

Le mag

Décembre 2015

www.st-etienne-montluc.net

La Résidence *Le Sillon*

8 **VIE EN VILLE**
La Résidence *Le Sillon*
à l'écoute de nos aînés.

20 **VIE STÉPHANOISE**
3 stéphanois
chez les Massat



sommaire

3

Vie en ville

CCAS

Retour sur l'enquête seniors portant sur l'habitat intermédiaire..... 3

Développement durable

Le petit dico du développement durable : l'économie circulaire..... 4

Rendez-vous au *Montluc Cinéma* le 1^{er} avril 2016 pour voir le documentaire *Au nom de la terre*, de Pierre Rabhi..... 5

Bibliothèque..... 6

Nouveau personnel communal..... 7

Opération *Toutes Pompes Dehors !* 7

La Résidence *Le Sillon* est à l'écoute de nos aînés..... 8

Vie scolaire..... 11

Comité de Jumelage..... 11

La *Maison Familiale Rurale de Bellevue* : réussir autrement grâce à l'apprentissage..... 12

13

Rétro ville

Flashback (d'avril à octobre 2015)..... 13

20

Vies stéphanoises

3 Stéphanois chez les Massai !..... 20

20

Vie associative

Le *Club de l'Amitié* : essayez, vous verrez !..... 20

L'*Amicale des Donneurs de Sang* : et si vous donniez le vôtre ?..... 22

24

Bien vivre

Recette

Crème de soja au zeste de citron..... 24

Mots croisés

Don du sang..... 24



DÉPÔT DES ARTICLES POUR LE PROCHAIN MAG
La date limite de réception pour le mag est **fixée au 25 mars 2016** (distribution prévue du 31 mai au 1^{er} juin 2016).

Le Mag : bulletin semestriel d'informations municipales n°88, de décembre 2015.

Service Communication : Hôtel de Ville, place de la Mairie 44360 Saint Etienne de Montluc. (02 40 86 97 39 - communication@st-etienne-montluc.net).

Directeur de publication : Rémy Nicoleau, maire. **Coordination de publication** : Sylvie Pontoizeau, adjointe à la communication.

Rédaction et photos (sauf mentions contraires) : Roland Huppé. **Composition et impression** : *Offset 5* (02 40 26 59 56).

Distribution : *Guy W Services* (06 88 84 25 81).

Tirage : 3 100 exemplaires. **Dépôt légal** : décembre 2015.

Création, réalisation et impression sur du papier 100 % PEFC issu de bois provenant de forêts gérées durablement avec des encres végétales par *Offset 5*, Imprimerie labellisée, certifiée PEFC.





CCAS : RETOUR DU QUESTIONNAIRE SUR L'HABITAT INTERMÉDIAIRE

En mars 2015, un questionnaire sur l'habitat intermédiaire était adressé par la municipalité à chaque Stéphanois(e) de plus de 60 ans. Il avait pour but d'affiner notre projet de construction de logements et répondre ainsi au plus près des attentes. L'habitat intermédiaire apporte en effet une réponse entre le domicile et l'EHPAD (Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes). Logement individualisé et autonome, il est en outre proche des commerces et équipements, offre des services spécifiques et reste financièrement abordable pour des personnes à faible revenu.



Vous avez été nombreux à répondre : 388, soit 35% des personnes sollicitées. Quels principaux enseignements en tirer ?



François Rouleau
Adjoint à l'action sociale

La vie aujourd'hui

- 93 % des seniors stéphanois se déplacent au moins plusieurs fois par semaine de leur domicile.
- Les principaux motifs de sorties sont, par ordre décroissant, les courses, les visites à la famille ou aux amis, les nécessités médicales et les loisirs.
- Le mode de déplacement principal demeure la voiture (83 %) puis la marche à pied (47 %).
- 55 % des foyers déclarent des ressources mensuelles supérieures à 2 000 €.

Le logement actuel

- 1/3 des répondant(e)s vivent seuls et 2/3 en couple. La quasi-totalité (plus de 90 %) vivent dans une maison individuelle dont ils sont propriétaires.
- Bien que 60 % n'éprouvent aucune difficulté à ce jour pour vivre dans leur logement (95 % s'y sentent même en sécurité), 26 % (100 foyers) émettent le souhait de changer de logement assez rapidement ou dans quelques années. Les 2/3 de ces personnes ne sont pas inquiètes par ce changement envisagé, même si 10 % le sont financièrement.

Et demain ?

- Plus de la moitié des répondant(e)s souhaitent se rapprocher à moins d'un kilomètre du centre-bourg.
- Près de la moitié n'émettent pas de souhait sur leur futur statut, et le reste se

partage entre 37 % qui se verraient plutôt propriétaires et 18 % plutôt locataires.

- 1/3 choisiraient la maison individuelle, 20 % un appartement adapté, puis parmi les 4 autres types d'habitat intermédiaire proposés dans le questionnaire :

→ 25 % privilégient le **foyer logement** (établissement médico-social avec logements indépendants à caractère social, le plus souvent pour personnes autonomes, avec restauration collective possible et services facultatifs)

→ 22 % privilégient le **village retraite** (pavillons individuels à louer, pour personnes autonomes avec services extérieurs possibles)

→ 21 % privilégient la **résidence service** (appartements individuels en location ou en propriété pour personnes autonomes, avec redevance services obligatoire qui permet de bénéficier de services divers)

→ 6 % privilégient le **domicile service** (petits appartements individuels intégrés dans





un immeuble où se côtoient plusieurs types d'habitants et destinés à des personnes relativement autonomes qui profitent d'espaces et de services collectifs en échange du versement d'une redevance services obligatoire)

- Ceux qui souhaitent devenir plutôt propriétaires optent majoritairement pour la maison individuelle, alors que ceux qui souhaitent devenir plutôt locataires privilégient le village retraite puis le foyer logement.

Les services souhaités

Les 3 principaux sont l'aide ménagère (pour 83 % des personnes), la livraison à la demande de repas au domicile (47 %) et les soins (36 %).

En conclusion

Nous remercions sincèrement toutes les personnes qui ont pris un peu de leur temps pour répondre à ce questionnaire. Toutes ces réponses sont riches d'enseignements et nous permettront d'enclencher au cours de ce mandat le processus de construction d'habitats intermédiaires. Différentes formules d'habitats pourront cohabiter sur la commune (centre-bourg, la Chênaie...). La forme juridique devra également être étudiée afin de garantir un accès optimal aux Stéphanois(e)s.

Nous vous tiendrons informés des évolutions à venir sur ce dossier.

AGENDA 21 LOCAL

Le petit dico du développement durable : l'économie circulaire



L'économie repose actuellement sur un système linéaire : prélever des ressources naturelles, les transformer, consommer et jeter. Ce modèle est à bout de souffle car trop consommateur et producteur de déchets. De ce constat est né dans les années 1970 la notion d'économie circulaire, le terme apparaît pour la première fois en 1990. Il n'existe pas de définition formalisée. Pour l'Agence de

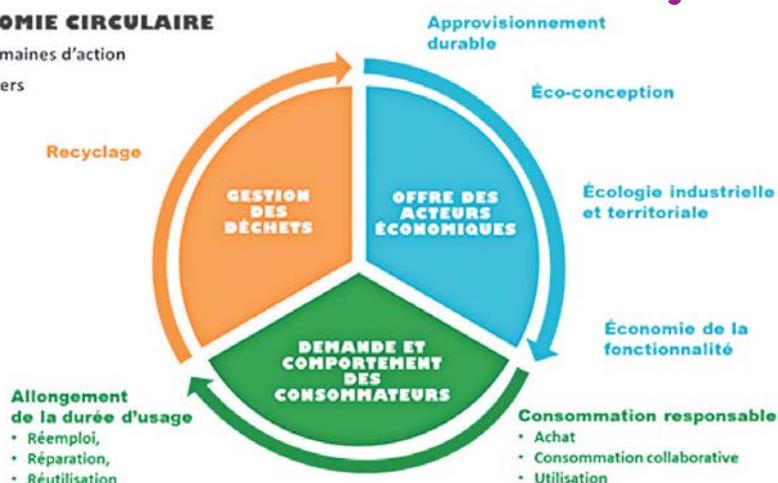
l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie (ADEME), l'économie circulaire est un système économique d'échange et de production qui, à tous les stades du cycle de vie des produits (biens et services), vise à augmenter l'efficacité de l'utilisation des ressources et à diminuer l'impact sur l'environnement tout en développant le bien-être des individus.

ECONOMIE CIRCULAIRE

Trois domaines d'action

Sept piliers

ADEME



Il s'agit de déployer, une nouvelle économie, circulaire, et non plus linéaire, fondée sur le principe de « refermer le cycle de vie » des produits, des services, des déchets, des matériaux, de l'eau et de l'énergie.

