



LE SEPT-SORTAIS

Bulletin d'information – n° 31 - juillet 2017

LE MOT DU MAIRE



Setpsortaises, Septsortais,

Nous sommes en plein été et la météo nous le rappelle avec force. En effet, nous subissons de fortes chaleurs qui sont parfois caniculaires. En ces moments difficiles pour les personnes vulnérables, je pense en particulier aux personnes âgées, nous vous demandons d'être solidaire et de leur prêter une attention plus particulière.

Je constate une augmentation des réclamations des riverains dues à une fréquentation plus importante des bords de Marne qui entraîne de fortes nuisances (sonores, dépôts de déchets vitesse excessive ...). Je les invite à signaler ces désordres à la gendarmerie de la Ferté Sous Jouarre en composant le 17.

Notre bon bilan financier nous permet d'envisager certains projets dont vous trouverez le détail à l'intérieur de ce bulletin. Les études commenceront début septembre.

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter à tous et à toutes un bel été.

François ARNOULT.

INFORMATIONS

OUVERTURE DE LA MAIRIE CET ETE :

La secrétaire de mairie sera en vacances du jeudi 3 août au mardi 22 août inclus

Une permanence administrative sera assurée

les jeudis 10 et 17 août de 10h à 12h

Une permanence des élus a lieu tous les samedis de 10h30 à 12h

Liste Electorale

Vous pouvez vous inscrire sur les listes électorales de la commune jusqu'au 31 décembre 2017. Pour cela, il suffit de vous présenter en mairie muni de votre carte d'identité et d'un justificatif de domicile. Vous pouvez également télécharger l'imprimé sur servicepublic.fr et le déposer en mairie ou le transmettre par mail à mairie@sept-sortis.fr avec une copie de votre carte d'identité et d'un justificatif de domicile.

LA JOURNEE DE DEFENSE ET CITOYENNETE



BIENTOT 16 ans !

PENSEZ au RECENSEMENT

C'est OBLIGATOIRE

Jeunes filles et jeunes hommes âgés de 16 ans, **présentez-vous en mairie dès votre 16ème anniversaire ou dans les 3 mois suivants** pour vous faire recenser. Vous munir de votre carte d'identité et du livret de famille. L'attestation qui vous sera remise vous sera demandée pour les examens, concours, permis de conduire... mais aussi vous permettra d'être inscrit d'office sur la liste électorale de la commune à vos 18 ans.

SACS DECHETS VERTS



Dernière distribution le

samedi 23 septembre

de 11h30 à 12h

Si vous avez déjà pris votre dotation de 60 sacs annuels, il est possible d'obtenir 20 sacs supplémentaires

Nous rappelons que les containers ou sacs déchets verts **ne doivent être sortis que la veille du ramassage et rentrés le soir même de la collecte** – merci.

COMPOSTEURS

Nous vous encourageons à acquérir un composteur afin de réduire la quantité de déchets verts collectés.

Au prix de 22 €, il est à commander au SMITOM de Monthyon 77122, Chemin de la Croix Gillet - A retirer à la Communauté de communes, 22 avenue du Général Leclerc (près de la gare SNCF/en direction de Château-Thierry), sur présentation du reçu.

RAPPEL des REGLES de VOISINAGE et de CIVISME



Nous avons à nouveau eu cette année plusieurs réclamations.

Nous souhaitons à nouveau vous rappeler quelques règles de bon voisinage.

Le bon voisinage est une responsabilité individuelle qui s'exprime de diverses façons, à commencer par certaines mesures ou actions concrètes.

La qualité de vie dépend de la bonne volonté de tous, savoir vivre en société c'est respecter les autres, il faut accepter les inconvénients inhérents à cette vie en société. La liste des sources de litiges entre voisins n'est pas exhaustive, on comprend donc facilement l'intérêt de connaître certaines règles de droit.

Pour la tranquillité du voisinage, le **bruit excessif** est sanctionné de jour comme de nuit. Ceci concerne tout bruit émis à l'intérieur des habitations ou des dépendances provenant d'animaux, de téléviseurs, de radios, pétards, véhicules, outils de bricolage ou de jardinage..... Tout bruit causé par désinvolture ou par manque de précaution est répréhensible.

L'usage des tondeuses et autres engins à moteur est autorisé :

- du lundi au vendredi de 7h00 à 20h,
- le samedi de 9h00 à 12h00 et de 15h00 à 19h30,
- le dimanche et jours fériés : de 10h à 12h

La divagation des chiens, les nuisances sonores provoquées par les aboiements intempestifs, les déjections sont autant de sources du mécontentement de certains de nos concitoyens.

Les feux de branchages, d'herbes et de feuilles sont strictement interdits par l'article 84 du règlement sanitaire départemental. Ayez recours aux déchetteries et au compostage.

L'élitage des haies est obligatoire, qu'elles bordent le domaine public ou privé.



Stationnement et co-voiturage

Un parking pour le covoiturage a été aménagé en collaboration avec le Conseil Départemental sur le parking d'Intermarché afin d'éviter que des véhicules se garent et restent stationnés de façon non réglementaire rue de la Haute Borne.

Nous espérons que celui-ci connaîtra un vif succès très rapidement.

Autre possibilité : partager une voiture pour effectuer le même trajet.

Sur internet : covoiturage77.fr

C'est un service gratuit proposé par le Département vous permettant d'entrer en contact avec des personnes effectuant le même parcours que vous.



