
*Rocamadour, fromage AOC depuis 1996*  
*Sainte-Maure-de-Touraine, fromage AOC depuis 1990*  
*Selles-sur-Cher, fromage AOC depuis 1975*  
*Valençay fromage AOC depuis 1998*

**Brebis - Fromage AOC**

*Ossau Iraty, fromage AOC depuis 1980*  
*Broccio, fromage AOC depuis 1998*  
*Roquefort, fromage AOC depuis 1925*

Actuellement, la France, produit la part la plus élevée de la production mondiale, les autres grands producteurs étant les Etats-Unis, le Danemark, l'Italie, l'Allemagne, les Pays-Bas, la Suisse, le Grande-Bretagne.

La France produit environ 1,8 million de tonnes de fromage, soit, proportionnellement à sa surface et à sa production : 550.000 kilomètres carrés, 63 millions d'habitants, beaucoup plus que les Etats-Unis qui, pour 9.400.000 km<sup>2</sup> et 305 millions d'habitant, produisent 4,3 millions de tonnes de fromage.

Aujourd'hui, l'industrie du fromage bat son plein, la France produit plus de 1.000 fromages et l'éleveur, le laitier et le fromager demeurent des savants qui continuent à perpétuer un art aussi vieux que la nuit des temps.

La petite production fermière se maintient avec peine.

**A propos de fromages, voici ce que nos amis Canadiens (Cathy et Daniel), viennent de nous envoyer : Le Baluchon n'a pas de frontières !!**



### ***Conseils de Mme La Gourde***

#### ***Nettoyer les chaines en or***

Placer la chaine à nettoyer dans une fiole en verre que vous aurez à moitié remplie d'eau de savon additionnée d'une légère pincée de carbonate de soude.

Boucher la fiole et secouer fortement pendant une minute et pour terminer, rincer la chaine à l'eau claire et sécher avec un linge. Le moyen est simple et vous donnera un brillant parfait.

Extraits d'un recueil de trucs et astuces manuscrit de la main de mon arrière grand-mère maternelle  
D'autres extraits à suivre dans les prochains Balluchons Serge B

### ***Trucs et astuces de la mère La Canne pour bien passer l'hiver***

#### ***A la maison***

##### **Le cumin**

- proche parent du carvi et de l'anis vert, connu depuis l'Égypte ancienne, son usage est très répandu dans la cuisine indienne et nord-africaine. Il est réputé diminuer les flatulences et les ballonnements, stimuler la digestion et éliminer les spasmes de l'intestin. Ces propriétés antispasmodiques ont été confirmées par la recherche, notamment pour l'huile essentielle de cumin.

- **La recette de grand-mère** : en cas de douleurs du ventre, gaz, ballonnements, etc., préparez une tisane en utilisant 1 cuiller à café de graines pour 1 tasse d'eau. Faites bouillir 1 minute comme pour une décoction et laissez infuser 10 minutes. À consommer tant que la crise n'est pas passée...

## **Le miel**

- le miel est un « alicament » naturel aux multiples propriétés appréciables en hiver : antiseptique, antibiotique, apaisant, cicatrisant, etc. Privilégiez les miels de thym, d'eucalyptus, de lavande ou de sapin, plus riches en actifs antiseptiques.

- **La recette de grand-mère** : le plus simple pour les enfants, 1 à 2 cuiller à café avant de se coucher pour apaiser les toux nocturnes. Ne pas oublier de se laver les dents après pour éviter les caries ! Autres solutions, cette infusion pomme, miel et cannelle, ou bien la version grog : 1 cuiller à soupe délayée dans de l'eau chaude citronnée, deux fois par jour et surtout avant de se coucher pour mieux dormir et moins tousser.

*Conseils proposés par Joëlle HN*

## *Les recettes de la « Mère La Gourde »*

### **Fruits rouges au sirop**

Prendre de belles cerises, couper un peu les queues, les piquer un peu avec une épingle et les mettre dans un bocal.

Mettre une demi-livre de sucre en poudre par livre de fruits.

Mettre en même temps des fraises afin qu'en rendant leur jus : elles empêchent les cerises de noircir.

Verser ½ verre de bon Marc pour un kg de fruits.

Y ajouter successivement des framboises, des groseilles blanches et rouges égrappées.

