

# graines de Fontenay

JOURNAL NATUREL

n°23

été 2021

*Notre avenir  
s'écrit à l'encre  
de sève*

BELLE MA  
L'AFFAIRE DE CHACUN  
VILLE



Santé

Mieux bâtir  
pour mieux  
vivre

À Fontenay







# Une énergie dans le vent ?

**S**elon les données 2016 du Global Wind Energy Council, en matière de puissance éolienne, la France se classe au 7<sup>e</sup> rang mondial et au 4<sup>e</sup> rang européen, derrière l'Allemagne, l'Espagne et le Royaume-Unis. En terme de densité, c'est-à-dire de puissance installée en MW pour 1 000 km<sup>2</sup>, la France occupe la 11<sup>e</sup> place mondiale.

En 2020, la production éolienne en France a été de 37 700 GWh, soit 8,9 % de la consommation électrique nationale; en augmentation de 17,3 % par rapport à 2019. L'énergie éolienne est ainsi devenue la troisième source d'électricité du territoire. Selon RTE, le gestionnaire du Réseau de Transport d'Électricité, « pour la 2<sup>e</sup> fois depuis 2014, le volume annuel de production éolienne a dépassé celle des centrales au gaz ». Même des particuliers adoptent ce système, installant chez eux une éolienne domestique pour produire leur propre électricité.







Outre le développement de l'éolien terrestre, la nouvelle version de Programmation Pluriannuelle de l'Énergie (PPE), qui fixe les priorités d'actions des pouvoirs publics dans le domaine de la transition énergétique, prévoit aussi un plus grand nombre d'appels d'offres en 2021-2022 pour le déploiement de l'éolien en mer.

Elles ont beau avoir le vent en poupe, les éoliennes sont loin de faire l'unanimité, y compris au sein des mouvements écologistes. Certains les considèrent comme l'avenir de la transition énergétique; d'autres, au contraire, estiment qu'elles relèvent davantage du *greenwashing* et incarnent le capitalisme vert dans toute son imposture, considérant que la préservation des écosystèmes impose de révolutionner les modes de production et de consommation.

Au-delà de la question sensible de la pollution visuelle et sonore, ce dispositif n'est pas sans impact sur la biodiversité et l'avifaune. En 2017, la Ligue de protection des oiseaux (LPO) a publié une étude des suivis de mortalité réalisés en France de 1997 à 2015. « Si les données dont nous disposons ne permettent pas de quantifier précisément l'impact du parc éolien français sur les oiseaux, elles nous donnent par contre une bonne idée des espèces impactées », souligne l'étude. « Les roitelets à triple bandeau et les martinets noirs (...) sont les espèces les plus retrouvées en valeur absolue sous les éoliennes françaises. » La LPO constate que les migrateurs représentent environ 60 % des cadavres retrouvés et que les rapaces diurnes sont « indéniablement les premières victimes des éoliennes au regard de leurs effectifs de population. » ➡

NIKOS MAURICE

# SOMMAIRE

 <b>entre chien et loup</b> <b>3 Une énergie dans le vent ?</b>  <b>l'écho du geai</b> <b>5 Une ville basse tension</b> <b>6 Face au frelon asiatique</b> <b>6 Sauts de puce</b> <b>7 PRESSE-CITRON : L'été au frais</b>	 <b>l'effet papillon</b> <b>8 &gt; 9 Kaylek au goût de solidarité</b> <b>10 Les bons gestes</b>  <b>en direct de la ruche</b> <b>11 &gt; 13 Mieux bâtir pour mieux vivre</b>	 <b>les castors associés</b> <b>14 Jamais sans mon animal</b> <b>15 À Roosevelt, les fleurs président</b> <b>15 Buvons l'eau du robinet</b>  <b>tête de linotte</b> <b>16 Les pollinisateurs</b>
--	--	---

## LA PENSÉE DU JOUR



**Philippe Cornélis**  
Adjoint au maire aux Espaces publics et Biodiversité, aux Espaces verts et Propreté urbaine

**V**erte. Notre ville est verte, même avec ses constructions et ses habitations.

Depuis décembre, le parc des Franciscains est ouvert au public. Une concertation a lieu actuellement sur le futur parc du quartier des Alouettes. Une prairie fleurie s'étend progressivement sur les trottoirs de l'avenue Roosevelt. Une mini-forêt a été plantée aux Henriettes. Le service des Espaces verts laissent pousser l'herbe plus haut qu'avant afin que les insectes puissent s'y abriter et que les oiseaux puissent s'en nourrir. Environ 50 000 arbres sont dénombrés sur notre territoire. Reste à réfléchir comment mieux

les préserver en cas de projet de nouveaux bâtiments... Il y a 60 hectares d'espaces verts publics – véritables îlots de fraîcheur, l'été – sans compter les jardins privés visibles de la rue ou cachés.

Le vert, le fleurissement, les arbres apaisent. La nature a des incidences positives sur la santé physique et psychologique des habitants y compris pour ceux vivant dans des quartiers dits plus minéraux.

La municipalité veut continuer à développer ces espaces de verdure afin de diminuer encore plus la pollution.





