

# Regards sur Charny

N° 82

Novembre 2015

<http://www.charny77.fr>

É  
D  
I  
T  
O  
R  
I  
A  
L

Mes chers amis

Je vous avais promis de vous tenir informés de l'avancement des tractations en cours sur l'intercommunalité.

Le résultat, après une deuxième réunion avec le préfet de région, reste inchangé depuis le mois de juillet 2014 où il a été décidé que dix-sept communes de notre intercommunalité vont partir dans le 95 et de laisser 20 communes dont la nôtre dans une petite intercommunalité de 24 000 habitants, avec de petites communes sans revenus comme Plessis-aux-bois, Cuisy ou Plessis l'Evêque.

Par contre aujourd'hui nous restons dans l'intercommunalité existante, avec son personnel (le plus gros problème), il faut trouver un autre siège, supporter les crédits en cours. Il a donc été décidé de déposer plainte au tribunal administratif pour essayer d'obtenir un référé suspensif qui nous permettrait de pouvoir nous organiser et de prendre le temps de traiter les sujets dont je vous ai parlé précédemment, sachant qu'à ce jour la perception n'a toujours pas pu se mettre à jour de la réunion des trois intercommunalités et des communes rattachées, de combien d'années aura-t-elle besoin pour faire le point pour traiter l'ensemble des sujets ?

Quid au premier janvier des salaires du personnel ?

Que deviennent les services de la petite enfance ?

Qui reprend les crédits des travaux réalisés sur les communes parties dans le 95 sur des compétences que les intercommunalités du 95 n'ont pas ?

Nos chers gouvernants ont fait voter une loi qui s'appelle la loi MAPTAM, celle-ci n'est pas respectée.

Pourquoi avoir laissé pendant trois ans s'opérer des regroupements d'intercommunalités pour, du jour au lendemain, faire autre chose ? Nous avons pu constater lors des réunions que des arrangements étaient déjà prêts et que ces réunions n'étaient que des leurres face à une situation financière compliquée pour nous les petites communes laissées pour compte sur le bord de la route, en supprimant des parties de notre département puisque une partie des communes partent dans le 95 et il en est de même pour le secteur de Melun qui lui va être rattaché à Evry

Pourquoi a-t-on voté pour élire des conseillers départementaux ? Il aurait été plus simple de supprimer les départements et de faire grosses intercommunalités !

Voilà, je voulais que vous soyez au courant d'une situation qui n'est pas rose pour nos villages et s'annonce difficile pour les années à venir.

Je ne manquerai pas de vous tenir informés de la suite des événements.

Cordialement,  
Votre Maire Xavier Ferreira



Directeur de la Publication :  
**Xavier FERREIRA**

Maquette et Infographie :  
**Pascal GUIMARD**  
p.guimard@aliceadsl.fr

Imprimeur :  
**RoissyCopy**  
5-7 rue Housart  
95700 ROISSY EN FRANCE

Nombre de tirages :  
560 exemplaires

Dépôt légal enregistré  
sous le numéro 83.0017

**Avertissement** : La Rédaction de "Regards sur Charny" ne peut être tenue responsable des propos et des photos qui sont publiés dans les articles de ce journal. La responsabilité en incombe uniquement à leurs auteurs.

"Regards sur Charny" est préparé et réalisé par Mesdames France DEKEYSER, Caroline GARRET, Françoise GUIMBARD, Claire KARMANN, Louise MERLIN, Natacha PECCOUX, Catherine PLEUX, et Messieurs, Daniel CLÉMENT, Didier DEBRIT, Xavier FERREIRA, Pascal GUIMARD.



# Sommaire

Éditorial .....	1
Calendrier .....	2
La lettre du Conseil Municipal .....	3
Infos...	
Pêle Mêle .....	4
Hommage à Philippe Monin .....	9
Décès de Denise LAVAULT .....	10
Centre de loisirs .....	11
Démarches administratives .....	12
Conférence sur la nutrition des seniors .....	14
Repas offert par le C.C.A.S. aux Aînés de Charny .....	16
Repas entre voisins .....	18
Sport hors commune .....	20
La garderie .....	21
Ça s'est passé à Charny .....	22
Jeux .....	30
La parole est aux associations	
La Pétanque Charnicoise .....	31
A.A.D.E.C. ....	32
Kokope Line Dancers Charny 77 .....	33
Comité des fêtes .....	34
Judo Club de Charny .....	35
Mélismes .....	36
Tennis Club Municipal .....	36
Gymnastique Volontaire Charnicoise .....	37
G.P.E.A.M.V. ....	38
Tous en Scène .....	40
Solution des jeux .....	41
Nos joies et nos peines .....	42
À Charny .....	43

## Calendrier

6 décembre 2015	Spectacle de Noël réalisé par la Commission des Jeunes, pour les enfants et goûter offert par le C.C.A.S..
13 décembre 2015	Marché de Noël, organisé par le Comité des fêtes, salle polyvalente.
19 décembre 2015	Distribution des colis de Noël aux Aînés.
31 décembre 2015	Réveillon de la Saint Sylvestre, organisé par le club de boxe.
28 février 2016	Exposition de timbres.
5 mars 2016	Loto organisé par le Club Bel Automne.
19 mars 2016	Saint Patrick organisée par Tous en scène.
3 avril 2016	Bric-à-brac de la chorale Mélismes.
9 avril 2016	Soirée couscous organisée par la Commission des Jeunes.
16 avril 2016	Loto du Judo.
<b>Élections</b>	
6 décembre 2015	8 h à 18 h, 1 <sup>er</sup> tour des élections Régionales.
13 décembre 2015	8 h à 18 h, 2 <sup>ème</sup> tour de élections Régionales.

# La lettre du Conseil Municipal

Des travaux ont été réalisés dans la commune pendant les vacances d'été :

- Extension de la cantine
- Voirie pour accéder au dojo
- Peinture des passages piétons sur la chaussée et des places de stationnement
- Mise en sécurité du trottoir de la pharmacie
- Remise en état de la classe de Mme Rapin
- Peintures à la garderie
- Démolition de l'ancien garage en vue de la construction de la médiathèque

La commune a encore connu des dégradations cette année. Après l'école en 2014, c'est au tour du tennis couvert d'avoir été vandalisé. Quatre jeunes du village en sont les auteurs : trois garçons et une fille qui ont été identifiés. Une plainte a été déposée à la gendarmerie contre ces malversations. Nous demandons aux parents d'être vigilants envers les activités de leurs enfants.

Les premiers propriétaires du lotissement « Les haies de Beauvais » sont arrivés au cours de l'été, nous leur souhaitons la bienvenue.

Nous sommes heureux d'accueillir une hypnothérapeute. Elle partage les locaux de l'ostéopathe.

Patricia Robert, Béatrice Stevenoot et Françoise Vanbustel ont fêté leur départ à la retraite. Les enfants de Charny se souviendront d'elles à l'école, à la cantine ou à la garderie.

Nous leur souhaitons un bon repos et une heureuse retraite.

Le Conseil Municipal.



## Mieux vaut en rire !

*C'est l'histoire d'un bûcheron qui coupe du bois pour l'hiver. Un Indien passe par là et le bûcheron lui demande :*

*- L'hiver sera-t-il froid, grand chef indien ?*

*- Oui, HUGH ! hiver très froid.*

*Alors le bûcheron se remet à couper du bois de plus belle. Le lendemain, l'Indien repasse par là et le bûcheron lui demande si l'hiver sera vraiment aussi froid qu'on le dit.*

*L'indien répond :*

*- Oui, HUGH ! Hiver très rigoureux....*

*Alors le bûcheron reprend sa scie et coupe une montagne de bois. Le jour suivant, l'Indien repasse en disant :*

*- Hiver très, très rigoureux.*

*Le bûcheron intrigué, lui demande :*

*- Mais enfin, dis-moi comment tu devines que l'hiver sera très froid.*

*- Chez nous, on a un dicton : Quand l'homme blanc coupe du bois, c'est que l'hiver va être froid !*

\*\*\*\*\*

*Quel est le point commun entre un ex-mari et l'appendicite ?  
Les deux vous ont fait très mal, et après qu'on les ait enlevés,  
vous vous rendez compte qu'ils ne vous servaient à rien.*

# Infos... Pêle mêle

## Parcours de citoyenneté

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 1999, tous les jeunes Français, garçons et filles, doivent se faire recenser à la mairie de leur domicile. Une attestation de recensement leur sera remise. Cette obligation légale est à effectuer dans les trois mois qui suivent le 16<sup>ème</sup> anniversaire.