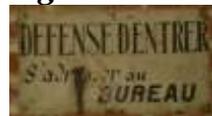
Extraits d'un recueil de trucs et astuces manuscrit de la main de mon arrière grand-mère maternelle  
D'autres extraits à suivre dans les prochains Balluchons Serge B

## **3- Le coin des infos**

### *Les infos internes*

#### *Rencontre Générale*

*Le compte rendu de la Rencontre Générale est en ligne sur le site*



#### *Les collectifs*

Pour rappel, les collectifs de gestion sont ouverts à tous les membres intéressés par le fonctionnement de l'association. Ils ont lieu dorénavant le jeudi, au Prieuré Bernardin de St Pierre

**Le prochain collectif se tiendra le jeudi 26 mars 2015.**

### *Notre nouveau site Internet*

#### *Important*

*N'hésitez pas à utiliser toutes les fonctionnalités du site et à faire part de vos réactions ou des problèmes rencontrés.*

L'équipe Internet Chemins et Rencontres (Christian GN, Daniel EE, Dominique RD, Jean-Pierre LC, Pierre GN, Pierre LS et Serge BD) se tient à votre disposition pour toute aide ou renseignement.

§§§

### *Actualité sur le nouveau site*

#### *Nouveaux adhérents*

*Les webmasters ont prédéfini un message d'accueil à l'attention des nouveaux membres. Dès l'enregistrement de leur adhésion, un mail personnalisé leur sera envoyé pour leur expliquer les fonctionnalités du site et surtout les inviter à les utiliser en commençant par la mise à jour de leur contact avec insertion de leur photo.*

#### *Rappel*

*Nous vous invitons à insérer une photo dans votre contact. Nous sommes nombreux et mettre un visage sur un nom est essentiel afin de mieux nous reconnaître lors de nos sorties.*

#### *Photos de la semaine : Rétrospective*

*Une rétrospective des photos de la semaine depuis 2008 (environ 170 photos) est désormais disponible à partir de la page accueil et de la page « activités/présentation ».*

## *Le Balluchon*

# LE BALLUCHON

*Comme vous pouvez le constater, le Baluchon est maintenant devenu bimestriel, comme validé lors du dernier collectif de janvier suite à ma proposition. Joëlle HN, déjà très impliquée dans les numéros précédents est venue renforcer l'équipe de rédaction. J'espère qu'ainsi nous continuerons à vous informer et vous distraire pour votre plus grande satisfaction.*

*Nous espérons que vous prenez plaisir à nous lire. Son contenu est dépendant des infos que vous nous soumettez. Comme notre site internet, le Baluchon se veut participatif. Quelques uns d'entre vous collaborent en nous fournissant articles et informations et nous les en remercions Cependant nous espérons une plus grande participation de votre part à tous*

*N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse suivante :*

*[Serge.blanchard1@orange.fr](mailto:Serge.blanchard1@orange.fr)*

*Merci à Joëlle, Chantal, Jean-Claude, Bruno, Pierre, James, Dominique et Cathy pour leur contribution.*

### *Quelques réactions et commentaires*

*Merci pour le conseil en ce qui concerne le jus de citron le matin à jeun.*

*Cordialement,*

*Bruno DN*

*Désolé de ne pas encore m'être exprimé sur le dernier numéro du Balluchon*

*Tu te donnes du mal pour le faire et c'est bien*

*Et c'est vrai quand c'est bien 'il faut le dire' !*

*Pierre DE*

*D'abord bravo pour la mise en page du dernier Balluchon faite en un temps record.*

*Pierre GN*

*Je pensais que l'on pouvait savoir le nombre de lecteurs du Baluchon sans pour autant t'écrire, moi je t'ai écrit la dernière fois mais je ne pense pas que chacun le fasse systématiquement .Tu dis deux retours par écrit je pense !*

*Je l'ai lu sans pour autant faire un commentaire ce qui doit être pour d'autres personnes la même chose !*

*Cathy EE*

*Oui j'ai bien reçu et apprécié le dernier N° du baluchon 79. Je pensais qu'on pourrait peut être développer une rubrique bons mots ou jeux de mots de la langue française, dans la suite de ce qu'a proposé Joëlle, voire des pensées ou phrases célèbres. Qu'en penses-tu ?*

*Christian GN*

*Qui dit qu'on ne peut pas allier qualité et quantité, bravo aux contributeurs pour ce gros travail.*

*Je suis toujours impressionné par le style verbal de certains...*

*En toute franchise, c'est peut-être un peu long pour moi, mais je ne suis pas un littéraire comme tu le sais, mais à y regarder de plus près tout est intéressant.*

*Dominique RD*

***Nous remercions tous ceux qui ont réagi à la lecture du dernier Baluchon. Nous sommes heureux de vos commentaires positifs mais sommes ouverts à toute critique et attendons vos attentes et conseils.***

## ***L'Expo annuelle***

Les dates de la future exposition 2015, validées par la commune, sont du 24 octobre au 27 octobre, à moins d'un nouveau contre-ordre.