Pour l'ADEME, l'économie circulaire se compose de **trois domaines d'actions**, chaque domaine s'appuyant **sur des axes d'orientation** formant **les 7 piliers de l'économie** :

- **L'offre économique** qui se décline en **quatre dimensions** :



1. **L'approvisionnement durable** : les impacts environnementaux du cycle "production-consommation-déchets" débutent avec l'exploitation des ressources naturelles que sont l'eau, l'air, les sols et les matières premières. La consommation des ressources de la planète atteint au plan mondial un niveau de croissance qui ne peut plus se prolonger sans dommages irréversibles ou sans hypothéquer la disponibilité de ces ressources pour les générations futures. Les flux de certaines matières premières extraites doublent tous les vingt ans, comme pour l'acier et le cuivre. Dorénavant, il convient de réfléchir en termes de stock disponible et non plus de flux croissant pour bon nombre de ressources.
2. **L'écoconception** : concevoir une offre de produits (biens ou services) plus respectueux de l'environnement.
3. **L'écologie industrielle et territoriale** : cela désigne une organisation qui se base sur l'analyse de l'ensemble des flux d'un territoire pour mettre en place une gestion optimisée des ressources et un fort recyclage de la matière et de l'énergie, localement dans une logique de circuit court pour diminuer les impacts sur l'environnement.
4. **L'économie de la fonctionnalité**, un mode de consommation **qui remplace la propriété par l'usage** : par exemple, au lieu d'acheter une automobile, le consommateur achète le service consistant à être transporté, éventuellement dans de meilleures conditions, d'un point à un autre. Le nombre de véhicules, et les coûts (dont frais d'assurance) et pollutions directes ou indirectes peuvent ainsi être réduits et mieux partagés.

- **La consommation du citoyen** : avec l'allongement de la durée d'usage d'un bien, la lutte contre l'obsolescence programmée et la consommation responsable.
- **La gestion des déchets** qui repose sur le recyclage = emballages, verre, papiers, compost, etc...

L'ensemble de ces domaines d'action forme un cycle, où chaque étape entraîne la suivante.

Comment participer au développement de l'économie circulaire ?

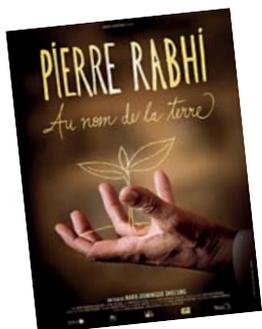
- **S'informer** : aller sur <http://www.institut-economie-circulaire.fr> et <http://www.ademe.fr>.
- **Consommer autrement** : remplacer l'achat d'un bien neuf par l'occasion ou la location, pratiquer le covoiturage, donner les biens dont on ne se sert plus au lieu de les jeter, pratiquer le tri des déchets, rapporter ses vieux appareils électro-ménagers et hifi chez le distributeur, qui a l'obligation de les reprendre pour les faire recycler...

Vous pouvez par exemple déposer aux *recycleries* de Savenay, du Pellerin ou de Rezé vos objets inutilisés : ils seront réparés ou transformés pour leur donner une seconde vie et être vendus. Et vous y trouverez une foule d'objets utiles et de fait écologiques !



- La Recyclerie du Nord Atlantique (dépôt et boutique : Le Bazar Citoyen) : Le Point du Jour 44750 Savenay 02 40 05 38 21 www.recyclerienordatlantique.org
- L'Atelier du Retz Emploi 18 rue du Docteur Gilbert Sourdille 44640 Le Pellerin 06 43 68 38 00 www.atelierduretzeemploi.org
- La Ressourcerie de l'Île 90 rue de la Basse Île 44000 Rezé 02 28 23 64 47 www.laressourcerielile.com

La Ressourcerie de l'Île (Rezé), filière de réemploi des objets.



Rendez-vous au Montluc Cinéma le vendredi 1^{er} avril 2016, à 20 h 30

Venez découvrir Pierre Rabhi, pionnier de l'agro-écologie en France, dans ce formidable documentaire retraçant son itinéraire. **Entrée libre et gratuite.**

Informations sur <http://www.st-etienne-montluc.net>, rubrique Agenda 21 local.
Contact : developpementdurable@st-etienne-montluc.net (02 40 86 99 15)

BIBLIOTHÈQUE

UNE 23^{ème} RENTRÉE SYNONYME DE NOUVEAUTÉS !

L'année 2015 marque une transition pour la bibliothèque municipale, en terme d'équipements mais aussi sur le plan humain.

Réinformatisation avec *e-paprika*

Depuis juillet, la bibliothèque s'est dotée d'un nouveau logiciel professionnel. Outre un travail interne facilité pour les bibliothécaires, il offre de nouvelles possibilités aux lecteurs : accès à un catalogue en ligne plus attractif,

autonomie dans la gestion du compte-lecteur (avec consultation des prêts, prolongation des livres, réservations...), réception des avis de réservation et de retard par courriel plutôt que par courrier papier, etc.

Une nouvelle équipe de bénévoles et de professionnels à la rentrée

C'était le 2 septembre 2015, dans le jardin de la bibliothèque, lors d'une petite cérémonie avec les élus pour présenter les 5 nouveaux membres ayant rejoint l'équipe. Avec William, Delphine, Monica, Michèle et Françoise, cela porte à douze le nombre de bénévoles présents aux côtés des professionnels pour assurer le bon fonctionnement du service public.

Du côté de l'équipe des bibliothécaires, Virginie Bourgeois devient responsable de la bibliothèque après le départ de Christine Launay. Fabienne Dankar -qui avait effectué un remplacement l'an dernier- a été recrutée.



La Médaille de la Ville pour Marcelle Tessier, bénévole de la première heure

Elle a choisi d'arrêter après 22 ans de bénévolat parce que pour elle, il y a un temps pour tout.

Ancienne directrice de l'école primaire Saint Nicolas, à Nantes, cette Stéphanoise, la retraite venue, disposait de temps libre. Pourquoi ne pas se rendre utile auprès de la bibliothèque municipale qui venait alors d'ouvrir ses portes en septembre 1993 ? Bénévole pionnière, au même titre que Malou Gougeon, elle ne compte plus les permanences qu'elle a tenues, les ouvrages qu'elle a couverts ni les livres qu'elle a conseillés aux lecteurs, jeunes et moins jeunes. Elle accompagnait également Dominique, la

bibliothécaire, au portage de livres à domicile. Marcelle, c'était l'assurance d'un petit mot gentil et le sourire garanti.

Grande lectrice aux lectures éclectiques et aussi très gourmande, nous ne doutons pas que Marcelle, qui vient de souffler ses 80 bougies, poursuivra son chemin, entre la marche et les permanences à *Emmaüs*, tout en continuant à dévorer régulièrement les livres de la bibliothèque !

Un grand merci pour toutes ces années de bénévolat au service de la lecture publique, des Stéphanois et de la municipalité.

Au cours de cette cérémonie du 2 septembre, Rollande Chedemail, autre bénévole a également été remerciée pour ses 12 ans de participation à la Bibliothèque.



Détail de la page d'accueil du nouveau site
<http://bibliotheque.st-etienne-montluc.net>



Marcelle Tessier venant de recevoir la Médaille de la Ville.



NOUVEAU PERSONNEL COMMUNAL

Deux personnes ont intégré l'effectif du personnel de la mairie à Saint Etienne de Montluc. Nous leur souhaitons la bienvenue dans leurs nouveaux postes :

Un nouveau Directeur Général des Services de la commune



En poste depuis la fin mai 2015, **Franck Richard** dirige les services municipaux stéphanois qui comptent une soixantaine de personnes.

Ce Nantais d'origine, âgé de 41 ans, remplace François Norvez qui, après 6 années à Saint Etienne de Montluc, a rejoint la mairie de Basse-Goulaine. Franck Richard exerçait auparavant les fonctions de DGS à la mairie de la Chevrolière depuis près de 6 ans. Diplômé Sciences Po et titulaire d'un DESS de contentieux des personnes publiques obtenus à l'Université de Rennes, Franck Richard a occupé différents postes juridiques, financiers et d'administration générale à la Ville d'Orvault en début de carrière.



Au 1^{er} septembre 2015, **Fabienne Dankar**, Adjointe du Patrimoine, a été recrutée suite au départ de Christine Launay remplacée au poste de responsable de la bibliothèque par Virginie Bourgeois. La bibliothèque de Saint

Etienne de Montluc ne lui est pour autant pas inconnue puisque cette Savenaysienne originaire de Franche-Comté était déjà présente en 2014 durant le congé de maternité de Christine Launay.

Elle a en charge les acquisitions de bandes dessinées jeunesse et adultes ainsi que l'accueil des classes.



TOUTES POMPES DEHORS : VOUS ÊTES FORMIDABLES !

Chaque année depuis 2004, la commune participe à la collecte des chaussures déposées par les Stéphanois au début du printemps. L'action à buts humanitaire, social et écologique a permis cette année de récolter au niveau du département... 61,3 tonnes de chaussures, soit 10 de plus qu'en 2014 ! Et tout cela **grâce au bénévolat de nombreuses personnes et à la générosité de tous !**

L'Association *Onco Plein Air*, organisatrice de l'opération, les vend à l'entreprise d'insertion locale *Le Relais Atlantique* qui se charge de les trier et de les redistribuer. Ce dernier a remis en 2015 à l'AOPA un chèque de plus de 30 000 €. Ce qui a permis, entre autre, d'offrir à 25 jeunes âgés de 10 à 20 ans atteints de cancer ou de leucémie et soignés dans le service *Oncologie Pédiatrique* du CHU de Nantes, un séjour d'une semaine dans les Pyrénées afin de se ressourcer et mieux combattre la maladie.



LA RÉSIDENCE *LE SILLON* EST À L'ÉCOUTE DE NOS AÎNÉS

Depuis son transfert il y a 23 ans du bâtiment actuellement occupé par les Services Techniques, la Résidence *Le Sillon* accueille les pensionnaires dans ses locaux entourés d'espaces verts, avenue de l'Abbé Paul Mercier. Un lieu pour nos aînés situé au calme tout en étant ouvert sur le centre-bourg, et dont la nouvelle décoration du hall fait la fierté des résidents. Des aînés qui sont notre mémoire, pour la plupart Stéphanois d'origine.