L'enseignement de Défense est prévu par la loi dans les programmes scolaires des classes de 3<sup>ème</sup> et de 1<sup>ère</sup>.

La journée d'Appel de Préparation à la Défense : J.A.P.D., est obligatoire pour les garçons et les filles entre la date du recensement et l'âge de 18 ans.

En fin de journée, un certificat de participation est remis. Il est exigé pour l'inscription aux examens et concours.

[www.bsn-par@dsn.sga.defense.gouv.fr](mailto:www.bsn-par@dsn.sga.defense.gouv.fr)

## Infos mairie

Téléphone : 01 60 01 91 08

Fax : 01 60 01 94 95

Mail : [mairie.charny77@wanadoo.fr](mailto:mairie.charny77@wanadoo.fr)

Web : <http://www.charny77.fr>

Heures d'ouverture :

**Le Lundi** de 13h30 à 19h.

**Le Mardi et le vendredi** de 8h15 à 12h et de 13h30 à 18h.

**Le mercredi** de 8h15 à 12h

**Le jeudi** de 8 h 15 à 12 h et de 13 h 30 à 19 h

**Le samedi** de 10 h à 12 h

## Pharmacies de garde

Mise en service dans notre département du « **3915** » : numéro national des gardes de pharmacies.



Appel non surtaxé, qui permet de connaître la pharmacie de garde la plus proche, 24 h sur 24 et 7 jours sur 7.

## Aide pour établir votre CV

Le lundi 16 novembre et le jeudi 19, de 9 h à 12 h, salle du conseil municipal, à la mairie de Charny, des conseillers viendront aider les chômeurs ou les personnes désireuses de changer d'emploi à rédiger leur CV.

## ADEME

L'ADEME (agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie) a publié un document téléchargeable sur :

[www.ademe.fr/médiathèque](http://www.ademe.fr/médiathèque)

intitulé : « Moins de déchets » qui indique comment maîtriser notre production de déchets.

## Inscription à l'école maternelle

Les inscriptions sont à effectuer à la mairie du 5 janvier 2016 au 15 mars 2016.

## Ouverture de la poste

Du **Lundi** au **vendredi** de 14h à 17h45.

Le **Samedi** de 9h à 12h.

Téléphone : 01 60 01 90 11

Site web : [www.laposte.fr](http://www.laposte.fr)

**LA POSTE**

## Borne de recharge pour véhicules électriques



Une borne de recharge pour véhicules électriques sera accessible sur le parking devant l'église, près de la cantine pour tous les habitants de Charny.

Cette borne sera installée par le syndicat départemental des énergies de Seine-et-Marne (SDESM) qui prévoit d'en installer 150 comme celle-ci sur l'ensemble du département. L'objectif du SDESM est d'encourager le développement des véhicules électriques dans le département qui pour le moment ne compte que 1000 immatriculations de véhicules électriques.

Les bornes éloignées entre elles de 20 km seulement, seront équipées de deux prises permettant de recharger l'ensemble des véhicules électriques ou hybrides.

Pour utiliser le service de charge, il suffit de s'enregistrer sur le site internet :

[www.ecocharge77.fr](http://www.ecocharge77.fr)

pour la somme de 5 € qui permet d'obtenir un badge d'accès aux bornes.

Ensuite, le service est prépayé 0,05 € par charge, quels que soient le temps et la puissance utilisés.

## Geste écoresponsable

Coupez votre moteur de voiture quand vous vous arrêtez plus de 60 secondes comme quand vous emmenez votre enfant à l'école ou dans un embouteillage).

Ce geste écoresponsable vous permettra :

- De produire moins de bruit
- De produire moins de CO2
- De faire une économie d'argent de 7 à 10 % en ville, voire même 15 % en cas de trafic dense

## Inscription et révision de la liste électorale

Comme chaque année, la période de révision se déroule du 1<sup>er</sup> septembre au 31 décembre 2015. Les inscriptions sont reçues au secrétariat de mairie, pour prendre effet au 1<sup>er</sup> mars



2016. Par application de l'article L.9 du code électoral, l'inscription est obligatoire mais elle impose une démarche préalable :

- aux Françaises et Français jouissant de leurs droits civils et politiques et n'ayant jamais figuré sur la liste électorale (plus particulièrement les jeunes qui viennent d'avoir 18 ans ou qui les auront avant le 28 février 2016).

- aux électeurs inscrits sur une liste électorale qui, à la suite d'un changement de domicile ou de résidence (datant de plus de six mois au moment du dépôt de la demande d'inscription) ont perdu le droit de se maintenir sur cette liste.

- aux étrangers de l'Union Européenne (seulement pour les élections municipales et européennes). Ils doivent se présenter avec un justificatif de domicile et leur carte de résident de l'Union Européenne.

Cette démarche, à effectuer impérativement avant le 31 décembre 2015, peut être faite dès maintenant pour éviter les oublis pour entrer en vigueur le 1<sup>er</sup> mars 2016. Elle est concrétisée par le dépôt, au secrétariat de mairie, d'une demande d'inscription signée. À cette demande, sont annexés :

- une pièce justificative d'identité et de nationalité française (carte nationale d'identité en cours de validité ou certificat de nationalité délivré par le juge d'instance)

- un justificatif de domicile datant de moins de trois mois (quittance de loyer, facture E.D.F. ou France Télécom).

Pour les personnes hébergées : copie du décompte de la sécurité sociale, carte d'étudiant, fiche de paye...

N'attendez pas le dernier moment : vous risquez d'oublier !

Inscription à Charny, jusqu'au jeudi 31 décembre 2015 à 18 heures.

# Infos... Pêle mêle

## Nouveaux Charnicois

Les nouveaux arrivants à Charny sont invités à se présenter en mairie s'ils ont des enfants afin de pouvoir faire un suivi des inscriptions scolaires à venir.

D'autre part, la mairie n'ayant aucun moyen de connaître les nouveaux administrés, nous demandons aux parents de bien vouloir retourner le bulletin ci-dessous à la mairie afin que leurs enfants soient répertoriés pour le goûter de Noël 2015 :

Nom – prénom des enfants	né le	Adresse
<small>(Préciser les noms de familles différents pour les familles recomposées)</small>		
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

Les enfants à naître peuvent être inscrits par la mention "bébé à naître le ...."



## Les professionnels de santé à Charny

### Cabinet médical

Docteur Pascal Dekeyser  
Docteur Claude Clavierie  
7 rue de Beauvais  
01 60 01 98 58

### Cabinet infirmières

2A rue des Écoles  
Radija Boughezal, Sophie Gadois  
et Charlène Brisset  
01 60 32 01 59  
Charny.infirmiere@laposte.net

### Pharmacie

Maryvonne Thébault Tartaglia  
1 bis rue de la Mairie  
01 60 01 61 60

### Ostéopathe D.F.O.

Jean-Stéphane Beaurain  
46 rue Vigne Croix  
77410 Charny (secrétariat)  
01 41 53 31 29

### Orthophoniste

Mme Karine Bellière  
8 rue de la Mairie  
01 64 36 29 94

### Psychologue psychothérapeute

Mme Rebillaud  
8 rue de la Mairie  
Sur rendez-vous  
06 17 47 41 90

### Hypnothérapeute

Florence Joyeux

## Messes dans notre secteur

**Paroisse de Claye-Souilly et villages (Charny, Messy, Saint-Mesmes, Gressy, Villeroy) et d'Annet et villages (Charmentray, Fresnes, Précý).**

Suite à une réorganisation, nous avons maintenant à Charny une messe par mois le 4<sup>ème</sup> dimanche du mois à 11h 15. Car le père Michel Henrie est, encore cette année, aidé dans son ministère par le père Florentin Palangi Modela.

