

LA GIROFLEE LIBRE

«Rien n'est en soi ni bon ni mauvais. Tout dépend de ce qu'on en pense»

Hamlet

Bulletin de liaison du quartier de la Ville au Bois.....sous la direction de l'Association de la rue du Colonel Fabien

N° 4 Novembre 1995

Prix du N° : 0 frs.

Editeur: Susan Clot
Comité de rédaction:
Sabine Besnard
Françoise Dutray
Philippe Luxereau

La fête de quartier a été un grand succès malgré la pluie battante et le froid qui nous ont amenés à finir la soirée bien au chaud à la salle Dunoyer. En plus des membres de l'Association qui ont conçu et organisé la journée, nous tenons à remercier tous ceux qui nous ont prêté leur concours: notamment M. Rabourdin pour son animation autour de "Candide", et l'Orchestre de Viroflay; sans oublier tous les amis et voisins qui ne font pas partie de l'association et qui se sont néanmoins joints à nous afin de nous aider à réussir à animer cette fête. Dominique Ollendorf était là comme d'habitude pour nous soutenir. Grand merci aussi à la nouvelle conseillère municipale, Mme. Fuzier. Forts de tout ça, nous voilà bien enthousiastes pour le futur.

EDITORIAL

Notre journal commence à être bien rôdé. Certains d'entre nous se découvrent des talents d'écrivain jusque là ignorés. Nous commençons à mieux nous connaître: nos intérêts, nos expériences, même nos goûts culinaires! Le journal nous aide à être au courant des activités et des événements qui concernent la vie de notre association. Il nous aide même à formuler des projets, qui sans un support écrit, resteraient des simples velléités échangées dans des conversations entre les uns et les autres.

Peut-on aller plus loin? Doit-on aller plus loin? C'est la question que je me pose, et que je vous pose.

Jean-Luc a utilisé l'expression "agir et choisir" dans son article du mois de septembre. Un journal ne doit-il pas nous aider à agir et choisir en nous informant sur ce qui se passe non seulement au sein de l'association mais dans le quartier et dans la ville? Sinon ne risquerions-nous pas de devenir trop nombrilistes? Mais où trouver l'information? Il faudrait aller la chercher, par exemple dans des Commissions Extra-Municipales. Soyons donc nombreux à y participer. Et n'hésitons pas à utiliser notre journal pour véhiculer les informations que nous y recueillons.

Personnellement je forme le souhait que ces commissions se réunissent régulièrement et que nous puissions non seulement nous informer mais aussi nous faire entendre avant que des décisions soient prises.

FAITES DONC!

Nous avons beaucoup d'idées et de dynamisme en cette fin d'année: des conférences, un "salon du vin", des idées de sorties et de promenades pour le printemps. Nous avons même commencé à penser à la prochaine fête de quartier, qui se déroulera probablement en septembre. Avant de parler de nos idées, nous aimerions savoir quelles sont les vôtres!

Faut-il un thème? Lequel? Souhaitez-vous un repas, un spectacle, une kermesse, un buffet, un "pot"? Aimez-vous vous costumer? Toutes vos idées nous seront précieuses afin de nous guider dans un choix qui plaira, sinon à tous, au moins au plus grand nombre. Et pour que ce ne soit pas toujours les mêmes qui se démènent, quel rôle voulez-vous jouer dans la réalisation de cette journée festive?

SI LE "CHOEUR" VOUS EN DIT

La Chorale de la Ville Au Bois, émanation active de notre association depuis 1989, change de formule cette année. Nous chanterons avec l'orchestre de Viroflay, dirigé par Bruno Garlej. En effet, avec d'autres choristes de Versailles, nous participerons à une production de "La Belle Hélène", opérette de Jaques Offenbach.

Ca promet d'être amusant.