Nous prévoyons une ouverture aux visiteurs à partir du samedi avec un vernissage le soir, jusqu'au mardi inclus. Nous disposerons de la salle à partir du lundi 19 ce qui laissera du temps pour l'installation.

**Donc, Vernissage samedi 24 octobre**



Après avoir fêté en 2014 les dix ans de l'exposition aux Calandres, le thème de l'exposition 2015 sera cette année les pierres et la géologie.

**Si vous avez d'ores et déjà des idées, et des éléments pouvant évoquer ce thème, nous vous demandons de vous mettre en rapport avec les organisateurs : Pierre GN et Danielle DE**

**[Une expo pour vous à découvrir à l'Ecole des Mines \(voir plus bas à la rubrique « expos »\)](#)**

***A ceux qui sont détenteurs de photos prises au cours de nos sorties, n'oubliez pas d'envoyer quelques clichés choisis à Pierre GN en indiquant la sortie correspondante. D'avance merci.***

### ***Tribune libre***

***Vous trouverez ici diverses réactions de la part de nos membres au lendemain de ces horribles assassinats du 7 janvier dernier***



*Bien ton mail concernant Charlie Hebdo*

*Je m'y associe pleinement : Hara-Kiri et ensuite Charlie Hebdo font partie également de ma jeunesse*

*Le côté irrévérencieux et provoquant du journal était délicieux à lire et c'était un réel plaisir de se montrer avec, en famille et de voir l'air scandalisé de nos parents et aïeux : il y avait un petit air de Mai 68 dans l'air !*

*Qui n'a pas en mémoire le numéro de Hara-Kiri paru à la mort de De Gaulle "bal tragique à Colombey : 1 mort " Pour info Hara- Kiri a été interdit par le ministère de l'intérieur et Charlie Hebdo est né*

*Je suis comme beaucoup de gens en colère contre cet attentat lâche. Ce ne sont pas des être humains qui ont fait ça, se sont des bêtes immondes qui veulent nous faire peur et nous priver de notre liberté de pensée !*



*Condamnons et combattons le fanatisme sous toutes ses formes et notamment le fanatisme religieux  
La France pleure et moi je suis très triste  
@ bientôt  
Pierre DE*

*Charlie Hebdo c'était aussi ma jeunesse, bien triste ce soir...  
James DE*

*Pour l'attentat de ce matin ; c'est tellement révoltant et dramatique que tout ce que nous avons pu entendre ou voir sur les réseaux sociaux expriment énormément que c'est inacceptable et dans le monde entier  
Radio Canada n'a pas arrêté toute la journée et certains des journalistes d'ici étaient des amis très proches avec eux !  
C'est le monde de la politique qu'il faut changer mais il y a encore trop de puissances financières qui gèrent ce monde et se servent de la religion  
Bon il y a tellement à dire ... !!  
Bises  
Cathy EE*

*Ce qui vient de se passer est scandaleux.  
Toutes ces personnes abattues en pleine séance de travail, sans même pouvoir se défendre, est tout à fait inadmissible. Ce sont des lâches qui tuent sans états d'âme.  
Que devient la liberté d'expression?  
Pierre GN*

*Bonjour,  
En priorité je tiens à vous dire que je suis KO debout, abasourdi par le crime d'hier !  
Il aura des répercussions profondes sur la vie du pays !  
C'est un "11 septembre culturel" que nous vivons.  
Aucune structure citoyenne, y compris des associations comme la nôtre, ne passera à côté de cet événement terrible.  
Jean-Pierre DX*

*Je partage avec tous mon dégoût pour ces actes ignobles envers nos libertés de penser si chèrement acquises. Je retiendrai une phrase entendue : « Ils ont voulu tuer un journal, ils sont morts dans une imprimerie. » Juste retour des choses.  
Le 11 janvier, un fleuve est sorti pacifiquement de son lit pour s'élever contre le terrorisme et l'intégrisme. Souhaitons que le futur lui fasse retrouver son lit dans la sérénité et l'humanité retrouvée.  
Serge BD*

*Cette nouvelle « Tribune libre » est à votre disposition. Si vous souhaitez à votre tour vous exprimer sur tout sujet ayant un lien avec l'association, n'hésitez pas à m'envoyer vos textes. Tout sera publié.*