Les lieux des différentes célébrations sont affichés **tous les mois à l'église** :

- messe à 18h le samedi soir dans un des villages environnants, c'est l'occasion au passage de découvrir les églises de notre secteur.
- le dimanche, messe à 10h à Claye,
- messe à 11h 15 à Annet **le 2<sup>ème</sup> dimanche** et à **Charny le 4<sup>ème</sup>**.

Si vous le souhaitez, vous pouvez recevoir le programme mensuel des messes dominicales par mail en le demandant à France Dekeyser ([france.dekeyser@wanadoo.fr](mailto:france.dekeyser@wanadoo.fr)). N'hésitez pas à vous faire connaître !

Par ailleurs, à Claye les messes de semaine sont à 9h les mardi et vendredi, à 19h les lundi, mercredi et jeudi.

**Permanences au presbytère de Claye :**

16, avenue A Briand ; 06 60 26 00 56 ; ([paroisseclaye@orange.fr](mailto:paroisseclaye@orange.fr)) : Mercredi de 17h à 19h et samedi de 10h à 12h.

**Permanences à l'église d'Annet :**

Mardi de 16h à 18h : possibilité de rencontrer le père Michel Henrie à Annet le mercredi de 17h à 18h, en le lui demandant par mail : ([michel.henrie@orange.fr](mailto:michel.henrie@orange.fr))

**Églises ouvertes :**

- Claye tous les jours
- Fresnes le samedi de 10h à 12h
- Villeroy le mardi de 16h 30 à 18h
- Gressy le mardi de 18h à 19h

L'équipe paroissiale



## Vaccin contre la grippe

L'hiver 2014-2015 a rappelé **la gravité de la grippe** : l'épidémie qu'a connue la France a durement touché les populations les plus fragiles, principalement les personnes âgées de plus de 65 ans.

Tout le monde peut être contaminé par le virus de la grippe. Mais avec l'âge ou certaines maladies chroniques, les risques de complications graves liés à ce virus augmentent. Ainsi, près de la moitié des hospitalisations pour grippe après passage aux urgences sont survenues chez les seniors.

Il existe pourtant un moyen efficace et sûr de passer un hiver tranquille. **Il suffit de se faire vacciner.**

Pour éviter d'attraper ce virus mais aussi de le transmettre, le vaccin est la meilleure protection. Afin d'être protégé au mieux, il est important et se faire vacciner dès que le vaccin est disponible en pharmacie; un délai de 15 jours est en effet nécessaire pour que celui-ci soit actif.

**La campagne de vaccination cette année a débuté le 12 octobre 2015 et se terminera le 31 janvier 2016.**

# Infos... Pêle mêle

## Résidence pour seniors

Une résidence pour seniors, située au milieu d'espaces verts, dont les logements vont être mis en location en décembre, a été construite à Moussy-le-Neuf.

Elle comprend 6 maisons de plain-pied, divisées en 4 logements de 2 pièces (50 m<sup>2</sup>) plus un cellier, avec chauffage individuel au gaz. Dans la maison commune, les locataires pourront manger, regarder la télévision, participer à des activités communes (informatique, remise en forme...). Des chambres d'hôte sont prévues pour les visiteurs.

Une priorité de location est donnée aux habitants de Moussy puis à ceux de la Communauté de communes dont Charny fait partie.

Le prix du loyer sera en partie payé par la commune de Moussy et le reste (700 €) par le locataire).

S'adresser à la mairie de Moussy-le-Neuf.

---

## Attention : lingettes !

**Ne jetez plus vos lingettes de nettoyage des cuvettes WC dans les toilettes !**

Les lingettes, soi-disant biodégradables n'ont pas le temps de se dégrader entre votre cuvette de WC et la station d'épuration. Elles y arrivent en formant des paquets de fils qui s'entortillent sur les tamis, les colmatent et bouchent les pompes. Les eaux usées débordent et vont polluer le milieu naturel sans avoir pu être traitées. Les pompes obstruées s'usent prématurément et doivent être changées plus fréquemment d'où un coût qu'il faut répercuter sur les factures d'eau... Jetez donc vos lingettes à la poubelle !

---

## Mesures de vitesse des véhicules rue Montmartre

Une campagne de mesures de vitesse des véhicules a été faite rue Montmartre à la suite de réclamations faites par des riverains pour des excès de vitesse dans cette zone et la pose éventuelle de dos d'âne afin de ralentir les véhicules.

Sur 1290 véhicules comptabilisés, soit 72 par jour, la vitesse moyenne constatée a été de 25 km/h (dans cette zone, la vitesse autorisée est de 30 km/h). 23 % des véhicules ont été mesurés entre 31 et 50 km/h.

Les excès de vitesse au-delà de 60 km/h sont faits surtout après 21 h ou de nuit. Mais tous les jours, entre 13 h et 14 h et entre 18 h et 19 h un excès de 61 à 66 km/h peut être constaté.



## Hommage du maire, du Conseil Municipal et des associations à Philippe Monin

Philippe Monin est né en 1952, en Seine-et-Marne, au milieu de 7 frères et sœurs. Dès son mariage, il est venu habiter Charny, y construire sa maison et y fonder une famille.

Il participait à la vie du village en étant conseiller municipal et certains le rencontraient sûrement dans nos rues car il distribuait souvent le journal de Charny ou diverses informations dans les boîtes aux lettres, même quand il était malade.

Philippe était secrétaire de l'association Pétanque Charnicoise. Voici ce que dit de lui son président François Sadowski : « C'était un être jovial, toujours d'égale humeur, serviable. Au sein de notre association Philippe était estimé pour sa gentillesse et son dévouement. Nous avons perdu, joueurs et dirigeants, un ami surtout, qui restera dans nos pensées pour toujours. ».

Son dévouement, Philippe le manifestait partout : une année où pour le téléthon, aucun bénévole ne s'était présenté pour faire les frites (tâche fatigante, salissante et ingrate comme tout le monde le sait), Philippe a fait, tout seul, les frites pendant 30 heures ! Il aidait, discrètement, sans en faire étalage, à faire les décorations pour le repas du C.C.A.S.. Quel boulot de peindre tous les palmiers qui, une année, ont décoré les tables !

Il aimait chanter et a fait partie de la chorale de Charny tant que sa maladie ne lui a pas trop fatigué la voix. Quel émerveillement pour lui quand Isabelle, la chef de chœur lui a dit qu'il était ténor ! Il s'est exclamé : « Je suis ténor et je ne l'ai jamais su ! »

Il a lutté avec beaucoup de courage contre sa maladie qui l'a emporté beaucoup trop tôt. Tous regretteront sa gentillesse et nous adressons toutes nos pensées vers sa famille : son épouse, ses enfants et petits enfants.



## Décès de Denise LAVAULT

Nous venons d'apprendre le décès de Denise LAVAULT, âgée de 92 ans. Elle a été inhumée le lundi 5 octobre dernier, dans son village natal de Montigny en Morvan (Nièvre).

Elle était la fille d'un ancien directeur de la râperie de Charny, disparu accidentellement. Elle fut institutrice à l'école libre de Charny, 2 rue de Beauvais, jusqu'en 1954.

Beaucoup d'anciens Charnicois, se souviendront d'elle, qui fut une institutrice remarquable.

### École libre 1954



*De gauche à droite au 1<sup>er</sup> rang : ?, Martine Bonard, Didier Laurent,  
Dominique Florence, Nicole Chartier*

*De gauche à droite au 2<sup>ème</sup> rang : Mlle Lavault, Evelyne Chartier, Jean Mytnik, Rose-Marie  
Clinet, Pierre Bonard, Daniel Bonard, Sylviane Michaut*



### Matière à réflexion

*On ne fait jamais attention à ce qui a été fait ; on ne voit que ce qui reste à faire.*

*Marie Curie*

## Centre de loisirs

Cette année encore, au mois de juillet, les enfants inscrits au centre de loisirs ont été emballés par les sorties qu'ils ont pu faire : l'accrobranche, le parc Astérix, le parc des papillons à Claye-Souilly, Jablines, le parc Saint Paul et des plongeurs dans la piscine toutes les semaines.