INFORMATION sur les RISQUES LIES à la CANICULE

Les personnes isolées, âgées de 70 ans et +, malades, handicapées sont invitées à se faire connaître en mairie. Les dispositions d'un plan canicule seront mises en place par le Centre d'Action Sociale de Sept-Sorts afin d'intervenir si besoin.

Contacter la mairie au :

01 60 22 30 80

Numéro national d'information :

0 800 06 66 66 (appel gratuit)

Ou consultez : infocanicule.fr

CARTE Scol'R



L'inscription en ligne est ouverte. La carte Scol'R est valable uniquement sur les circuits spéciaux durant la période scolaire.

Pour tous les renouvellements, le conseil départemental a adressé un courrier à chaque famille afin de renouveler l'inscription.

Pour rappel, la participation familiale à la carte Scol'R pour le circuit de Sept-Sorts est de 50 euros TTC annuel.

Inscription ou renouvellement sur : www.seine-et-marne.fr pour l'année 2017-2018

CARTE IMAGINE'R 2017-2018

La communauté de communes du Pays Fertois a renouvelé cette année l'attribution d'une subvention à hauteur de 63 euros par dossier pour la carte Imagine'R 2017-2018 des lycées de la Seconde à la Terminale.

L'aide apportée concerne les élèves pratiquant une formation continue et habitant dans le pays fertois.

Les familles devront apporter leurs formulaires pré-remplis validés par l'établissement scolaire avant le 31 décembre 2017 – Passée cette date, aucun dossier ne sera pris en charge.

Cette année, après déduction de la subvention, la carte Imagine'R coutera 287 euros par élève.

Les collégiens bénéficient d'une subvention de 250 euros de la part du Conseil Départemental de Seine et Marne, il reste à charge par enfant 100 euros.

NOTRE VILLAGE

BUDGET PREVISIONNEL 2017

Le conseil municipal a voté le budget pour l'exercice 2017. Chaque section (fonctionnement et investissement) est votée en équilibre, soit

Fonctionnement : 1 312 917.55 €

Investissement : 1 285 062.26 €

1) Section de fonctionnement

Les recettes :

Produit attendu de la fiscalité locale : 135 971 €. Il s'agit des taxes locales (habitation, foncier, foncier non bâti) qui sont calculées en multipliant les taux votés par le conseil aux bases (valeurs locatives de vos biens). Pour 2017, le conseil municipal a décidé à nouveau de maintenir ces taux et de n'appliquer aucune augmentation, seules les bases d'imposition peuvent évoluer et cette décision dépend de l'état.

Les Taux communaux en vigueur ont été reconduits :

Taxe d'habitation : 12.90 %, Taxe foncière : 5.63 %, Taxe foncière non bâti : 16.30 %

Les Dotations et autres compensations la Dotation Globale de fonctionnement (DGF) qui avait très fortement diminuée ces 3 dernières années (elle est passée de 25 035 € en 2014 à 12 172 € en 2015 et à 510 euros en 2016) **est inexistante cette année.**

Les produits du domaine et autres produits de gestion courante, complètent ces ressources pour environ 14 011 €.

Les taxes professionnelles sont perçues par la communauté de communes du Pays Fertois et sont reversées à la commune. **Il s'agit de l'attribution de compensation qui est à nouveau maintenue cette année à 405 455 euros.**

L'excédent tiré de l'exploitation de l'exercice 2016 donne un complément de recettes définitives de 735 083.07 €.

Les dépenses :

Le poste « charges de personnel » est estimé à 142 900 €.

Les postes « charges à caractère général et charges courantes » avec 154 250 € et 76 732.99 € représentent les charges de fonctionnement de la commune au quotidien, notamment les dépenses énergétiques (gaz, électricité, éclairage public, carburant...) les primes d'assurances ; les subventions aux associations, les écoles, la restauration scolaire, la téléalarme, la maintenance de la vidéo-protection, les syndicats divers et enfin l'entretien des bâtiments et de la voirie.

Les charges financières, remboursement des intérêts d'emprunts ne s'élèvent qu'à

6 404 € (deux emprunts).

Enfin l'autofinancement prévisionnel de la commune, nécessaire pour couvrir le remboursement de la dette en capital (17 333 €) et pour autofinancer les investissements programmés en 2017, est quant à lui évalué à 996 820.65 €.

2) Section d'investissement

Certains programmes d'investissements lancés en 2016 non terminés ont été reportés en restes à réaliser sur le budget 2017 pour la somme de 58 928.99 €uros. Il s'agit de l'installation de panneaux clignotants au passage piétons de la Haute Borne, de travaux sur le réseau de voirie rue des Ruisseaux, chemin du Patis, les bordures rue de Jouarre et les travaux au 20 rue de la Mairie.

TRAVAUX

Logement locatif :

La commune a acheté une maison au 20 rue de la mairie en 2016 en vue d'une future location. Les travaux de restauration sont terminés. Ce bien a été proposé à la location au 1^{er} mai 2017. Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux locataires.



AVANT



APRES

Terrain de jeux : les panneaux de basket

L'un de nos 2 panneaux de basket ayant été dégradé, nous venons d'installer 2 nouveaux panneaux de basket afin que nos enfants puissent jouer.

Face à l'incivisme de certaines personnes, il est de plus en plus difficile de maintenir notre espace de jeux pour les enfants propre et en bon état.

PROJETS 2017

Voirie :

Une étude de sécurisation et de ralentissement des véhicules est en cours au lieu dit de « Fay le Bac » afin d'obliger les conducteurs à réduire leur vitesse trop souvent excessive.