## **4 - Les infos de nos activités**

### ***L'Ornithologie***

#### **NOS AMIS LES OISEAUX EN HIVER**

Le plus grand danger pour les oiseaux en hiver, n'est pas tant le froid que le manque de nourriture. C'est la diminution de la nourriture disponible, comme par exemple dans le cas d'une période de neige prolongée, recouvrant le sol et les arbres, qui est responsable de la mortalité des oiseaux en hiver. Un sol dur, gelé, fait que les vers s'enfoncent plus profondément dans le sol, empêchant alors les oiseaux de se nourrir. Même s'ils parviennent à trouver de la nourriture, le temps et les efforts qu'il leur faut fournir leur font perdre une énergie précieuse. En hiver les jours sont très courts et les nuits très longues, les oiseaux ont donc moins de temps pour trouver à manger. Certains s'adaptent comme ils peuvent.



### Il existe deux manières de nourrir les oiseaux de jardin :

- Planter des arbres, des arbustes qui porteront des fruits, des baies, des graines ou qui vont attirer des insectes.
- Fournir vous-même la nourriture dans des mangeoires.

### **À quelle époque commencer le nourrissage ?**

Avant tout il est important de comprendre que dès que vous commencez à nourrir les oiseaux, vous signez une sorte de contrat moral avec les oiseaux, qui vous oblige à poursuivre le nourrissage sans interruption jusqu'à l'arrivée du printemps. N'arrêtez pas le nourrissage en plein milieu de l'hiver, car les oiseaux ont leurs habitudes et ils viendront visiter vos mangeoires dès qu'ils auront découvert toutes les ressources qu'elles contiennent. Par temps de gel, un voyage inutile pour trouver une mangeoire vide n'arrangerait pas les affaires de vos visiteurs.

Commencez le nourrissage avec les premiers jours de gel (fin octobre à fin novembre selon la région). Dès que le temps se radoucit définitivement (vers le mois de mars), arrêtez progressivement le nourrissage.

Encore un dernier avertissement : ne gavez pas vos oiseaux. Il est totalement insensé de leur présenter des repas pantagruéliques. En augmentant le nombre des visiteurs, vous augmentez également les risques de salmonellose et de tuberculose qui sont des maladies infectieuses très fréquentes chez les oiseaux sauvages. L'objectif premier du nourrissage est de fournir un supplément de nourriture et non de rendre les oiseaux tributaires de la mangeoire, ni de leur désapprendre à rechercher les graines et les insectes dans leur milieu naturel.

## ***La Botanique***

### **Les plantes à floraison hivernale**

Si vous attendez le retour du printemps avec impatience pour que la nature reprenne vie, sachez que certaines plantes ont la particularité de fleurir en hiver. Ainsi, elles viendront égayer vos jardins, un peu moroses en cette période hivernale.

La plus connue est probablement l'**Hellébore** ou rose de Noël. Comme son nom l'indique, elle fleurit de décembre à mars. Cette fleur est friande d'ombre et lors de sa floraison, vous pourrez admirer ses magnifiques pétales de couleur blanche ou rose pâle. Il existe cependant autant de couleurs que d'espèces différentes.



Noir, pourpre, à vous de choisir ! Les **Primevères** et les **Pensées** fleurissent également durant l'hiver. Pour la Primevère, la floraison a lieu d'octobre à avril tandis que la Pensée fleurit tout au long de l'année, et même durant l'hiver pour certaines variétés.

**À savoir** : les Primevères sont parfaitement adaptées à la décoration de tous vos plats.



La **Bruyère Erica** fait aussi partie des plantes qui fleurissent l'hiver, de même que les **Cyclamen Coum**, sans oublier les célèbres **Perce-Neige** qui fascinent de par leur capacité à pousser dans la neige.



Du côté des arbustes, certaines espèces voient leurs fleurs apparaître dès l'hiver venu. C'est le cas des **Cerisiers à fleurs**, des **Daphnés**, des **Mahonias** ou encore des **Chèvrefeuilles**.

*Extrait publication de Maisons et Jardins*

## ***Nature***

Les vipères



La vipère Péliade

Dans le nord de la France, il existe deux sortes de serpents : les vipères et les couleuvres : seules la morsure des vipères est dangereuse pour l'homme.

