



Entre Nous



Pezou

www.pezou.fr

Édito

Dans l'attente de vous rencontrer le 15 janvier prochain, pour la cérémonie traditionnelle des vœux, je souhaite faire une insertion bien personnelle et en votre nom à toutes et tous.

Secoué, écoeuré au lendemain du 13 novembre, c'est l'envie de vomir qui m'a envahi dès le lendemain. Comment l'inimaginable a-t-il pu se produire ? Certains disent l'avoir prédit.

Prédiction bien macabre qui n'a pas empêché ces actes immondes.

Au fond, l'homme est doté d'un cerveau dit "supérieur" qui lui permet de dominer ses instincts. Que peut-il se passer pour que cette capacité singulière puisse se dérégler à ce point. Et quel remède à cela ?

C'est sans doute l'éducation, dans laquelle les parents jouent un rôle majeur, accompagnés de l'école dans leurs efforts quotidiens. Les 3 valeurs de la République : Liberté, Égalité, Fraternité ne doivent pas rester seulement écrites sur nos bâtiments officiels mais s'imprégner durablement dans nos consciences et dans la conscience collective.

Les martyrs du 13 novembre peuvent nous y aider et éclairer les jours et les années qui viennent.

Vivre, survivre, surmonter ces événements c'est, bien sûr, ce que je souhaite à tout le monde. Pour cela, vous allez fêter la fin de cette triste année 2015. Faites-le dans la joie de vous retrouver en famille, entre amis plus unis que jamais. Que 2016 nous épargne de nouvelles tragédies.

Alain Sopena, Maire de Pezou
17 novembre 2015

Sommaire du n° 7

- P1 : Actualités
- P2 : Il était une fois...
- P3 : Recommandations pour affronter le froid
- P4 : A l'affiche cet hiver

Avec DLP, ça bouge

Tous les mardis soirs à la salle polyvalente, nous sommes une vingtaine à enchaîner les exercices de cardio, de musculation et de stretching sous la houlette de notre animatrice Chantal.

Toutes générations confondues, chacun à son rythme et en musique !

Nous sommes bien sûr là pour entretenir et garder la forme, faire travailler nos muscles et notre souplesse mais aussi pour converser, rencontrer et échanger avec nos voisins et voisines de tapis.

Alors, si vous voulez reprendre une activité physique accessible à tous, dans une ambiance conviviale, n'hésitez pas à venir essayer. Les deux premières séances sont offertes. Il n'est pas trop tard pour nous rejoindre !



Plus de renseignements

Alexandra Fauvy
02 54 23 65 31

CAUE Parc Marie Genty

Poursuivant le travail de l'aménagement nature du parc (type d'aménagement, emplacements, fauchage et nettoyage et récupération de bois), un plessage a été dressé en rive du Loir. Il s'agissait de sécuriser la rive tout en laissant des points de vue intéressants pour le regard. Ce plessage servira de support à des plantes grimpantes.



Une construction en forme d'igloo a été réalisée en osier planté ce qui lui permettra de se couvrir, dès le début du printemps, d'un feuillage naturel. Une plus petite tonnelle viendra compléter cet aménagement.

Il était une fois...



Le Père Noël...

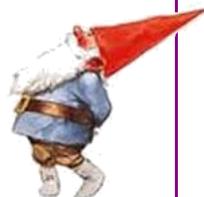
En Europe, les rituels liés à l'approche de l'hiver sont ancestraux ; le Père Noël y est inscrit depuis très longtemps. La première mention du « Père Noël » en français est trouvée en 1855 sous la plume de George Sand. Qu'il soit appelé *Father Christmas* ou *Santa Claus* en anglais, *Weihnachtsmann* en allemand, ou Père Noël, sa fonction principale est de distribuer des cadeaux aux enfants dans les maisons pendant la nuit de Noël.

Il est largement inspiré de Julenisse, petit lutin nordique qui apportait des cadeaux, à la fête du milieu de l'hiver, héritier du dieu viking Odin qui déjà en son temps descendait sur terre pour offrir des cadeaux aux enfants scandinaves. De ses origines ancestrales, il doit



à Odin, la distribution des cadeaux,

et à Julenisse le costume rouge et la barbe blanche.



Sa maison

Le lieu d'habitation du Père Noël est très controversé. Sa résidence fut fixée en Laponie, au Korvatunturi puis, cette région étant un peu isolée, il a déménagé près de la ville de Rovaniemi au Village du Père Noël.