Nous remercions Mme Laurent qui, a prêté son terrain pour le camping et son parc pour une journée avec tous les enfants. L'équipe espère retrouver tous les enfants l'année prochaine.



## Démarches administratives

Démarches	Conditions	Pièces à joindre	Où s'adresser
Naissance	Déclaration dans un délai de 3 jours	Certificat du médecin Livret de famille Carte d'identité des deux parents	Mairie du lieu d'accouchement
Décès	Déclaration faite dans les 24 h	Livret de famille du Défunt Certificat du médecin	Mairie du lieu de décès
Mariage	Dossier à déposer à la Mairie dans les 2 mois avant la date du mariage	Extraits d'acte de naissance des 2 époux Attestation de domicile Contrat de mariage éventuel	Mairie du lieu de domicile de l'un des futurs époux
Extrait d'acte de naissance, de mariage, de décès		Demande écrite avec nom, prénom, adresse, date de naissance	Mairie du lieu de l'évènement. Joindre enveloppe timbrée
Duplicata livret de famille		Justificatif identité Date du mariage	Mairie du domicile
Certificat de concubinage		Justificatif identité Justificatif domicile Présence de 2 témoins	Mairie du domicile
Passeport		Voir secrétariat de mairie : nouvelles conditions	
Carte d'identité	Présence de l'intéressé obligatoire (signature et empreintes)	2 photos d'identité récentes, extrait d'acte de naissance, livret de famille, 2 justificatifs de domicile	Mairie du domicile
Déplacement de mineur à l'étranger	présence obligatoire du représentant légal	Couples divorcés : jugement de divorce Couples vivant maritalement : déclaration d'autorité parentale Carte d'identité de l'enfant	Mairie du domicile
Inscription scolaire		Livret de famille Justificatif de domicile  Certificat de radiation (en cas de changement d'école)	Mairie du domicile  Ecole fréquentée auparavant

# Infos...

Certificat de nationalité française		Livret de famille Copie intégrale de l'acte de naissance	
Extrait du casier judiciaire	Formulaire disponible en mairie	Une enveloppe timbrée Copie du livret de famille	Ministère de la justice Casier judiciaire national 44079 Nantes Cedex 01
Carte d'électeur	Etre âgé de 18 ans Inscription du 01/01 au 31/12 de chaque année	Carte d'identité ou passeport Justificatif de domicile	Mairie du domicile
Recensement militaire	Dès le premier mois suivant votre 16 <sup>ème</sup> anniversaire	Livret de famille Carte d'identité ou passeport	Mairie du domicile
Vote par procuration	Le mandataire doit être inscrit sur la liste électorale de la même commune	Carte d'électeur Carte d'électeur de la personne choisie Justificatif d'absence	Commissariat de police ou tribunal d'instance
Chien dangereux	Formulaire à remplir en mairie	Carnet de vaccinations Attestation d'assurance Carte d'identité du propriétaire	Mairie du domicile
Constitution d'une association		Déclaration signée par au moins 2 membres du bureau Déclaration des noms, prénoms, dates et lieux de naissance des personnes chargées de la direction Justificatif de domicile 2 exemplaires des statuts datés et certifiés conformes	Préfecture ou sous-préfecture

## Conférence sur la nutrition des séniors

Une conférence organisée par Clic Partage et Humanis a réuni une centaine de personnes à Charny le mardi 29 septembre 2015. Quel dommage, seule une dizaine était charnicois et ce malgré une information dans le journal et un boîtage !

Une diététicienne–nutritionniste nous a donné des conseils pour mieux manger sans oublier de nous signaler de faire attention aux idées reçues. Notre corps a besoin d'énergie qui est apportée par les aliments que nous consommons. Certains aliments utilisent plus d'énergie que d'autres. Il est très important de manger des aliments crus (fruits légumes) qui imposent de mastiquer.

À la question : **doit-on manger moins ?** la réponse est non

Comme le souligne Le PNNS (Programme national nutrition santé), l'alimentation joue un rôle très important sur la santé. En prenant de l'âge, l'organisme change. Ses besoins nutritionnels aussi: contrairement aux idées reçues, ils ne diminuent pas avec l'âge et certains augmentent même.

« Ce serait donc une erreur de penser qu'en vieillissant il faut manger moins, surtout si vous êtes physiquement actif. En revanche, il est important de veiller à manger mieux et à bouger tous les jours. Une alimentation adaptée à vos besoins nutritionnels et une activité physique quotidienne aideront à vous protéger contre certaines maladies (diabète, maladies cardiovasculaires, cancers, etc.), à limiter les problèmes de fatigue, d'ostéoporose – et ainsi à réduire les risques de chutes et de fractures –, à vous défendre contre les infections et tout simplement à « bien vieillir ». Avec l'âge, les besoins en minéraux et en vitamines sont plus importants. Les fruits et légumes en sont riches. Ils sont peu caloriques et leur effet favorable sur la santé est démontré. Ils contiennent des antioxydants, qui protègent nos cellules, des fibres et de l'eau, qui facilitent un bon transit intestinal. »

### Le rythme des repas :

3 ou 4 repas par jour : petit déjeuner, déjeuner, goûter et dîner.  
Manger à table, assis, en prenant son temps.



**Petit déjeuner** : Manger plus gras 10g de beurre, plus salé et moins sucré

**Déjeuner** : ne pas manger trop vite et prendre le temps de mastiquer  
Cruautés assaisonnées avec 1 cuillère d'huile d'olive ou de colza, viande ou poisson  
Légumes **et** féculents, produit laitier, ne pas oublier de manger un fruit mûr et de saison



# Infos...

**Goûter** : boire au moins une boisson chaude ou froide y ajouter un yaourt ou du pain ou le fruit que l'on n'a pas mangé le midi.

**Dîner** : attention beaucoup de personnes ne mangent pas assez le soir. Si on se réveille la nuit c'est peut-être parce que l'on ne mange pas assez.

Il ne faut pas se coucher tout de suite après le repas. Il faut attendre 2 à 3 heures après un repas classique et 5h après un repas très riche, raclette par exemple.

## Le choix des aliments :

Certains contiennent des **glucides** ils sont rapidement disponibles pour le cerveau et les efforts physiques :

Les produits sucrés : il faut en limiter la consommation. Le sucre sert d'antidouleur physique et psychique donc très bon, il faut cependant en diminuer les quantités.

Les aliments carburants sont les féculents : pain, céréales pommes de terre légumes secs (très bons pour les séniors)



Les lentilles (corail) pensez par exemple à les ajouter dans une sauce pour remplacer la farine.  
Pensez également à faire tremper les légumes secs même le riz.

D'autres contiennent **des lipides** ils favorisent le stockage. Les aliments trop gras donnent trop d'énergie. Si on ne la dépense pas elle est stockée par le corps.

Il existe plusieurs sortes de graisses :

**Les graisses solides** : beurre, saindoux, qui ont tendance à se déposer dans les artères

**Les graisses molles** : celle du canard

**Les graisses liquides** : ce sont toutes les huiles. Préférer l'huile de colza et l'huile d'olive.

**Attention aux idées reçues** : ne pas utiliser de la margarine végétale qui contient de l'huile de palme et de l'huile de coprah, ni de la pâte à tartiner qui équivaut à du beurre plus de l'huile.

**Une idée de sauce bonne pour la santé** : mixer la chair d'un avocat avec des herbes qui devient une merveilleuse sauce verte pour les pâtes.

## Pour une alimentation équilibrée :

10g de beurre au petit déjeuner

1 cuiller à café d'huile d'olive pour le déjeuner

1 cuiller à café d'huile de colza pour le dîner.



Il est bon aussi de consommer des fruits secs tels que les noix, des noisettes et des amandes.

**Les fruits et légumes** apportent des fibres et des vitamines et contiennent des antioxydants. Ceux-ci se concentrent quand on fait chauffer ces aliments.