Une association derrière des services adaptés aux besoins

Cet EHPAD¹ dirigé par Nadine Benot avec une équipe d'une trentaine de professionnels, est régi par une association loi 1901, l'*Association d'Assistance et de Bienfaisance* de Saint Etienne de Montluc, avec un Conseil

d'Administration dont Bernard Foucaud est le président. Une convention tripartite entre l'ARS², le Conseil Général et l'EHPAD permet de continuer à recevoir dans les meilleures conditions les personnes âgées dépendantes. Les résidents, selon ressources, bénéficient

de l'APL³, et l'établissement a opté pour une dotation globale APA⁴. Depuis 2013, il dispose du PASA⁵ *Arc-en-Ciel* qui accueille jusqu'à 12 résidents nécessitant un accompagnement spécifique.

Outre les soins médicaux, la qualité du service est appréciée, la restauration entre autre, avec des repas confectionnés sur place et adaptés aux besoins de chacun en collaboration avec la société *Médirest* qui leur concocte régulièrement des repas thématiques aux noms évocateurs (Repas des Antilles, Route Nationale 7...). Un salon de coiffure est à leur disposition, et les résidents peuvent aussi faire appel à des prestataires extérieurs (pédicure, kinésithérapeute...).



L'EHPAD *Le Sillon*
en 2015 et
quelques chiffres

60 résidents
dont % de femmes

Age : 75 à 101 ans

Moyenne d'âge :
88-89 ans

85 % sont natifs
de la commune

Chambres
individuelles
de 21m²

Tarif journalier :
55,97 €

Talon modérateur :
5,49 €

Des animations qui tissent des liens sociaux

De nombreuses activités stimulantes et des rencontres sont proposées par l'animatrice : coins bibliothèque et presse, ateliers *gym* et *mémoire*, jeux de société, Lotos, sorties, rencontres avec les EHPAD de Cordemais, Vigneux-de-Bretagne et Couëron. Si l'informatique n'est pas encore vraiment entrée dans les usages à la Résidence, certains pensionnaires conversent volontiers avec leur famille par *Skype*, ou se montrent très intéressés par l'application *Google Maps* qui leur permet, depuis l'écran, de voyager partout, en France, dans le monde... et d'y convoquer parfois de vieux souvenirs. Il y a aussi les fêtes saisonnières (Galette des Rois,



Mi-Carême, *Jonquilles en Fête*), les repas "horoscopes" pour les anniversaires, les visites régulières des intervenants musicaux, celles des élèves de Sainte-Marie ou encore de la chorale du Club de l'Amitié.

¹ Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes

² Agence Régionale de la Santé

³ Aide Personnalisée au Logement

⁴ Allocation Personnalisée d'Autonomie

⁵ Pôle d'Activités et de Soins Adaptés

⁶ Assistant de Soins en Gériatrie



5 questions à la nouvelle directrice de l'EHPAD

Nadine Benot a succédé en janvier 2015 à Annick Souchet qui était au service des aînés depuis 29 ans, dont 16 en tant que directrice. Cette dernière a reçu la Médaille de la Ville des mains du maire, Rémy Nicoleau. Nadine Benot quant à elle, entourée de son équipe, a déjà pris la mesure de cette nouvelle mission, bien différente de son premier métier, et elle s'y retrouve beaucoup. En effet, après une vingtaine d'années dans l'informatique et le management, elle a opté pour une reconversion car elle ressentait le besoin de redonner du sens à sa vie professionnelle, et cela passait par les relations humaines de proximité, notamment auprès des personnes âgées.

Quels sont vos rapports avec les résidents ?

Les rapports sont très sains et simples. Nous sommes dans l'écoute des personnes, au quotidien. Nous restons attentifs à leurs envies, leur peine, leur anxiété parfois. Nous souhaitons leur offrir un lieu de vie au niveau de leurs attentes.

Dans votre mission, est-il parfois compliqué de s'affranchir des liens affectifs tissés avec les pensionnaires ?

En effet, l'affectif est énorme, et je vous assure que l'on donne autant que l'on reçoit, dans la joie comme dans la peine. Lors de "départs", nous devons être très disponibles pour les résidents et les familles. Il y a des temps de paroles, d'échanges individuels ou collectifs, et des temps d'au-revoir. Qui ne ressent pas viscéralement cela, n'est pas fait pour ce genre de métier. Tout cela est très énergivore, mais c'est une belle et grande mission !

Quid du PASA après 2 ans d'ouverture ?

Cette structure de jour de 180 m² située côté Est de la Résidence est une belle réussite avec un coin cuisine/salle à manger, des espaces de détente et d'activités, un salon pour recevoir les familles et un jardin clos. Les résidents qui y viennent sont pris en charge par deux ASG⁶. Ils sont en sécurité, stimulés au niveau sensoriel, ce qui leur permet de conserver un certain niveau d'autonomie.

... et des récents travaux ?

La commune a fait procéder il y a un an au remplacement de la centrale incendie, de deux chaudières à gaz, et surtout au ravalement des 2 250 m² de façades extérieures. Un vrai coup de jeune pour la Résidence Le Sillon, ses habitants ont apprécié ! Je souligne que nous

avons la chance d'avoir une municipalité très à l'écoute de ses aînés.

Des projets ?

Cette année, près du hall d'entrée, le mobilier du "coin feu" a pris de la couleur et nous avons fait installer une photo murale des marais qui parle beaucoup aux résidents. En septembre, un jeune artiste cordemaisien, Morgan Féréal, a participé à un atelier d'écriture organisé par l'animatrice ayant pour but de mieux nous montrer leur représentation collective du marais à travers sa faune et sa flore, et le résultat a été exposé en octobre lors d'un goûter-vernissage avec les familles. Dans cet esprit, je souhaiterais redynamiser l'intérieur de la Résidence, lui apporter une autre tonalité autour de cette thématique des marais, en plaçant autant que possible les pensionnaires au cœur du projet.

Il faut aussi savoir s'ouvrir aux autres pour s'enrichir mutuellement. Et cela vaut pour les structures. C'est le cas des EHPAD Le Prieuré à Cordemais et La Roche-Maillard à Vigneux-de-Bretagne avec qui nous entretenons une collaboration de proximité intéressante qui s'est concrétisée il y a bientôt 3 ans par la création d'une "Association d'Associations". Cela nous permet par exemple de mutualiser certaines ressources humaines, de négocier des tarifs, d'échanger des pratiques. Mais il reste encore du chemin à parcourir.



*Nous souhaitons un très bon anniversaire à deux centenaires : **Valentine Gascoin**, Stéphanoise d'origine, qui a fêté ses **101 ans**, et **Hélène Cabon**, bretonne d'origine, qui a soufflé ses **100 bougies**.*



La salle à manger du PASA Arc-en-Ciel.



Emile Loyen, à l'occasion de son dernier anniversaire.

Et puis, bien sûr, nous avons une pensée pour **Emile Loyen**, qui s'est éteint le 28 octobre 2015.

Doyen de la Résidence, pour marquer son **108^{ème} anniversaire** le 27 septembre 2015, il avait encore trinqué récemment, en présence des résidents, du personnels, du maire Rémy Nicoleau et des représentants du conseil d'administration. Cela faisait de lui le 5^{ème} homme le plus âgé de France et le doyen de la région. Ce stéphanois, fils de parents sabotiers, ancien inspecteur Divisionnaire à la SNCF, à Paris, avait conservé une vivacité d'esprit et un humour pétillant pour son grand âge. Il était entré à la Résidence *Le Sillon* à 90 ans... il y a déjà 18 ans.

Des résidents parmi d'autres...



Marie-Jo Gautier, 94 ans, est originaire de Riaillé mais Stéphanoise depuis... 91 ans. Elle est bien connue pour

avoir longtemps œuvré au théâtre *Les 3 Coups*, (elle se souvient même de sa toute première pièce, *Vers le Christ*, en 1926 !). Entrée à la Résidence en 2012, elle n'a guère le temps de s'ennuyer : tricot, lecture, causerie (« *Si on a une langue, c'est pour s'en servir !* ») et sorties qu'elle affectionne.

« *A la Résidence, le personnel est très gentil et on y mange bien !* ».



Raymond Auffray, 94 ans, Stéphanois d'origine, fut longtemps Adjoint aux Travaux (1971-1989) aux temps

où Jean Redor y était maire.

Entré en 2012, d'un naturel plutôt casanier, il partage son temps entre télé, radio, et reçoit régulièrement la visite de ses neveux « *dans cette Résidence où le personnel est sympathique* ».



Camille Crémet, une Stéphanoise de 86 ans, a rejoint sa sœur à la Résidence cet été. Une décision mûrement réfléchie pour

cette ancienne postière dynamique, cruciverbiste accomplie, qui a conservé sa maison et sort tous les jours.

« *Je connais beaucoup de gens à la Résidence, je m'y suis très bien adaptée et je ne regrette rien.* »

Pour Virginie Loquet, psychologue à la Résidence *Le Sillon*, l'écoute est primordiale.

