

EXPLICATIONS DE VOTE

Le 23 mars, lors des élections municipales, seront aussi désignés les élus qui siégeront à la Crea. p. 2

LES PACKS FONT LEUR CHEMIN

Après six mois de mise en place, les packs jeunes ont trouvé leur public dans tous les quartiers de la ville. p. 4

À VOTRE SANTÉ

Pour lutter contre la maladie, l'activité physique est un remède prôné par de plus en plus de médecins. p. 14 et 15

LIRE DÉLIVRE

Aux Animalins à Jean-Macé, l'association Lire et faire lire stimule le goût pour la lecture à haute voix. p. 16

Le Stéphanois

Saint-Étienne-du-Rouvray



Bimensuel municipal d'informations locales

du 20 février au 6 mars 2014 - n° 180

Les travaux jouent à domicile

Pour améliorer le confort de vie d'un logement, la rénovation thermique représente une solution à la fois esthétique et économique en termes de consommation d'énergie. Les programmes initiés par les bailleurs sociaux et les travaux engagés par les particuliers contribuent aussi à changer le visage de la ville. p. 7 à 10



Élections municipales, mode d'emploi

Le 23 mars, les électrices et les électeurs voteront pour désigner le prochain conseil municipal pour les six ans à venir. Ils choisiront en même temps les élus qui siègeront à l'agglomération.

L'élection municipale est une des élections qui connaît la plus grande participation des citoyens, juste derrière la présidentielle, preuve de l'intérêt que portent les habitants à leur commune et à sa gestion. Autre signe de cet intérêt, fin 2013, 864 personnes se sont inscrites sur les listes électorales de Saint-Étienne-du-Rouvray pour pouvoir voter dimanche 23 mars, et si besoin dimanche 30 mars, pour un second tour. Il s'agit d'élire à parité 35 conseillères et conseillers municipaux. Nouveauté cette année, les électeurs verront deux listes sur leur bulletin de vote : celles des 35 candidats au conseil municipal et, à côté, 9 noms (7 titulaires et 2 supplémentaires tirés de la première liste – candidats également à parité pour devenir élus communautaires, autrement dit pour siéger à la Crea. Auparavant, les électeurs élisaient le conseil municipal qui désignait ensuite ses représentants à la communauté d'agglomération.



Dimanche 23 mars, les dix-sept bureaux de vote seront ouverts de 8 à 18 heures.

mération. Cette fois, les votants sauront directement qui siègera à l'agglomération et à la future métropole. Le savoir à l'avance peut constituer un intérêt pour l'électeur. Mais c'est surtout une façon pour le législateur de donner un poids supplémentaire aux élus communautaires en vue des nouvelles compétences dévolues aux métropoles.

Reste que l'enjeu du scrutin du 23 mars est toujours d'élire l'équipe municipale qui s'occupera de la gestion et du développement de la ville pour les six ans à venir. Néanmoins, les deux élections sont liées par un seul et même bulletin. Attention : rayer une des deux listes ou un nom annule le bulletin. ♦

- **Au plus tard le 6 mars, date de clôture du dépôt des candidatures, on saura combien de listes candidates briguent les suffrages des Stéphanois.**

Qui vote ?

Les Stéphanoises et Stéphanois de nationalité française inscrits sur la liste électorale de la commune et les ressortissants de l'Union européenne qui se sont inscrits sur la liste dite complémentaire. Les listes électorales sont closes mais les jeunes qui auront 18 ans d'ici le 22 mars peuvent encore s'inscrire s'ils n'ont pas été contactés par la mairie.

En savoir plus

Un dépliant du ministère de l'Intérieur précise le mode d'emploi de ces élections. Il est disponible à l'accueil de la mairie ou sur le site internet interieur.gouv.fr

En cas d'empêchement, pensez à faire une procuration

Si vous n'êtes pas disponible le 23 mars, pensez à faire une procuration pour qu'un autre électeur de la commune vote à votre place, pour un tour ou pour les deux tours. La démarche est à faire au commissariat de la commune ou de votre lieu de travail, ou au tribunal d'instance à Rouen. Il n'y a pas de justificatif à fournir. Attention, le mandataire (celui qui reçoit la procuration) ne reçoit pas d'attestation, c'est à vous de le prévenir de la démarche et du bureau où il ira voter pour vous. Il ne peut avoir qu'une procuration, deux si l'une des procurations est établie à l'étranger. Le formulaire de demande de procuration est désormais téléchargeable sur internet, soit sur service-public.fr, soit sur saintetiennedurovray.fr en cliquant depuis la page d'accueil sur le lien : s'inscrire sur les listes électorales/vote par procuration.

Bureaux et cartes d'électeurs

Le 23 mars, les dix-sept bureaux que compte Saint-Étienne-du-Rouvray seront ouverts de 8 à 18 heures. La carte d'électeur ne change pas, seuls les nouveaux inscrits et les personnes qui ont signalé un changement d'adresse recevront une nouvelle carte cette année.

Le comité suit les rythmes

Six mois après la mise en œuvre de la réforme des rythmes scolaires, la Ville a réuni les enseignants, les parents et les responsables des Animalins pour un premier bilan.

Vingt-quatre heures d'enseignement, réparties sur 9 demi-journées : tel est le cadre général que prévoit dorénavant la réforme initiée par le ministère de l'Éducation nationale. Depuis septembre dernier, les écoles élémentaires et maternelles de Saint-Étienne-du-Rouvray ont intégré cette évolution qui bouscule nécessairement les habitudes des enseignants, des parents et bien entendu des enfants. Les trois réunions du comité de suivi de la réforme organisées par la Ville en janvier et en février ont permis d'échanger sur les ressentis et les observations de chacun. Tous les sujets ont été abordés parmi lesquels le contenu des activités périscolaires, les créneaux de piscine et de bibliothèque jugés parfois mal adaptés aux rythmes

d'apprentissage, le souhait de mettre en place davantage d'aide aux devoirs sur les temps Animalins ou encore la question du mercredi midi et du repas réservé aux enfants inscrits au centre de loisirs. **Mais la remarque qui arrive en tête et qui était déjà évoquée dans les procès-verbaux des conseils d'école en novembre 2013 a trait à la fatigue des enfants.** Sur ce point, quelques parents et enseignants ont dit souhaiter revenir sur le choix de la matinée du mercredi matin pour lui préférer celle du samedi matin. Présente lors de la réunion du 7 février au centre socioculturel Jean-Prévoist, l'inspectrice de l'Éducation nationale de circonscription, Christine Malot a rappelé que la décision prise par le directeur académique des services

de l'Éducation nationale ne pouvait être remise en cause pour l'année prochaine. « *Les rares dérogations acceptées en Seine-Maritime sont liées à un souci de cohérence avec les collèges qui ont choisi de faire cours eux aussi le samedi matin.* » De son côté, Joachim Moysse, le premier adjoint, a reconnu que sur les temps Animalins des améliorations pouvaient être apportées tout en rappelant que l'ambition de la Ville « *reste bien de favoriser l'ouverture culturelle, artistique, sportive et scientifique des enfants, de développer des partenariats avec les associations, de développer le lien avec les parents et par-dessus tout de donner les moyens à tous les enfants de s'épanouir à l'école et en dehors de l'école.* » ♦



Trois réunions organisées par la Ville ont permis d'échanger sur les ressentis et les observations concernant la réforme des rythmes scolaires et les Animalins.