# Une ville basse tension

## ÉNERGIE

**Fontenay poursuit la modernisation de son réseau électrique public avec le passage de la haute à la basse tension. Une solution plus économique, plus fiable, plus écologique.**

FRÉDÉRIC LOMBARD



**L**e plan pluriannuel d'investissement démarré en 2014 et consacré à la modernisation du réseau d'éclairage public de la ville, avance vers son terme, même prolongé jusqu'en 2024. Les travaux gagneront cet été le secteur Tessier, Berthelot et Cuvier. D'un quartier à l'autre la commune consacre cette année 700 000 euros à cette opération. Et encore 600 000 euros en 2022. Ce n'est pas du superflu. À chaque panne 1/6<sup>e</sup> du territoire pouvait être plongé dans le noir. Une raison, l'ancienneté du réseau. Comme beaucoup d'autres collectivités il est un héritage de l'immédiat après-guerre. Fatigué, il est davantage sujet à des bugs. S'ajoutait également la quarantaine d'années du matériel de surface qui le met en œuvre.

### Transition énergétique

Fontenay avait deux options : réparer ou remplacer. Face aux coûts croissants d'entretien, à la difficulté de se fournir en pièces détachées, à l'extension continu du réseau au fil des constructions et aménagements urbains, à la nécessité de réaliser des économies sur la consommation

**« Nous avons réalisé de 15 à 20 % d'économie sur le budget de fonctionnement de l'éclairage et 50 % sur la consommation. »**

Fabrice Charroin

générale d'électricité, à la durabilité de nouveaux équipements et aux enjeux environnementaux, la ville a mis ses installations à l'heure de la transition énergétique. « Remettre en état l'existant aurait été moins onéreux mais c'était à fonds perdus. En le renouvelant, nous investissons pour l'avenir », rappelle Fabrice Charroin, chargé des réseaux d'électricité à la mairie. Le levier, le passage de la haute à la basse tension, plus souple d'utilisation. Grâce à elle une panne n'affecte plus un quartier mais uniquement la rue concernée. Elle est localisable plus facilement et le dépannage est plus rapide. Autre atout, la basse tension s'accorde parfaitement avec les ampoules basse consommation, beaucoup moins énergivores. Bonne nouvelle, la ville en équipe systématiquement ses candélabres à chaque nouvel aménagement

D'un quartier à l'autre la commune consacre cette année 700 000 euros à cette opération.

de voirie. « Aujourd'hui 85 % de notre réseau électrique est connecté en basse tension et, d'ici à trois ans ce sera 100 %. » Sept ans après le démarrage du plan, les effets sont visibles. « Outre une amélioration de la qualité de service rendu à la population nous avons réalisé de 15 à 20 % d'économie sur le budget de fonctionnement de l'éclairage et 50 % sur la consommation », précise-t-il. Et tout ça sur un réseau désormais souterrain à 99,5 %, un taux d'enfouissement exceptionnel en Île-de-France. Il était de 30 % en 2020. ➡



### LE SAVIEZ-VOUS ?

#### Basse consommation

Lors d'aménagements dans l'espace public la ville en profite pour équiper ses luminaires d'ampoules à basse consommation, moins énergivores. 30 % de son réseau fonctionne ainsi avec des Led ou d'autres systèmes équivalents. En parallèle elle procède à l'installation de variateurs de puissance, ce qui permet de réguler le flux lumineux. Un module de télégestion avertit en temps réel lorsqu'une ampoule ne fonctionne pas. Depuis 2020 la consommation d'électricité de la commune a été divisée par deux.



VESPA VELUTINA

## Face au Frelon asiatique

De 1,5 à 3,5 cm de long, une tête noire et une face jaune orangée, un thorax noir et velu, un abdomen entouré d'un gros anneau orangé, des pattes aux extrémités jaunes, mais c'est bien sûr...le frelon asiatique. Son évocation donne des sueurs froides aux apiculteurs dont les ruchers sont menacés par ce terminator vorace. Arrivé de Chine en Europe dans des poteries en 2004, il colonise son nouvel environnement à raison de 100 km par an. Selon l'Inventaire national du patrimoine naturel (INPN), seuls huit départements en France seraient exempts de sa présence. À Fontenay, l'association Abeille machine l'avait identifié en 2016 dans le quartier du Plateau, puis aux Larris. L'espèce aurait sa part de responsabilité dans la chute des populations d'abeilles, déjà matraquées par les pesticides. Les scientifiques suivent donc la *Vespa velutina* à la trace.

### Piégeage

Agressif envers nos *Apis mellifera*, l'est-il aussi contre nous ? « *Le frelon asiatique n'attaque un humain que pour se défendre* », précise Quentin Rome, entomologiste au Muséum National d'Histoire Naturelle (MNHN). « *Il ne piquera donc que si on s'approche de son nid ; c'est pour quoi la mesure de sécurité à adopter est de rester à au moins cinq mètres de distance.* »

Contrairement aux guêpes qui sont attirées par la nourriture que nous mangeons et donc susceptibles de nous piquer, un frelon asiatique isolé pose peu problème. » Des apiculteurs ont bien mis au point un piégeage. Mais il n'est pas sélectif et capture indistinctement quantités d'insectes « innocents ». Des pièges à base de phéromones pourraient être un autre moyen efficace de lutte. Les mésanges seraient également friandes de frelons asiatiques. Si vous avez un nid chez vous, n'essayez pas de le détruire vous-mêmes, ce pourrait être très dangereux. Faites appel à des professionnels. Sur le domaine privé, c'est à une entreprise agréée relevant de l'activité « services de désinfection, dératisation et désinsectisation » d'intervenir. Sur le domaine public, c'est la mission des sapeurs-pompiers, dès lors qu'il représente un risque pour des tiers. La préfecture aide financièrement les particuliers qui procèdent à l'enlèvement et à la destruction d'un nid. Depuis 2017 à Fontenay, Abeille machine forme les jardiniers à la prise en compte du frelon asiatique.