« *Je rencontre systématiquement les résidents le 1^{er} mois de leur entrée, ainsi que leur famille, afin qu'ils expriment leur ressenti par rapport à cette nouvelle situation de vie. Je les reçois aussi, à leur demande ou celle de l'équipe pluridisciplinaire. Je fais en quelque sorte office d'interface entre les résidents, leurs familles et le personnel. L'objectif est de rechercher le bien-être des personnes en tentant d'améliorer certaines petites choses dans leur quotidien. Mon rôle, au-delà de l'écoute qui est essentielle, est de décoder leurs attentes, entre un simple besoin d'attention, un mal-être ou un syndrome dépressif. Compte tenu de leur problématique, j'essaye de les amener à accepter leur situation et à vivre le plus sereinement possible.* »





POUR THÉRÈSE NICOLAS-JOURDE, DIRECTRICE DE SAINTE MARIE, L'ÉCOLE EST FINIE !



Dernier jour d'école... C'était le vendredi 3 juillet 2015, à l'école Sainte Marie.

Après 25 années passées au service de l'enseignement à l'école Sainte Marie, Thérèse Nicolas-Jourde a tourné la page à la fin de l'année scolaire 2014/2015.

Originnaire de Bouée où elle réside, son parcours, assez éclectique, lui a valu de connaître tous les niveaux du primaire en passant successivement

par la Chapelle-des-Marais, Donges, Nantes, Cordemais, Le Temple-de-Bretagne, avant de prendre en 1990 la direction de l'école Sainte Marie, à Saint Etienne de Montluc. A partir de 2000, elle assura en outre la direction de l'école Notre-Dame du Rosaire, puis dès 2003, durant 11 années, celle de Notre-Dame des Vertus, au Temple-de-Bretagne.

Des souvenirs, Thérèse en a beaucoup, mais s'il fallait choisir, elle cite sans hésiter celui, très fort, lorsqu'elle a vu marcher pour la première fois un enfant de maternelle qui présentait un retard de développement psychomoteur. Il y a aussi les 150 ans de l'école Sainte Marie en 1997, puis les importants travaux de rénovation des 2 écoles, ou encore la signature du contrat

d'association avec la Ville, et la réforme des rythmes scolaires avec les TAP* en 2013.

Les projets ne manquent pas entre les petits-enfants, la marche nordique qu'elle pratique régulièrement, et surtout le bénévolat, par le biais de l'association *Les Blouses Roses*, afin d'apporter un soutien et une animation auprès des enfants hospitalisés.

La municipalité a particulièrement apprécié son implication à l'occasion des cérémonies du 8 Mai 2015 au cours desquelles des élèves de l'école élémentaire de Sainte Marie ont lu devant le Monument aux Morts des textes dont un poème de Paul Eluard intitulé *Liberté*.

*Temps d'Activités Périscolaires

SEJOUR DES ALLEMANDS DE MÜHLHAUSEN À SAINT ETIENNE DE MONTLUC

Cette année, c'était au tour de nos correspondants allemands de venir à Saint Etienne de Montluc, du 26 au 31 août 2015. Ce sont donc 50 habitants de Mühlhausen et des environs qui ont reçu un accueil chaleureux et spontané chez les membres de notre Comité.

Le programme d'activités concocté répondait à leur souhait de se rapprocher de la mer, Mühlhausen n'en étant pas proche. Après avoir découvert l'**Estuaire** à Cordemais, Lavau, Corsept et ses pêcheries, nous les avons conduits à Saint-Brévin-les-Pins pour une soirée à contempler le coucher du soleil.

Une journée de découverte de la pêche à pied au Pouliguen, plage et détente ensoleillée, les a également comblés.

Mais nous avons aussi visité le Grand Parc du Puy du Fou ! Malgré la pluie, nos visiteurs furent enchantés. Même si plusieurs



connaissaient déjà des parcs d'attractions, en Allemagne et dans le monde, ils ont remarqué la singularité du Grand Parc du Puy du Fou et sa façon de faire revivre l'histoire avec l'utilisation de moyens techniques exceptionnels et astucieux.

La visite de la SCA OUEST les a aussi vivement intéressés.

Enfin les rassemblements entre familles furent chaleureux et festifs, notamment à l'*Espace Montluc*.



Les cours de langues ont repris début octobre, avec environ 30 élèves qui viennent enrichir leur langue allemande, et 30, leur langue anglaise.



RÉUSSIR AUTREMENT GRÂCE À L'APPRENTISSAGE

La MFR (Maison Familiale Rurale) de Saint Etienne de Montluc, également antenne du CFA (Centre de Formation d'Apprentis), est toujours au service des entreprises et des familles pour les aider à accompagner les jeunes dans leur parcours professionnel. A la rentrée 2015, près de 130 jeunes ont été accueillis : des apprentis (salariés) et des DIMA* (scolaires).



La MFR de Saint Etienne de Montluc s'est spécialisée dans les métiers de l'électricité (CAP, BP et BAC PRO).

Les formations s'effectuent toutes en alternance, avec des périodes en entreprise et d'autres au CFA. La Maison Familiale dispose d'un internat accueillant les jeunes de l'ensemble du département. Ce dispositif permet de profiter d'une étude du soir et d'un soutien scolaire individualisé. Il favorise en outre l'apprentissage de la vie en collectivité.

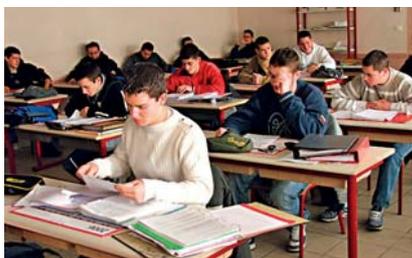
CAP ProElec : 96 %

BEP Électrotechnique : 100 %

BP Installateur d'équipements Électriques : 86 %

BAC Pro EIEE : 100 %

Un partenariat de qualité, associant jeunes, familles, entreprises et personnel de la Maison Familiale contribue à cette performance.



Une formation par alternance pour les plus jeunes

A côté des formations par apprentissage, des jeunes filles et garçons de 15 ans intéressés par la découverte de métiers ont choisi d'intégrer la classe de DIMA. Ces

jeunes se voient ainsi offrir la possibilité de suivre une formation en alternance CFA/ Entreprise.

L'année scolaire leur permet de découvrir différents métiers afin de déterminer leur choix professionnel (cuisinier, boulanger, électricien, maçon, menuisier...) et de se préparer à l'apprentissage à travers 18 semaines de stage en entreprise.

Des résultats encourageants

La MFR peut être fière des résultats obtenus aux examens sur l'année 2014/2015 :

Certification de Formation Générale : 100 %

Brevet des Collèges : 100 %



Une voie d'avenir

L'apprentissage offre de réels atouts de réussite.

Ceux qui arrivent sur le marché du travail, peuvent faire valoir

leurs années d'expériences professionnelles acquises durant leur apprentissage. A cela s'ajoute un épanouissement personnel qui améliore l'entrée dans la vie adulte avec une estime de soi renforcée.

Malgré une conjoncture économique difficile, les jeunes se voient offrir plus de chances de trouver un emploi.

La formation par alternance dans un environnement d'apprentissage de qualité permet également d'envisager des études supérieures. Ainsi, un tiers des jeunes sortant de classe Terminale poursuivent en BTS. D'autres sortant de BP s'engagent pour une mention complémentaire d'un an.

* Dispositif d'Initiation aux Métiers en Alternance.



Notez bien :
Journées Portes
ouvertes les samedis
30 janvier et 19 mars
2016, de 10 h à 17 h.

Maison Familiale Rurale de Saint Etienne de Montluc

28 chemin de Bellevue 44360 Saint Etienne de Montluc

Directeur : M. Luis de Oliveira - Tél : 02 40 86 90 96

Mél : mfr.st-etienne-de-montluc@mfr.asso.fr - Site : www.mfr-st-etiennedemontluc.fr



Une expo-vente d'artisanat en soutien aux jeunes Tibétains

Deux ans après une première expo à Saint Etienne de Montluc, l'association *Le Toit du Monde* a invité avec succès les Stéphanois à (re)découvrir, le **week-end des 11 et 12 avril 2015**, au Manoir, une très belle exposition de photographies et d'artisanat provenant du nord de l'Inde et du Népal (couvertures en laine de yak, écharpes de pashmina, bols tibétains aux sons étranges, bijoux...).

Depuis 25 ans, l'association aide les Tibétains qui ont traversé la chaîne de l'Himalaya pour se réfugier dans ces régions proches de la frontière chinoise. Chaque automne, une délégation de l'association se rend



sur place pour prendre des nouvelles de tous les filleuls et choisir les produits d'artisanat dont la vente permet d'aider les Tibétains à scolariser leurs enfants dans des écoles qui préservent la langue et

la culture de ce peuple menacé de disparaître.

En savoir plus sur l'association :

<http://toitdumonde.free.fr>



Le futur vainqueur a le maillot... jaune, bien sûr !

C'est par une belle journée printanière **dimanche 12 avril**

Le Super Trail Nantais sous le soleil

2015, que s'est déroulé le 13^{ème} *Super Trail Nantais*. Partis de Savenay à l'assaut des sentiers escarpés et sinueux du GR3 sur Malville et Cordemais, les *traillieurs* étaient de passage en matinée à Saint Etienne de Montluc, au complexe sportif de la Guerche où avait lieu un ravitaillement. Deux ans après son premier sacre, c'est le Nantais Alberto Perez Rodriguez, parti tout seul au 30^{ème} km, qui a

rejoint en tête l'arrivée au stade de Procé en 3 h 8'. Yolande Roches, de la Chapelle-sur-Erdre, a remporté la course pour la seconde fois en 4 h 2'. Ils ont été 127 à parvenir au bout des 46 km de cette belle épreuve.