Les répétitions auront lieu les mercredis soirs, à la Ville au Bois ou à la salle Puyade. Les spectacles sont prévus pour fin mai à Clamart, et probablement en juin à Versailles. Il est encore temps de vous joindre à nous. Renseignements auprès de Françoise Selz, responsable. tel: 30 24 37 64

JARDINAGE

Une journée à la fête des plantes de Courson

Comme chaque année au mois d'octobre a eu lieu la journée des plantes de Courson. Cette fête a pour cadre le magnifique parc du château. Dans ce parc des arbres centenaires comme des cèdres bleus, un séquoia géant, des chênes gigantesques abritent une pelouse parfaite parfois éclairée par un groupe de cyclamens rose vif. Quelques jeunes chênes rouges au feuillage en feu montrent que le parc est toujours entretenu avec le plus grand soin. Plus loin, un lac étend son eau à peine ridée par le vent, jusqu'à l'autre rive où se reflète un cèdre bleu pleureur qui se détache du sous bois plus sombre. Puis le regard se perd dans une forêt de grands arbres qui invitent à la promenade.

Mais le château de Courson cette fin de semaine n'était pas fait pour les rêveries en solitaire. Plusieurs milliers de personnes et environ cent cinquante horticulteurs et pépiniéristes s'étaient donné rendez-vous. Dès le matin les voitures arrivèrent par centaines.

Le soleil était déjà là pour donner une magnifique journée d'été. En passant sur la gauche du château on arrive aux anciennes écuries que l'on traverse pour se retrouver dans le parc. Une fois dans le parc on est tout de suite désorienté par les milliers de plantes exposées à perte de vue. Tout de suite à droite un spécialiste des clématites avait disposé plusieurs dizaines de variétés différentes dont une clématite à fleurs blanc pur qui attirait l'œil par leur tailles inhabituelle. Un peu plus loin sur la gauche un stand de la Pivoïneraie présentait de nombreuses variétés de pivoines herbacées, ou arbustives en pots avec leurs feuilles ornées de chaude couleur d'automne rouille et or. En reprenant le chemin sur la droite le stand de Thoby était rempli de camélia odorant Sasanqua dont les fleurs rose pâle contrastaient joliment avec leur feuillage vert foncé. Puis attiré par une végétation légère et élancée on pouvait entrer dans une petite forêt aux mille espèces de bambou.



Leurs tiges noirs, jaunes ou vertes portant des feuilles fines ou larges et brillantes, un choix difficile pour les amateurs (La Bamboueraie). Un stand très original et qui eut un grand succès fut celui de Terre de Semences. Son propriétaire spécialiste des pastèques et des courges avait disposé sur des étagères les courges les plus originales, en cou de cygne, en turban et bien d'autres. J'ai personnellement adoré les pastèques "Lune-Etoiles" qui forment de gros fruits oblongs de couleur vert foncé constellé de petites tâches jaune vif ainsi que de quelques ronds jaune d'or qui rappellent la lune. Les pépinières Delbard avaient apporté quelques cageots de pommes de leur production et des pommiers et des poiriers parfaitement formés en palmettes. Michel Rivière, le spécialiste français des pivoines au milieu de son stand superbement décoré par de grandes photos couleurs expliquait la meilleure façon d'entretenir ces belles plantes aux nombreux amateurs. Enfin un dernier petit stand où l'on expliquait tout sur les racines; celles qui permettent une bonne reprise et celles, spiralées car restées trop longtemps dans un petit pot et qui ne pourront jamais nourrir la pauvre plante qu'elles supportent.

A la sortie chacun portait sa ou ses plantes, certains devant même avoir recours aux services de "transporteurs de plantes avec des chapeaux de paille et des charriots.

François Besnard

CARNET

On nous annonce le décès de Monsieur VEYS, survenu le 24 octobre 1995 à l'âge de 72 ans. M. VEYS, a longtemps habité la maison de François et Sabine Besnard

LES BONNES ADRESSES DU COLONEL

Voici quelques adresses d'hôtels (H) et de restaurants (R) communiquées par Alain SAISON

- **La Douce France (R)** 42 ave. du Général Leclerc, Viroflay. tel: 30 24 04 57

- **Hôtel des Voyageurs (R)** 12 rue Philippe-de Dangeau, Versailles. tel: 39 50 54 75

- **Le Port Salut (R)** 163 bis rue St. Jacques, Paris 5°. tel: 46 33 63 21

- **Le Gourbi (R)** bon couscous, 54 rue des Plantes, Paris 14°. tel: 45 45 58 98

- **Le Pot au Feu (R)** 22 rue de Satory, Versailles. tel: 39 50 57 43

- **La Vieille Auberge (R)** Les Contamines Montjoie (74) tel: 50 47 04 76

PETITE ANNONCE

J'ai commencé il y a déjà de nombreuses années une collection de cartes postales anciennes sur un thème bien précis : les tramways à vapeur.