À mon avis



Énergie : s'engager pour l'avenir

D'importants programmes de rénovation énergétique sont actuellement effectués sur le territoire de la commune. Ceux réalisés par la Ville dans le cadre de son marché public de performance énergétique et qui concernent les bâtiments municipaux mais aussi les importants programmes de rénovation thermique réalisés par les bailleurs sociaux pour isoler leurs immeubles et améliorer leur chauffage. À cela s'ajoutent les aides apportées aux particuliers pour isoler leur logement dans le cadre du programme d'intérêt général pour l'amélioration de l'habitat, en lien avec la Ville et la Crea. À leur niveau, ces importants programmes de travaux prennent toute leur part dans la nécessaire lutte à mener contre le réchauffement climatique et contribuent à diminuer l'émission de gaz à effet de serre sur le territoire communal. Mais cette grande cause a besoin de l'engagement de toute la société, du niveau local au niveau national et international et ne peut se résumer aux seules questions énergétiques. Nous sommes bien placés, ici à Saint-Étienne-du-Rouvray, pour considérer que le tout routier ne peut pas être une solution d'avenir, qu'il faut développer le fret SNCF, le fluvial et renforcer le réseau de transports collectifs (bus et train). Au vu de ces exigences, il est aujourd'hui plus que nécessaire de promouvoir au niveau national des investissements publics conditionnés par ces critères écologiques, sociaux et démocratiques.

Hubert Wulfranc, maire, conseiller général

Inquiétude dans les Segpa

Les Segpa, sections d'enseignement général et professionnel adapté, sont sur le fil des restrictions budgétaires. La Seine-Maritime compte 36 Segpa dans les collèges où les jeunes en difficulté scolaire durable peuvent suivre un enseignement adapté. Dans 11 d'entre elles, il existe des formations qualifiantes. Début février, il était question d'en fermer dans les Segpa des collèges Paul-Éluard à Saint-Étienne-du-Rouvray et Émile-Zola à Sotteville-lès-Rouen. Le directeur académique des services de l'Éducation nationale a rassuré les enseignants, il n'y aura pas de fermetures à la prochaine rentrée. En revanche, une réflexion est engagée pour fermer les formations qualifiantes existant en 4^e et 3^e et orienter les élèves vers les lycées professionnels. Les enseignants se disent vigilants sur cette réorganisation. « *Il n'y a pas d'accueil réservé dans les CAP pour ces jeunes, s'inquiète Christine Dieul du Snuipp. On ne peut pas fermer pour des raisons budgétaires, il faut être respectueux des jeunes et des enseignants. Car la réorganisation supprimera des postes en Segpa. Quel reclassement ? Et quelle formation pour les enseignants des lycées professionnels ?* » ♦

L'impact des packs

En septembre dernier, la Ville mettait trois packs à disposition des jeunes avec l'objectif de favoriser l'accès à l'autonomie et aux droits pour la santé, le logement, les loisirs et la citoyenneté. Six mois plus tard, comment ce dispositif a-t-il été reçu par les 16-25 ans ?

« **U**n élan de curiosité, d'écoute et de réflexion. » C'est en ces termes que Leeroy Edvige, animateur au Périph', qualifie l'effet produit par les packs jeunes auprès du public qu'il peut croiser tous les jours. Dans les faits, à la fin du mois de janvier 2014, ce sont 117 packs jeunes qui avaient été distribués sur l'ensemble des 8 structures municipales impliquées parmi lesquelles La Station, la Maison de l'information pour l'emploi et la formation (Mief) et les centres socioculturels Georges-Brassens, Georges-Déziré et Jean-Prévoist.

Globalement, si chacun des thèmes associés aux trois packs a retenu l'attention des jeunes, âgés en majorité de 16 à 19 ans, c'est la thématique santé qui arrive en tête. « Il faut bien admettre que le bonus qui permet d'activer une prestation de 20€ (2x10€) dans les pharmacies partenaires a souvent servi à amorcer le dialogue. Parmi les sujets abordés lors des entretiens, on trouve la nutrition, la consommation d'alcool ou les bonnes attitudes de prévention », explique Marie-Blandine Couette, en charge de l'accompagnement individualisé des jeunes Stéphanais. Ainsi, pour Karim (le prénom a été changé), 19 ans, la consultation du pack santé a été rapidement suivie d'effets. « J'ai décidé de prendre davantage soin de moi-même et j'ai programmé un rendez-vous chez le dentiste et dans un laboratoire

pour un bilan sanguin. » Du côté des pharmaciens, Sébastien Grosley, installé avenue Saint-Yon, témoigne que « les bonus de 20€ ont le plus souvent été consommés en une seule fois, tantôt pour de la contraception, tantôt pour des produits de soin contre l'acné. C'est une formule intéressante pour celles et ceux qui n'ont pas de gros moyens et qui souhaitent préserver leur anonymat. Enfin, la délivrance de ces produits s'accompagne toujours d'un conseil comme pour n'importe quel autre médicament ». Seul regret exprimé par les garçons et les filles qui

ont récupéré leur pack santé au Périph', l'obligation de descendre jusqu'à La Station pour activer le bonus. La plupart ont préféré alors s'abstenir. À l'écoute de ces remarques, le service jeunesse de la Ville réfléchit à faire évoluer les conditions de délivrance de ces bonus afin que chacun puisse y accéder plus simplement.

UNE SECONDE JEUNESSE

De la même manière, les packs loisirs et citoyenneté ainsi que les packs logement n'ont pas

manqué de trouver leur public avec souvent des questions précises liées par exemple aux conditions de passage du Bafa (Brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur) ou aux meilleures méthodes pour dénicher un appartement agréable et pas trop cher. « Par la suite, le service logement de la Ville a effectivement enregistré davantage de demandes d'informations. Néanmoins, aucun bonus comprenant la prise en charge d'ouverture du compteur d'eau n'a été activé à ce jour. Sans doute parce que les démarches ne sont pas suffisamment avancées et que ces projets prennent

du temps », précise Marie-Blandine Couette.

Enfin, la mise en place des packs jeunes a aussi permis de sensibiliser un public qui, jusqu'alors, n'avait pas l'habitude de fréquenter des lieux d'accueil et d'information jeunesse. À La Station en particulier, de nouveaux contacts ont été établis, des besoins ont pu être identifiés et des solutions apportées notamment pour les allocations cursus et bonus, des aides financières municipales, destinées à favoriser la réussite scolaire des jeunes Stéphanais. ♦



La mise en place des packs jeunes a permis de sensibiliser un public qui n'avait pas l'habitude de fréquenter des lieux d'accueil et d'information jeunesse.

Les atouts de la location-accession

Logiseine livre 16 pavillons jumelés dans le quartier des Cateliers, en février et mars. Ils ont déjà trouvé preneurs. Ils étaient proposés en location-accession, une formule qui facilite l'accès à la propriété.

Les nouveaux pavillons construits rue Danielle-Casanova sont des logements BBC (bâtiment basse consommation), donc avec peu de charges de chauffage. Ils ont un autre atout : ils sont en location-accession. Avec ce dispositif, les candidats à la propriété commencent par être locataires, entre un et quatre ans, pour préparer le passage à l'acquisition du logement. C'est ce qui a convaincu Romain Roussel de venir habiter ici avec sa compagne. « Ça laisse le temps de voir si on s'y plaît, explique-t-il. Et c'est un dispositif très attractif, avec des aides de la Crea (une subvention au label BBC, NDLR) et une exonération de la taxe foncière sur quinze ans. » La location-accession est cependant un engagement. Hors cas de force majeure, le locataire doit une indemnité s'il ne poursuit pas son contrat d'achat.