Il faut aussi varier les couleurs. On peut considérer qu'il en existe 3 variétés :

Les blancs et verts : chou, poireau, salade, reine-claude, raisin...

Les bleus et les violets : aubergine, navet, quetsche, raisin, myrtille....

Les rouges et les oranges : carotte, tomate, orange, pêche, abricot...

Remarque : ne pas éplucher les aubergines ni les navets.

## Repas offert par le C.C.A.S. aux Aînés de Charny

Triste matinée du samedi 17 octobre, froide, grise, humide : du temps à rester bien au chaud chez soi. Pourtant près de 100 Charnicois ont bravé le mauvais temps pour arriver à midi dans la salle polyvalente où, sous les palmiers, une haie de jolies filles et de beaux jeunes gens musclés en costumes brésiliens les accueillait pour le traditionnel repas du C.C.A.S. pour les Aînés du village.

Cette année c'est la troupe « Couleur des Tropiques » d'Asnières-sur-Seine qui a été choisie pour animer le repas préparé par Claude Clausel. Après la Marquise pour apéritif, au menu : assiette de la mer, carré d'agneau garni, le Brie traditionnel et un gâteau appelé Saint Marc. Entre les plats, pour permettre aux serveurs bénévoles (adjoints au maire, conseillers municipaux, membres du C.C.A.S.) de faire leur travail, les danseurs brésiliens aux flamboyants costumes et aux coiffures aux longues plumes venaient enchanter les convives de leurs danses et de leurs chansons traditionnelles. Entraînés par le rythme endiablé, et peut-être aussi par le champagne, beaucoup se sont mis à danser.



À la nuit tombée, la fête s'est terminée avec regret, laissant aux serveurs une bonne vaisselle à faire : plus de 400 verres, assiettes et couverts...

Mais tout le monde est prêt à recommencer l'année prochaine ! Certains, surtout attendent avec impatience l'âge pour pouvoir y participer... pour une fois qu'on a envie de vieillir !



# Infos...



*Les bénévoles du C.C.A.S. et M. le maire Xavier Ferreira.*



## Repas entre voisins

Pour la septième année, les voisins de l'avenue des Platanes et de la rue des Alouettes se sont réunis pour déguster ensemble les plats apportés par chaque famille. Comme d'habitude, le punch d'Alex (le Martiniquais qui ensoleille le quartier) a réchauffé tout le monde car il ne faisait pas très chaud quand les nuages cachaient le soleil. Du soleil il y en avait pourtant sur la table comme la tarte soleil à la tapenade et aux tomates confites. De nombreuses salades accompagnaient le poulet à la plancha, sauce au roquefort de Daniel et de nombreuses verrines de dessert terminaient le repas. Puis musique, danses au milieu de la route, c'est si agréable ! Les enfants en ont bien profité pour faire du vélo sans crainte puisque la rue était fermée.

De nombreux quartiers de Charny ont pris cette bonne habitude de la fête des voisins, d'ailleurs les deux rues perpendiculaires faisaient aussi la fête ce weekend. Cette petite réunion permet aux voisins d'avoir enfin le temps de se connaître, de se parler, ce qu'ils n'ont pas le temps de faire le reste de l'année. Des nouveaux Charnicois du lotissement encore en construction à côté sont venus faire connaissance et demander quelques renseignements au Maire, Xavier Ferreira qui était là lui aussi.



# Infos...

Le même jour, dans l'avenue Beethoven, les voisins faisaient aussi la fête !



# Infos...

## Sport hors commune : Centre Equestre Base de Loisirs de Jablines

Pour sa première participation au championnat de France Complet Poney (2C Benjamin) à LAMOTTE BEUVRON, Maurine LAURENT qui s'entraîne à la base de loisirs de Jablines, réalise une belle performance en décrochant la première place sur 31 postulants au titre de champion de France 2015.

Elle débute la compétition en se positionnant en 3<sup>ème</sup> position après le dressage, puis réalise un beau parcours de cross et se retrouve en 2<sup>ème</sup> place à moins de 4 points de la première concurrente, l'ultime épreuve le CSO, où elle réalise un parcours sans faute dans le temps et qui lui assure sa deuxième place.



Son sort est entre les mains de la dernière candidate du CSO qui occupe la première place du classement avant le départ, mais qui commettra une faute en faisant tomber une barre ce qui propulse Maurine en première position et fait d'elle la

### Championne de France à 10 ans.

Un grand merci aux coaches Ilderich REBOUL et Laurence BOUSSEAU qui ont œuvré pour cette réussite, le couple Maurine et O Belle Gloriette vous donnent rendez-vous pour d'autres exploits l'an prochain en P1.



## La garderie

Dix enfants de la garderie ont participé avec Véronique à un concours organisé par la déchetterie du SMITOM, dont le sujet était de fabriquer un épouvantail à partir de déchets recyclables.

L'épouvantail réalisé par les enfants de Charny s'est classé 3<sup>ème</sup> sur les 40 fabriqués.

Bravo ! Vous l'avez peut-être remarqué : il a surveillé tout l'été le potager cultivé par les enfants devant la garderie.



# Infos...

## Ça s'est passé à Charny...

Expo voitures



# Infos...

## Remise des médailles du travail et des récompenses aux maisons fleuries



*M. et Mme Léger.*



*M. et Mme Boudinet.*



*Christelle Guetgot.*



*La fidèle photographe du journal de Charny : Caroline.*

# Infos...

Remise des dictionnaires aux enfants qui partent en 6<sup>ème</sup>



*Les Conseillers municipaux prêts à la distribution.*



*Les heureux récompensés pour l'année scolaire 2014/2015.*

# Infos...

Le groupe des courageux de la journée : « Nettoyons la nature »



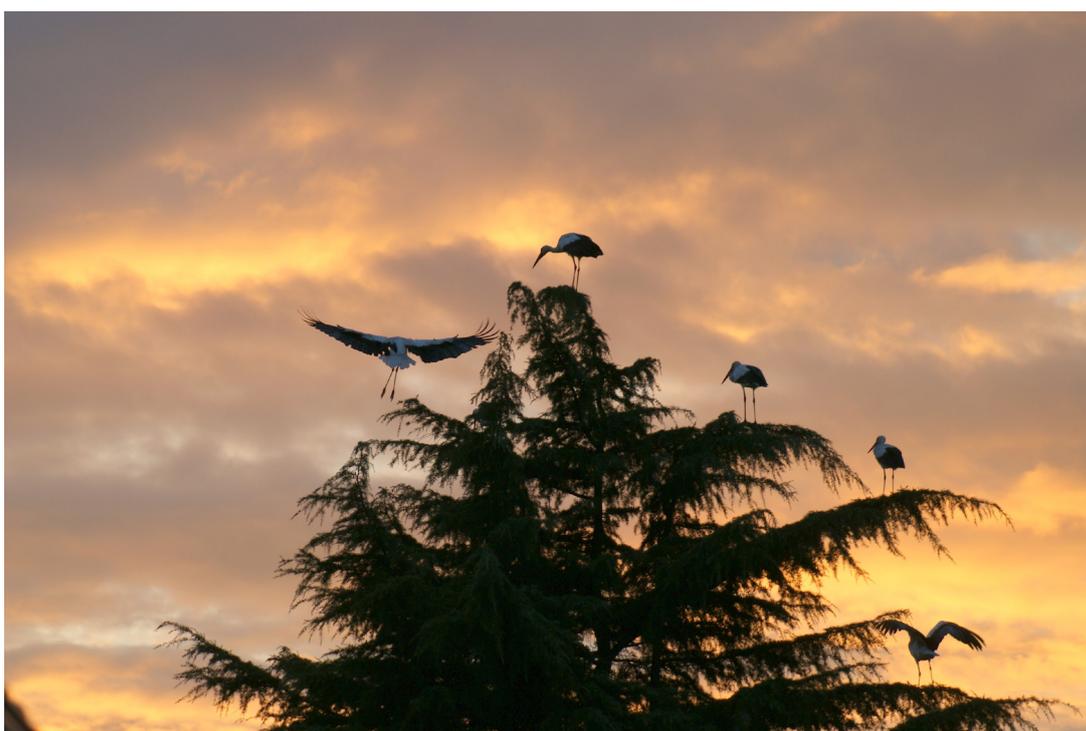
La retraite aux flambeaux et le feu d'artifice du 14 juillet



# Infos...

## Charny : ville étape vers le sud

En septembre, plusieurs nuits de suite, les Charnicois voisins du grand sapin planté à l'entrée de la rue Mozart ont pu admirer des cigognes qui faisaient étape entre leur Alsace natale et le Maroc où la plupart vont passer l'hiver. Le matin venu, le voyage reprenait et la nuit suivante, d'autres venaient les remplacer.