Il s'agit de «tortillards» qui parcouraient nos campagnes avant la première guerre mondiale sur des petites voies métriques.

Les cartes postales, qui ont souvent voyagé, sont généralement animées avec des scènes de marché, des publicités d'époque, etc.

Je possède aujourd'hui 1600 cartes de toute la France.

Ces cartes s'achètent soit chez des marchands spécialisés qui ont «pignon sur rue» soit dans des foires à la brocante soit chez des particuliers qui veulent se débarrasser (parfois à bon prix) de ses «vieilles».

Devant la raréfaction de la marchandise, toute indication pour trouver de nouveaux plans est la bienvenue.

Jean-Luc Dargent

Qui n'ouvre pas la bouche ne risque pas d'avaler des mouches.

(proverbe chinois)



LES BONNES RECETTES DU COLONEL

Confiture de marrons "Jeannine"

- 1 kg de marrons
- 850 g de sucre
- 1 gousse de vanille
- Faire cuire les marrons épluchés pendant 30 minutes à l'eau bouillante. Passez les marrons égouttés à la moulinette, grille fine.
- Préparez un sirop avec le sucre mouillé d'eau et la vanille, jusqu'à ce que le sirop fasse de grosses bulles (le grand boulé: environ 120° au thermomètre).
- Jetez-y la purée de marrons avant qu'elle n'ait refroidi et laissez cuire en tournant 30 mn environ. Mettez en pots et couvrez.

(le secret de Jeannine: 1kg 200 environ pour 1kg de sucre. C'est assez sucré.) Et c'est bon!

*

Puisqu'on parle de marrons vous pouvez, toujours grâce à Jeannine, penser déjà à votre bûche de Noël.

- Eplucher 1 kg de marrons pour en faire une purée
- Faire fondre à feu doux 250 g de chocolat noir dans un peu d'eau ou de lait.
- Incorporer 100g de beurre, puis la purée de marrons.
- Ajouter 100 g de sucre
- Bien mélangez et moulez en forme de bûche.
- Laisser reposer quelques heures au réfrigérateur.
- Servir avec une crème Chantilly.



Poulet aux 40 gousses d'ail

Anne-Marie TOULGOAT participe à une étude de prévention nutritionnelle (voir plus loin) mais c'est Jean-Pierre qui nous amène cette recette pyrénéenne recommandée à tous ceux qui aiment l'ail dont les vertus médicinales ne sont plus à vanter:

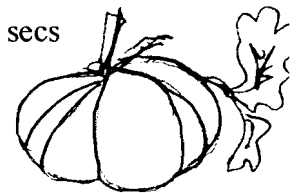
- Préparation 5mn: cuisson 55mn pour 6 personnes
- 40 gousses d'ail
 - un poulet de 1,8kg coupé en morceaux
 - un petit verre de cognac
 - un verre de vin blanc sec
 - 80 g de beurre
 - sel, poivre

- 1). Chauffez le beurre dans une cocotte. Quand il grésille, mettez les morceaux de poulet à dorer une dizaine de minutes. Ajoutez les gousses d'ail non pelées. Salez et poivrez. Continuez la cuisson à feu vif encore 5 minutes.
- 2). Versez alors le cognac et flambez. Laissez 10 minutes, puis versez le vin blanc. Couvrez la cocotte, baissez le feu et poursuivez la cuisson pendant 35-40 minutes. Servez le poulet avec les gousses d'ail qui sont devenues fondantes...le tout arrosé de la sauce de cuisson.

Pumpkin Pie (tarte au potiron)

A la veille de Thanksgiving (fête traditionnelle américaine célébrée le 25 novembre en commémoration de la première récolte des Pilgrims installés dans le Massachussettes en 1620), je ne peux pas résister à la tentation de vous proposer cette recette.