Vidéo-protection :

Nous avons l'an dernier commencé à sécuriser notre village et la RD 603 en installant des caméras de vidéo-surveillance.

Ces nouvelles installations de très bonne qualité ont permis à la gendarmerie d'élucider plusieurs enquêtes.

La commune souhaite compléter son réseau de vidéo-protection en implantant de nouvelles caméras à Fay le Bac et la Haute Borne.

Une étude technique est en cours, nous espérons pouvoir résoudre les problèmes techniques à Fay le Bac et trouver un accord avec la commune de Sammeron qui est propriétaire de la moitié de la rue du Bac.

De nouvelles concertations avec la gendarmerie sont à prévoir. Un nouveau dossier de demande de subvention devra ensuite être rédigé et déposé auprès de la préfecture dans le cadre de la DETR (Dotation en Equipement des Territoires Ruraux)

Ateliers techniques :

La commune a fait l'acquisition d'un bien au 25 rue de la Mairie afin d'y transférer les ateliers techniques.

Les locaux techniques actuellement situés juste à côté de la mairie dans la cour intérieure seront dans un second temps transformés en salle communale qui nous permettra d'accueillir les manifestations organisées par la commune ou le comité des fêtes.

Les études pour ces projets débiteront en septembre.

ORDURES MENAGERES

Suite au départ de 17 communes seine et marnaises de leur intercommunalité au 1^{er} janvier 2017 et par conséquent du syndicat en charge des ordures ménagères (SMITOM), pour rejoindre la grande intercommunalité du val d'Oise « Roissy Pays de France », notre syndicat du Nord Seine et Marne en charge des ordures ménagères (le SMITOM) a subi une perte de 100 000 habitants ce qui a entraîné une augmentation lourde de la répartition des frais d'investissements qui avaient été réalisés.

A ce jour, nous sommes donc contraints de payer pour du matériel qui fonctionnera en sous régime ce qui augmente inéluctablement les coûts de fonctionnement.

Le SMITOM estime une hausse de son coût de 37 % ce qui devrait automatiquement impacter la facture de chaque ménage concerné entre 20 et 24 % ; Les élus communautaires du Pays Fertois ont bien conscience de cette injustice mais ne peuvent pas empêcher cette hausse et ont décidé de lisser cette augmentation sur 2 ou 3 années.

CARNAVAL du 25 février 2017



Cette année, une grande nouveauté pour le carnaval : le Comité Des Fêtes a fabriqué un char pour le défilé ! Les enfants avaient rendez-vous dans la salle du conseil de la mairie afin de faire des dessins pour finaliser le décor du char sur le thème de la mer. Ce dernier terminé, le char s'est élancé dans les rues du village, suivi par le cortège des enfants déguisés. Une pluie de confettis agrémentait le défilé. Tout au long des rues, le cortège se gonflait de petits et grands venus grossir nos rangs, attirés par la musique. De retour à la mairie, un goûter attendait petits et grands avant de clôturer la manifestation par les 2 Pinatas qui ne demandaient qu'à être cassées pour déverser sur le sol une multitude de friandises.

Le Comité Des Fêtes

PAQUES 2017- chasse aux œufs

Dimanche 16 avril, jour de Pâques, environ 30 enfants se sont retrouvés sur le Pâtis pour participer à la traditionnelle Chasse aux Œufs. Accueillis par quelques élus les enfants ont fouillé les buissons à la recherche des œufs.

Merci aux enfants et aux parents d'avoir répondu présents

REPAS DES VOISINS DU 20 MAI 2017.



Une fois de plus, le traditionnel repas des voisins s'est déroulé sous un soleil radieux, malgré une fraîcheur qui nous rappelait que l'été n'était pas encore installé. Une trentaine de villageoises et villageois s'était donné rendez-vous sur le Pâtis, où le Comité Des Fêtes a

offert l'apéritif et avait mis à disposition des convives un barbecue. Le repas tiré du panier était partagé avec convivialité entre voisins : nems, abats de gibier, brochettes, merguez et chipolatas circulaient sur les tables, sans oublier les salades composées.

Le Comité Des Fêtes vous donne rendez-vous l'année prochaine en vous espérant plus nombreux !

Le Comité Des Fêtes

SORTIE AU PARC DES FELINS DU 10 JUIN 2017



C'est par une belle journée ensoleillée que le Comité des Fêtes a emmené petits et grands au parc des Félin. Une trentaine de personnes s'est joint à cette 3eme activité organisée par le Comité. Après s'être retrouvé devant la mairie du village, tout le monde a pu embarquer dans un bus direction le parc situé à une trentaine de minutes du village. Tout le monde a pu profiter du parc jusqu'à ce que nos estomacs nous rappellent qu'il était l'heure de manger !!! Ensuite, nous avons terminé cette agréable journée par le tour du parc en petit train avant de regagner le bus pour le retour devant la mairie où un goûter attendait tout le monde afin de clôturer cette journée.

Le Comité Des Fêtes

A VOS AGENDAS

BROCANTE organisée par le COMITE des FETES

Le DIMANCHE 3 SEPTEMBRE 2017 de 6h30 à 18h00 sur le Pâtis

Tarifs :

4 € le mètre linéaire pour les habitants du village

5 € le mètre linéaire pour les extérieurs

7 € le mètre linéaire les professionnels

Minimum 2 mètres

Information :

La Brocante ouvre à 6h30 pour la mise en place.