Merci à la cinquantaine de bénévoles affectés au ravitaillement et à la sécurité sur le territoire stéphanois ainsi qu'aux employés municipaux pour la logistique.

La magie s'est invitée à la Salle des Loisirs

Le mercredi 15 avril 2015, près de 85 personnes ont découvert le spectacle insolite de *Florian et la Maison Magique*, avec la complicité du magicien Florian qui a souvent sollicité l'aide des enfants pour mettre de l'ordre dans ses affaires afin d'emménager dans sa nouvelle maison. Une maison un peu particulière où des choses étranges se passaient (colombe apparaissant dans un livre, lapin surgissant d'un récipient en feu !). Un spectacle tout en péripéties magiques et extraordinaires qui a surpris plus d'un spectateur !



Un hommage marqué lors du 70^{ème} anniversaire de la Commémoration de l'Armistice du 8 Mai 1945



Cette année, la cérémonie du **8 Mai** célébrant la victoire des Alliés sur l'Allemagne nazie et la fin de la Seconde Guerre Mondiale, a revêtu, comme partout ailleurs, un caractère particulier pour les 70 ans de la Libération. Après un rassemblement devant l'Hôtel de Ville, en présence des élus, d'anciens combattants et des sapeurs-pompiers du Centre de Secours, un office religieux avait lieu à l'église.



Puis le public venu exceptionnellement en nombre était convié à un dépôt de gerbe au Monument aux Morts au cours duquel des élèves de l'école élémentaire Sainte Marie ont lu *Liberté*, le poème de Paul Eluard. En cette circonstance, Rémy Nicoleau a rappelé : « *Souvenons-nous de ce que nous devons à cette jeunesse sacrifiée et à cette génération de combattants et de résistants qui rendirent à la France sa liberté et sa fierté. Nous leur devons en réalité plus que la liberté. Nous leur devons la paix... elle paraît être une évidence, elle est pourtant une valeur inestimable dont cette journée nationale nous rappelle le prix... et la fragilité.* »

Le défilé s'est ensuite rendu au

cimetière pour un hommage au *Carré des Soldats* avant de gagner la Salle des Loisirs où après une lecture des écoliers, des chants patriotiques et des hymnes ont été interprétés par la chorale et les musiciens de l'association *Rythme au Manoir*.

Pour clôturer cette commémoration, un vin d'honneur était également l'occasion de lancer l'exposition qui se tenait durant le week-end, dans cette salle, sur le thème de la libération des camps, la découverte du système concentrationnaire, et le retour des déportés, à l'initiative de l'association stéphanoise *Les Relais de la Mémoire*, en partenariat avec la municipalité.

Enfin le lundi suivant, une pièce de théâtre, *De tant d'horreurs mon cœur devint immense*, était jouée à l'*Espace Montluc*. Cette adaptation du témoignage de Gisèle Giraudeau, ancienne résistante déportée à Ravensbrück, était interprétée par la troupe *Le Saut de l'Ange*. Ce spectacle émouvant, en forme d'hommage aux femmes et aux résistantes qui ont, par leur courage, surmonté ces épreuves, a été très apprécié par le public.





Accueil des nouveaux arrivants : ça bouge à Saint Etienne de Montluc !



De nouvelles têtes arrivent, en particulier avec l'emménagement des premiers habitants du Domaine de la Chênaie.

Le maire, Rémy Nicoleau, en compagnie d'élus avait invité, tous les néo-Stéphanois installés sur le territoire depuis 2014. A l'issue de cette petite cérémonie de présentation de la commune qui s'est déroulée le **jeudi 4 juin 2015** à l'*Espace Montluc*, chaque famille accueillie a reçu un porte-documents contenant des informations pratiques sur la commune, l'ouvrage *Entre Loire et Sillon*, de Marie-Christine Doceul sur la commune, le recueil d'aquarelles *Carnet de promenade*, de Jacques Trébuchet, ainsi que 2 places offertes par le *Montluc Cinéma*. Cette soirée conviviale s'est achevée par un cocktail de bienvenue.



Ils ont eu un coup de cœur pour la région nantaise. Fabien, auteur-illustrateur jeunesse, Audrey, sophrologue-dietéticienne et leurs deux enfants sont arrivés l'an dernier de Paris : un changement radical pour ce jeune couple installé à la Chênaie !



Andry Rico, chargé de recherche dans le domaine environnemental, et Zo, son épouse, tous deux originaires de Madagascar, ont quitté Saint-Herblain avec leur fils Ary en 2014 pour rejoindre la commune, à la Chênaie également.



Venus de Brétigny-sur-Orge, Claude et Maryvonne, jeunes retraités, habitent boulevard Villeneuve depuis 2014. Originaires du département, ils y ont conservé des liens familiaux.

La Fête de la Musique sur un rythme pop-jazz

Le public était au rendez-vous à la *Fête de la Musique* sur le parking du Calvaire le **vendredi 19 juin 2015** organisée par le service Culture de la Ville de Saint Etienne de Montluc.

A partir de 18 h 30, les différentes formations de l'Ecole de Musique stéphanoise *Rythme au Manoir* se sont succédées sur scène et dans l'Avenue du Calvaire pour présenter le travail annuel des élèves à travers la chorale, l'ensemble de cuivres ou de guitares...

Le groupe *Phil Barouf et les Intellectuels* s'est ensuite produit dans un répertoire pop et jazz, aux chansons parfois douces, parfois plus vives, pour ensuite laisser place au traditionnel feu de la Saint Jean, face au Calvaire.

A noter aussi la belle prestation des membres de *Rythme au Manoir* qui ont voulu prolonger ce moment fort en jouant le lendemain après-midi sur la place du Commerce.

Rendez-vous l'an prochain pour une nouvelle soirée musicale familiale et conviviale !





La belle mobilisation de *Clem'Action*

C'est par un grand moment d'émotion que l'ensemble des participants et les bénévoles de l'association *Clem'Action* ont débuté cette journée du **samedi 27 juin 2015** en rendant un hommage à Clément Barré disparu un an auparavant et présent dans toutes les pensées. Sous un beau soleil, les 350 sportifs et autant de spectateurs se sont

défiés en toute convivialité à la pétanque et au football, au son de la musique festive de plusieurs groupes venus bénévolement, dont *Rythme au manoir*, *Aquarelle* et les *Bomberoots*.

Les sapeurs-pompiers stéphanois ont clôturé cette journée par un spectacle rafraîchissant ponctué de son et de lumières d'artifices.

L'ensemble des bénéfices a été reversé à l'association nationale *Vaincre les Maladies Lysosomales* dont *Clem'Action* est une antenne. Merci aux bénévoles, aux partenaires, aux participants, à la mairie et à ses services techniques, aux sapeurs-pompiers ainsi qu'au *Football Club Stéphanois* pour leur aide précieuse.

Le Gala de *Let's Dance au Manoir* : un gros travail en amont



Encore une belle fréquentation pour ce gala qui a réuni près de 600 spectateurs au cours du **dernier week-end de juin** particulièrement chargé en événements dans la commune.

Les treize chorégraphies présentées par les danseuses de *Let's Dance au Manoir* ont bien reflété tout le travail préparatoire accompli. Une qualité de travail qui devrait même

progresser avec l'ouverture d'un cours de perfectionnement pour les élèves d'un niveau avancé grâce à l'intervention d'un professeur de danse en alternance avec Anne Marchou depuis la rentrée 2015/2016.

D'ores et déjà, vous pouvez noter la date du prochain gala, les 11 et 12 juin 2016, à l'*Espace Montluc*.

Le dynamisme des clubs sportifs stéphanois salué

A l'initiative de la municipalité, le **vendredi 3 juillet 2015**, dans la Salle Malraux au Manoir, les représentants de sports individuels ou collectifs stéphanois accompagnés de leurs dirigeants ont été récompensés par des trophées pour marquer les bons résultats obtenus. Rémy Nicoleau, le maire et Yves Taillandier, l'adjoint aux Sports ont rappelé que « *Chacun, en adhérant aux valeurs du sport, véhicule aussi l'image de la commune.* ».



Ont été primés les sportifs et équipes dans les disciplines du tennis, judo, badminton, football, basket, handball et tennis de

table. Une opération appelée à se renouveler par la suite en fonction des résultats des clubs.



Commémoration au Moulin Neuf

Samedi 15 août 2015, en fin de matinée, au Moulin Neuf, a eu lieu une cérémonie de recueillement présidée par le maire de la commune Rémy Nicoleau, en présence d'élus, d'anciens combattants, et d'un public nombreux, toutes générations confondues. Un discours et un dépôt de gerbes au pied du calvaire ont remémoré ce drame qui coûta la vie à cinq personnes le 15 août 1944.



7^{ème} Forum des Associations Stéphanoises : une vitrine incontournable

Samedi 5 septembre 2015, dans la salle du Coteau, le public pouvait choisir son ou ses activités parmi une quarantaine d'associations présentant près de 50 activités. Organisée par la Ville, cette rencontre très attendue permet à un large public de faire son choix

et de s'inscrire en début de saison. Un remerciement particulier à l'ensemble des jeunes du groupe *Saint-Etienne Loire et Sillon des Scouts et Guides de France* qui ont apporté leur aide aux associations pour le montage des stands.