PLUS WEB

Pour en savoir plus :

<http://frelonasiatique.mnhn.fr/identification/><https://vigilance-moustiques.com/vigilance-insecte/frelon-asiatique/>

SAUTS DE PUCE

## Que faire en cas de piqûre ?

Les bons gestes si vous êtes piqué :

- ▶ retirer les bagues en cas de piqûre à la main.
- ▶ ne pas appliquer de glace, ni utiliser un aspi-venin.
- ▶ privilégier une source de chaleur qui détruit le venin.
- ▶ désinfecter avec du savon ou autre solution antiseptique.
- ▶ en cas de piqûre multiples (bouche, gorge...) ou si les symptômes locaux s'aggravent, consulter d'urgence un médecin.
- ▶ en cas de symptômes allergiques (urticaire, rougeurs, démangeaisons, gonflements généralisés, œdème de la langue, des voies respiratoires, peau bleutée, chute de tension, vertiges, nausées, vomissements, diarrhée), appeler immédiatement le Samu (15) car il y a un risque mortel.

### ASTUCE

## Un piège à frelons

Pour fabriquer un piège à frelons asiatiques il faut 2 bouteilles en plastique identiques, 2 bâtonnets de glace, 1 paire de ciseaux, colle, ficelle, éponge, un mélange de bière brune et du miel.

- ▶ Découpez les tiers supérieurs des bouteilles et collez-les ensemble par la base pour former une sorte de toupie.
- ▶ Percez-y une ouverture de 9 mm de haut et de la largeur de votre premier bâtonnet de glace, que vous introduirez à l'intérieur.
- ▶ Fermez le bouchon du haut et laissez celui du bas ouvert pour créer une nasse.
- ▶ Découpez une ouverture de 5,5 mm de haut dans la partie basse d'une bouteille. Introduisez le second bâtonnet.
- ▶ Installez une éponge et arrosez-la d'un mélange de miel et de bière brune.
- ▶ Refermez votre piège, sans colle. L'accrocher en plein soleil. Si besoin, renouvelez l'appât tous les 15 jours.



# PRESSE-CITRON

## L'été au frais

Avec plus de 60 hectares d'espaces verts concentrés essentiellement dans les parcs et les squares, Fontenay offre une multitude de sites où trouver de la fraîcheur cet été, et souvent 24h/24.

**60**

**LES HECTARES D'ESPACES VERTS**  
où trouver de la fraîcheur.

**11**

**LES SQUARES ET PARCS PARTICULIÈREMENT BIEN OMBRAGÉS**  
parc des Épipans, parc de l'Hôtel-de-ville, parc des Franciscains, square des Olympiades, square aux chats, square Marcel-Paul, square des Parapluies, square Anne-Frank, square Père-Thibaut, square Michelet, square Saint-Just.

**4**

**LES FONTAINES PUBLIQUES EN FONCTIONNEMENT**

fontaine des Rosettes,  
fontaine du Village, fontaine du parc de l'Hôtel-de-ville,  
fontaine des Olympiades.

**1**

**LE PARC DES FRANCISCAINS,**  
nouveau spot de fraîcheur ouvert en décembre 2020.

**13**

**LES PARCS ET SQUARES OUVERTS 24H/24.**



### Le parc en concertation

La création d'un parc de 5 000 m<sup>2</sup> aux Alouettes fait l'objet d'une concertation avec les habitants. Celle-ci avait été lancée le 14 avril par une visioconférence portant sur l'aménagement du futur espace vert par ces concepteurs, la préfiguration de l'équipement public qui sera construit sur le site, la requalification du parvis de l'école Pierre-Demont. Le 5 mai, les enfants du centre de loisirs avaient sensibilisés au projet à l'occasion d'une déambulation dans le quartier. Le 12 mai ont été organisés pour les 4-11 ans des ateliers « j'imagine mon parc » et des activités de jardinage. Le 29 mai une cinquantaine de personnes, dont une quinzaine d'adolescents, ont été invités à donner leur avis sur les installations prévues dans le parc. Une réunion de restitution du projet définitif aura lieu courant septembre.



# PORTAIT

## Kaylek au goût de solidarité

ASSOCIATION

**Née suite à l'impact économique et social de la crise sanitaire, l'association Kaylek vient en aide aux personnes, familles, étudiants en difficultés, avec des distributions de soupes préparées par des cuisinières complètement toquées de solidarité. Et ce n'est qu'un début.** FRÉDÉRIC LOMBARD



**Fatou Camara et Marc Legendre sont à l'origine du projet.**

Chez Kaylek l'appétit vient en préparant, et en partageant. Place des Larris, au Point écoute jeunes ou devant l'Espace citoyen de La Redoute, on a vu les volontaires de cette jeune association de solidarité proposer des soupes préparées par leurs soins, à prix libre. En février dernier, la crème de légumes avec ses croutons à l'ail mitonnée pour les étudiants, leur avait permis de se sustenter délicieusement tout en découvrant l'univers gourmand des potages « made in » Fatou Camara. Cette ex auxiliaire de puériculture qui réside à Bois-Cadet, est membre fondatrice de l'association.