Restauration sur place.

Pour tous renseignements comfetes7sorts@gmail.com

Tel comité : 06 04 41 59 48

Inscription :

Des permanences sont fixées les 22 et 29 juillet et les 19 et 26 août de 10h à 12h au niveau de la salle à côté de la mairie. Les inscriptions se feront exclusivement à ces dates

Ne pas oublier la pièce d'identité.

SORTIE CCAS 2017

La traditionnelle sortie du CCAS offerte aux personnes âgées de 65 ans et plus et domiciliées sur la commune, **aura lieu le samedi 30 septembre prochain à Reims.** Avant d'attaquer cette journée, nous vous proposerons de **prendre un café avec vue sur la cathédrale.** Nous irons ensuite visiter **la chocolaterie Deléans** fondée en 1874, une grande maison du chocolat qui perpétue la tradition et un artisanat d'exception- Avis aux gourmands. **Vous disposerez d'un temps libre pour vous balader et flâner dans les rues de Reims.**



Puis, nous **déjeunerons sur la fameuse place Drouet D'Erlon à l'Apostrophe**, restaurant traditionnel à l'ambiance chaleureuse.

Nous terminerons cette journée par la visite de la cathédrale de Reims avec un guide conférencier

Chaque personne concernée a reçu son invitation. **La réponse est à remettre en mairie pour le 13 juillet prochain** – Si par hasard, vous n'aviez pas reçu de courrier, n'hésitez pas à vous faire connaître en mairie. Nous comptons vivement sur votre présence à tous.

CENTRE SOCIAL DU PAYS FERTOIS

www.cc-paysfertois.fr

Anim'été 2017

Programme

Mardi 11 juillet	Atelier motricité avec le RIAM et la Ludothèque au Dojo de Saâcy-sur-Marne	9h30/11h30
Mercredi 12 juillet	La ludothèque en famille	14h/17h
Mercredi 19 juillet	La ludothèque en famille	14h/17h
Jeudi 20 juillet	La ludothèque en famille	9h30/11h30
Vendredi 21 juillet	Sortie au Parc de la Montagne de Reims	9h/18h
Mercredi 26 juillet	La ludothèque en famille	14h/17h
Jeudi 27 juillet	La ludothèque en famille	9h30/11h30
Vendredi 28 juillet	Sortie à la mer à Ambleteuse (Pas de Calais)	5h45/23h

SUR INSCRIPTION

Centre social
Pays fertois



santé
famille
retraite
services

Sorties

PETITE SORTIE : 2€ ENFANT / 3€ ADULTE

GRANDE SORTIE : 4€ ENFANT / 6€ ADULTE

Renseignements et inscriptions : **01 60 22 19 19**

17 rue de Reuil 77260 LA FERTE-SOUS-JOUARRE



Suivez les actualités de la
communauté de communes
du Pays fertois sur Facebook

RUBRIQUE JARDINAGE



La pivoine en arbre paeonia

Ses gros boutons présagent une floraison époustouflante. Un rendez-vous à ne pas rater. Le jeune arbuste, greffé sur une racine de pivoine herbacée, concentre d'abord toute son énergie à assurer son propre enracinement. Il lui faut assez de force et de solides rameaux, pour soutenir une si riche floraison.

Les grandes fleurs de 25 cm se trouvent chez le rose carné ou le blanc ou le rose vif.

Les plus gros arbustes adultes font 1,50 m de haut et de large.

Plantez dans une terre profonde et bien drainée en enterrant le point de greffe de 5 à 10 cm.

Il faut ajouter de la matière organique chaque automne et tailler le bois mort au début du printemps. Arrosez surtout avant la floraison, puis en fin d'été.

PENSEE :

« Certains matins, je suis comme tout le monde, je ne me trouve pas terrible. Mais malgré tout, j'aime les rides autour de mes yeux. Ce sont celles du bonheur. Elles racontent mon histoire. »

Sandrine Bonnaire (actrice française, née en 1967).

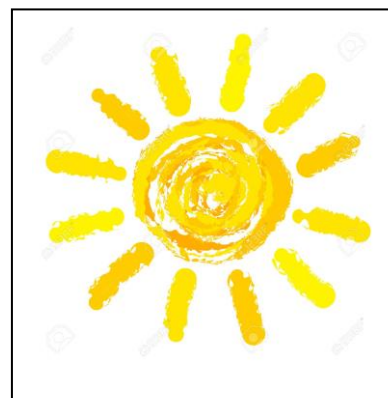
POEME :

Je t'adore soleil !

Tu fais tourner les tournesols du presbytère.
Luire le frère d'or que j'ai sur le clocher,
Et quand, par les tilleuls, tu viens avec mystère,
Tu fais bouger des ronds par terre
Si beaux qu'on n'ose plus marcher !

Je t'adore, soleil ! Tu mets dans l'air des roses
Des flammes dans la source, un dieu dans le buisson !
Tu prends un arbre obscur et tu l'apothéoses !

Ah, soleil, toi sans qui les choses
Ne seraient ce qu'elles sont !



Edmond Rostand

LES HUILES ESSENTIELLES

Les Huiles essentielles par Caroline RICHARD, Dr, sophrologue et maître-praticien aromathérapeute certifié.

A l'heure actuelle, bon nombre de produits annoncent fièrement qu'ils contiennent des huiles essentielles. Qu'ils soient produits d'entretien, cosmétiques ou médicaments, la mention « contient des huiles essentielles » apparaît de plus en plus souvent sur les étiquettes.