Une première pour Belly Diamond, l'une des deux nouvelles associations présentes.



Patrick Lelong intronisé chef de corps du Centre de Secours



Samedi 12 septembre 2015, en fin de matinée, sur le parking des

Moulinets, puis dans la Salle des Loisirs, s'est déroulée une cérémonie particulière pour marquer la passation de commandement du Centre de Secours de Saint Etienne de Montluc entre le Capitaine honoraire Claude Plessis, chef de corps depuis 14 ans, et le Lieutenant Patrick Lelong, sapeur-pompier professionnel. La manifestation, aux

accents très protocolaires, sous la direction du Colonel Serge Delaunay, chef d'Etat-Major du SDIS 44, a été suivie en présence de Marcel Verger, Conseiller Départemental et Vice-président du Conseil d'Administration du SDIS 44, de Rémy Nicoleau, maire de la commune, des maires des communes voisines, et d'un public nombreux.

Balade gourmande dans les marais

Proposée par l'Office de Tourisme *Cœur d'Estuaire*, une nouvelle sortie botanique animée par Emmanuelle Guilbaudeau, de *Terra Herba*, a eu lieu **dimanche 20 septembre 2015**, sur la boucle du marais à Saint Etienne de Montluc : reconnaissance et cueillette de plantes sauvages comestibles, informations sur leurs qualités nutritives dans un premier temps ; puis

préparation dans la salle Malraux, au Manoir, d'un apéritif dinatoire qui a permis à tous d'apprécier les qualités gustatives de ces plantes déclinées sous forme de canapés au pesto d'ortie, beignets de consoude, boulette de fromage de chèvre au lierre terrestre sur feuilles de nombril de vénus, tarte sucrée aux orties, verrines à la mûre et cookies aux cenelles...



Très agréable moment ensoleillé pour les 14 personnes présentes, instructif aussi, et dans une ambiance conviviale ! Prochaine sortie prévue le 24 avril 2016...

Le spectacle de magie *Very Magic Trip* pour la bonne cause



Florian le magicien, Christelle la ventriloque... et Gino.

C'est dans une ambiance conviviale et festive que s'est déroulée, le **samedi 26 septembre 2015** à l'*Espace Montluc*, cette soirée organisée par l'Association *Aïny au profit de l'action scolaire humanitaire au Sénégal*.

En première partie, Christelle, avec son talent de ventriloque et... Gino ont emporté petits et grands dans leur monde. Puis Florian Longépé le magicien transporta le public aux

States dans un show burlesque entre comédie et magie. Ce fut un moment très agréable pour 150 spectateurs conquis.

Sincères remerciements aux personnes de bonne volonté, généreux donateurs, sponsors, et à la mairie de Saint Etienne de Montluc pour son aide apportée. Nous espérons recevoir encore votre soutien dans nos futures activités.

Le Vide-greniers d'automne a tenu toutes ses promesses !

Dimanche 27 septembre 2015, la 8^{ème} édition du Vide-greniers de l'Amicale Laique a attiré de nombreux visiteurs et chineurs car le beau temps était encore au rendez-vous du côté de la rue Lamennais. Les 170 exposants, Stéphanois pour la plupart, sont repartis satisfaits de la journée, se promettant de revenir l'an prochain. L'exposition insolite de près de 150 miniatures de camping-cars et caravanes depuis les années 50, à l'initiative de Sylvie et Franck Méneret, collectionneurs de l'association AMLGC17, a intéressé de nombreux curieux. Comme tous les ans, les jeunes de l'association *Choc Festif* ont assuré la restauration. Merci aussi à tous les bénévoles qui se lèvent très tôt pour assurer la



circulation et la mise en place des exposants, ainsi qu'à l'Amicale de Malville qui avait prêté les vitrines pour l'exposition.

Notez dans votre agenda la prochaine édition, le dimanche 25 septembre 2016 !

Le Repas des Aînés, moment d'échanges et de convivialité



360 convives se sont retrouvés à l'*Espace Montluc*, **jeudi 1^{er} octobre 2015**, au rendez-vous du traditionnel *Repas des Aînés* offert par la Ville. Cette année, l'animation musicale était assurée par la chanteuse Delphine qui a interprété des chansons françaises d'hier et d'aujourd'hui.

Près de 1 000 participants aux Dahus de la Loupiote

Dimanche 4 octobre 2015, pour sa 8^{ème} édition, la randonnée des *Dahus de la Loupiote* a réuni, malgré l'absence de soleil, 970 personnes (677 vététistes et 293 marcheurs). L'ensemble des participants a pu découvrir les chemins de Saint Etienne de Montluc et du Sillon de

Bretagne. Au cours de la matinée, l'association *Vaincre les Maladies Lysosomales* était accueillie dans le cadre de la balade nationale du Lysosome 2015. A cette occasion, chaque marcheur s'est vu remettre un bracelet aux couleurs de cette journée de sensibilisation aux maladies lysosomales.





Concours des *Maisons Fleuries* 2015



Vendredi 9 octobre 2015, à la salle des Loisirs de SEM, Catherine Reynaert, présidente de l'Office de Tourisme *Cœur d'Estuaire*, Martine Fournaud, responsable du Concours et la dynamique équipe des

bénévoles ont accueilli les lauréats de la 42^{ème} édition en présence de nombreux élus de la Communauté de Communes *Cœur d'Estuaire*.

La thématique 2015, "Aromatiques et Mellifères", aux fins de contribuer à la sauvegarde des abeilles en grand danger d'extinction, nous a donné l'occasion d'écouter la conférence intéressante de Joël Brochard, président de l'Association des Apiculteurs de Loire-Atlantique, et de goûter le miel de Marie-Paule et Marc Doceul, apiculteurs stéphanois.

Les lauréats ont été Monique Sorin

(Saint Etienne de Montluc) en catégorie **façades fleuries**, prix spécial hors concours, la famille Audo, 1^{er} Prix (Saint Etienne de Montluc), M. M^{me} Polart, 2^{ème} Prix (Saint Etienne de Montluc), Martine Faure, 3^{ème} Prix (Cordemais) en catégorie **Jardins visibles de la rue**, Claire Berro, Alan Le Coz, Dominique Malfray 1^{er}, 2^{ème} et 3^{ème} Prix (Saint Etienne de Montluc), en catégorie **Jardins non visibles**.

Rendez-vous samedi 11 juin 2016, pour la 43^{ème} édition du Concours, avec « Le jardin des Senteurs. Mettons-nous au parfum ! ».

Humour et imitations ont fait bon ménage !



Samedi 10 octobre 2015, la saison culturelle municipale à l'*Espace Montluc* s'est ouverte par une soirée sous le signe du rire. Le public a découvert les *Two Pies*, duo de comédiennes et sœurs jumelles, pour un spectacle plein d'énergie et de bonne humeur sur « Les p'tits trucs de la vie ». Puis les spectateurs se sont régalez avec Franck Brun, imitateur, humoriste et chansonnier, qui a taquiné, avec beaucoup de finesse, en voix et en chansons, une pléiade de vedettes et de personnalités politiques.

Sortie pédestre inaugurale des deux nouvelles boucles : un succès !

45 marcheurs et amis des sentiers, dont 4 élus, avaient répondu présent **dimanche 11 octobre 2015** à l'invitation de l'Office de Tourisme *Cœur d'Estuaire* pour une promenade sur les boucles de l'Étang Bernard et du Reilly. Les baliseurs de la commission Sentiers commentaient au fil du chemin le nouveau réseau des marques et de pancartes ainsi que les améliorations apportées par le réaménagement

foncier. Le regroupement au Reilly pour le verre de l'amitié a été un beau moment de convivialité au cours duquel Catherine Reynaert, la présidente de l'Office de Tourisme, a présenté le travail accompli sur les sentiers et dans les commissions, lançant en cette occasion un appel à rejoindre l'équipe des bénévoles de l'association. A l'unanimité des participants, une belle matinée !



Vous avez
du talent !

vies stéphanoises



3 Stéphanois chez les Massaï !

Non, vous n'êtes pas dans « Rendez-vous en terre inconnue »... ou plutôt si, un peu quand même ! L'association *Course autour du Monde* créée par un ancien mordu de course à pied combine le plaisir de courir, la découverte d'un pays au plus près de ses habitants, mais aussi des actions humanitaires dirigées vers les enfants à travers la distribution de fournitures scolaires aux villages étapes.

Du 17 au 29 juin 2015, trois Stéphanois, Marie-Annick, Jean-Luc et Martine, ont participé dans ce cadre au *Raid Tanzanie* : 125 km en 5 étapes consécutives à travers steppe et savane, avec la traversée de nombreux villages, bivouacs sous tente, et dans une case Massaï, à Olpopongi, pour la dernière étape. Des paysages superbes que domine le Kilimandjaro, des rencontres étonnantes, des enfants courant pieds nus à leurs côtés durant des centaines de mètres. En dehors du staff français (pisteurs, médecin, infirmière, organisateur), la logistique était

assurée par *Congema Safaris*, une organisation locale sérieuse... indispensable en Afrique pour éviter trop de déconvenues.

Après l'effort le réconfort, avec un safari-photos où ils ont côtoyé éléphants, zèbres, girafes, jaguars et de nombreux autres animaux sauvages du continent africain. « Une expérience inoubliable, où l'aventure humaine a pris le pas sur l'aspect sportif et où l'on mesure mieux la valeur de l'eau et le bonheur de vivre sous nos contrées », dixit Jean-Luc. Dépaysement assuré !