**« Nous voulons montrer que tout le monde peut décider de bien manger, sans se ruiner en préservant la planète. »**

**Fatou Camara**

« On traduit Kaylek par “viens manger” en langue Wolof, mais on a étendu la traduction à “On mange de tout”, plus en rapport avec ce qu'on met dans nos soupes », explique-t-elle. Marc Legendre est le second pilier de l'association. Ce frais retraité de l'informatique habite Le Terroir. Il s'était demandé lui aussi comment soutenir les familles des quartiers populaires minées par l'impact économique et social de la crise sanitaire. « Nous nous sommes rencontrés en 2020 durant la campagne des municipales autour des valeurs d'entraide et de solidarité », précise-t-il.



Avant de plonger les mains dans la soupe, ils participèrent en commun à des distributions alimentaires, à de l'aide aux devoirs, du soutien à la parentalité, à la fabrication de masques. La période étouffante du premier confinement fut celle d'un printemps hyper actif pour nos deux bénévoles. Achats de denrées bio, distribution de paniers alimentaires, installation de boîtes à colis avec la CNL du Bois-Cadet, impression de cours pour les écoliers, soutien scolaire par téléphone...

### Rapprocher les gens

Mais comme l'appétit vient en mangeant, le duo a été désireux de pérenniser des actions. Fatou a des talents de cuisinière et régale ses cinq enfants. « *Au moment du confinement j'étais en reconversion professionnelle dans l'école du chef étoilé Thierry Marx, puis en stage à la Fontenaysienne. L'idée m'est venue de créer une cuisine solidaire.* » Un projet vivement encouragé par Marc. « *L'alimentation est un superbe moyen de rapprocher les gens et les cultures, de renforcer le lien social et le vivre ensemble et, en allant plus loin, de s'interroger sur la manière de produire ce qu'on mange, de travailler sur la qualité des produits et dans un souci de durabilité* », explique-t-il.

De ces réflexions est née Kaylek en août 2020. La division des tâches n'y a rien de sexiste et s'appuie simplement sur leurs points forts respectifs. Marc s'occupe des approvisionnements, assure la logistique et gère l'administratif. « *Je fais les courses chez les commerçants de Fontenay et les grossistes, en bio si c'est possible, grâce à une subvention de la mairie et du conseil départemental.* » L'heure n'est pas encore à glaner les invendus sur les marchés

ou de se fournir directement chez les producteurs. « *Nous ne sommes pas encore suffisamment structurés mais ces alternatives nous séduisent, à la manière de ce que font plusieurs associations locales ou boutiques avec lesquelles nous aimerions établir des synergies.* »

Fatou et sa brigade de bénévoles Myriam, Anne-Marie, Rosine et Haytam, officient derrière les fourneaux de la Maison de la prévention, dont ils disposent grâce à une convention. Des hectolitres de soupes, potages, veloutés sont sortis de ses marmites. « *Une soupe c'est simple à faire, très nourrissant et équilibrée* », rappelle Fatou. Et permet une créativité infinie : velouté de betternute et chips de betterave, soupe chou-fleur-noix de cajou-coriandre... Le jour dit, chaque production était acheminée dans un lieu – place, équipement public... – pour y être proposée à un prix libre, sur le principe d'une soupe « achetée » une soupe donnée. Quatre distributions eurent lieu en février et mars 2021.

Si les confinements successifs ont bridé l'association, le couvercle se soulève à nouveau. En début d'année Kaylek a ouvert des ateliers culinaires. Cet été l'association est au menu des animations du dispositif Fontenay-sous-Soleil. Fatou et Marc regardent plus loin. « *Nous voudrions lancer des ateliers anti gaspi, apprendre à fabriquer soi-même son compost, monter des ateliers pédagogiques avec les enfants* », énumère Fatou. L'arme fatale serait une cuisine mobile et itinérante. « *Nous voulons montrer que la cuisine est accessible à tous, que tout le monde peut décider de bien manger, sans se ruiner et en préservant la planète.* » À l'évidence, Kaylek connaît les recettes. Si Mohamed Cheikh, le Fontenaysien vainqueur de *Top chef* veut lui confier les siennes, il est le bienvenu. ➡

### À SAVOIR

#### Initiatives pédago-gastronomiques

► 21 JUILLET  
dalle du Bois-Cadet  
ou cour de l'école Romain-Rolland  
► 2 AOÛT  
dalle de La Redoute



### Kaylek à Fontenay-sous-Soleil

L'association participera à deux animations dans le cadre de Fontenay-sous-Soleil. Retrouvez-la de 16h à 18h30, le 21 juillet sur la dalle du Bois-Cadet ou dans la cour de l'école Romain-Rolland, et le 2 août sur la dalle de La Redoute, pour deux initiatives pédago-gastronomiques 100 % gratuites. Au menu, dégustations de « Smoothies en folie » faits maison, de gaspachos ainsi qu'un bar à salades. Chacun pourra se composer une barquette de 350 g de crudités de son choix. Les ingrédients seront présentés sur des fiches pédagogiques promouvant une alimentation saine et équilibrée. Une sélection de fromages complètera les agapes. Les barquettes seront en matériau recyclable. Kaylek lance un appel aux jeunes et retraités fontenaysiens qui souhaitent s'impliquer bénévolement cet été.