Sur les 4 espèces de vipères existant à l'état sauvage sur l'ensemble de notre territoire : *vipère d'Orsini*, *vipère aspic*, *vipère Péliade* et *vipère de Seoane*, seule la vipère Péliade habite le nord de la France. Elle affectionne les endroits humides des forêts claires, en plaine ou en montagne, les ronciers et les bords de

l'eau pourvus d'endroits pour prendre le soleil. Elle prend aussi le soleil sur les plages de galets, les digues, les voies ferrées ou les carrières. Elle préfère les chaleurs douces au grand soleil brulant.

La vipère Péliade hiverne d'octobre à mars. Pendant le reste de l'année, elle vit surtout le jour et se nourrit de petits rongeurs, de grenouilles et de lézards qui sont immobilisés par le venin puis avalés entiers. A l'approche de l'homme, elle a tendance à fuir ou à se cacher, mais si elle est dérangée, elle peut mordre facilement se sentant menacée. Elle peut mesurer jusqu'à 60 cm pour le male, la femelle plus grande peut mesurer jusqu'à 98 cm.

Elle se distingue par le motif en zigzag qui orne son dos et une marque en forme de V sur la tête. Sa pupille est verticale au contraire de celle de la couleuvre qui est ronde. Elle est nocturne et vit généralement en solitaire. Elle émet un sifflement aigu quand elle est contrariée.

6 à 20 petits naissent mi-septembre. Les œufs éclosent et libèrent les petits serpenteaux à l'intérieur du corps de la mère.

Les vipères sont surtout actives entre mars et la mi-septembre. Les meilleurs mois pour les observer sont mars, avril et septembre et les meilleurs endroits sont les lieux dégagés. Approchez vous doucement. Elles sont sourdes mais perçoivent les vibrations transmises par le sol. Faites attention à ne pas projeter d'ombre sur un site où elles prennent le soleil. Comme elles sentent la présence d'un autre animal grâce à leur langue, approchez vous à contre vent.

Pendant votre quête, restez prudents. Mieux vaut ne rien voir que de se faire mordre.

**La vipère est protégée et doit pas être blessée, tuée ou vendue.**

**Signes de la morsure :**

Lors d'une morsure de vipère, des signes bien connus apparaissent rapidement. Ils sont classés en 4 grades : qui correspondent à la quantité de venin qu'elle a inoculé en mordant. Plus le grade est élevé, plus la quantité de venin inoculée est importante.

Grades	Symptômes
0 Trace des crochets au niveau de la morsure.	Absence d'œdème ou de réaction locale.
1 Œdème local,	Absence de signes généraux.
2 Œdème régional du membre et/ou modérée, vomissements, douleurs abdominales, diarrhée)	Symptômes généraux modérés (hypotension)
3 Œdème extensif atteignant le tronc et/ou prolongée, choc, réaction anaphylactoïde, saignements)	Symptômes généraux sévères (hypotension)

La morsure généralement peu douloureuse, est représentée par **2 points distants d'environ 1 cm et entourés d'une auréole rouge**. Le traitement d'une morsure de vipère doit toujours passer par une prise en charge à l'hôpital.

**Si vous êtes mordu, restez calme, ne bougez pas la zone infectée. Ne pratiquez pas d'incision.**

*Jean-Claude PT*



## ***La mycologie***

Le club mycologique de la MJC de Conflans nous assiste depuis quelques années pour que notre exposition champignons puisse encore exister.

Connaissez-vous leur publication « le Mycélien » ?

Il avait été envisagé de créer un lien entre notre site et celui de Conflans, mais le Mycélien étant disponible uniquement dans la partie privée du site de la MJC Conflans, cela rendait les choses difficiles, voire

impossible. Le collectif a donc décidé que la diffusion du Mycélien par mail comme elle est assurée actuellement par Pierre GN pourra satisfaire la curiosité de nos membres intéressés par sa lecture.



### *L'activité Arts plastiques*

#### **Rendez-vous tous les mardis vers 14h00 à la Maison de quartier de La Challe**

L'Activité arts plastiques continue son petit bonhomme de "Chemins" et de "Rencontres" avec des passionnés de peinture, pastel et autres techniques qui peuvent exprimer sur divers supports leurs "talents". Toutes ces séances se passent dans une bonne convivialité. C'est de bon augure pour notre prochaine exposition d'octobre.

*Pierre Gn*



**Les photos des œuvres présentées lors de notre exposition 2014 sont consultables sur notre site dans la rubrique « activités ».**



### *L'activité photo*

Dans le cadre de « l'activité-photo », une réunion mensuelle est assurée tous les 2<sup>ème</sup> jeudi de chaque mois à 20h30 (et non plus le mercredi) à la Maison Bernardin de St Pierre (et non plus à la maison des Associations)

Elle est ouverte à tous :

Amateurs confirmés ou débutants, argentiques ou numériques.