En une dizaine d'années, c'est le 6^e programme en location-accession engagé par Logiseine avec le sou-



Les candidats à la propriété commencent par être locataires, pour préparer le passage à l'acquisition du logement.

tien de la Ville. Une formule que les accédants à la propriété ne regrettent pas. Sébastien Michel a acheté en 2007 un pavillon rue Nikola-Tesla. « Le système est très bien, juge-t-il. Ça donne une facilité pour acheter, et en plus on a une

maison neuve. » Avenue du Val-l'Abbé, dans le nouveau quartier Jean-Lurçat, Véronique Lixivel a la même appréciation : « La première année, on peut tester les mensualités, voir si c'est gérable. Nous avons acheté au bout

d'un an. » Un de ses voisins, Nicolas Cobo, a repris le pavillon après un couple qui a dû partir au bout de deux ans de location. « Nous sommes restés un an en location et on a pris l'option d'achat. » S'il est en discussion avec Logiseine sur

Les Cateliers : l'urbanisation se poursuit

Le développement du quartier des Cateliers se poursuit avec le début de construction de deux programmes locatifs réalisés par Logiseine : un immeuble de 40 logements est en cours rue Germaine-et-André-Pican, un autre programme de 36 logements superposés et 4 logements individuels est lancé rue Geneviève-de-Gaulle. Leur livraison est prévue pour 2015.

des problèmes d'évacuation des eaux de pluie, il n'y a pas de risque de mauvaise surprise financière, assure-t-il : « Le montant de remboursement du crédit n'excède pas le loyer de départ, le système est bien. » ♦

Permanence

Travail et vie de famille en harmonie

Pour les personnes qui cherchent à mieux concilier vie familiale et vie professionnelle, le CIDFF (Centre d'information sur les droits des femmes et des familles) tient une permanence le mardi matin à la Mief (Maison de l'information pour l'emploi et la formation). Il peut être question de voir comment retrouver un travail après avoir élevé des enfants ou renégocier son emploi pour élever seul-e son ou ses enfants. « Nous recevons toute personne, même non inscrite à Pôle emploi », explique Fatima Goual, responsable emploi et formation au CIDFF qui anime cette permanence Égalité.

L'objectif est d'aider à définir un projet et les moyens pour y arriver en autonomie. Les personnes qui viennent ont souvent des craintes à travailler ou retravailler, des

illusions sur la facilité à trouver un emploi sans qualification ou avec un diplôme déjà ancien. « Il faut du temps pour changer de vie, estime Fatima Goual. C'est un accompagnement sur la durée, pour avancer progressivement. Pour retravailler, il faut faire bouger aussi sa vie de famille. »

La permanence Égalité reçoit beaucoup de femmes. Elle aide aussi les hommes qui veulent aménager leur travail pour faire face à une garde alternée ou qui veulent s'orienter vers des métiers réputés « féminins ». ♦

• Permanence le mardi de 9 h 15 à 12 h 15 à la Mief, 3 rue du Jura, sur rendez-vous à prendre au 02 32 95 83 30.

RENDEZ-VOUS

La mémoire des sens



Le service vie sociale des seniors propose un atelier « L'air et la chanson », **jeudi 13 mars** de 14 à 16 heures, à la résidence pour personnes âgées Ambroise-Croizat. Les participants exerceront leur mémoire en chanson, sur des airs d'accordéon. Nombre de places limité. Réservations conseillées au 02 32 95 93 58 à partir de mardi 4 mars.

Soirée africaine

L'association Afrique développement solidarité M'Boumba'so organise une fête **vendredi 28 mars** à partir de 19 h 30, à la salle festive. Au programme : repas africain, spectacle, soirée dansante, expo photos, artisanat sénégalais... Adultes : 20€, gratuit pour les petits. Réservations au plus tard le 5 mars au 06 87 28 36 66 ou au 06 62 39 24 39.

Loto



Le comité des quartiers Saint-Étienne-du-Rouvray centre organise un loto **dimanche 9 mars** à 14 heures à la salle festive. Ouverture des portes dès 12 h 30.

Le Stéphanois

JOURNAL MUNICIPAL D'INFORMATIONS LOCALES

Directeur de la publication : Jérôme Gosselin.
 Réalisation : service municipal d'information et de communication
 Tél. : 02 32 95 83 83 - serviceinformation@ser76.com
 CS 80458 - 76 806 Saint-Étienne-du-Rouvray Cedex.
 Conception : Frédéric Capouillez/service communication.
 Mise en page : Aurélie Mailly.
 Rédaction : Sandrine Gosselin, Nicole Ledroit, Fabrice Chillet, Stéphane Nappes, Gilles Triolier.
 Secrétariat de rédaction : Céline Lapert.
 Photographes : Eric Bénard, Marie-Hélène Labat, Jérôme Lallier, Loïc Seron, Jean-Pierre Sageot.
 Distribution : Claude Allain.
 Tirage : 15 000 exemplaires. Imprimerie : ETC, 02 35 95 06 00.
 Publicité : Médias & publicité, 01 49 46 29 46.

État civil

MARIAGES Marwen Fekir Ali et Florence Parcouet.

NAISSANCES Elyas Adda, Thiago Bacquet, Berat-Ayhan Berkpinar, Nathan Coudert Senard, Timéo Delarue, Mir Deniz, Firdaws El Fakir, Younès Es Snoussi, Délia Forteville, Gabriel Jego, Mohamed-Nacer Khelil, Iskander Lahbib, Angelina Malicev, Tassnime Mataich, Martin Philippini Pauchet, Wassila Si Hadi, Aly Tall, Loujaïne Trabelsi.

DÉCÈS Paulette Lalonde, Chistiane Vervisch, Marcel Delamare, Éliane Leverrier, Hervé Le Menach, Odette Meslin, Jacqueline Saintefoy, Francis Macqueron, Denise Catalano, Christian Verdure, Roger Levasseur, Lucien Crepy, Corinne Boivin, Gérard Lhéronnelle, José Moreira Ramiro.



Inscriptions à l'école

Les inscriptions à l'école pour la rentrée de septembre 2014 débuteront **lundi 3 mars 2014**. Si l'enfant est né avant septembre 2012, il peut être admis à l'école maternelle dès la rentrée prochaine. Les inscriptions en cours préparatoire, pour les enfants nés en 2008, seront également possibles à partir de cette même date. Ces inscriptions (maternelle ou élémentaire) se font en mairie ou à la maison du citoyen. Il est demandé de présenter les pièces suivantes : le livret de famille, un justificatif de domicile (quittance de loyer, facture EDF, GDF, eau...) datant de moins de trois mois. Toutes les demandes de dérogations devront être impérativement déposées pour le 11 avril 2014, dernier délai. ♦

+ Bon à savoir

En cas d'urgence médicale

Qui appeler quand on est confronté à une situation nécessitant un médecin, en dehors des horaires d'ouverture des cabinets médicaux ? L'Ordre des médecins de Seine-Maritime et l'Agence régionale de santé rappellent le dispositif mis en place en cas d'urgence :

- en journée, les situations d'urgence peuvent être prises en charge par le médecin traitant,
- en cas d'urgence vitale nécessitant le recours du Samu, il faut appeler le 15,
- en soirée après 20 heures ou pendant le week-end, un médecin de garde est joignable au 02 35 58 76 33 pour le secteur Rouen-Elbeuf.

PENSEZ-Y

Vaccinations gratuites

Les centres médico-sociaux du Département vaccinent gratuitement les enfants de plus de 6 ans et les adultes. Prochains rendez-vous **jeudi 27 février**, de 17 heures à 18 h 15, au centre médico-social 41 rue Ambroise-Croizat. Tél. : 02 35 72 68 73.

Métiers à découvrir

La Cité des métiers organise une rencontre portant sur les métiers du bâtiment **mardi 25 février** de 14 heures à 15 h 30 et une autre concernant les métiers des travaux publics **jeudi 6 mars** de 14 heures à 15 h 30, 115 avenue de l'Europe. Réservations au 02 32 18 82 80, contact@citedesmetiershautenormandie.fr

PRATIQUE

Les bibliothèques à l'heure des vacances

À partir du 25 février et pendant les vacances d'hiver, les horaires d'ouverture des bibliothèques sont modifiés.

Elsa-Triolet : mardi de 15 à 19 heures, mercredi de 10 heures à 12 h 30 et de 14 heures à 17 h 30, vendredi de 15 heures à 17 h 30, samedi de 10 heures à 12 h 30 et de 14 à 17 heures. **Georges-Déziré** : mercredi de 14 heures à 17 h 30, jeudi de 15 à 19 heures.

Louis-Aragon : mercredi de 10 à 12 heures et de 14 à 17 heures.