Mais qu'est-ce qu'une huile essentielle ?

Une huile essentielle est un ensemble de molécules obtenu par distillation à la vapeur d'eau ou de l'expression à froid d'un végétal. Ces techniques permettent d'extraire l'ensemble des molécules aromatiques contenues dans les cellules sécrétrices des végétaux. Ces molécules sont fabriquées par la plante pour se protéger du soleil, de la déshydratation, des attaques des virus, bactéries, champignons ou insectes, pour attirer les insectes pollinisateurs et ainsi se reproduire etc... Une huile essentielle contient 100 à 300 molécules différentes, ces molécules sont, d'ailleurs, souvent copiées par l'industrie pharmaceutique pour développer de nouveaux médicaments. Cette complexité moléculaire montre, s'il en est besoin, qu'il faut être prudent lorsque l'on utilise des huiles essentielles. Antécédents médicaux, contre-indications, photosensibilisations, sont autant de points auxquels il faut prêter attention et rester prudent. Et en cas de doutes, il ne faut pas hésiter à consulter un aromathérapeute certifié, son médecin traitant ou son pharmacien formé à l'aromathérapie.



Quelles parties de la plante sont distillées ?

Ce peut être, les pétales (Rose de Damas), les fleurs (Lavande Vraie), les graines (Poivre noir), les rhizomes (Gingembre), les feuilles (orange douce), l'écorce (cannelle) mais aussi la sève (Encens). Le rendement de production d'huile essentielle varie d'une plante à une autre : 8 à 4000kg de la plante sont nécessaires pour obtenir près d'1l d'huile essentielle.

Comment conserver une huile essentielle ?

L'huile essentielle est sensible à l'air, à la lumière et à la chaleur aussi si vous voulez la conserver longtemps, il vous faut la conserver à l'abri de la lumière (dans un flacon en verre ambré), de la chaleur (elle se dégrade à partir de 50-55°C), en rebouchant le flacon après chaque usage (elle est volatile et s'oxyde au contact de l'air). En prenant ces précautions, vous pourrez les conserver : 3 ans pour les huiles essentielles d'agrumes (zeste), 5 à 10 ans pour les autres.



Comment choisir une huile essentielle ?

- 1) Assurez-vous que l'huile essentielle soit 100% naturelle : et oui, il existe des huiles essentielles synthétiques, huiles copiées mais ne reprenant que quelques-unes des 100-300 molécules normalement présentes dans une huile essentielle, ne présentant donc pas les mêmes propriétés que les huiles essentielles naturelles.
- 2) 100% Pure : encore une fois, il existe des huiles essentielles coupées avec des huiles végétales (coco ou coprah par ex), des alcools, ou d'autres huiles essentielles moins onéreuses. Ici l'industriel ne cherche qu'à augmenter son profit...
- 3) Chemotypée : cela signifie que le fabricant-distillateur et/ ou l'embouteilleur (souvent la marque d'huile essentielle) ont réalisé une analyse précise des composés présents dans l'huile essentielle. Cette composition doit être accessible.
- 4) Complète : Il s'agit là de s'assurer que la distillation est bien complète, c'est-à-dire qu'elle a eu lieu tout le temps nécessaire à l'obtention de l'ensemble des molécules aromatiques de la plante distillée (parfois 24 à 48h pour certaines huiles).
- 5) Bio ? là les aromathérapeutes ne sont pas tous d'accord car il est vrai que le prix de l'huile essentielle est plus élevé mais c'est aussi un gage de qualité, d'absence de pesticides ou autres molécules volatiles dans les huiles essentielles
- 6) Enfin le nom en latin de la plante distillée doit apparaître sur le flacon. En effet, il existe différentes variétés d'une même plante dont les huiles essentielles ont des propriétés différentes (ex : lavande vraie, lavande aspic, lavandin grosso, lavandin super....) : le nom latin de la plante nous aidera à l'identifier.
- 7) Vérifiez la cohérence entre le lieu de culture de la plante et la plante elle-même. En effet, comme pour le vin le lieu de production influe sur la composition moléculaire de l'huile essentielle extraite. Ainsi la lavande vraie viendra du sud de la France et non de Belgique, ou encore le Gingembre viendra du Bénin ou de Madagascar, plus rarement d'Irlande.

Comment les utiliser ?

Les trois méthodes principales pour utiliser les huiles essentielles sont :

- 1) La diffusion. Il s'agit de déposer quelques gouttes d'huile essentielle dans un diffuseur et de diffuser 3 fois 10 minutes par jour. Attention, on évite la diffusion en présence de personnes asthmatiques et on choisit les huiles en fonction des antécédents des personnes présentes dans la pièce.

- 2) L'application cutanée. Il s'agit ici d'appliquer l'huile essentielle en regard de l'organe ou de la zone à traiter. Attention, par mesure de précaution l'idéal est de toujours diluer l'huile essentielle dans de l'huile végétale (votre huile de cuisine : colza, tournesol feront très bien l'affaire, sinon amande douce, argan, ...)
- 3) L'ingestion. La prise orale d'une goutte d'huile essentielle sur un comprimé neutre, un demi-sucre ou dans une cuillère de miel. Attention ce mode d'administration ne doit se faire qu'après conseil d'un aromathérapeute certifié, d'un médecin ou d'un pharmacien.

Dans tous les cas, il convient de bien lire les étiquettes des flacons d'huile essentielle pour s'assurer de la possibilité de les ingérer, diffuser ou appliquer localement.