- 700 g de potiron
- 40g beurre
- 2 dl crème fraîche
- 1 pomme
- 60 g de raisins secs
- 1 orange
- 120 g sucre
- 3 oeufs
- cannelle



Découper la chair de potiron en petits morceaux que l'on fait étuver dans le beurre avec la pomme coupée et un peu de zeste d'orange. Faire macérer les raisins dans le jus d'orange. Quand la chair du potiron s'effrite et toute l'eau est évaporée, la mélanger avec les raisins, le sucre, la crème, les oeufs et la cannelle. Garnir une pâte brisée et faire cuire 30 mn à four 7. Manger froid en dessert, après le repas traditionnel fait de dinde aux groseilles, patates douces et maïs.

(Malheureusement cette recette a réussi à faire fuir bon nombre d'amis français. Ca doit être un malentendu culturel. Mais moi je la trouve délicieuse ma tarte, Georges Lefevre aussi !

Susan



POEMES ET PROSES

"*La Chambre d'Amour*", par
Christophe Ferré, chez Arléa,
128 pages, 85 frs.

Un garçon qui parle de la plage,
de la mer et de sa mère, dans
un langage simple et
percutant...voici le livre de
Christophe Ferré, 32 ans, fils de
Claude et de Monique Ferré,
Viroflaysiens actifs, et amis de
plusieurs membres de notre
association. Félicitations à eux
tous!

*

*Charlotte, élève au collège
Racine, a été le lauréat national
du concours de poésie du Rallye
Club Européen. Quinze élèves du
Comité d'Environnement Social
du collège ont participé à ce
concours. Voici son poème
gagnant.*

"*Jardin Secret*", par Charlotte
Gleser (13 ans):

J'veux pas que tu regardes ce que
j'ai écrit

C'est la face cachée de ma vie.
Celle que personne ne connaît.

C'est des bouts de chagrin que je
cache.

Je sais, il ya plein de fautes
d'orthographe.

Mais moi, c'est mon jardin secret.
J'veux pas que tu ouvres mes
petites boites.

C'est pas des trésors de pirate.
Rien que des cailloux de
Normandie.

Mais moi j'imagine une plage.
Et j'écoute dans les coquillages
Ce que l'on ne m'a jamais dit.

Tu n'as pas le droit de me le
prendre.

Ces choses là, tu ne peux pas les
entendre.

Ce n'est pas un grand forêt.

C'est juste mon jardin secret.

*

"*Marceau Bonappétit*", par
Brigitte Boucher, Centurion
Jeunesse, texte Fanny Joly,
illustrations Agnès Mathieu.

Brigitte, qui habite la rue des
Sables est médecin nutritionniste.
Elle a écrit plusieurs livres pour
enfants afin de les inciter à prendre
de bonnes habitudes alimentaires.
Ces petits albums sont aussi
informatifs que jolis.

Brigitte est aussi une conférencière
enthousiaste et pleine de
ressources. Elle accepterait de
nous faire une conférence début
1996 sur un thème qu'elle a déjà
traité: "La Nourriture Dans La
Littérature Enfantine", ou bien de
venir simplement répondre à
quelques questions.

*

*Il y a certainement d'autres personnes
qui ont écrit des livres ou des articles
pouvant nous intéresser. Faites-vous
connaître!*

IN VINO VERITAS

"Le vin serait-il vraiment un
médicament? Le premier constat
sérieux est venu des USA. En 1991 le
Dr. Ellison avait noté que les français,
pourtant peu portés sur l'aérobic, qui
fument du tabac noir et dont
l'alimentation nage par surcroît dans le
gras, font cependant beaucoup moins
de maladies cardiaques que les
américains. Tout est dans le régime:
moins de viande et plus de légumes
frais, des huiles végétales en
particulier l'huile d'olive, des
fromages, peu de sucres et surtout du
vin- mais bu à table. Voici élucidé le
"French Paradox." texte extrait du
bon de commande de M.Biau
(viticulteur bien sûr) de Bergerac

Mais qu'à celà ne tienne!