LE CLUB DE L'AMITIÉ... ESSAYEZ, VOUS VERREZ !

Créé en 1973 sous l'impulsion du Bureau d'Aide Sociale, le *Club de l'Amitié Stéphanoise* offre une image dynamique et conviviale. Aujourd'hui, il compte près de 150 adhérents et continue à proposer tout un panel d'activités. Entre les rendez-vous hebdomadaires ou ponctuels et les manifestations annuelles, il y en a pour tous les goûts... et tous les âges puisque le plus jeune a 62 ans et l'aîné avoue 88 printemps. C'est aussi l'occasion de se retrouver, d'échanger. Marie-Jeanne Sorin parle de ce club qu'elle connaît bien pour en être la présidente depuis 5 ans.



Quelles sont les animations en semaine ?

Il y a la chorale **le mardi, entre 10 h et 11 h**, sous la houlette de Michèle Lorfeuvre, le chef de cœur, fréquentée par une trentaine de personnes qui répètent des chants du répertoire populaire dans la salle de musique Maurice Ravel. La chorale ne compte qu'un seul homme et espère d'autres voix masculines. Venez le rejoindre !

Puis le « **jeudi loisirs** », **entre 14 h et 17 h**, où une trentaine de boulistes participent régulièrement à des parties acharnées sur le terrain agrandi récemment, à l'arrière de l'Espace Associatif du Manoir. Cet après-midi-là est aussi réservé aux amateurs de cartes, jeux de société et Scrabble, dans la salle du Club de l'Amitié.

Et enfin le **3^{ème} vendredi du mois, de 14 h 30 à 19 h**, où une bonne trentaine de personnes se retrouvent dans la Salle Malraux pour le «P'tit bal», un après-midi détente où l'on peut danser, fêter les anniversaires du mois, prendre une collation... Ambiance garantie !



Et en dehors de ces rendez-vous ?

Parmi les activités moins sportives mais tout aussi intéressantes, vous avez : **en janvier** la Galette des Rois où pratiquement tous se retrouvent, **en février** l'expo-vente, l'occasion de présenter les travaux des adhérents (tricots, broderies, paniers...), et **en mai** le repas animé du Muguet.

Et puis il y a **4 ou 5 sorties à la belle saison**, (le lac de Guerlédan en juillet dernier), **1 ou 2 spectacles durant l'hiver** (la revue de la Cloche). Et enfin, cerise sur le gâteau, **un voyage annuel d'une semaine en juin** (en compagnie d'autres membres de Couéron, Sautron, Cordemais),

dont une partie du coût est prise en charge par le Club de l'Amitié. Cette année, c'était l'Andalousie, l'occasion pour une quinzaine de Stéphanois d'avoir pu découvrir entre autres, Grenade, Cordou, Séville, Cadix, Malaga, Torrox avec son superbe village blanc... et tout ceci dans une superbe ambiance !



Prochains rendez-vous :

Assemblée Générale : mardi 1^{er} décembre 2015

Galette des Rois : jeudi 7 janvier 2016

Expo-vente : week-end des 20-21 février 2016

Repas du Muguet : mardi 3 mai 2016



Vous êtes seul(e) ?

Vous vous ennuyez ?

Pas nous ! Alors n'hésitez pas à venir nous rejoindre pour passer d'agréables moments.

Détente assurée !

Collectes de l'Amicale pour le don de sang bénévole : Et si vous donniez votre sang ?



En 2014, la barre des 800 dons a été frôlée pour la première fois... et la progression continue pour l'Amicale sur le secteur de Saint Etienne de Montluc, Cordemais et Le Temple-de-Bretagne. Ce résultat significatif ne doit rien au hasard. Derrière chaque collecte, c'est toute une chaîne matérielle et humaine bien rodée qui se met en place afin de permettre son bon déroulement : communication, fléchage, installation de l'équipement du staff de l'*Etablissement Français du Sang* (accueil, médecins, salle de don), avant la collation servie par les bénévoles de l'Amicale.

Comment fonctionne l'*Etablissement Français du Sang* (EFS)

Créé en 2000 et relevant du ministère de la Santé, l'EFS est l'opérateur unique de la transfusion sanguine qui comprend les dons de sang total, de plasma, de plaquettes, de moelle osseuse et de sang placentaire. L'EFS est le garant de la sécurité de la chaîne transfusionnelle, du donneur au receveur. Et la tâche est complexe : baisse des dons à certaines périodes (ponts, vacances, hiver), manque de donneurs jeunes et urbains face à une population de donneurs vieillissante, déséquilibre pour certaines régions qui n'arrivent pas à couvrir leurs besoins en produits sanguins, comme l'Île-de-France et PACA, et doivent

faire appel aux autres. Sans compter la durée de vie des composants : 42 jours pour les globules rouges qui représentent 80 % des demandes de transfusion, 1 an pour le plasma, mais seulement 5 jours pour les plaquettes !

L'EFS en chiffres, c'est :
17 établissements
146 sites de prélèvement
40 000 collectes mobiles
1 600 000 donneurs
1 000 000 de malades soignés

Le parcours d'une poche de sang

Pour la sécurité des donneurs et des receveurs, elle va effectuer un parcours rigoureux : le sang du donneur est prélevé par un(e) infirmier(e) spécialement formé,

puis il est filtré (globules blancs retirés), centrifugé pour séparer globules rouges, plasma et plaquettes. Parallèlement, des tubes-échantillons recueillis subissent une série de tests biologiques, et s'ils sont conformes, après d'ultimes contrôles de compatibilité entre le sang du donneur et celui du patient, la transfusion peut s'effectuer.

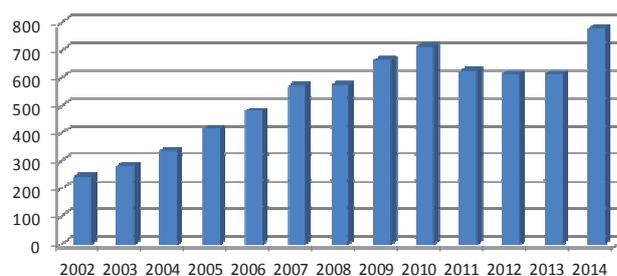
A Saint Etienne de Montluc :

En 2014 :

- 52 % des donneurs étaient des femmes
- La tranche d'âge la plus représentée était celle des 45-54 ans avec 1 donneur sur 4 (1 donneur sur 7 pour les 18-24 ans)
- Lors de chaque collecte, 1 donneur sur 10 effectuait son 1^{er} don.



Nombre annuel de dons depuis 2002



Joseph Bernard,
président de
l'Amicale.

Comment se porte l'association ?

Très bien pour une vieille institution qui organisa sa première collecte le 12 novembre 1959, en mairie à l'époque. Si l'on se réfère aux 13 dernières années, la progression des dons est quasi constante. En 2015, les 3 premières collectes étaient en hausse de 15 % par rapport à 2014, avec un pic à 193

en janvier. Il faut dire que l'EFS joue le jeu en mettant à disposition 5 docteurs et 6 infirmier(e)s pour 18 lits.

Je souligne l'excellent partenariat avec la mairie qui nous prête l'Espace Montluc avec sa salle bien dimensionnée pour les donneurs comme pour les membres de l'EFS et de l'Amicale, ce qui



Merci aux bénévoles, qui, également donneurs ou anciens donneurs, apportent une aide précieuse.

Toute personne de 18 à 70 ans révolus pesant plus de 50 kilos est apte à donner son sang (4 dons de sang total pour les femmes, 6 pour les hommes)

Collectes 2016 :

• les jeudis 14/1, 24/3, 26/5, 1/9 et 3/11, de 16 h à 19 h 30.

Pour un 1^{er} don, n'oubliez pas votre Carte d'Identité!



Cela pourrait être vous, alors n'attendez pas d'en avoir vraiment besoin pour en donner !

Témoignages

Mieux que des discours, voici le regard croisé de 3 Stéphanois qui donnent, ont donné ou aimeraient donner.



Marion, 22 ans :

« Ma mère était donneuse quand elle était plus jeune, en plaquettes

notamment. J'y

étais sensibilisée, aussi à 18 ans, j'ai décidé de donner à mon tour, parce que je sais que ce petit geste, c'est important pour les autres. Alors je vais deux fois par mois à l'EFS à Nantes. »

était descendu très bas, et l'équipe médicale a dû me transfuser 3 poches de sang. J'ai eu beaucoup de chance mais j'ai eu surtout le produit qu'il fallait au bon moment. Auparavant, je n'étais pas donneur, mais depuis ce jour, si j'en avais la possibilité [une personne transfusée ne peut plus donner son sang], bien évidemment, je donnerais volontiers mon sang lors des collectes. »

véhicule est sorti à son tour de la route et a percuté la voiture... Bilan personnel : 3 semaines de coma, jambes, hanche, mâchoire cassées, traumatisme crânien... Mon regard sur l'utilité du don du sang s'est trouvé conforté, un accident est si vite arrivé, à deux pas de chez soi, avec des proches... Depuis j'incite mes amis à donner leur sang, j'encourage à le faire sur les réseaux sociaux.

Patrick, 64 ans : « En octobre 2012, alors que j'étais seul à la maison, j'ai fait une hémorragie sérieuse. La suite est banale : Urgences, puis hospitalisation durant une petite semaine... Mon taux d'hémoglobine



Fabien, 30 ans :

« C'était la nuit, je secourais un ami dont la voiture était au fossé. On l'a sortie et bien garée sur le côté.