Quelques idées recettes :



- Une piqûre de moustique, de guêpe ou d'araignée ? Vite 1 goutte d'huile essentielle de Lavande Aspic (*lavandula spica*) directement sur la piqûre à renouveler toutes les 5 minutes pendant 15 minutes si nécessaire, puis 1 fois par heure.



- Un bouton d'acné qui nous dérange ? On applique, à l'aide d'un coton-tige, une goutte d'huile de tea tree sur le bouton d'acné.



- Un bouton de fièvre ? même procédé que ci-dessus mais avec de l'huile essentielle de Niaouli.



- Une brûlure, un coup de soleil : appliquez 2 gouttes de lavande aspic diluées dans de l'huile végétale.

Un grand merci à Caroline RICHARD, qui habite notre village, pour toutes ces précisions.

LE RETROGAMING

Qu'est-ce que le *retrogaming*?

C'est toute personne jouant à d'anciens jeux vidéo, ces derniers datant des prémices de l'informatique personnel à l'instar des premières bornes d'arcade des années 70 jusqu'à toutes consoles dont la production s'est arrêtée, comme la PSP par exemple dont la fin de production remonte à fin juin 2014. Donc cela peut concerner des consoles considérées comme récentes. Mais il faut savoir qu'il y a plusieurs problématiques au *retrogaming*.



Les machines d'origine

Tout d'abord, les machines datant de l'âge d'or, c'est à dire les consoles et micro-ordinateurs 8 ou 16 bits (années 70 à 90), sont de plus en plus difficile à trouver, que ce soit en brocantes, ou tout simplement chez les revendeurs spécialisés. Pourquoi cela? Car ce sont des machines ayant un âge certains et que les composants s'ils ont été conservés dans des conditions idéales (hors air, hors gel, hors eau) vieillissent quand même, voir les coques qui jaunissent ou perdent de leur éclat. Ainsi, la rareté, les prix et les collectionneurs font que la chasse à ces machines antédiluviennes devient difficile. De plus, comme précisé ci-dessus, les composants se détériorent souvent, des condensateurs coulent la plupart du temps pour les machines d'environ 30-40 ans comme les antiques et robustes **Commodore 64** ou les **Amiga**. Enfin dans la plupart des cas, ce sont les supports de stockage qui se démagnétisent à l'instar des disquettes 5 pouces 1/4 ou les formats 3 pouces 1/2, ne parlons même pas des cassettes dont la plupart des lecteurs sont défectueux. Donc le premier obstacle à l'activité du *retrogamer* est la collecte ou la pérennisation de ses machines et jeux.

La solution par l'émulation

Si la personne n'a pas connu les machines d'époque ou n'est pas un puriste voulant à tout prix jouer sur les machines d'origine, alors une solution simple et très à la mode s'offre à lui par le biais de l'émulation. Alors s'ouvre un univers immense en possibilité, avec des solutions tout en un grâce aux suites regroupant des ensembles d'émulateurs comme:

- Mame sur PC
- RetroPie sur Raspberry Pi
- Recalbox sur Raspberry Pi
- Les jeux nintendo 8 bits sur Wii U
- Les jeux PS1 et PS2 sur PS4

Pour jouer en émulation, il est nécessaire de posséder les originaux pour obtenir les roms ou acheter via des distributions officielles.

Les conventions

Comme pour toute passion, des associations et des conventions se déroulent dans l'univers du *retrogaming* et cela à deux effets :

1. Faire se retrouver des passionnés autour de machines qu'ils peuvent faire découvrir au public ou à d'autres qui n'ont pas pu avoir ces machines à l'époque.
2. Créer de nouveaux jeux ou matériels pour ces vieilles machines dites obsolètes même si elles sont loin d'avoir dit leur dernier mot par rapport aux dernières générations de consoles et de micro-ordinateurs.

Dans la région et en France, les conventions sont de plus en plus nombreuses du fait de la mode du *retrogaming* qui explose depuis une bonne dizaine d'années et dont les rangs d'aficionados augmentent encore avec des événements soit public, soit privé. Les plus connus sont le **StunFest** (à Rennes) et la **PGRE** (à Portland, Oregon, USA). Il y a aussi une convention *retrogaming* près de chez nous avec la **RGC** qui se déroulera cette année **le Samedi 30 Septembre et le Dimanche 01 Octobre 2017**, mais attention, cette convention est sur inscription seulement. Si vous voulez en savoir plus sur la RGC et l'association derrière, en voici un petit aperçu.



RGC : Connexion pour les Retrogamers

La RGC est une manifestation qui n'est ouverte qu'aux inscrits et qui réunit lors d'un week-end environ 300 passionnés de consoles et de micro-ordinateurs rétro, c'est à dire allant de la première génération de console 8 bits (**l'Atari VCS, la Mattel Intellivision, la ColecoVision de CBS ou la Videopac de Phillips**) à des consoles comme la **PSP**, une machine devenue rétro lorsque sa production s'est arrêtée ou encore les **GP2x, NGage, Atari Jaguar, Sega Dreamcast** et autres **MSX** ou **XBox**. Plusieurs concours et *quizz* sont organisés avec de magnifiques lots pour les gagnants dont le premier qui repart souvent avec une console rétro. Il y a aussi un espace dédié aux jeux vidéos musicaux qui attire toujours une foule de personnes et surtout les plus jeunes et mise à disposition de formation «**Guitar Hero**» ou «**Rock Band**». Il existe aussi des espaces dédiés aux micro-ordinateurs avec les **Amiga** et **Atari**, mais aussi pour les plus anciens comme les **Oric, CPC** et **C64**. Et chaque année, un thème principal est choisi et un pôle avec des jeux sur ce thème est mis en avant sur des micros et consoles. Il y a toujours un pôle dédié à **Nintendo** ayant pour thème une licence majeure de la marque comme **Zelda** l'année dernière, ou encore **Mario Kart** lors d'une autre édition. Il y a souvent un pôle «*lan*» dédiée à **Steel Batallion**. Et pour clôturer en beauté, chaque année un concert a lieu le samedi soir. Enfin, pour aller jusqu'au bout de la passion, une petite bourse d'achats, d'échanges et de ventes a été mise en place et permet souvent de négocier ou de trouver les perles rares pour nos collections..