Renseignements : 06 51 93 92 13



# LES BONNS GESTES



## Des poivrons pour pimenter les plats

Plante annuelle de la famille des solanacées, laquelle comprend aussi la tomate, la pomme de terre et l'aubergine, le capsicum annuum, communément appelé poivron, est une variété de piments doux. C'est le fruit-légume estival par excellence. Originaire d'Amérique du Sud, on le cultivait au Mexique il y a des millénaires, comme l'attestent des fouilles archéologiques dans une grotte de Tehuacan, où des graines vieilles de cinq mille ans ont été trouvées. Arrivé en Espagne au XV<sup>e</sup> siècle, le poivron s'est alors répandu en Europe; mais ce n'est qu'au XVIII<sup>e</sup> que sa culture s'est réellement développée sur le continent européen. Aujourd'hui, le premier producteur mondial est la Chine, loin devant l'Espagne, premier producteur en Europe. Les différentes couleurs du poivron correspondent aux diverses étapes de son mûrissement. Quand il est cueilli avant sa pleine maturité, le poivron est vert. Il est alors croquant et un peu amer. Puis il devient jaune. Le stade où il est le plus juteux. Il passe ensuite à l'orange, et vire au rouge. C'est là qu'il est le plus doux et le plus sucré. L'apport nutritif n'est d'ailleurs pas le même selon la couleur. Le poivron rouge est très riche en pro-vitamine A. Le vert, quant à lui, contient davantage de vitamine B9. Sa pleine saison s'étend de juin à septembre. Il se consomme aussi bien cru que cuit, et se conserve jusqu'à huit jours dans le bac à légumes.



JARDIN

## Canicule

Les fortes chaleurs assèchent les végétaux et peuvent finir par les brûler. Quand vient la canicule, gardez un œil sur vos plantes. L'état de sécheresse peut se manifester de différentes manières : le feuillage prend une teinte jaune, les fleurs se fanent, la terre se craquèle, l'écorce se fend. En cas de brûlure, il est encore temps d'arroser abondamment et de brumiser le feuillage une fois par jour, mais le soir. Faire de l'ombre est évidemment conseillé pour prémunir le potager contre les coups de soleil. Pour cela, vous pouvez utiliser plusieurs méthodes : installer des voiles d'ombrage, des cagettes en bois retournées, des cartons ajourés lestés avec une pierre... Il est aussi

possible de construire une pergola pour ombrer votre jardin. Lorsque la terre est trop sèche, la technique du paillage est particulièrement efficace. En recouvrant le sol de paillis, la terre chauffe moins vite et demeure humide plus longtemps. De plus, le paillis organique (composé d'éléments végétaux) créera de l'humus en se dégradant et augmentera de ce fait la fertilité du sol. Autre technique pour protéger ses plantes et limiter leur déshydratation : les tailler de façon préventive, notamment les vivaces. En effet, plus le volume de la plante est important, plus l'évaporation sera forte ; en moyenne, un végétal perd quotidiennement l'équivalent de son poids en eau par transpiration.



LE + DE *Nicolas*

## Poivrons farcis à l'orientale

**Ingédients :** 4 poivrons, 600 g de viande, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 1 feuille de menthe hachée, sel, poivre, cumin, 1 tranche de pain de mie trempée du lait.

**Temps de cuisson :** de 45 minutes à 1 heure.

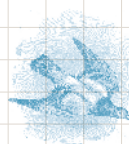
Essorez le pain de mie, puis hachez-le avec la viande, l'oignon, l'ail et la menthe. Salez, poivrez. Ajoutez le cumin et mélangez la mixture. Découpez ensuite le haut du poivron (le chapeau) et retirez les membranes blanches, ainsi que les pépins. Dans un plat allant au four, mettez une cuillère à soupe d'huile d'olive et une cuillère à soupe d'eau. Placez les poivrons dans le plat et garnissez-les avec la farce. Remettez les chapeaux et enfournez vos poivrons farcis.

## Peperonata (poivronnade)

**Ingédients :** 2 poivrons jaunes ou rouges, 2 gousses d'ail, 1 oignon, 1 tomate, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.

**Temps de cuisson :** 20 minutes.

Coupez les poivrons en lamelles. Émincez l'ail, hachez finement les oignons. Découpez les tomates en dés. Chauffez l'huile à feu moyen dans une casserole. Faites revenir l'ail et les oignons pendant cinq minutes. Puis faites revenir les poivrons et ajoutez les tomates. Baissez à feu doux et cuisez à couvert jusqu'à ce que les poivrons soient bien tendres. Salez et poivrez.



Envoyez vos astuces à :

Graines de Fontenay

Service Information - 40, rue de Rosny

94 120 Fontenay-sous-Bois ou

grainesdefontenay@fontenay-sous-bois.fr





# Mieux bâtir pour mieux vivre

## SANTÉ ENVIRONNEMENTALE

**L'aménagement urbain et les matériaux utilisés pour la construction influent sur l'environnement, la santé publique et la qualité de vie des populations.** NIKOS MAURICE

**D'**après l'INSEE, en France, huit personnes sur dix résident dans une unité urbaine et près de cinq sur dix dans une unité urbaine de plus de 100 000 habitants. Ces dernières décennies, l'urbanisation s'est accrue fortement. La prise en compte des enjeux de santé et de bien-être est d'autant plus prégnante. En mars 2020, l'État a publié le guide ISADORA, une démarche d'Intégration de la santé dans les opérations d'aménagement urbain. Il s'inscrit dans les Objectifs de développement durable (ODD) de l'Agenda 2030 de l'Organisation des nations unies (ONU), et dans la continuité des travaux engagés en France depuis 2010 sur l'Urbanisme favorable à la santé (UFS). ISADORA s'articule autour de trois clefs de processus d'élaboration : instance santé, données de santé, démarche participative ; et de douze clefs de conception : exposition des populations, espaces verts, qualité des logements, îlot de chaleur urbain, fonction sociale des espaces, etc. À Fontenay, les enjeux de développement durable, de bien-être et de santé environnementale sont des axes forts des orientations municipales. Une attention particulière est ainsi portée sur l'aménagement du territoire, qui irrigue ces questions transversales.