Les espaces « ludothèque » sont ouverts mardi de 15 à 19 heures, mercredi de 14 heures à 17 h 30, vendredi de 15 heures à 17 h 30 et samedi de 10 heures à 12 h 30 et de 14 à 17 heures à la bibliothèque Elsa-Triolet et jeudi de 15 à 19 heures à la bibliothèque de l'espace Georges-Déziré. **Reprise des horaires habituels mardi 11 mars.**

Changement d'horaires à la piscine



Pendant les vacances scolaires, la piscine sera ouverte le lundi de 14 heures à 19 h 30, du mardi au vendredi de 9 heures à 11 h 30 et de 14 heures à 19 h 30, le samedi de 9 heures à 11 h 30 et de 14 heures à 18 h 30, le dimanche de 9 heures à 12 h 30. Tél. : 02 35 66 64 91.

Billetterie fermée la première semaine des vacances

La billetterie du Rive Gauche sera fermée la première semaine des vacances, **du 24 février au 2 mars**. Elle sera ouverte normalement **du mardi 4 au vendredi 7 mars**, de 13 heures à 17 h 30. Tél. : 02 32 91 94 94.



La chasse au gaspi est lancée

Isolation des façades, remplacement des chaudières... Comme la loi les y oblige, les bailleurs sociaux sont engagés dans une rénovation thermique de leur parc ancien. Objectif numéro un : faire baisser les consommations de chauffage.

Michaël Jore n'a pas mis longtemps à s'en rendre compte : son F2 de l'immeuble Morvan, rue Ambroize-Croizat, se chauffe désormais « *bien plus facilement* ». Il faut dire que l'appartement du jeune homme, comme ceux de nombreux autres locataires d'immeubles stéphanois, a bénéficié l'an dernier d'une rénovation menée par son bailleur social. Une rénovation d'un genre particulier, thermique en l'occurrence. À l'arrivée, une nouvelle chaudière, une isolation des façades et du toit par l'extérieur qui protège mieux du froid tout en apportant une touche esthétique à un ensemble vieillissant, et même l'installation d'une ventilation mécanique. Le tout régulé par un thermostat digne de ce nom. « *Ils ont aussi bouché les petits trous dans les murs. On ne sent plus de courants d'air* », ajoute Michaël, satisfait de ces améliorations.

Pas de hausse des loyers

Améliorations, dites-vous ? À écouter les bailleurs sociaux, cela s'apparente davantage à un chantier lourd mais indispensable et privilégié puisqu'ils s'y sont engagés par contrat devant l'État. « *Nous avons l'obligation légale de rénover thermiquement la totalité de notre patrimoine collectif d'ici à 2020. Tous les bâtiments auparavant classés dans les catégories E, F et G en termes de performance énergétique doivent, après travaux, être reclassés en catégorie C, au minimum* », explique Franck Ernst, directeur général du Foyer stéphanois, un des principaux bailleurs sociaux de la ville, lancé depuis 2009 dans ces rénovations, immeuble après immeuble en commençant par les plus énergivores. À cette dimension légale vient s'ajouter « *la volonté d'assurer l'attractivité du parc ancien* » notamment, et c'est le nerf de la guerre, en « *faisant baisser les charges de chauffage* ». « *Il faut donner une marge de manœuvre aux locataires* », pointe le directeur général. Voilà pourquoi le Foyer stéphanois a décidé de ne pas répercuter



Après la rénovation effectuée l'an dernier, Michaël Jore, locataire de l'immeuble Morvan, a constaté que son F2 « chauffe plus facilement ».

sur les loyers le coût de ces travaux, évalués entre 20 000 et 25 000 euros par appartement. Les économies de chauffage, ce sera pour les poches des locataires. Mohamed Lazouzi, qui réside dans l'immeuble Morvan, table ainsi « *sur une baisse de 15, 20, peut-être 30 %*. *On verra cela sur la facture semestrielle, en avril* ».

Logirep, autre bailleur présent sur la commune et engagé dans le même type de rénovation thermique, a lui aussi choisi ne pas alourdir la note des locataires. « *Les loyers restent inchangés* », assure le chef d'agence Haute-Normandie, Bachir Chorfi.

Reste que les bailleurs sociaux doivent bien trouver quelque part les lourds financements nécessaires aux travaux. Si une partie doit être amenée en fonds propres, les bailleurs sociaux peuvent bénéficier de subventions souvent importantes accordées par les institutions publiques. En premier lieu celles de l'État via un « éco-prêt logement social » à taux préférentiel. À cela peut s'ajouter des subventions du Département, de la Crea ou du Fonds européen de développement économique et régional (Feder). Un exemple : sur les quelque 1,6 million d'euros nécessaires à la rénovation thermique



L'isolation par l'extérieur du bâtiment rénové est un atout important en terme de performance énergétique.

des immeubles Bretagne, Picardie et Languedoc, le Foyer stéphanois bénéficie, entre les prêts et les subventions, d'un apport de près

d'1,4 million d'euros. Ce qui fait dire au directeur général, Franck Ernst : « *Nous n'aurions pas pu le faire uniquement en fonds propres.* » ♦

Des locataires *plutôt satisfaits*

Utile pour la plupart des locataires, pas perceptible pour certains. Dans l'ensemble positifs, les avis divergent lorsqu'il s'agit de mesurer la pertinence des travaux entrepris dans leur logement. Comme au Morvan, immeuble réhabilité en 2013. Quand Judicaelle Bureau estime « payer aussi cher avec une chaudière qui pompe toujours autant », Mohamed Lazouzi assure quant à lui que « tout cela est positif. L'immeuble est plus joli, les entrées ont aussi été refaites. Et puis maintenant on peut régler la température avec un thermostat ».

Du côté de la Confédération nationale du logement (CNL), on assure que « les retours des locataires sont bons ». Le choix du Foyer stéphanois ou de Logirep de ne pas augmenter les loyers est également apprécié. « D'autres bailleurs ne jouent pas le jeu », tacle-t-on à la CNL.

Pendant ce temps-là, *on reconstruit*

Outre ces travaux de rénovation thermique, d'autres chantiers, plus conséquents, rythment la vie des Stéphanois depuis 2005 : les opérations de réhabilitations et de démolitions/reconstructions d'immeubles dans le cadre d'opérations de renouvellement urbain des quartiers dégradés. Quasiment achevé – les derniers coups de pioches étant attendus d'ici 2017 – ce lourd programme (155 millions d'euros) s'est déroulé sans accrocs à Saint-Étienne-du-Rouvray. « Les engagements initiaux ont été tenus », assure Hélène Le Cronc, responsable de l'habitat et du renouvellement urbain à la Ville. 10 % du nombre total des logements de la commune ont été concernés. Au total, 1 025 logements ont été détruits, 1 055 reconstruits et 860 réhabilités.

Propriétaires, vous n'êtes plus seuls

Afin de mieux isoler son logement, un dispositif de conseils avisés et d'aides financières importantes est proposé gratuitement aux particuliers.