C'est bientôt le Salon des Caves
Particulières (1er weekend de
décembre). Plusieurs personnes
reçoivent des invitations en
surnombre. Pensez à les partager
avec les membres de l'association.
On peut les centraliser chez
Jeannine qui les redistribuera.

*

Plusieurs d'entre nous ont eu
l'idée de faire un petit salon de
vin/dégustation au sein de
l'association. Prenez donc date.

.....
•••••
• Premier Salon du Vin •
• du Colonel Fabien •
•••••
• Samedi 16 décembre •
• 1995 •
• de 17h-20h •
•••••
.....

Dans le garage d'Anne-Marie
et Jean-Pierre Toulgoat
13 rue du Colonel Fabien

Venez avec une bouteille de vin
que vous appréciez
particulièrement, (des tarifs et
bons de commandes
éventuellement), et un
fromage.

Nous ferons une petite
dégustation qui nous permettra
aussi de trinquer ensemble à la
veille de Noël. Nous referons
le jeu du tastevin afin de voir
si vous avez fait des progrès
depuis la fête de Rabelais.

Un baby-sitting sera organisé
chez Sabine pour permettre
aux parents des tous-petits de
profiter de la soirée.

Surtout notez bien la date!

HISTOIRE DE LA RUE

LA MAISON DE MAURICETTE

14 rue du Colonel Fabien

(actuellement la maison de M. et Mme. Paul Lengrand)

Le terrain sur lequel repose cette charmante petite maison (la seule de la rue à ne pas avoir d'étage) fut acquis avant la guerre de 1914-1918, en 1913, par Monsieur Ernest BOULAY oncle de Mauricette, alors âgé de 25 ans.

Ernest, grand handicapé physique, avait pris pour compagne une dame nommée Bottois que toute la famille et bientôt le quartier, ne connurent que sous son prénom de «FORTUNÉE».

Sur ce terrain de 300 mètres carré, Ernest implanta une maison en bois.

Il ne pouvait pas se déplacer facilement, mais il était très doué, et avait appris le métier de la cordonnerie fine, qu'il exerçait à son domicile.

Il fabriquait complètement de A à Z, des chaussures pour les grands de ce monde à l'usage des salons ou des danseuses de l'opéra. Il manipulait les cuirs ou les satins avec du papier de soie, compte tenu de la fragilité des matières premières utilisées.

Ernest Boulay décéda prématurément à l'âge de 37 ans en 1927.

Grâce à la qualité de son labeur et à celle de ses clients, il avait accumulé une petite fortune qui revint à Fortunée par un acte préalable authentique, lui accordant la jouissance, sa vie durant, de tous les biens du défunt.

Fortunée commença par mener la grande vie mais bientôt les économies fondirent comme neige au soleil, elle dut se mettre à chercher du travail de ménage.

Amoureuse des bêtes, elle combla bientôt sa solitude par une quantité de chats et de chiens bruyants qui envahirent son habitation, partagèrent sa vie et lui tinrent lieu de chauffage pendant les nuits d'hiver !

Fortunée était heureuse. Mauricette et François qui l'ont connue jusqu'en 1964, date de son décès, se souviennent d'elle comme d'une brave femme, bavardant avec tout le monde. Travaillant ici ou là, à faire des ménages, gardant les maisons pendant les vacances (notamment celle de Mr et Mme Besnard arrières grands parents de François Besnard). Bref, expérimentant avant l'heure la précarité de l'emploi !

Elle savait aussi s'attirer les bonnes grâces des uns et des autres: Achetant l'«Humanité Dimanche» à Mr Lucien Delattre qui passait dans la rue, afin de s'attirer l'aide du Parti, et allant ensuite brûler un cierge à l'église St Paul, pour obtenir le sac de charbon, distribué par le Secours Catholique.

FORTUNÉE FUT UN PERSONNAGE LEGENDAIRE.

Comme le terrain était resté la propriété de la famille Boulay, Mauricette et Pierre Caquet l'achetèrent, firent démolir les restes de la demeure de Fortunée et y bâtirent leur maison

en 1966.

Ils y vécurent heureux et y achevèrent l'éducation de leurs deux enfants; jusqu'au mariage de Jean-Pierre et d'Aline.