Et tout cela se déroule dans la ville de Meaux dans la salle des fêtes.

Mais revenons à notre sujet les vieilles bécane et les choses nouvelles produites pour eux, des jeux, de nouveaux jeux.

Les nouveaux jeux pour vieilles machines

Certains jeux sont tellement bien pensés en terme de jouabilité et exploite les machines dans leur dernier retranchement.

Ainsi un jeu comme **Soulless** sur **Commodore 64** possède un plaisir de jeu immédiat avec toute l'habileté du joueur résidant au niveau du *joystick* et de sa mémorisation d'une combinaison de 12 symboles (mieux vaut noter l'ordre sur une feuille comme dans les années 80). Et comme les programmeurs du jeu ont été futés, chaque partie régénère une nouvelle combinaison, donc le jeu est infini au niveau de sa rejouabilité. Les graphismes sont beaux pour la machine, mais simpliste par rapport à une **PS4** ou une **XBox One**, que nenni, car ces dernières sortent par le biais des indépendants des dizaines de jeux au style rétro, avec des gros pixels et des sons *chiptune*.

Donc on est pas en dehors de l'actualité du jeu vidéo.

Un autre exemple, **Souls** sur **Zx Spectrum** :



qui est un jeu très dur, car se voulant un *demake* de **Dark Souls**, le *try and die* référence des consoles actuelles. Le *demake* est la vision qu'on a d'un jeu actuel tel qu'il aurait pu être sur la machine rétro sur laquelle on effectue le portage. Et ce jeu est aussi bon que Dark Souls, avec des ennemis que l'on va combattre en allant jusqu'à fermer les yeux pour ne se fier qu'à son ouïe pour savoir quand asséner un coup aux squelettes qui nous attaquent.

La NES mini Classic et consorts

Sinon une dernière solution est l'achat d'une reproduction dite «*flashback*» d'anciennes consoles, c'est une mode qui nous vient des Etats-Unis avec les consoles suivantes:

- **Atari Flashback 7** (Atari VCS 2600 comprenant 101 jeux et deux joysticks)



- **Atari Flashback portable** (Atari VCS 2600 avec 60 jeux et un port micro-SD pour en ajouter de nouveaux, car pas mal de jeux sortent dessus, dont pas mal de gratuit)

- **Colecovision Flashback** (La colecovision avec 60 jeux)
- **Intellivision Flashback** (La console de Mattel avec 60 jeux)
- **MegaDrive Classic Game Console** (80 jeux et avec le port cartouche)



- **Megadrive portable** (80 jeux et un port micro-SD)
- **NeoGeo X** (pour la console d'arcade NeoGeo de SNK avec 20 jeux plus une portable)

Et la **NES Mini classic** avec 30 jeux mythiques dont les **Zelda, Super Mario**,... Cette console est marquante, car elle est sortie le 12 novembre 2016 et était déjà en rupture de stock avant même d'être mise en vente. Attention, *scoop*, il y aura une **SNES mini classic** bientôt et l'on peut penser qu'elle suivra sa grande soeur et sera très vite en rupture de stock.

Ainsi, le *retrogaming* n'est plus un phénomène à petite échelle, cela touche une bonne partie de la population avec des gens de la tranche d'âge 30-50 ans.

Ainsi, nous clôturons ce premier article sur le *retrogaming*.

[NB:](#)

Soulless chez Psytronik (12€ en disquette, 2€ environ en rom pour émulateur)

Souls est gratuit

[Sites:](#)

Stunfest : <http://www.stunfest.fr/>

PGRE : <http://www.retrogamingexpo.com/>

MOTS CROISES

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	
																					1
																					2
																					3
																					4
																					5
																					6
																					7
																					8
																					9
																					10
																					11
																					12
																					13
																					14
																					15

Horizontalement:

- 1) Plus ils sont élevés, plus ils sont plaisants à toucher. Elle est souvent menée en bateau.
- 2) Odeur suspecte. Chance familière. Opère un repli. Lentes au départ.
- 3) Eclatent souvent chez les gens gais. Occupation à des hommes de métier. (Qu'il) fît des barres parallèles
- 4) Germandrée à fleurs jaunes. Un poison quand on l'a dans le sang ! Ouvrage textile décoratif.
- 5) De grandes époques. Chevronné. Accord de Mistral. Bois après le passage de l'incendie.
- 6) Eclairait le Sphinx. Une tente pour la squaw. Doctrine réservée à des initiés. ça laisse le choix.
- 7) Des gros pleins de plumes. Bien attrapé. Ouverture par où passe l'eau actionnant la roue du moulin. Joint les deux bouts
- 8) Né en France de parents immigrés. Vieux monsieur. Ne pas être au parfum. Mis à plat.
- 9) Restes de bière. Refuge douillet. Peut s'élever en triomphe. Passage entre deux portes.
- 10) Dans la tasse de la lady. Retranchements par le haur. On dit qu'il ne fait pas le moine.
- 11) Figures humaines tronquées. Légumineuses. Disparue... sans laisser de traces.
- 12) Baie du Japon. Donner des coups de sabots. Est prisée à l'écurie. Récepteur à modulation.
- 13) Signe d'intelligence. Coup d'oeil0 Jeune fille à la chevelure sombre. Antilope du Sud-Est africain.
- 14) Branche supérieure de l'Oubangui. A de bonnes mâchoires. Dans. Cultivent en alternance.
- 15) Propre à émoustiller. Forte tête. Natte.