Les photos présentées lors de notre exposition 2014 et la galerie photos de certains membres de la section Photos sont désormais consultables sur notre site dans la rubrique « activités »

*Les photos de l'exposition sont toujours exposées à la Maison des Associations depuis l'automne et suscitent beaucoup d'intérêt.*

## **5 - Nos dernières sorties.**

*- Les sorties de janvier et février ayant généré des articles dans le site sont les suivantes :*

- Le musée des Arts Forains

- Après midi jeux et diner bourguignon
- Autour de Mériel
- Boucle Boissy - Montgeroult
- Le chemin bleu d'Eragny

**Nous vous invitons à consulter ces articles et les photos qui s'y rattachent dans la rubrique « nos sorties » du site.**



## **6 - Infos sur les prochaines sorties 2015.**

*Dimanche 1<sup>er</sup> mars :*

**Passons une journée au parc de Sceaux** (Organisatrice Joëlle HN)

Départ à 9 h de la Challe, randonnée dans le parc et visite du château et de l'exposition «à bicyclette». Pas de panique vous n'avez pas besoin d'apporter votre vélo mais votre pique nique oui !

Espérons que le soleil sera de la partie et que vous viendrez nombreux !

*Dimanche 8 mars*

**Saillancourt – Condécourt** (Organisateur : James DE)

11km environ

Le départ est au lavoir, rue de la Vallée à Saillancourt (un hameau de Sagy), un quart d'heure de voiture depuis Eragny.



C'est l'un des rares lavoirs à se situer en plein centre d'un village, au milieu d'une place publique.

Le cheminement est agréable tantôt en plaine tantôt dans les bois. On parcourt les vallonnements autour de l'Aubette .

Au passage nous verrons le château de La Villette qui a servi de décor au film Da Vinci Code. Il a aussi été utilisé dans le film de 1961 "Tintin et le mystère de la toison d'or" pour représenter le château de Moulinsart, appartenant au capitaine Haddock.

*Dimanche 15 mars*

**Vaux les huguenots** (organisateur pierre DE)

1/2 journée - 10 km – Départ 8 h 30

Randonnée près d'Aubergenville (78) : de la commune de Vaux à Bazemont

Départ de Vaux les Huguenots, hameau situé derrière Aubergenville entre Epône et Flins.

Balade d'environ 10 kms, dans les champs, les vallons et les bois avec quelques petits dénivelés mais sans difficulté particulière.

Le hameau a abrité une communauté protestante à la fin du XVI<sup>e</sup> et au début du XVII<sup>e</sup> siècle. L'origine de cette communauté est incertaine. Il n'en reste pas moins qu'à la suite du massacre de la Saint-Barthélemy, les Huguenots, dans un Mantois pour le moins hostile aux Réformés, ont cherché à s'isoler de la population et ont certainement profité de la solitude de ce vallon pour s'y installer. En 1788, il ne restait que cinq couples protestants dans le hameau.

*Dimanche 22 mars :*

**Rallye pédestre dans Eragny** (Organisateurs Joëlle HN et Serge BD)

Rendez-vous à 9 h place de la Challe

Prévoir votre pique-nique et d'avoir bien dormi la veille pour avoir l'esprit clair.

Vous avez eu l'air d'apprécier les 2 rallyes de 2014 (l'un à Conflans, l'autre à Pontoise), cette année nous resterons à Eragny.

A priori, cela devrait être plus facile pour nombre d'entre vous... mais cela reste à vérifier.

Bien sûr les plus valeureux seront récompensés.

**Inscrivez-vous dès maintenant auprès de Serge Blanchard ou de Joëlle HERBIN et au plus tard le 15 mars.**

Nombre minimum de participants : 15

*Dimanche 5 avril :*

**Exposition photos et dessins « Capa et Sacco reporters de guerre »** au Carreau de Cergy (Organisatrice Joëlle HN)

Départ à 14 h place de la Challe, aller et retour à pied

*Dimanche 19 avril avec carte jointe :*

**Cormeilles-en-Vexin** (Organisateur : James DE)

Départ de la place de l'église de Cormeilles en Vexin (15 km d'Eragny, un quart d'heure de voiture)

Il n'y a pas de difficultés pour cette randonnée de 10km. On fait le tour de la butte de Cormeilles sur un chemin jalonné de mares sans dénivelé néanmoins les chemins peuvent être boueux. Vues sur les plaines du Vexin et les pistes de l'aérodrome.