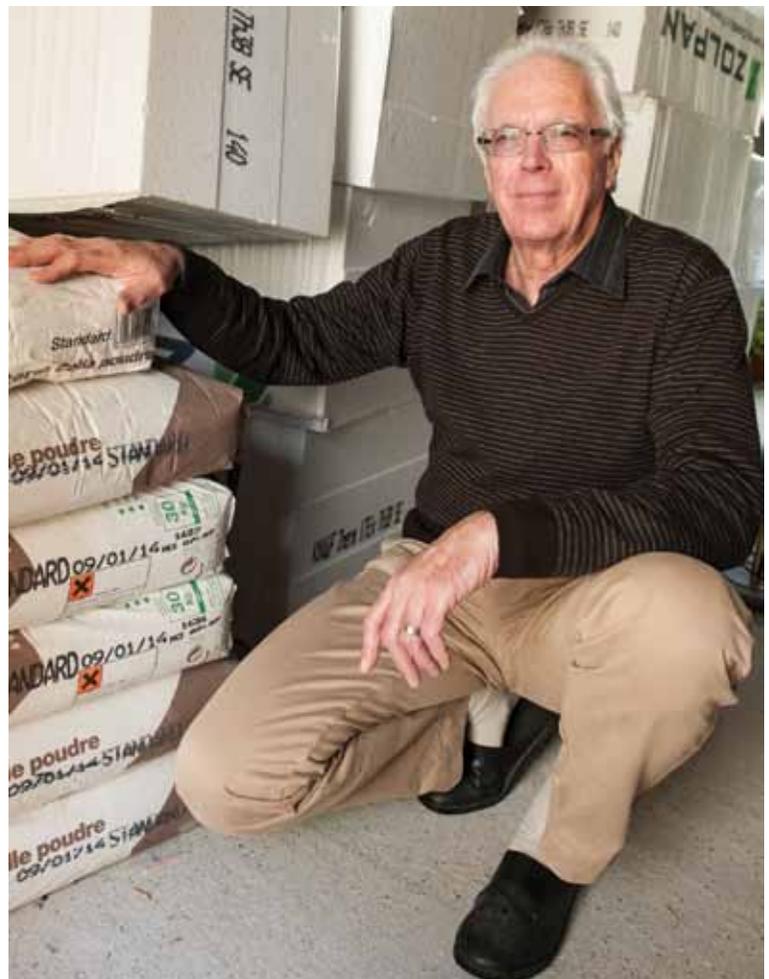
Votre logement, mal isolé, laisse partir en fumée un bon paquet d'euros et de CO₂ ? Vous souhaitez remédier au problème ? Le hic, c'est que se lancer seul dans ces travaux techniques et complexes n'a rien d'évident pour le béotien. Eh bien sachez qu'il existe un dispositif d'aide pour conseiller, accompagner et soutenir financièrement les propriétaires motivés. Celui proposé gratuitement par l'association Habitat et développement, en lien avec la Ville et la Crea dans le cadre de son Programme d'intérêt général pour l'amélioration de l'habitat. L'association tient pour cela deux fois par mois des perma-

nences en mairie et à la maison du citoyen. « Nous n'intervenons que dans l'habitat privé et ancien, souligne Cécile Colmard, directrice adjointe d'Habitat et développement. Et ce afin de lutter contre la précarité énergétique et l'habitat indigne mais aussi afin d'adapter les logements au vieillissement ou au handicap. »

68 % de subventions en moyenne

Plusieurs conditions doivent être remplies pour en bénéficier. En effet, l'Association nationale d'aide à l'habitat (Anah), premier financeur, et les autres organismes concernés (Département, Crea, Caisse de retraite, Ville) ne sortent pas le carnet de chèques sans se pencher sur les revenus des demandeurs. « Le revenu fiscal de référence est pris en compte, explique Karine Vigreux, conseillère habitat. Cela se décide au cas par cas. N'hésitez pas à tenter votre chance. »

Autre élément indispensable pour décrocher des subventions : il faut que l'économie d'énergie soit, →



Serge Letellier a rénové sa maison grâce aux conseils et subventions d'Habitat et développement.

après travaux, de 25 % au minimum. Autant dire que les modifications doivent être significatives. Un simple changement de fenêtres ne sera ainsi pas pris en compte. Voilà pourquoi chaque dossier donne lieu à une visite à domicile afin de déterminer les besoins spécifiques de chaque logement. Une évaluation énergétique est réalisée avant et après travaux. Dernier point : les travaux ne doivent pas être commencés avant l'accord des financeurs. L'étude d'un dossier prend six mois en moyenne.

À Saint-Étienne-du-Rouvray, 85 demandes ont été enregistrées en 2013 pour, à l'arrivée, 27 dossiers subventionnés. « *En tout, cela représente 284 000 euros de travaux, soit 17 000 euros en moyenne par logement* », chiffre Cécile Colmard. Les subventions, elles, atteignent en moyenne 68 % du montant total du chantier et peuvent parfois grimper jusqu'à 100 %. Loin d'être négligeable... Serge Letellier l'avoue d'ailleurs sans fard : sans ces aides, le retraité stéphanois ne se serait pas lancé dans l'aventure. Aujourd'hui, alors que l'isolation des façades de son pavillon se profile, il ne regrette pas son choix : « *Le système est vraiment sérieux, les intervenants compétents, la réponse rapide. Suite à ma demande, en avril dernier, un technicien est venu chez moi. Il a déterminé que pour atteindre les 25 % d'économie d'énergie, il fallait isoler les murs par l'extérieur et installer des vannes thermostatiques sur*



Les particuliers peuvent aussi faire des travaux d'isolation et bénéficier d'aides en fonction de leurs revenus.

les radiateurs. J'ai ensuite fait réaliser des devis. » Montant total pour le retraité : 12 000 euros, dont 70 % assumés grâce aux subventions. ♦

■ PERMANENCES

• **Habitat et développement assure des permanences le deuxième jeudi du mois de 9 h 30 à 12 heures à la maison du citoyen et le quatrième jeudi du mois en mairie aux mêmes horaires. Informations au 02 32 08 13 00. Les Espaces info énergie de la Crea peuvent également apporter des conseils utiles (7 rue Jeanne-d'Arc à Rouen ou 32 rue Augustin-Henry à Elbeuf).**



Habitat et développement tient deux permanences par mois à Saint-Étienne-du-Rouvray afin de conseiller les habitants et répondre aux questions qu'ils peuvent se poser.

INTERVIEW « Il faut se faire conseiller »

Jean-Marc Goyer est ingénieur en charge de l'urbanisme et de l'aménagement durable à l'Agence de l'environnement de la maîtrise de l'énergie (Ademe), de Haute-Normandie.

En quoi la rénovation énergétique des logements est-elle un enjeu majeur ?

J.-M.G. : Parce que l'on vit la fin de la période d'abondance, que le prix du baril de pétrole augmente sans cesse. Et quand on voit par exemple que l'étalement urbain progresse, que le nombre de m² affectés à chaque personne augmente chaque année, on s'aperçoit que la

rénovation thermique, en premier lieu dans les centres-villes anciens, est essentielle.

Comment rénover efficacement son logement ?

J.-M.G. : Il faut se faire conseiller avant de se lancer car les erreurs sont possibles. Vous isolez votre logement mais il reste une petite fuite de quatre centimètres. Eh bien c'est par là que toute la vapeur d'eau produite se fauilera, attaquera en humidité et créera un trou. Mal installé, cela ne sert à rien. Il faut avoir une vue d'ensemble de son habitation en commençant par le mode de chauffage. Ensuite on regarde la toiture, les fenêtres, les murs, le plancher... Il

faut aussi se donner des ambitions raisonnées. Attention au coup de cœur ! Je peux avoir envie d'une pompe à chaleur mais si ce qui compte dans mon logement c'est la toiture... En centre-ville, il faut aussi prendre en compte l'esthétisme, l'histoire de la ville. Car il n'y est pas évident par exemple d'isoler ses façades par l'extérieur. Mais il existe des compromis.

L'amortissement du coût des travaux est-il rapide ?

J.-M.G. : C'est très variable. Cela peut aller de trois mois à quinze ans, tout dépend de ce que l'on installe. Il faut en tout cas exiger un certificat d'économie d'énergie.