En 1985, Pierre et Mauricette eurent l'occasion d'agrandir considérablement leur jardin, en achetant à Mr et Mme Poisson, 250 m² de terrain, qui se trouvaient derrière leur propriété.

Pierre en profita hélas peu de temps mais Mauricette aménagea avec amour son petit domaine, qui reçut arbres, arbustes, arbres fruitiers, balançoires et trapèze pour ses petits enfants, équipements d'accueil pour les petits oiseaux!

Merci à Pierre Caquet qui fut le premier directeur de l'association syndicale autorisée des propriétaires de la rue du Colonel Fabien à partir de 1966 (Association syndicale reconnue officiellement le 30/10/68).

Il présida la remise officielle de la rue du Colonel Fabien le 15 Juin 1974, resta jusqu'en 1976 l'animateur du trio Pierre Caquet, Daniel Adt et François Lemaire et membre du conseil jusqu'à son décès survenu le 2 Septembre 1986, à l'âge de 64 ans.

Mauricette le remplaça, devint trésorière de l'ancienne association qui fut dissoute en 1991, dernière année de l'emprunt contracté en 1971.

Elle resta membre du conseil de la nouvelle association jusqu'à son départ le 7 Juin 1995 pour Cernay La Ville, près de la famille d'Aline et de trois de ses petits enfants.

Nous lui avons dit «Au revoir» le 4 Mai 1995 à la «Ville aux Bois» mais elle reste présente dans nos coeurs et nous souhaitons conserver son adhésion de membre d'honneur de notre association et de conteuse de l'histoire de la rue du Colonel Fabien.

Monsieur et Madame Paul et Lucienne Lengrand parents de Louis, ont acquis et agrandi la petite maison qui est désormais équipée d'une véranda donnant sur le jardin, face au soleil levant. *à suivre.....*

Solution des mots croisés de Claude Rabourdin

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| A: Versailles | 1: Viroflay RD |
| B: Itou - Rient | 2: Etang - nage |
| C: Radis roses | 3: Rodages |
| D: Onagre - Sic | 4: Sui generis |
| E: FGGE - Elidé | 5: SR - CS |
| F: Enclaver | 6: Irréel - âne |
| G: Anses - i.e. | 7: Lio - laines |
| H: Ya - Anrce (ancre) | 8: Lessiver |
| I: RG - Inné | 9: Eneide - clé |
| J: Deus - Esses | 10: Stsceree (sesterce) |

FORME ET JEUNESSE A PERPETUITE ?

Certes non ... mais espoir de faire avancer les connaissances dans le domaine de la prévention nutritionnelle des grandes maladies qui constituent aujourd'hui les principales causes de mortalité en France (comme dans l'ensemble des pays industrialisés)

C'est ainsi, que j'ai accepté de me porter volontaire pour participer à l'Etude **SUVIMAX**

(**S**Uplémentation en **V**itamines et **M**inéraux **A**ntio**X**ydants) en réponse à l'appel des chercheurs lancé pour trouver en France « 15 000 volontaires pour la Recherche Médicale dans le domaine de la Prévention (80 000 personnes se sont proposées...) et que je fais partie depuis le 13 janvier 1995 des 15 000 volontaires de la « COHORTE SUVIMAX » et ce en principe pour toute la durée de l'étude dont le terme est fixé à l'an 2002 .

Il s'agit d'une étude unique en son genre, la plus grande étude réalisée en Europe dans le domaine de la prévention nutritionnelle des grandes maladies .

En effet, de nombreuses présomptions laissent à penser que l'alimentation peut jouer un rôle non négligeable dans le déterminisme de ces maladies . Ceci est d'autant plus important qu'il est possible d'agir sur nos comportements alimentaires

Mais à ce jour, rien ne permet d'affirmer qu'un apport supplémentaire de vitamines ou de minéraux chez des sujets a priori non malades ait une réelle efficacité et que leur utilisation soit justifiée en termes de santé publique. C'est donc une hypothèse qu'il convient de vérifier en « **grandeur nature** » .