### Un outil local à renforcer

La charte des promoteurs a été élaborée à l'issue de la modification du Plan local d'urbanisme (PLU) en 2015, puis approuvée par le conseil municipal en septembre 2016. La charte n'est pas un outil réglementaire contraignant, mais un support partenarial avec les porteurs de projet. C'est un document de négociation et de préconisation, à destination des promoteurs et des constructeurs, pour toute opération de construction d'une superficie supérieure à 600 m² de surface plancher. L'objectif est de rendre les opérations plus qualitatives, visant à une meilleure intégration des projets urbains. La charte peut émettre des prescriptions au niveau de la qualité architecturale et environnementale des constructions, ou en matière d'insertion urbaine. Elle intervient également sur la typologie des logements (afin de favoriser une répartition variée) et sur les modalités

de commercialisation. En effet, la charte préconise deux mois de pré-commercialisation en faveur des Fontenaysiens.

« Mais l'idée est de la faire évoluer et de la rendre plus ambitieuse en matière de développement durable », souligne la responsable du service Foncier et des Études urbaines. L'un des engagements de la nouvelle mandature est ainsi de « renforcer la

Charte des promoteurs pour éviter la prolifération de projets privés non maîtrisés et améliorer la qualité architecturale et environnementale des constructions (au-delà de la contrainte légale). »

Un autre support est en voie de réalisation : le Guide pour un urbanisme et un aménagement responsables favorable à la santé et au bien-être. ➔

La ville souhaite l'amélioration de la qualité architecturale et environnementales des constructions. Ici, l'îlot Michelet.



**Anne Vienney**  
Conseillère municipale à la Santé environnementale et au bien-être

« Ma délégation concerne l'ensemble des services municipaux, de la voirie aux installations sportives en passant par l'urbanisme et la restauration scolaire, car tous les projets ont une possible répercussion sur la santé environnementale. Nous avons souhaité créer un guide pour un urbanisme et un aménagement responsables favorable à la santé et au bien-être. Ce document sera destiné aux constructeurs. Mais pour qu'il vive, nous devons faire un énorme travail d'acculturation en amont et en aval. Nous avons mis en place un diagnostic participatif. Mon souhait est que les agents municipaux, les habitants et les associations aient un point de vue et s'approprient le guide. Nous voulons qu'il soit opérationnel, avec des illustrations. Pour le moment, nous sommes en phase préparatoire. Nous allons passer à la phase de consultation avec les habitants. »

# La santé au cœur de la cité

## GUIDE LOCAL

**La ville élabore un document ambitieux à destination des constructeurs pour une meilleure intégration des questions de santé dans les projets d'aménagement.** NIKOS MAURICE



**E**n 2019, l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME) et l'Agence régionale de santé d'Île-de-France (ARS) ont lancé le second Appel à manifestation d'intérêt santé, aménagement et environnement durable. Le jury a sélectionné Fontenay-sous-Bois pour le projet de co-construction d'un « guide local pour un urbanisme et un aménagement responsables favorable à la santé et au bien-être ». Une fois formalisé, le guide sera appliqué par la commune et la Société publique locale (SPL) Marne-au-Bois Aménagement, présidée par Jean-Philippe Gautrais, le maire de Fontenay. Ce document permettra à la commune de « transcrire et de rendre lisible pour ses partenaires les préconisations à suivre impérativement pour réduire les pollutions et les vulnérabilités en termes de santé. » L'objectif : améliorer le cadre de vie des habitants et devenir une commune exemplaire en matière d'aménagement du territoire.

### Un travail collaboratif

Le pilotage du guide est assuré par le secrétariat général au Développement durable et à la Ville en transition, avec l'étroite

collaboration de la direction de l'Habitat durable et solidaire et de nombreux élus municipaux. Plusieurs services de la ville sont aussi directement impliqués. Dans un premier temps, un diagnostic a été réalisé par un bureau d'étude, avec l'appui de l'Institut Paris Région et de l'Observatoire régional de santé. Établi quartier par quartier, il relève les points forts de la ville et les points de vigilance ; en cela, il représente un outil riche d'informations pour les élus. À la mi-avril, une réunion de concertation sur le diagnostic a été organisée avec une trentaine d'élus et autant d'agents.

### La santé dans sa globalité

Dans les domaines de la santé et de l'environnement, Fontenay mène des politiques fortes et résolues. Depuis 2015, la ville dispose d'un Contrat local de santé mentale (CLSM) et d'un Contrat local de santé. Elle est signataire de la charte « Villes et Territoires Sans Perturbateurs Endocriniens » et membre du réseau « Villes-Santé de l'OMS ». Pour ne citer que quelques exemples. Le guide constituera ainsi un nouvel outil local pour la santé environnementale.