Élus communistes et républicains

Il n'est pas acceptable de prétendre, comme l'affirme la Cour des comptes, que les collectivités territoriales ont une responsabilité dans la dégradation des comptes publics. Elles ont l'obligation de voter leur budget en équilibre. Leurs emprunts sont destinés uniquement à investir dans des équipements publics. Les dépenses de fonctionnement des collectivités locales, qui sont remises en cause, servent à mettre en place des services publics de proximité utiles aux populations. Aujourd'hui, on demande aux collectivités de réduire drastiquement leurs dépenses. Moins 1,5 milliard d'euros cette année et 4,5 milliards jusqu'en 2017. Quelles seront les conséquences sur les services aux personnes âgées, sur les actions sociales, en direction des jeunes, sur le soutien aux pratiques culturelles et sportives ? Cette réduction

des dotations pousse certaines villes à privatiser leurs services. Les premières victimes sont les populations les plus fragiles. Les élus communistes demandent que les moyens des collectivités soient confortés en procédant notamment à une réforme de la fiscalité locale mettant mieux à contribution les entreprises et tenant davantage compte des revenus des familles dans le calcul de leurs impôts.

Hubert Wulfranc, Joachim Moysse,
Francine Goyer, Michel Rodriguez,
Fabienne Burel, Jérôme Gosselin,
Marie-Agnès Lallier, Pascale Mirey,
Josiane Romero, Francis Schilliger,
Robert Hais, Najia Atif,
Murielle Renaux, Houria Yahia,
Daniel Vezie, Vanessa Ridel,
Malika Amari, Pascal Le Cousin,
Didier Quint, Serge Zazzali,
Carolanne Langlois.

Élus socialistes et républicains

Le défi de la révolution de l'âge vient d'être enfin pris en compte. Le Premier ministre Jean-Marc Ayrault a en effet lancé, il y a quelques jours, la procédure du texte de la loi d'orientation et de programmation pour l'adaptation de la société au vieillissement. Cette loi, attendue depuis longtemps, mettra en cohérence l'intégralité de la politique de l'âge. Cela se fera par l'intermédiaire d'un plan pluriannuel et transversal sur la durée du quinquennat.

Sans rentrer dans les détails assez complexes de cette future loi, disons qu'elle repose sur trois piliers, les 3 « A ».

- L'anticipation pour prévenir la perte d'autonomie. C'est ainsi que 140 millions d'euros seront destinés à l'amélioration de l'accès aux aides techniques et aux actions de prévention.

- L'adaptation de notre société, notamment l'adaptation au logement, est un enjeu majeur. La politique de l'habitat devra mieux prendre en compte l'avancée en âge.

- L'accompagnement de la perte d'autonomie. C'est une priorité nationale. Dotée d'un budget supplémentaire, l'APA est augmentée de 15 %. Cela réduira le reste à charge des familles.

Les élus socialistes se félicitent de cette future réforme sociale et sociétale majeure.

Rémy Orange, Patrick Morisse,
Danièle Auzou, David Fontaine,
Daniel Launay, Thérèse-Marie Ramarison,
Catherine Depitre, Philippe Schapman,
Dominique Grevrand, Catherine Olivier.

Élus UMP, divers droite

Tribune non parvenue

Louissette Patenere,
Samir Bouzbouz,
Sylvie Defay.

Élu Droits de cité, 100 % à gauche

L'austérité ? Un puits sans fond... Le gouvernement, poussé par le Parlement européen et la Cour des comptes, veut toujours plus d'austérité. Les communes et la santé, entre autres, sont visées. On nous dit qu'il faudrait trouver encore 50 milliards d'ici 2017.

Le gouvernement réduit les dotations aux communes tout en leur imposant des dépenses supplémentaires. Celles-ci doivent répondre aux demandes d'aides qui explosent car la pauvreté progresse. Comment pourront-elles satisfaire les besoins de services à la population ?

Dans la santé, l'accès aux soins se réduit encore. Les hôpitaux manquent de personnels. Le gouvernement va-t-il encore dérembourser des médicaments, demander leur prise en charge aux mutuelles et augmenter nos

cotisations ?

L'austérité ralentit l'activité économique car les communes et les familles ne dépensent plus. Elle aggrave les déficits publics car les rentrées fiscales baissent. Il manque déjà 6 milliards sur les recettes de 2013. Pour corriger ça, le gouvernement accélère notre austérité. L'austérité est un puits sans fond. C'est NON !

Hollande cède aux patrons. C'est nous qui payons. À nous de le faire céder sur nos revendications ! Les capitalistes ont des millions, nous sommes des millions !

Michelle Ernis.

Garçons et filles se laissent conter

Dans les histoires de dragons, de princesses et de chevaliers, est-ce que c'est toujours les garçons les plus forts ? En mars, trois rendez-vous destinés au jeune public abordent le thème de l'égalité garçons-filles à partir d'un large répertoire de contes, de comptines et de chansons.

Installés dans la mezzanine de la bibliothèque Elsa-Triolet, les enfants accompagnés de leurs parents ou de leurs grands-parents sont un peu comme au spectacle. Pour les petits de 4 à 7 ans, le rendez-vous mensuel de l'heure du conte ne se limite pas à venir écouter des histoires. « Pour que la magie opère, nous essayons de créer une ambiance avec quelques éléments de décor, des accessoires, parfois des images projetées. Nous varions les graphismes, nous sortons les livres animés », explique Agnès Scot, bibliothécaire à la section jeunesse.

Au fil des mois, de nombreux thèmes sont ainsi abordés y compris ceux qui ont trait à des questions de société. Ainsi, tandis que le 5 février les géants barbus et ventrus étaient à l'honneur, le 5 mars, il sera question de l'égalité garçons-filles. « Nous essaierons de provoquer des réactions chez les enfants en racontant des histoires qui s'appuient sur des stéréotypes ou qui au contraire bousculent un peu les usages. Il y aura notamment une princesse qui refuse la fin classique sur le mode : ils se marièrent, furent heureux et eurent beaucoup d'enfants », explique Anne-Claire Bourgeois, bibliothécaire jeunesse. C'est l'avantage des contes où l'on peut parler de ces sujets sans être obligé de faire une conférence. Dans tous les cas, c'est le plaisir de raconter et d'écouter des histoires qui prime. »

Sans limite d'âge

Pour décliner la thématique jusqu'au bout, deux autres rendez-vous à destination du jeune public sont programmés le 12 mars. Le premier aura lieu



L'heure du conte, un rendez-vous mensuel pour les enfants.

dès 10 heures à l'espace Célestin-Freinet et s'adresse aux moins de 3 ans. La conteuse et comédienne Nadine Coleu réussit habilement à aborder la question des rapports garçons-filles à partir d'un événement festif : l'anniversaire de Patanours. « C'est l'histoire d'un très gros ours qui découvre un à un ses cadeaux et qui a la surprise de sortir des paquets tantôt des jouets de garçons, tantôt des jouets de filles. La question ne sera jamais de savoir s'il est déçu ou content car au final il aimera tous ses cadeaux. Mais en apparaissant, chacun de ces jouets sera l'occasion de raconter une petite histoire. »

De son côté, le conteur Guillaume Alix et son partenaire Stève, guitariste-chanteur, ont choisi d'évoquer la condi-

tion féminine en empruntant des chemins de traverse. « Il faut bien avouer que ce n'est pas forcément évident de parler de ce sujet quand on est deux garçons. Mais les contes traditionnels sont une source inépuisable de références qui demeurent très contemporaines », précise Guillaume Alix. Le spectacle, destiné aux enfants à partir de 7 ans, se déroule en suivant le lien qui lui donne son titre *Le fil d'Ariane*. C'est aussi une référence intéressante à l'histoire d'une femme qui a aidé un homme nommé Thésée à sortir du labyrinthe du Minotaure. Comme quoi, les rôles peuvent parfois être inversés, y compris dans les récits mythologiques. « Pour nous, il est d'abord question de montrer que personne n'est obligé de suivre les che-

mins qui semblent être tracés d'avance, qu'on soit un garçon ou une fille. » ♦

■ PRATIQUE

• **Heure du conte**, mercredi 5 mars à 15 h 30, bibliothèque Elsa-Triolet. Entrée gratuite. Renseignements au 02 32 95 83 68.

• **L'anniversaire de Patanours**, mercredi 12 mars à 10 heures, espace Célestin-Freinet. Réservation auprès de la maison de la famille au 02 32 95 16 26.