# Infos...

## Forum des associations



# Infos...

## Brocante



# Infos...

## Sortie du conseil municipal des jeunes au musée de la grande guerre

Ce samedi 10 octobre dernier, l'ensemble du conseil des jeunes s'est rendu au musée de la grande guerre de Meaux. La visite guidée par Hélène Arents a permis aux enfants de prendre conscience des conditions dans lesquelles ont combattu nos poilus de la Grande Guerre. Quelques anciens combattants ont eu la gentillesse de venir avec le groupe d'enfants afin de partager leur expérience passée. Certains points ont été particulièrement abordés comme les tranchées, l'évolution des tenues et de l'équipement entre 1914 et 1918, la vie quotidienne ou encore les soins prodigués aux blessés.



## Sudoku

En partant des chiffres déjà inscrits, remplissez la grille de manière à ce que chaque ligne, chaque colonne et chaque carré 3x3 contienne une seule fois les chiffres de 1 à 9.

Grille N°1

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

Grille N°2

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

## La Pétanque Charnicoise

Très bonne saison pour le club de la pétanque Charnicoise : en effet, nous avons enregistré pour cette année 2015, de très bons résultats. Nos joueurs ont remporté plusieurs compétitions officielles dans les différents tournois de la région.



Nos équipes de championnat ont figuré honorablement, soit en 1<sup>ère</sup> division, soit en 2<sup>ème</sup> division, terminant en 2<sup>ème</sup> position dans ces deux catégories / bravo à nos pétanqueurs !

La coupe de France nous a réservé d'agréables satisfactions dans son ensemble. Éliminés au 3<sup>ème</sup> tour de cette compétition haute en couleurs, de très fortes équipes nous ont sortis après de rudes bagarres. Nous avons été battus en finale départementale. À refaire.

Le samedi 11 juillet, le club a organisé sur le boulodrome, un tournoi de pétanque qui sortait de l'ordinaire. En effet, nous avons invité et accueilli ce jour, une vingtaine de résidents du FAM de Pomponne (personnes handicapées) et nous avons pris du plaisir à jouer avec eux mais aussi à discuter, à rire et à nous détendre dans une ambiance de bonheur et de joie. Un repas à midi pris tous ensemble sous les arbres et sous un soleil radieux a été une fête formidable. Le soir arrivé, nous avons procédé à une remise de coupes à chacun de nos valeureux invités et ça a été un moment de plaisir immense de voir leur bonheur. Certains de nos joueurs ont versé une petite larme. Quelle joie de les voir si heureux ! Nous nous sommes quittés en nous jurant de nous revoir l'an prochain.

Merci à tous nos joueurs qui ont participé à cet événement avec grand cœur. Cette journée a été une fête de convivialité et de bonheur.

Le championnat de Seine-et-Marne catégorie vétérans de plus de 55 ans s'est déroulé le jeudi 10 septembre sur le boulodrome de Charny ainsi que sur la place de L'Église pour la finale. Près de 200 joueurs étaient présents pour en découdre sur cette compétition de très bonne qualité et nos équipes engagées ont fait bonne figure : quart de finale pour certains et la chance d'avoir ce jour-là un beau ciel bleu.

Je voudrais remercier M. le Maire pour sa visite en cours de journée et aussi de nous avoir autorisé de disposer de la grande salle où nous avons festoyé le midi avec un très bon repas. Merci à tous nos bénévoles pour cette bonne organisation.

Le Président



# La parole est aux Associations...

## A.A.D.E.C.

### Fête des enfants de l'A.A.D.E.C.

C'était une belle journée ensoleillée de juin. Le parc de Charny s'est animé de joyeux cris d'enfants. L'équipe de l'A.A.D.E.C., aidée par Véronique, Françoise, Florence et de nombreuses autres personnes dynamiques ont organisé la fête des enfants. Cette fête célèbre la fin de l'année scolaire. Comme dans une kermesse, des stands sont proposés aux enfants tels que le saut en sac, le lancer de balles, le chamboul'tout, etc.. Chaque enfant est convié à essayer tous les jeux. Une fois les épreuves remportées (à noter que tout le monde gagne), on repart avec un petit lot.

Comme chaque année, la bonne humeur était au rendez-vous. De plus, la pataugeoire a amusé petits (qui ont bien glissé) et grands (qui ont été bien mouillés). Le gagnant de la tombola était ravi de sa nouvelle tablette numérique et la petite restauration (frites, sandwiches... et les bons gâteaux) qui était proposée a permis de passer une agréable journée tous ensemble.

À l'année prochaine.



## Kokope Line Dancers Charny 77



L'association Kokope Line Dancers Charny 77 (KLDC77) est une toute nouvelle association de danse, active depuis Septembre 2015, sur la commune de Charny.

Notre but est de vous faire découvrir la Line Dance, plus connue sous le nom de Country & Line Dance, à travers des cours et des soirées dansantes.

Tous les lundis soirs de 19h à 22h30, dans la petite salle, sous la salle polyvalente, nous vous proposons 3 cours avec 3 niveaux différents : Débutants - Confirmés - Avancés.

Les avantages de la Line Dance : la facilité, la convivialité et l'accessibilité, peu importe que vous soyez seul(e), en couple ou entre amis, jeunes ou plus âgés !

Un autre avantage également : la musique. Vous n'aimez pas la

Country Music ? Pas de soucis, car vos danses peuvent tout aussi bien s'adapter sur des musiques plus actuelles.

Alors n'hésitez plus et rejoignez-nous, pour un moment de détente absolu et de bonne humeur. Votre professeur et chorégraphe, Syndie BERGER, partagera sa passion avec vous, passion qui l'anime depuis plus de 14 ans !

Pour nous contacter, rien de plus simple :

Adresse mail : [petitesyndie@hotmail.fr](mailto:petitesyndie@hotmail.fr)

Téléphones :

06.79.50.55.47. (Laurence - Présidente)

06.78.10.53.76. (Syndie - Professeur de danse)

<http://kldc77.wix.com/linedancecharny77>



## Comité des fêtes

Le Comité des fêtes de Charny espère que vous serez nombreux à participer à son dernier rendez-vous de l'année 2015

Nous vous attendons nombreux le dimanche 13 décembre à partir de 8 h 30. pour le marché de Noël.

Au déjeuner nous vous proposons un cassoulet

Renseignements :

01 60 01 93 87 - 01 60 01 92 99 - 06 43 02 32 20

**BONNE FIN D'ANNÉE !**



## Judo Club de Charny

C'est après des vacances bien méritées que nous entamons avec grand plaisir une nouvelle saison dans un DOJO flambant neuf, permettant aux petits et grands d'évoluer et pratiquer leur sport dans des conditions optimums !

Cette année, chaque catégorie d'âge dispose de 2 créneaux horaires pour s'entraîner ! Nous souhaiterions également ouvrir un cours adultes supplémentaire le lundi soir axé sur le bien-être (muscultation, cardio...) en complément des cours de Judo ! Nous allons pouvoir également proposer des animations, des stages et des compétitions amicales ou officielles à tous nos Judokas ! Nous pourrions enfin exposer les coupes, trophées et diverses récompenses gagnés par nos Judokas !

N'oublions pas également que cette année est l'année où nous nous rendons en Alsace dans le cadre de notre échange avec le Club de Pulversheim !