**L'école élémentaire Paul-Langevin, aux Larris, est un bâtiment haute qualité environnementale.**

Le document pourra traiter de nombreuses problématiques, telles que l'étalement urbain, les effets d'îlot de chaleur, les risques technologiques, les pollutions, la biodiversité, l'intégration paysagère, les écosystèmes, l'accès aux droits, la mixité fonctionnelle et socio-économique...

« Dans les projets d'aménagement, nous favoriserons également l'inclusion de tous les publics, en lien avec l'Ad'AP (l'Agenda d'Accessibilité Programmée) et les marches exploratoires des femmes\*, indique Fabienne Beaudu, directrice du Secrétariat général au Développement durable et à la Ville en transition. Nous privilégierons l'usage de matériaux biosourcés (issus de la matière organique renouvelable d'origine animale ou végétale) et nous mènerons une réflexion sur l'énergie grise. » Celle-ci est la somme d'énergie nécessaire sur l'ensemble du cycle de vie d'un produit ou d'un matériau ; elle permet de saisir leur impact environnemental. Le Guide sera testé sur le projet d'aménagement du pôle gare de Val de Fontenay. ➡

\* Les marches exploratoires sont un dispositif participatif permettant aux femmes de se réapproprier l'espace public et de formuler des préconisations sur l'environnement urbain.



# L'AVIS DES FONTENAYSIENS

## Que pensez-vous de la prise en compte de la santé dans les aménagements et constructions ?

« C'est l'avenir de notre planète qui est en jeu. »

« Les questions environnementales sont effectivement primordiales. C'est l'avenir de notre planète qui est en jeu. Je pense qu'à Fontenay, on est une bonne commune sur le sujet du développement durable. Dans le magazine municipal, j'avais découvert le projet de construction de l'école Paul-Langevin, à énergie positive, et cela va dans le bon sens. »

**Alicia**  
documentaliste



**Paul**  
enseignant



« Il devrait y avoir une sorte de 1 % pour l'environnement. »

« Je suis à Fontenay depuis dix ans et je vois bien que la ville fait des efforts dans le cadre du Plan local d'urbanisme. L'aménagement est un des enjeux fondamentaux pour l'environnement. Je pense aussi que la santé devrait être traitée en lien avec la préservation d'îlots naturels. Avant, il y avait le 1 % culturel; il devrait y avoir une sorte de 1 % pour l'environnement. Il est important de préserver des espaces en pleine terre. »

« Cela va avoir des conséquences sur le coût des matériaux. »

« Pour répondre aux enjeux environnementaux, il y a la RT2012. C'est la réglementation thermique actuelle. J'ai acheté une maison, que j'ai faite construire et qui correspond à la RT2012. Et il y aura bientôt la RT2020, avec des normes plus drastiques. Cela va avoir des conséquences sur le coût des matériaux, qui seront plus chers, donc le prix des maisons sera plus élevé. »



**Romain**  
retraité



**Caroline**  
directrice de centre de formation artistique

« Je suis dans une démarche pédagogique sur ces questions. »

« Je suis évidemment pour préserver la santé. Dans mon quotidien, je porte une attention au bien-être et au développement durable. Mes enfants y sont également sensibles. Je suis dans une démarche pédagogique sur ces questions. C'est un cheminement. »



### Le pisé

La nouvelle école Paul-Langevin est un bâtiment à énergie positive.  
70 % de la structure est en bois.  
Il y a 400 m<sup>2</sup> de parement en pisé en façade (le pisé est un mode de construction en terre crue).



### Matériaux biosourcés

Les matériaux biosourcés sont issus de la matière organique renouvelable (biomasse), d'origine animale ou végétale, comme le bois, le lin, la paille, le chanvre, le chaume, l'ouate de cellulose, etc. Ces matériaux peuvent être utilisés comme matière première dans des produits de construction, permettant ainsi d'en réduire le bilan carbone.

# Jamais sans mon animal

## ABANDON

**Les vacances d'été arrivent et avec elles, le fléau des abandons d'animaux, trop souvent considérés comme de simples objets de consommation.**

FRÉDÉRIC LOMBARD

**C**haque été en France, un animal de compagnie est abandonné toutes les 3 minutes, soit environ 60 000 bêtes. Sur une année entière ils sont plus de 100 000 à connaître ce sort qui fait de l'hexagone le champion d'Europe de ce palmarès de la honte. Ce nombre n'inclut pourtant que ceux qui sont recueillis par la Société protectrice

des animaux (SPA) et les associations. L'année 2020 a vu grimper en flèches les adoptions lors des confinements chez soi et des vacances forcées à la maison. Paradoxalement, à l'heure des départs des premiers juilletistes, cette embellie inquiète les associations de protection des animaux. « *Nous avons constaté 2020 un accroissement des adoptions de*

Un animal de compagnie est abandonné toutes les 3 minutes, en France.

*chien et de chiots, notamment via des sites comme le Bon coin mais, un an après, des maîtres se rendent compte que leur achat était compulsif et les abandonnent comme s'il s'agissait d'objets de consommation* », confirme Marie-Laure Caron, responsable du refuge SPA de Plaisir dans les Yvelines. Les acquisitions hors des structures spécialisées font gonfler le phénomène car, dans les refuges ou fondations agréés les adoptions ne sont jamais réalisées à la légère.