• **Le fil d'Ariane et autres histoires**, mercredi 12 mars à 15 heures, bibliothèque Louis-Aragon. Entrée gratuite. Renseignements et réservations au 02 32 95 83 68.

Des arbres remarquables

Jusqu'à fin mars, la maison des forêts de la Crea présente une exposition sur les arbres remarquables photographiés il y a cent ans par Henri Gadeau de Kerville.

Ce chêne grandiose, situé à Belmesnil, a été photographié en 1892. Il existe toujours, avec quelques branches en moins. Son âge est estimé entre 800 et 1000 ans. Il fait partie des arbres remarquables photographiés en Normandie par Henri Gadeau de Kerville, naturaliste rouennais – une rue porte son nom rive gauche. La maison des forêts expose ses photographies, elles aussi remarquables, jusqu'à fin mars, en collaboration avec le Pôle image.

« Henri Gadeau de Kerville est le premier à allier photographie et recensement des arbres. Ces photos datent de 1890 à 1920, explique Julie Haltz, animatrice à la maison des forêts. Il a jugé utile de les recenser, de les classer, comme des témoins de notre histoire, témoins

d'événements historiques ou de croyances populaires. » En face de ces photos en noir et blanc, les photos en couleurs de Daniel Quesney montrent les mêmes arbres aujourd'hui, parfois rattrapés par l'urbanisation, souvent protégés et étayés.

Autour de l'exposition, la maison des forêts propose des ateliers pour les enfants, « sur le thème de l'écorce, du bois, des feuilles, des racines, pour découvrir comment ça marche et à quoi ça sert », précise Julie Haltz. Il y a aussi Hector l'arbre mort, un magnifique tronc à tiroirs pour découvrir les habitants, insectes, oiseaux et autres, des arbres morts ou vivants. D'autres ateliers de fabrication d'objets en bois, de masques en écorces ou de cabanes font appel à l'imagination et à

l'adresse des petits doigts. Pour toute la famille, des balades commentées en forêt sont à suivre dimanche 23 février ou en nocturne, vendredi 21 mars, à l'occasion de la journée internationale de la forêt. En clôture, une opération « Forêts propres » est organisée par la Crea dimanche 30 mars. ♦

■ MAISON DES FORÊTS

• Attention, la maison des forêts n'est plus ouverte systématiquement le week-end mais en fonction des animations. Pour visiter l'exposition ou participer à une animation, il faut prendre rendez-vous par téléphone : 02 35 52 93 20. Chemin des Cateliers à Saint-Étienne-du-Rouvray. Programme détaillé sur la-crea.fr/maisons-des-forets.



© Pôle image

Le chêne de la ferme de Socquentot à Belmesnil.

DiversCité



Exposition ... jusqu'au 15 mars
FRÉDÉRIQUE CHAPLET

Inspirée par la maternité et ses photos de voyages, l'artiste Frédérique Chaplet présente des portraits de femmes et d'enfants. Un décor joyeux, fait de détails, d'harmonie et de raffinement.

Hall d'entrée de l'espace Georges-Déziré. Entrée libre. Renseignements au 02 35 02 76 90.

Exposition ... jusqu'au 28 mars
« TOUS PARENTS, TOUS DIFFÉRENTS! »

À l'instar du célèbre *Éloge de la différence* d'Albert Jacquard, l'exposition met en évidence les origines de la diversité qui existe entre les hommes. On estime que 80 milliards d'humains se sont succédé sur terre depuis notre origine commune. Pour autant, jamais deux individus n'ont le même patrimoine génétique : chacun est unique ! Centre socioculturel Georges-Brassens. Entrée libre. Renseignements au 02 32 95 17 33.

Ciné seniors ... 3 mars
JAPPELOUP

Le service vie sociale des seniors propose une sortie au cinéma Grand Mercure d'Elbeuf lundi 3 mars. À l'affiche : *Jappeloup*, drame de Christian Duguay, avec Guillaume Canet, Marina Hands et Daniel Auteuil. Inscriptions mardi 25 février dès 10 heures, uniquement par téléphone au 02 32 95 93 58 (dans la limite des places disponibles). Prix de la place : 2,50 €.



Danse participative ... du 3 au 8 mars
ENTREZ DANS LA DANSE!



© J. Fernandez

Le chorégraphe Yan Raballand anime du 3 au 7 mars un atelier de création de danse intergénérationnel. L'atelier présente son travail au public samedi 8 mars à 18 heures. Le Rive Gauche. Renseignements et inscriptions au 02 32 91 94 94.

Jeune public ... 5 mars
HEURE DU CONTE

Entre la sieste et le goûter, emmenez vos enfants de 4 à 7 ans écouter des histoires sur le thème de l'égalité garçons-filles. À 15 h 30, bibliothèque Elsa-Triolet. Entrée gratuite. Renseignements dans les bibliothèques municipales ou au 02 32 95 83 68.

 Les personnes à mobilité réduite peuvent se rendre aux manifestations grâce au Mobilo'bus, moyen de transport leur étant réservé. Renseignez-vous au 02 32 95 83 94.

... Sous contrôle médical

Le sport, c'est la santé

Les médecins du sport l'affirment : l'activité physique a toutes les vertus, y compris celle de soigner. Pour de nombreuses personnes atteintes de pathologies lourdes, le sport permet de réduire la part du traitement et de ralentir l'évolution de la maladie.

Danielle Letellier le répète à l'envi, elle se porte « *comme un charme* ». Qui devinerait en la voyant arpenter à bonne allure les chemins de la forêt du Rouvray qu'elle est diabétique depuis trente ans ? Et pourtant, cette femme hyper-active n'a eu de cesse d'enchaîner les sports en tous genres. « *J'ai eu ma période gymnastique et puis footing. J'ai aussi fait de l'aquagym et de l'aquatic. Plus récemment, je suis passée à la randonnée et à la marche nordique.* » Sous insuline depuis quinze ans, Danielle Letellier sait que le diabète impose une certaine rigueur au quotidien, en particulier pour les menus. « *Mais les médecins m'ont toujours incitée à bouger.* » Un avis partagé par le docteur Bruno Burel, président du syndicat national des médecins du sport et co-fondateur du Pôle santé sport Rouen. « *Aujourd'hui, on ne limite plus seulement le bénéfice de l'activité physique à la prévention des maladies. On considère qu'elle représente une part réelle du traitement. Pour le diabète notamment, il est avéré que l'activité physique va diminuer les besoins en insuline et permettre de réguler plus facilement les problèmes de poids.* »

Et puis, il y a toujours la nécessité d'encadrer cette pratique sportive dans le cadre de contrôles réguliers avec une visite annuelle chez le cardiologue, un test d'effort tous les deux ans, sans oublier le podologue et l'ophtalmologue. Pour

le reste, rien n'empêche Danielle Letellier de marcher deux fois par semaine, qu'il pleuve, qu'il vente ou qu'il neige. « *La seule précaution que je prends quand je démarre une activité, c'est d'informer les moniteurs sur ma maladie pour qu'ils sachent comment réagir en cas de problème. Mais tout s'est toujours bien passé.* »

C'EST LA MALADIE QUI FIXE LES LIMITES

Le sport est donc une bonne chose mais pas n'importe comment. « *Pour la plupart des pathologies lourdes et chroniques comme l'hypertension ou dans le cas de cancers, il faut être clair, nous conseillons des activités physiques aérobies. C'est-à-dire des sports de fond qui impliquent un effort doux et régulier comme la natation, le vélo, la marche à pied. Ainsi, pour l'hypertension, le sport favorise une meilleure efficacité du traitement. Et dans les cas de cancer du sein, les taux de rechute sont de 20 à 50 % moins importants quand la personne a une activité physique* », précise le docteur Bruno Burel. Il s'agit ensuite de s'adapter aux limites que la maladie fixe elle-même.