Nous espérons aussi réitérer notre initiation judo avec l'école de Charny, si cela est possible ! Et bien sûr, nos animations habituelles : la galette des rois, notre compétition annuelle, fête de fin d'année... qui permettent à tous, judokas, parents, amis de se retrouver et partager de beaux moments de convivialité et d'échange !

N'hésitez pas à venir enfilez un Judogi que nous vous prêterons avec plaisir pour vous essayer au Judo et venir partager avec nous les valeurs qu'incarnent ce sport : **Politesse, Courage, Sincérité, Honneur, Modestie, Respect, Contrôle de Soi et Amitié !**

Nous vous souhaitons une belle rentrée !



## Mélismes

La chorale de Charny recrute : hommes, femmes, enfants à partir de 12 ans, que vous soyez chanteur débutant ou confirmé, venez nous rejoindre !

Nous répétons tous les mercredis de 19 h 15 à 21 h, dans la petite salle de réunion, vous pouvez venir essayer avant de vous décider.

Notre répertoire est composé de chansons françaises (Nougaro, Brel, Ferrat, Salvador...).

La cotisation (qui sert à payer l'assurance, le chef de chœur et le pianiste) est de 90 € pour l'année en un ou trois versements.



Cette année, deux concerts sont prévus :

- À Saint Mesmes, dans l'église, le 13 mars 2016, à 16 h
- À Charny, dans la grande salle : **Concert de la fête des mères, le 29 mai, à 17 h**

Chef de Chœur : Anne Dumontier  
Pianiste : William Carosella

---

## Tennis Club Municipal

La saison de tennis a bien démarré à Charny : nous avons eu beaucoup de monde lors de la journée des associations du 5 Septembre. Nous comptons à présent 85 adhérents et les cours de tennis, donnés par Cyrille Sevestre, sont pleins.

Les joueurs ont toujours beaucoup de plaisir à profiter de nos belles installations sur le stade, malgré les dégradations de cet été qui ont été en partie réparées. Le court extérieur a par ailleurs été rénové et repeint : nous remercions la municipalité d'en avoir assuré le financement.

Nous rappelons que nos locaux sont ouverts à tous les Charnicois et Charnicoises qui veulent s'inscrire au club, car le ménage et l'entretien des courts sont assurés par les cotisations des adhérents et par la bonne volonté des plus motivés.

Bonne saison de tennis à tous.

Le Bureau

## Gymnastique Volontaire Charnicoise

Saison 2015-2016

### La gymnastique pour tous

**Vous pouvez encore vous inscrire !!!**

Le Club de la GV Charnicoise propose 6 cours :

Nom du COURS	Agés	Jour et Heure du cours
Gym Mini Pouces	De 2,5 ans à 3 ans	Mercredi 17h > 18h
Gym 3 Pom'	De 4 ans à 6 ans	Mercredi 16h > 17h
Récréa-Gym 1	De 7 ans à 9 ans	Mardi 17h15 > 18h15
Récréa-Gym 2	De 7 ans à 9 ans	Mardi 18h15 > 19h15
Pré-Ado Gym	De 10 ans à 15 ans	Mercredi 18h15 > 19h45
Fitness Adulte	De 15 ans à 50/60 ans	Mardi 19h45 > 21h15
Acti Gym	+ 50/60 ans	Lundi 10h > 11h30

Demandez votre bulletin d'inscription à Amandine Clavié ou Sophie Alvarez  
Et pour toutes informations : 06-62-00-15-64

Les cours se font dans le Gymnase de Charny. Le club dispose d'une sono et de nombreux outils, agrès : barres asymétriques, cheval d'arçon, trampolines, poutre, step, galets souples, ballons petits et grands, anneaux, cerceaux, tapis de sol, matelas de réception ...

Les enfants feront un spectacle en fin d'année pour vous montrer à tous leurs progrès !

Voici quelques photos du spectacle de juin 2015 :



Bonne année sportive à tous !

Le Bureau



# La parole est aux Associations...

## G.P.E.A.M.V.

### Groupe de Pratique et d'Étude des Arts Martiaux Vietnamiens

Les entrainements de VIET VO DAO ont repris le lundi 7 septembre à 19h30 dans la salle polyvalente sportive. Le Groupe de Pratique et d'Étude des Arts Martiaux Vietnamiens de CHARNY affiche déjà une bonne dynamique avec une vingtaine de pratiquants. Nous devrions être proches des 30 d'ici fin septembre... Pour un petit club créé il y a tout juste un an dans un village de 1200 âmes, ce n'est pas si mal... Et ce n'est pas fini !

La nouveauté de la rentrée 2015 est un entraînement dédié uniquement à la pratique des arts internes avec un créneau horaire le mercredi de 19h30 à 20h30. Une petite heure pour prendre soin de soi, que demande le peuple ? Dans les arts internes, le travail physique est secondaire, la priorité est mise sur la respiration, la décontraction et le ressenti... Nous abordons différents domaines de pratique et d'étude lors de celui-ci :

- L'approche méditative
- La respiration profonde et consciente
- Différents CHI CONG et notamment les CHI CONG saisonniers (basés sur le rapport de l'homme avec les saisons...)
- Ainsi qu'une forme de TAI CHI vietnamien : le TAI CUC DAO

Pour plus de renseignements, allez jeter un œil sur notre site : [www.gpeam.fr](http://www.gpeam.fr) ( MENU/LE VIET VO DAO/ARTS INTERNES).

Nous avons aussi pour cette nouvelle saison, constitué un groupe d'étude de KYUSHO sous la tutelle de KYUSHO INTERNATIONAL et de Maître Evan Pantazi. L'objectif est d'étudier les différents points de pression (points vitaux...) du corps humain, d'un point de vue martial, c'est-à-dire dans leurs applications aux combats ainsi que leurs applications thérapeutiques (gestes de secours, application santé), si je peux me permettre ce point de détail au passage... Eh oui, les arts martiaux sont une pratique de santé et un art de paix (SI VICE PACEM PARA BELLUM : qui veut la paix, prépare la guerre. Il paraît d'ailleurs que cette citation n'est pas très philosophique, mais bon, la philo, c'est dur !!!). Le KYUSHO est ouvert à tous styles de pratique que ce soit boxe, grappling, judo, teakwondo, sambo, karaté, etc... Il complètera et nourrira intelligemment n'importe quelle pratique. Le KYUSHO est l'étude empirique des faiblesses du corps humain. Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter Vincent au 06 76 87 21 08.



La fin de saison 2014/2015 a été pour Didier Weber, doyen du GPEAMV, l'année de sa consécration. Avec la rigueur, la régularité et la détermination qui le caractérisent, Didier

# La parole est aux Associations...

a obtenu le grade de ceinture noire instructeur 1<sup>er</sup> DANG VIET VO DAO certifié. Après 9 ans de pratique, il est légèrement en avance, sachant qu'il faut bien compter une dizaine d'années de pratique régulière pour atteindre ce stade.

L'équipe technique du GPEAMV, quant à elle, est heureuse de s'enrichir d'un préparateur physique en la personne de Jérémie Morier, gendarme de métier, ainsi que de son propre kinésithérapeute avec Robin Tondeur, kiné du sport, qui ne passe pas une semaine sans replacer ou ausculter quelques membres de notre petit groupe. Robin s'assure de la bonne pratique adaptée aux différentes pathologies des participants.



Nous avons aussi été rejoints par un pratiquant de qualité et ami : Sergio, qui pratique le VIET VO DAO depuis les années 2000 et qui enseigne depuis 2011. Il intègre notre groupe pour l'ambiance et la qualité de notre pratique et de notre état d'esprit. C'est un grand plus dans l'équipe d'encadrement et pour les participants qui pourront, à ses côtés, être initiés par une personne passionnée et qualifiée.

Une équipe de démonstration est en train de se constituer. Vous aurez incessamment sous peu la possibilité de voir une de ses prestations, probablement lors d'une des nombreuses manifestations organisées dans notre commune dynamique de Charny. En outre, des projets sont à l'étude ou en constitution, voire en attente d'officialisation; ce sera pour le prochain journal (nous l'espérons !)... Sinon l'année sera rythmée par des stages au sein même de votre association ainsi que 3 stages à l'Institut des Arts Martiaux Vietnamiens Viet Vo Dao, au mois de novembre, janvier et mars.