Sentier parcouru par le poète marcheur Jacques Lacarrière, extrait :

Chemin faisant, « l'immense horizon de vos pas » vous portera un jour vers la collinette de Cormeilles-Frémécourt . Elle se souvient encore des centuries de César, des humbles masures mérovingiennes blotties autour de leur chapelle, du marché hebdomadaire sous le règne de Louis le Débonnaire. Vous pourrez admirer le magnifique vaisseau de pierre dédié à St Martin ou encore ND de Frémécourt et son « oiseau de fer » qui dit le vent....

*Dimanche 26 avril*

**Boucle Génainville Omerville Hodent**

1/2 journée - 11 km – Départ 8 h 30

Reprise par Pierre DE d'une randonnée effectuée en 2008/2009

Randonnée sans difficultés particulières dont une partie se fait le long de l'Aubette.

Départ de Génainville. Le site de Génainville est occupé depuis l'âge du fer.

(L'âge du fer est une période chronologique caractérisée par l'usage de la métallurgie du fer et faisant généralement suite à l'âge du bronze ) Le village, siège d'un prieuré à partir du XIIe siècle, est soumis au pouvoir de plusieurs communautés religieuses durant plusieurs siècles. Outre l'agriculture et l'artisanat, une mine d'argent constituait la seule autre activité économique de la commune.

Omerville possède un riche patrimoine historique, dont l'église et un calvaire sont classés au titre des monuments historiques.

Hodent : petit village de 300 habitants, situé à 2 km de Magny-en-Vexin. On y voit notamment un manoir appelé « La Folie » (ce manoir est caractéristique des constructions fantaisistes de la fin du XIXe siècle) et la chapelle Sainte Marguerite, construite au 16ème siècle.

**Prendre contact avec chaque organisateur des futures sorties pour avoir des infos supplémentaires.**

*Il est important de faire des propositions de sorties pour que notre calendrier soit aussi riche et varié que les années précédentes. Vous pourrez faire vos propositions en allant dans la partie privée du site (faire : privé puis calendrier puis proposer, donner les renseignements sur votre sortie puis valider). Si vous rencontrez des difficultés pour saisir votre proposition, vous pouvez demander l'aide des responsables du calendrier : Pierre Degorce ou moi-même.*

*Dominique RD*

## 7 - Calendrier des expos et salons.



### Expositions artistiques

#### De l'amphore au conteneur



Musée de la Marine

Jusqu'au 28 juin 2015

Musée de la Marine

L'extraordinaire aventure de la marine de commerce en France, ses enjeux économiques, sa richesse historique et son actualité sont à découvrir à travers l'exposition *De l'amphore au conteneur*.

#### L'animal au Moyen-Age



### Château et musée de Dourdan

Jusqu'au 30 août 2015 (sauf lundi et mardi)  
Château de Dourdan (91)

L'animal est un motif fréquent et apprécié dans la société médiévale, qu'il soit porté sur les marges de manuscrits, les tapisseries, les pavements... Mais qu'en est-il réellement dans la vie quotidienne ? Cette exposition propose d'aborder le sujet de manière concrète sans pour autant oublier la symbolique qui se rattache au règne animal.

### A bicyclette



### Ecuries du château de Sceaux

Jusqu'au 31 mai 2015 (sauf mardi)  
Château de Sceaux(92)

Les Écuries du Parc de Sceaux proposent de retracer l'histoire de la bicyclette de 1818 à nos jours. Les collections léguées par la veuve de Robert Grandseigne, aviateur et grand passionné de cyclisme sont ici associées aux trouvailles du collectionneur Emmanuel Déhan afin d'illustrer la naissance du vélo moderne. De la bicyclette pliante inventée en 1894 pour l'armée française au vélocipède à vapeur datant de 1870, l'exposition regorge de curiosités autour de la petite reine.

### Le Canotage en Seine, de Maupassant à Mistinguett



### Musée de la Grenouillère

Jusqu'au 3 mai 2015 - Mercredi, dimanche 14h30-18h  
Musée de la Grenouillère - Croissy-sur-Seine (78)

Histoire de la navigation de plaisance en Île-de-France à travers des personnages connus. Au milieu du XIXe siècle, le canotage devient un loisir prisé des parisiens. La bonne société se retrouve ainsi sur les bords de Seine pour se délasser et prendre du bon temps. Nombre de "célébrités" de l'époque ont pratiqué le canotage. Guy de Maupassant apparaît comme le plus passionné. Un véritable photo-reportage avant l'heure lui est même consacré. L'empereur Napoléon III, Émile Zola et plus récemment Mistinguett pratiqueront eux aussi ce loisir nautique.