Muriel Desforges sait jusqu'où elle peut aller avec sa spondylarthrite ankylosante. « *Quand le diagnostic est tombé, j'avais 35 ans. Un vrai coup de massue. Je savais que c'était une maladie très handicapante avec des poussées inflammatoires articulaires très violentes*



Danielle Letellier est diabétique. Elle pratique la randonnée et la marche nordique deux fois par semaine.

et difficiles à supporter. Certaines personnes se retrouvent vite en fauteuil roulant. Malgré tout, j'ai essayé de continuer à vivre comme avant. » En même temps, Muriel Desforges sait qu'elle doit se ménager. Elle arrête donc le sport pendant deux ans avant de reprendre

peu à peu une activité sportive. « *Aujourd'hui, je vais une fois par semaine à la salle de remise en forme de la piscine Marcel-Portzou. Depuis juin dernier, je suis une biothérapie et je n'ai plus de poussées inflammatoires. Mais je reste prudente.* » Malgré la fatigue, il faut sans

cesse lutter contre l'ankylose. « *Je continue de travailler un maximum les étirements, les assouplissements sous la surveillance des spécialistes.* » Pour ces cas de maladies chroniques et rhumatismales, le docteur Bruno Burel conseille des sports dits de coord- ➔

dination comme le tai-chi, le fitness, la gym douce. « Ce genre de pratiques est aussi très intéressant pour les personnes atteintes d'épilepsie, de la maladie de Parkinson et pour certains cas de la maladie d'Alzheimer. »

BON POUR LE MORAL

Ultime atout et non des moindres, la pratique sportive permet aux malades de sortir de leur maladie. « C'est une bonne manière de dédramatiser et de rappeler qu'un malade est un citoyen comme un autre qui a le droit de trouver sa place dans n'importe quelle structure de vie, y compris un club de sport », insiste le docteur Bruno Burel.

À 71 ans, Jacques Jouette ne regrette pas son inscription à la salle de remise en forme de la piscine Marcel-Porzou. Après un infarctus en juillet dernier, suivi d'un quadruple pontage, il a décidé d'entretenir sa forme



Pour le docteur Burel, l'activité physique représente une part réelle du traitement de la maladie.

régulièrement. « J'y vais doucement mais je fais un peu de tout, du tapis de marche, du vélo et du rameur. Je me sens en sécurité avec l'équipe qui me conseille et me surveille. »

Et c'est bien là enfin tout l'enjeu de la pratique sportive pour les

personnes atteintes de pathologies lourdes : un accompagnement adapté. « Le sport santé est aujourd'hui un objectif de santé publique. À terme, tous les clubs devraient avoir une section dédiée à cette question. Car tous les sports peuvent

évoluer vers une pratique plus douce et moins traumatique que ce soit le foot ou le tennis. C'est la qualité de l'encadrement qui rend tout possible », explique le docteur Bruno Burel. Reste maintenant à sensibiliser les différents partenaires pour que

les médecins maîtrisent mieux les pratiques sportives et que les éducateurs sportifs soient mieux informés des enjeux et des limites de maladies qui imposent une prise en charge spécifique. ♦

MONVILLE OPTICIEN



Le choix et le service d'un vrai spécialiste...

- Un vaste choix de montures,
- Devis immédiats,
- Contrôles de vue gratuits,
- Agrément avec la plupart des mutuelles,
- Possibilité de paiements fractionnés,
- Réparations, Ajustages et Réglages gratuits de vos lunettes...

Une paire achetée = Une paire offerte

Place Ernest-Renan - Saint-Etienne-du-Rouvray
Métro: E. Renan - Tél./Fax: 02 35 65 55 66

Contrôle Technique Automobile



AUTO SÉCURITÉ

-5 € sur présentation de cette pub

Contrôle Technique du Madrillet
Rue des Cateliers
SAINT-ETIENNE-DU-ROUVRAY
☎ 02 32 95 63 61

Contrôle Technique du Normandie
5, bd Industriel
SOTTEVILLE-LES-ROUEN
☎ 02 35 73 59 59

* Comptes non cumulables *

Commerçants • Artisans • Entreprises

Annoncez-vous dans

Le Stéphanois

Diffusé chez tous vos clients résidentiels ou professionnels,
Distribué dans toutes les boîtes aux lettres



médias
& PUBLICITE

Contactez dès à présent **Pascal GAUTHIER**
au 06 78 17 33 05 - pgauthier@groupemedias.com
Interlocuteur unique pour vos campagnes publicitaires
Tél : 01 49 46 29 46 - www.groupemedias.com



Petits lecteurs *deviendront auteurs*

Les Animalins développent le goût des enfants pour la lecture à haute voix, et pour les autres. Premier épisode sous les figuiers indiens (banians)... à l'école Jean-Macé.

La voix de Ghislaine Letellier s'élève doucement dans la petite bibliothèque silencieuse de l'école Jean-Macé, et, en un clin d'œil, Karima, Mélanie et Malicia sont transportées à des milliers de kilomètres de là, sous l'ombre des banians géants : « *Il y avait dans un village de l'Inde, deux sœurs...* », narre la bénévole de l'association Lire et faire lire. Puis, l'une après l'autre, les trois élèves de CE2 déroulent l'histoire de deux sœurs, dont l'une est aveugle, qui s'évadent dans des mondes qu'elles se racontent. Les belles illustrations de l'album arrachent aux trois fillettes, à chaque page tournée, des « waaaah » admiratifs.

LE GOÛT DES LIVRES

Au ton des petites lectrices, on devine une déjà grande habitude des livres. « *Je lis souvent des livres à ma petite cousine de 5 ans* », confie Karima. « *J'ai déjà lu un livre sans images* », ajoute Mélanie, des étoiles plein les yeux...

Mais il est temps de refermer l'album. Ghislaine dirige les filles vers la cantine, il faut maintenant céder la place à un autre groupe. « *On fait des groupes de trois à six. Avec davantage d'enfants, ça ne serait pas possible de les faire participer à la lecture* », explique la bénévole débute qui dans l'association. Elle lit et fait lire les élèves de Jean-Macé le midi, sur le temps périscolaires des Animalins, depuis octobre. « *J'avais envie de faire du bénévolat, sourit cette retraitée, mais ce qui compte le plus, c'est de stimuler le goût des enfants pour la lecture.* »



L'association, par la voix de sa responsable départementale, Aurélie Frémine, assure militer pour le développement du lien intergénérationnel autant que pour amener les jeunes publics vers la littérature. « *Nous ne demandons aucun prérequis à nos bénévoles, seule compte leur expérience de grands-parents. Nous leur demandons de lire et de faire lire comme ils le feraient avec leurs petits-enfants.* » L'association a été initiée par l'écrivain Alexandre Jardin dans le but avoué de lutter contre l'illettrisme. Elle compte plus de 120 lecteurs bénévoles dans l'ag-

glomération. « *Nous organisons des formations pour nos bénévoles, assure la responsable, mais le principe demeure celui du plaisir et de faire partager, on n'est pas là pour apprendre à lire, c'est autre chose qu'un apprentissage.* »

Le deuxième groupe arrive, elles sont six cette fois-ci. « *On a des garçons, de temps en temps, mais c'est vrai que les filles restent majoritaires* », reconnaît Ghislaine. Il s'agira cette fois-ci de l'étrange et captivante histoire d'un chien bleu. Les enfants s'en régaleront, certaines sont ravies de lire pour leurs camarades, les autres pré-

férant passer leur tour. « *Tu n'es pas obligée de lire, c'est comme tu veux, rassure Ghislaine, mais surtout n'hésitez pas à demander quand vous ne comprenez pas un mot...* ». « *C'est quoi un cloène ?* », demande alors une petite en montrant la couverture d'un album... Pas facile de lire les mots anglais, « *ah oui, c'est un clown !* » Cet atelier des Animalins marche pas à pas vers son objectif : lire et écrire pour les autres. ♦

Au prochain épisode, les petits lecteurs s'entraîneront à devenir auteurs, eux-aussi...