Verticalement:

- A) S'il reste des rossignols, c'est sans doute là qu'on peut les dénicher.
B) Des sauces bien relevées. Bon pour le panier.
C) Ne nourrit guère ceux qui sont dedans. Pas poli. Saint de la Manche.
D) Surmonte sa timidité. Mesurées comme de l'essence. Démonstratif.
E) Né. La même chose, en raccourci. Engrais naturel en provenance des côtes.
F) Conjonction. Qui ne présente donc plus de signes de fatigue. Dépôts à ramoner.
G) De nature à concerner les dames. Fit une greffe.
H) Mise sous surveillance plus ou moins discrète. Nom d'un chien. Redevient neuf quand on arrive au bout.
I) Sans consistance pour un oreiller, mais pas pour un coussin. Note. Affaiblir. L'attaquant le marque du pied.
J) Donner un grand patron. Le dernier eut une fin tragique.
K) Cuirassé d'Amérique. C'est puéril de dire cela ! Bonne quand elle est perçante.
L) Riquet à la houppe en avait par-dessus la tête. Roula les gogos.
M) Un peu aigri. Alcool.
N) Fait disparaître progressivement. Du bois qui s'en bon.
O) Avant nous. Donnera de grands coups de dents. Fuites de gaz.
P) Désavantagé par un mauvais partage. Pronom réfléchi. Dans l'alphabet grec. Endroit où l'on voit le jour.
Q) A sa voie toute tracée en ville. Grand pour un danseur. Métal jaune.
R) Devinrent amoureux (s'). S'exprime plutôt bêtement.
S) Y vas un peu fort avec la bouteille d'eau. Des femmes sur le sable.
T) Assortit les couleurs. (Qu'il) poussât une tyrolienne. Esprits gnostiques.
U) Epuisées. Un violent.

Solutions:

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	
A	P	P	O	I	N	T	E	M	E	N	T	S		I	L	I	E	N	N	E	1
R	O	U	S	S	I		P	O	T		O	U	R	L	E		P	O	U	X	2
R	I	R	E	S		F	I	L	A	T	U	R	E		S	T	R	I	A	T	3
I	V	E		U	R	E	E		T	A	P	I	S	S	E	R	I	E		E	4
E	R	E	S		E	M	E	R	I	T	E		O	C		A	R	S	I	N	5
R	A		T	I	P	I		E	S	O	T	E	R	I	S	M	E		O	U	6
E	D	R	E	D	O	N	S		E	U		A	B	E	E		N	O	U	E	7
B	E	U	R		S	I	E	U	R		P	U	E	R		E	T	A	L	E	8
O	S	S	E	M	E	N	T	S		N	I	D		A	R	C		S	A	S	9
U		T	E	A		E	T	E	T	A	G	E	S		H	A	B	I	T		10
T	O	R	S	E	S		E	R	S		E	V	A	P	O	R	E	E		B	11
I	S	E		R	U	E	R		A	V	O	I	N	E		T	U	N	E	R	12
Q	I		C	L	I	N		B	R	U	N	E	T	T	E		G	N	O	U	13
U	E	L	E		E	T	A	U		E	N		A	S	S	O	L	E	N	T	14
E	R	O	T	I	S	A	N	T	E		A	I	L		T	R	E	S	S	E	15

IDEE RECETTES



BROCHETTES DE LOTTE AUX POIVRONS

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 35 minutes

Ingédients (pour 4 personnes) :

15 g de mayonnaise - 800 g de lotte - 1 poivron rouge - 1 poivron jaune - 1 courgette

250 g de quinoa - 1 gousse de ail - 15 g de persil - 10 g de ratatouille - 10 cl d'huile d'olive

5 g de piment d'espelette - Sel - poivre

Préparation :

1. Préchauffer le four à 220°C (thermostat 7).
2. Couper les poivrons et la lotte en gros morceaux et les enfiler en alternant sur des piques à brochettes.
3. Sur une plaque de cuisson, placer du papier aluminium et déposer les brochettes, assaisonner et arroser d'huile d'olive.
4. Mettre au four pendant 15 minutes en les retournant à mi-cuisson.
5. Dans une casserole d'eau bouillante, cuire le quinoa comme indiqué sur l'emballage.
6. Dans une poêle, faire dorer la courgette coupée en petits morceaux 2 minutes avec 5 cl d'huile d'olive, assaisonner. Ajouter 10 cl d'eau et faire mijoter jusqu'à évaporation.
7. Ajouter le quinoa et le persil ciselé au mélange.
8. Servir les brochettes avec le mélange quinoa-courgette ainsi qu'une sauce en mélangeant la mayonnaise à la ratatouille et la gousse d'ail.