L'image voudrait qu'on abandonne d'abord les chiens et les chats sur le bord de la route. Mais lapins, cochons d'Inde, hamsters ou reptiles, ne sont pas épargnés. « *Pour ce qui est des chats, le phénomène est le même sauf qu'ils attirent moins le regard, et beaucoup de gens considèrent qu'ils peuvent se débrouiller de manière autonome* », explique Pascale Beauvois, responsable de l'Association chats des rues. ACR est très active à Fontenay où ses nourricières bénévoles nourrissent, stérilisent, recueillent et soignent les petits félins. Rapport de cause à effet, il y a moins de chats abandonnés sur la commune. Une autre image à remiser est celle de l'affreux de service. Celui qui abandonne c'est d'abord Monsieur ou Madame tout le monde, le voisin, le cousin.

## Un délit depuis 1976

Les maîtres qui abandonnent leurs animaux, en renonçant ou en ignorant la responsabilité qu'ils ont prise en les adoptant, savent encore mal à quoi la loi les expose. L'abandon d'animaux constitue un délit depuis 1976 (article 521-1 du Code pénal). « *Il est considéré comme un acte de cruauté, au même titre que la maltraitance animale.* » Les sanctions encourues peuvent aller jusqu'à 30 000 euros d'amende et de 2 ans d'emprisonnement. Le 26 juin, la 2<sup>e</sup> Journée mondiale contre l'abandon des animaux de compagnie est venue rappeler l'ampleur du fléau. Il est plus que jamais nécessaire de rappeler que l'acquisition d'un animal est une responsabilité. Elle engage sur plusieurs années celui qui l'accueille et dont la vie va dépendre de lui. ➡







### À Roosevelt, les fleurs président

L'avenue se pare progressivement d'une prairie fleurie, opération réalisée par les jardiniers des Espaces verts et programmée sur trois ans. L'année prochaine sera la dernière étape. « L'avenue du président Roosevelt comportait de très grands trottoirs, imperméables et en mauvais état, explique Mélanie Roger, responsable des Espaces verts. Au lieu de faire une réfection, nous avons végétalisé une partie des trottoirs

en semant une prairie fleurie. Nous l'avons entourée de ganivelles pour la protéger; ce sont des clôtures en châtaignier d'un mètre de haut. » Les fleurs annuelles composant la prairie fleurie augmentent la biodiversité, attirent les pollinisateurs, et servent de protection naturelle pour les insectes. Lorsque l'opération sera terminée, la prairie s'étendra sur toute la longueur de l'avenue, jusqu'à l'orée du bois de Vincennes.

## PERTURBATEURS ANDOCRINIENS

# Buvons l'eau du robinet

Afin de lutter contre le gaspillage et la pollution de l'environnement, les produits en plastique à usage unique sont progressivement interdits. L'article 77 de la loi n° 2020-105 du 10 février 2020 dispose qu'« il est mis fin à la distribution gratuite des bouteilles en plastique contenant des boissons dans les établissements recevant du public ou dans les locaux à usage professionnel. » Bien en amont, la ville avait mené une réflexion pour trouver une alternative aux conditionnements plastiques dans la restauration. Ainsi, à la place des bouteilles jetables, des gourdes en verre sont à présent mises à disposition pour les bénéficiaires des repas à domicile et du maintien à domicile, et des cafés pour les usagers des clubs de loisirs, ces derniers étant désormais équipés d'une fontaine d'eau reliée directement à l'eau

courante. Pourquoi vaut-il mieux boire l'eau du robinet ? En premier lieu, pour des raisons sanitaires. Le plastique libère dans l'eau des perturbateurs endocriniens, substances chimiques susceptibles d'affecter différentes fonctions de l'organisme, comme le système hormonal. Pour des raisons écologiques. La pollution plastique affecte durablement la faune et la flore. De plus, la fabrication de bouteilles en plastique a un très fort impact sur l'environnement : pour fabriquer une seule bouteille, 33 centilitres de pétrole sont nécessaires, et trois litres d'eau sont utilisés pour produire une bouteille d'un demi-litre. Enfin, pour des raisons financières. L'emballage constitue environ 90 % du prix d'une bouteille d'eau en plastique. En outre, l'eau en bouteille coûte 100 à 300 plus cher que l'eau courante.

## À VOS CRAYONS







Durant le confinement, la faune dans les villes et les zones péri-urbaines a profité d'une diminution significative de la pollution de l'air pour se refaire une (petite) santé.

Ce répit inespéré n'enrayera cependant pas une tendance de fond chez les insectes pollinisateurs.

Les études scientifiques soulignent leur effondrement ces trente dernières années partout sur la planète.

Rien qu'en Allemagne 80 % de ces espèces ont disparu.



IL EXISTE  
4 FAMILLES  
PRINCIPALES  
DE POLLINISATEURS!

### LES DIPTÈRES

- MOUCHE
- SYRPHE
- BOMBYLE  
etc.

### LES HYMÉNOPTÈRES

- ABEILLE
- BOURDON
- GUÊPE  
etc.

### LES COLÉOPTÈRES

- OEDEMEÈRE
- CÉTOINE
- STANGULIE  
etc.

### LES LÉPIDOPTÈRES

- SPHINX
- VANESSE  
DU CHARDON  
etc.

ET MOI,  
LA FOURMI,  
DE QUELLE  
FAMILLE JE  
FAIS PARTIE?

Moi  
JE SAIS