## Expositions photographiques

### Carreau de Cergy voir l'Expo Capa et Sacco, reporters de guerre

Robert Capa, l'un des plus célèbres photographes du XXe siècle, et Joe Sacco, considéré comme le père de la BD reportage depuis 20 ans, ont écumé les conflits, l'un avec ses appareils photo en bandoulière, l'autre, un crayon et un carnet de croquis en poche. Tous deux ont exprimé leur vision personnelle des conflits traversés. L'exposition réunit, assemble et confronte les clichés et dessins de ces deux reporters, pour vous plonger dans une réflexion sur la guerre et le pouvoir de propagande des images

## Notre coup de cœur

### Les minéraux Je classe, tu classes, nous classons



Ecole des mines

Jusqu'au 31 mars 2015 (sauf dimanche)

Musée de Minéralogie

Le monde minéral recèle une étonnante diversité. Comment mettre de l'ordre dans ce foisonnement de formes et de couleurs ? Cette exposition reprend les différentes propositions de classement qui ont jaillies au fil du temps. C'est à la fois l'évocation d'une fabuleuse histoire scientifique et une illustration du cheminement de la pensée mise en place par l'homme pour appréhender le monde

## Expos dans le coin :

### Autour du Seigneur des Anneaux



MJC Les Terrasses

Du Mardi 3 mars 2015 au jeudi 19 mars 2015 (du lundi au samedi)

MJC Les Terrasses (Conflans-Sainte-Honorine)

de 14 h à 18 h 30 gratuit

Tout commence en 1930, à l'université d'Oxford. Un professeur de littérature anglo-saxonne, fatigué, père de quatre enfants en bas âge, est assis à sa table de travail devant une pile de copies à corriger.

La nuit est noire, une page blanche sur son bureau. L'homme y griffonne quelques mots :

« dans un trou vivait un hobbit ». Au moment où il écrit cette phrase, John Ronald Reuel TOLKIEN n'a pas idée de ce qu'est un Hobbit, et il n'imagine pas que, soixante-dix ans plus tard, il aura profondément transformé la littérature fantastique et l'imaginaire contemporain.

A travers l'exposition d'une collection privée de statues du Seigneur des anneaux et une conférence ouverte à tous les publics, l'écrivain Christian Lehmann nous aide à redécouvrir l'œuvre de TOLIKEN, une œuvre d'imagination fortement ancrée dans la réalité de l'entre-deux guerres, et tourmentée par la question du mal.

### La poésie de l'acier



### L'Apostrophe

Jusqu'au 21 mars 2015

L'Apostrophe – Théâtre des Louvrais

Du mardi au vendredi 16h30 /18h30 et samedi 15h00 /18h00

Une matière dure, l'acier Corten, et des formes légères, abstraites. À l'origine de cette alchimie artistique incertaine, un poète de la matière, le sculpteur Pierre Tual. Ses œuvres ont une grande liberté où triomphe le goût de l'insaisissable, donnant à voir tantôt une énigme, tantôt la réalité.

### Semaine D'art Celtique

du 6 au 12 mars à la Maison Bernardin de St-Pierre (14h00 à 19h00)

David Balade, artiste-peintre et auteur nous propose Mary-Morgan et autres légendes celtiques de la mer, une sélection d'une vingtaine d'illustrations de contes maritimes issus des contrées celtiques (Bretagne, Pays de Galles, Écosse, Irlande) .

Cyril Simon "Calligrapeace" travaille à partir d'une forme principale (lettre liée à la culture celte, irlandaise, gaélique) il y ajoute ensuite sa touche calligraphique parfois en lettres d'or.

Pier GaHell Photography vit à Belfast, il participe à des revues de la presse rock au Royaume Uni et a remporté le 1er Prix photographie de la Ville de Belfast 2014. Pier Gahell est inspiré par la nature, la faune et par certaines aspirations musicales et cinématographiques de l'univers noir et blanc.

### Espace Temps (peinture, sculpture)

du 13 mars au 19 avril - samedi et dimanche de 15h à 20h

Salle des Calandres

Renseignements: 01 34 48 35 75

Entrée libre

## Salons

### Destinations nature



Du 19 au 22 mars 2015 aura lieu au Parc Des Expos de la Porte de Versailles.

C'est aussi le Salon des Nouvelles Randonnées.

[www.randonnee-nature.com](http://www.randonnee-nature.com)