Il reste également à confirmer que la prise régulière de ces substances à long terme est totalement dénuée d'effets néfastes car il faut garder à l'esprit que les oligo-éléments et les vitamines ne sont pas tous anodins

En définitive, l'étude SUVIMAX a 2 **objectifs principaux** :

-**Préciser les relations existant entre l'alimentation , la santé et les grands problèmes de Santé Publique rencontrés en France .**

.**Tester l'efficacité d'une intervention nutritionnelle (apport supplémentaire de vitamines et minéraux antioxydants à des doses nutritionnelles) sur la prévention des grandes maladies : cancers, maladies cardio-vasculaires, cataractes,**

Ainsi, l' étude SUVIMAX confrontée à d'autres résultats scientifiques actuellement en cours dans le Monde devrait permettre à son terme (2002) de fournir des réponses **fiables** sur ces points .

Concrètement, quelles sont les conditions à respecter par les Volontaires « SUVIMAXIENS » ?

Le protocole à suivre comprend **3 règles essentielles** :

***Prendre une capsule journalière**

Une partie des Volontaires reçoit une «supplémentation» minérale et vitaminique(vitamineE, vitamineC, bêta-carotène, zinc et sélénium) sous forme d'une capsule par jour, l'autre partie reçoit un produit en tout point comparable mais dont l'activité pharmacologique est neutre (placebo), chaque sujet ignorant bien sûr jusqu'à la fin de l'étude lequel des produits il a absorbé .

***Répondre aux questionnaires sur Minitel :**

Rendez-vous Mensuel pour un Questionnaire -Santé

Rendez-vous Bimestriel pour une Enquête Alimentaire

*** Se présenter aux Bilans de Santé Annuels** qui permettent de surveiller grâce aux analyses de sang et aux différents bilans la santé des Volontaires et à ne leur faire courir aucun risque .

Compte tenu de la réussite de la 1ère Année d'étude , 1 000 Volontaires supplémentaires sont recherchés (femmes de 35 à 60 ans et hommes de 45 à 60 ans)

C'est pourquoi, si vous êtes intéressés pour rejoindre la «Cohorte Suvimax», je me tiens à votre disposition pour tout renseignement .

Sinon, vous pouvez vous mettre directement en relation avec SUVIMAX, Institut Scientifique et Technique de la Nutrition et de l'Alimentation (CNAM Paris) 2 rue Conté, 75003 PARIS

tel 42 71 05 06

La «Suvimaxienne» Anne-Marie TOULGOAT .

Etre Assesseur Au Tribunal Pour Enfants

Si vous êtes de nationalité française, âgé de plus de 35 ans, disponible au moins une matinée par mois (le mercredi), et intéressé par les problèmes des jeunes en difficulté, vous pouvez devenir Assesseur au Tribunal pour Enfants de Versailles.

Un mineur qui commet un délit passe devant le juge pour enfants, soit en cabinet, soit, si le délit est important, au Tribunal. Le juge est alors assisté de deux personnes, appelées "assesseurs" qui décident avec lui des mesures à prendre: mesures éducatives et/ou punitives.

Le travail est passionnant, souvent frustrant, parfois très pénible. Mais il ouvre la porte à une connaissance approfondie de notre système judiciaire et de ses acteurs. On est également mis en face d'une population de jeunes délinquants souvent issus de familles en très grande détresse. On ne peut pas rester indifférent devant ces situations catastrophiques qui génèrent des actes anti-sociaux et violents.

Les audiences sont longues, pouvant durer cinq heures d'affilée. Les délibérations demandent aussi beaucoup de temps et de réflexion. Souvent aucune des solutions envisageables ne semble vraiment satisfaisante.

Un assesseur reçoit environ 200fr. de dédommagement par matinée.

Si vous désirez devenir assesseur il faut vous adresser au greffier du Tribunal pour Enfants à Versailles, qui vous indiquera les démarches à suivre. Après un entretien, la demande est envoyée à la Préfecture qui donne sa réponse. Le délai est très long (10-12 mois environ). Si la réponse est positive on prête serment, et on est nommé assesseur pour une période de quatre ans.

MEME UNE FEUILLE DE PAPIER EST MOINS LOURDE SI ON LA PORTE A DEUX