Notre premier rendez-vous a été un barbecue géant où les membres de l'association, leurs familles et leurs amis ont été conviés à venir passer un bon moment dans une ambiance festive « auberge espagnole » où les saucisses ont rencontré les baguettes, les chips salués les mojitos et les cocktails de fruits frais mixés minute au blender ont été de la partie... Sonorisation de rigueur !!!

Ce fut d'ailleurs le premier anniversaire du GPEAMV Charny et nous n'avons pas manqué de souffler tous ensemble sa première bougie sur un gâteau géant réalisé par Thomas Bonnet, ancien apprenti boulanger de notre boulangerie préférée et qui vient de réussir ses examens de pâtissier !!! Hum... !!!



# La parole est aux Associations...

## Tous en scène

### Fête de l'oignon à Charmentray

Samedi 12 septembre, à Charmentray, TOUS EN SCÈNE organise sa fête de l'oignon : comme en 2013, la pluie est de la partie toute la journée, et comme cette année-là, la recette sera modeste.

Les animations extérieures ne pourront avoir lieu tant le déluge est important. Néanmoins le moral est au beau fixe et tout est prêt pour recevoir nos invités : les tartes se vendent bien (près de 300) ; les oignons et confitures sont un peu boudés. La soupe à l'oignon réchauffe les cœurs et les estomacs. Mais malgré tout ça l'ambiance est excellente. La fête se terminera tard malgré ce déluge sans fin. Espérons un meilleur temps pour septembre l'année prochaine où vous êtes tous cordialement conviés.



Merci à tous les bénévoles, aux généreux donateurs d'oignons, aux mairies qui nous apportent leur aide ; sans oublier tous ceux qui ont bravé les éléments pour venir soutenir les chiens d'aveugles.



# Solution des jeux

## Sudoku

Grille N°1

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

Grille N°2

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

# Nos joies et nos peines

## Ils nous ont montré leur petite frimousse...

Diane HUMBERT, née le 13 avril 2015  
Edem SUNU, née le 17 avril 2015  
Paul JACQUIN, né le 9 mai 2015  
Arthur FAVOREL, né le 1er juin 2015  
Énora GUILLAUMIN, née le 2 juin 2015  
Amélia FRONTIER, née le 25 juillet 2015  
Djulian RODRIGUES, né le 25 juillet 2015  
Aymeric LEMAIRE THEPENIER, né le 3 août 2015  
Alix PROFFIT, née le 1<sup>er</sup> septembre 2015  
Cassandra VARIN DURMORD, née le 23 septembre 2015  
Lilou BOST, née le 5 octobre 2015

Félicitations aux heureux parents.

Parents, envoyez-nous la photo de votre nouveau-né, nous la publierons dans notre journal.



*Énora GUILLAUMIN*

## Ils se sont unis...

Arnaud COLOMBERA et Valérie LEGOUHY, le 20 juin 2015  
Salim BETKA et Asma BAID, le 29 août 2015  
Sébastien DE ARRIBA et Jessica DELAERE, le 5 septembre 2015  
Gérard ADOLPHE et Gislaine BELOT, le 12 septembre 2015  
Jean-Jacques FAVENNEC et Christelle SCAEROU, le 10 octobre 2015

Hors commune:

Guillaume GENTILLEAU et Véronique GALLET

Tous nos vœux de bonheur aux jeunes époux.



*Sébastien DE ARRIBA  
et Jessica DELAERE*

## Ils nous ont quittés...

Madame Cécile VERMERSCH, le 22 mai 2015  
Monsieur Dominique BAUD, le 20 juillet 2015  
Madame Jeanine CLERET, le 10 août 2015  
Monsieur Philippe MONIN, le 7 septembre 2015  
Monsieur Yoann LEBLANC, le 20 septembre 2015



Nos sincères condoléances aux familles endeuillées.

# À Charny...

## **Marché**

Tous les vendredis  
de 16 à 20 heures  
Devant la mairie  
Pour vos commandes :

Charcutier : 06 13 83 33 06  
Fromager : 01 64 12 20 29  
Fleuriste : 06 85 66 03 19  
Pizza Minot : 06 83 29 08 84

## **Coccimarket**

Supérette  
7 bis rue Vignecroix  
01 60 01 67 39

## **Boulangerie**

Daniel et Sylvie Pinto  
1 rue du Stade  
01 60 61 88 39

## **Emma Beauté**

Esthétique  
7 bis rue Vignecroix  
01 60 61 09 87

## **Effets de scène**

Coiffure : 01 60 01 99 33  
Costumes : 01 60 61 02 39  
12 bis rue de la Mairie  
Fax : 01 60 61 07 73  
contact@effetsdescene.com

## **Charcuterie Boucherie**

Philippe Leclère  
Ouverture :  
Mardi de 16 h à 19 h  
Jeudi de 9 h à 13 h  
Samedi de 16 h à 19 h  
06 13 83 33 06

## **AECF**

Art Esthti Coiff France  
12 rue de la Mairie  
01 60 32 02 24

## **Sophie Cardoso**

Coiffure à domicile  
01 60 01 69 61  
Portable : 06 82 00 88 28

## **Hervé**

Toilettage de votre chien à domicile  
Chiens de petite et moyenne races  
06 62 54 30 85

## **Café des sports**

Café restaurant brasserie  
5 rue de Beauvais  
01 60 01 99 85

## **Le Saint Patoche**

Bar, tabac, presse Loto, jeux, brasserie  
26 rue Vigne Croix

## **DELISS'ADOM**

Organisation de vos repas à domicile  
Nathalie : 06 81 15 01 77  
Delissadom77@orange.fr

## **ASE**

Audit et Stratégie d'expert  
Expert comptable  
06 22 34 34 30  
e.delame@as-expert.fr

# À Charny...

## Jérémie Anquez

Artisan paysagiste  
7bis rue Vignecroix  
06 16 44 27 43  
anquez.jardin@gmail.com

## Cardoso

Isolation  
11 chemin de Beauvais  
06 16 19 61 91

## Alvabat

Maçonnerie  
15 rue Vignecroix  
01 60 61 68 23  
Fax : 01 60 61 68 41

## Alain Vincenzi

Apiculteur  
06 83 15 22 20

## ABZ Plomberie Maçonnerie

18 chemin de Beauvais  
06 34 19 39 97

## A Reno Deco

Tous travaux d'intérieur  
3 rue de la Mairie  
06 46 36 52 70  
TONNA.georges@laposte.net

## VMC DE SOUSA

Plomberie Chauffage  
06 32 38 45 56  
plomberiedesousa@gmail.com

## Ulysse Rénovation

Entreprise générale du bâtiment.  
12 rue Neuve  
06 98 17 47 33  
Ulysserenovation77@gmail.com

## N'Tolla Louis

Appareils médicaux  
16 rue Mauperthuis  
01 60 61 02 17

## GCTEC

Génie climatique technique  
Ammar Monier  
06 20 54 79 66  
31 avenue Mozart  
A.Monier@GCTEC.fr

## AZZOUZ

Electricité - Courant faible/fort  
Motorisation - Alarme  
elecml@orange.fr  
06 80 95 82 12

## M.G. SERVICES

Travaux ménagers  
06 61 78 03 22

## S.A.R.L. L.M. Père & Fils

15 chemin de Beauvais  
06 68 61 20 17 - 06 66 68 05 80  
sarl\_pere\_et\_fils@yahoo.fr

## TVF

Transport de Voyageurs  
3 route de Messy  
01 60 01 93 38

## Taxi Nicolas

06 16 95 06 60

## Garage Laurent Nicolas

Réparation tous véhicules  
3 route de Messy  
01 60 01 97 08

## Access City Bike

Transport de personnes - moto  
Toutes destinations  
30 Chemin de Beauvais  
06 09 59 89 34 - 06 16 63 83 93  
www.accesscitybike.fr

## Peaudanne

création de bijoux.  
Anne NONNENMACHER  
01.60.61.06.94  
anne.nonnenmacher123@orange.fr