Alors que j'inspectais le châssis, un

Je ne peux plus en donner car j'ai été transfusé et cela reste très frustrant. Je viens de fêter mes 30 ans et j'ai le sentiment que cela aurait pu s'arrêter il y a 7 ans et demi... si personne n'avait donné son sang pour que je puisse être transfusé à temps ! »

facilite grandement la logistique et participe ainsi au succès de la collecte. Autre sujet de satisfaction : depuis juin 2014, un accord a été conclu entre l'EFS, l'Amicale et la SCA Ouest pour permettre le déplacement du personnel lors d'un créneau horaire aménagé, ce qui booste sérieusement les collectes.

Quel message souhaitez-vous transmettre ?

Un an de collectes de l'Amicale suffit juste à couvrir les besoins journaliers pour la région nantaise... Il faut donc en appeler à la générosité des gens, notamment les plus jeunes. Faut-il rappeler qu'en France, le don est gratuit, bénévole et volontaire ! Parlez-en autour de

vous (famille, voisins, collègues, etc.) car le bouche-à-oreille demeure toujours un des meilleurs moyens de diffusion. Consacrer une heure à donner votre sang peut sauver une vie (peut-être celle de vos proches ou de votre voisin) ?... Il n'y a que le premier pas qui coûte !



CRÈME DE SOJA AU ZESTE DE CITRON : LÉGÈRE, SI LÉGÈRE !



Ingrédients

(4 personnes)

- 40 cl de crème de soja
- 2 œufs
- 30 g de sucre
- 50 g de zestes de citrons confits

Source : Recettes gourmandes végétariennes, éditions First

La crème de soja (ou tofu soyeux) s'utilise comme une crème traditionnelle. Elle présente l'avantage d'être moins calorique, n'offusque pas le nutritionniste et supporte la cuisson. Comptez 175 calories pour 100 g. Le soja ne comporte pas de cholestérol, il apporte des lipides insaturés et est riche en acides aminés. Alors... qui a dit qu'il fallait s'en priver ?

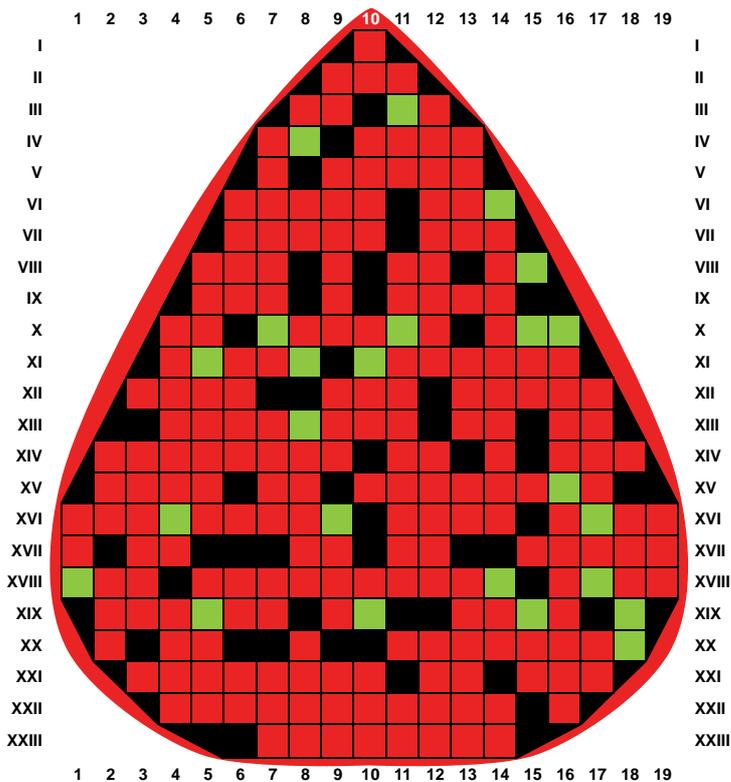
Recette (préparation : 10 minutes - Cuisson : 40 minutes)

1. Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6)
2. Hachez finement les zestes de citron confits
3. Faites chauffer légèrement la crème de soja
4. Battez les œufs en omelette, versez dessus la crème de soja tiède, ajoutez le sucre et le citron confit.
5. Versez dans 4 ramequins et faites cuire au four au bain-marie pendant 30 à 35 minutes
6. Servez tiède ou froid.



MOTS CROISÉS

Pour changer, un mots croisés thématique* en forme de goutte de sang, pour faire écho à une association caritative qui recueille à Saint Etienne de Montluc, depuis presque 60 ans, une chose qui nous est très précieuse et qu'il est néanmoins facile d'offrir quand on en a la possibilité.



HORIZONTALEMENT

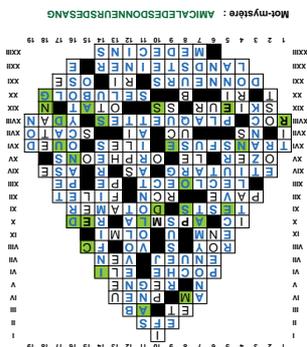
- II**- Etablissement qui a le monopole de la transfusion sanguine **III**- Copulative - **Un des groupes sanguins** **IV**- Avant midi - Enveloppe gommée **V**- Celui du 3^{ème} Reich devait durer mille ans **VI**- Mode de conditionnement de chaque prélèvement - Point retourné dans l'eau **VII**- Il est particulièrement recherché pour le don du sang (inversé) - Une part des ventes **VIII**- Un Jules dont l'œuvre littéraire resta marquée par la Guerre d'Algérie - Version originale - Un franc troué **IX**- Ecole Nationale de la Magistrature - Cinéaste italien **X**- Un côté chic - **Élément liquide du sang en vrac** - Rouge outre-Manche **XI**- Le sang en subit beaucoup avant de pouvoir être transfusé - Motarde un peu ballottée **XII**- Dans la mare parfois - Lettres de reconnaissance - Morceau de choix **XIII**- Une collecte complètement désorganisée - Elu pyrénéen - Une partie du pécule **XIV**- Un des 4 piliers du don éthique (inversé) - Cœur battant - Résine malodorante **XV**- Nul et en plus désordonné ! - Article - Chorale de voix masculines **XVI**- A reçu une injection de sang - Terres ceintes - Cours d'eau en Afrique du Nord **XVII**- Saintes initiales - Unité centrale - Paresseux de nature - D'un préfixe un peu «pipi-caca» **XVIII**- A la tête dure - Elles jouent un rôle dans la coagulation du sang - Andy bouleversé ! **XIX**- Il aime forcément la montagne - Initiales de sinistre mémoire - Enlevât **XX**- Roi sans cœur - Cellules que l'on trouve en suspension dans le sang (inversé) **XXI**- Ont droit à une collation après prélèvement - Portion de riz - Fort gaulois **XXII**- On doit à ce biologiste autrichien d'avoir distingué les groupes sanguins et le facteur Rhésus **XXIII**- Ils sont de nature très curieuse car ils vous posent énormément de questions avant le don...

VERTICALEMENT

- 1**- Au pigeon ou bien au but, il s'agit de viser juste **2**- Elève aspirant... à officier en réserve - Armée féodale **3**- Médecin français, créateur du premier Centre de transfusion sanguine **4**- Grands amateurs de pâtes (à pizzas) - Perroquet façon Dagobert **5**- Personnes que l'on transfuse - Affligea **6**- Gardien de bétail en Amérique du Sud - Section de section - Pas forcément approuvé - Partie de tennis **7**- Autre pilier du don éthique - Président brésilien des années 2000 (en verlan) - Argon - Edam troué **8**- Fait partie de l'hémophilie - Cuivre - Parti - Roques brouillons sur un échiquier - Rapace ou sotté ? **9**- Le cœur en miette - Peut être positif ou négatif chez les donneurs comme les receveurs - Désert - Boucliers - En retard **10**- Avec lui on mettrait... Londres en bouteilles ! - Véhicule tout-terrain et même à rebours ! - 1700 romain - Préposition - Voit de l'autre côté du Channel **11**- Élément précieux que beaucoup d'entre nous peuvent offrir - 3^{ème} pilier du don éthique - Une partie du frie **12**- Dernier pilier du don éthique - Ville de Croatie - Peintre et graveur suisse décédé en 2015 à 106 ans **13**- Affluent de l'Oubangui - Agence de presse française - Interjection - Avec lui il ne faut pas manquer d'air **14**- Elles sont une demi-douzaine lors des collectes - Pan de stuc - Pas tout à fait le RSA mais presque... **15**- Général américain sur le retour - Premier système de classement des groupes sanguins A, B et O... comme son nom l'indique ! **16**- Le sang de ces personnes d'origine subsaharienne est très recherché pour soigner ceux qui sont atteints de cette maladie génétique **17**- Prix Nobel de médecine 1980, cet immunologue est à l'origine des recherches sur la compatibilité donneur/receveur (inversé) - Largeur **18**- Celui de Thau est déjà d'une belle surface **19**- Faites-le si vous n'avez pas encore essayé, à Saint Etienne de Montluc 5 fois par an... ou ailleurs.

En lisant dans l'ordre les cases vertes, vous découvrirez que sans l'aide des bénévoles, elle n'existerait pas.

Mot-mystère :



* Les définitions thématiques sont en bleu