Les rennes du Père Noël

Aux huit rennes du Père Noël (Tornade, Danseur, Furie, Fringant, Comète, Cupidon, Tonnerre),



Tornade Danseur Furie Fringant Comète Cupidon Tonnerre Eclair

un neuvième nommé Rodolphe, est venu les aider pour affronter les tempêtes de neige, grâce à son nez rouge lumineux.



En France

La première « secrétaire du Père Noël » qui rédige ainsi la première réponse en 1962, est en réalité, la pédiatre et psychanalyste Françoise Dolto.

Cette opération, plébiscitée par les enfants et leurs parents, connaît un succès grandissant : le courrier reçu par le Père Noël a plus que doublé en dix ans. En 2007, le Père Noël a reçu plus d'1,6 million de courriers, dont 1,43 million de lettres et 181 200 courriels (via le portail Internet du Groupe La Poste et le site du Père Noël de La Poste - www.laposte.fr/pere-noel), cette évolution se stabilisant depuis. Le Service Client Courrier de Libourne est toujours au service du Père Noël. En 2012, plus de 1 700 000 lettres et de 200 000 courriels, en provenance de plus de 120 pays. Chaque enfant peut imaginer l'adresse qu'il souhaite et le nom du Père Noël, la lettre arrivera et sera traitée.

...Et le sapin

Que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur, avoir un beau sapin de Noël est une tradition qui remonte à ... ? A quand donc voit-on le premier arbre de paradis ?

On remonte aisément à la Renaissance où il est avéré qu'un premier exemplaire a été décoré à Riga en Lettonie en 1510 pour la Noël et en 1521 à Sélestat en Alsace. Les historiens s'accordent pour dire que la tradition du sapin est apparue en Alsace vers le XII^{ème} siècle. Mais le sapin n'avait pas encore gagné tous les foyers.

En 1837, la duchesse d'Orléans, Hélène de Mecklembourg, fit décorer un sapin aux Tuileries. Cette tradition se généralisa après la guerre de 1870 dans tout le pays grâce aux immigrés d'Alsace-Lorraine qui firent largement connaître la tradition de l'arbre de Noël aux Français. C'est à cette période que le pays entier adopta cette tradition.

Pour distinguer un sapin de Noël, heureusement il y a les décorations :

- l'étoile perchée là-haut au sommet, rappelant, pour les chrétiens, l'étoile de Bethléem qui guida les rois mages vers la crèche de l'enfant Jésus et plus généralement faisant entrer une partie des étoiles de la nuit dans la maison. Peut-être pour guider le père Noël ? Traditionnellement c'est l'enfant le plus jeune de la famille qui installe l'étoile sur le sapin
- les guirlandes : simples, lumineuses, clignotantes, colorées. Tous les modèles et toutes les matières sont autorisés, c'est l'imagination qui se libère jusqu'aux fins cheveux d'anges
- les boules de Noël : brillantes et de différentes couleurs. C'est la décoration qui nous reste du temps où les fruits venaient charger les branches. Les pommes rouges ont cédé la place aux boules rouges, les autres sont le fruit de créateurs inspirés : angelots, Pères Noël, objets en bois, voire de dangereuses bougies allumées
- le givrage pour que Noël se déroule avec de la neige et quelques glaçons factices

Pour finaliser l'installation de ce roi des salons, emballés dans les papiers les plus décoratifs, les cadeaux.

Cette année la municipalité a mis l'accent sur la décoration du sapin de la mairie le long de la place de l'Église.





Recommandations d'hiver

Quand les grands froids rôdent

Le grand froid, mais aussi le vent glacé ou la neige, sont des risques à ne pas négliger. Ils sont dommageables pour la santé et facteur d'accidents.

Les personnes les plus exposées sont :

- **Les personnes âgées** : La diminution de leur perception du froid et la diminution de leur masse musculaire les rendent vulnérables au froid.
- **Les nouveau-nés et les nourrissons** : leur capacité d'adaptation aux changements de température n'est pas aussi performante que celui d'un enfant ou d'un adulte pour lutter contre le froid. De plus, le très jeune enfant n'a pas d'activité physique lui permettant de se réchauffer et ne peut exprimer qu'il a froid.
- **Les personnes souffrant de certaines maladies** : insuffisance cardiaque, angine de poitrine, insuffisance respiratoire, asthme, diabète, troubles neurologiques. Les personnes âgées présentant des troubles cardiaques, une insuffisance respiratoire, une difficulté à faire face aux activités de la vie quotidienne ou souffrant de maladie d'Alzheimer ou apparentées sont encore plus à risque.
- Enfin, **les personnes à mobilité réduite**, les sans domicile, les personnes en situation de grande précarité, les personnes non conscientes du danger et les travailleurs exposés au froid par nature.

Il faut se prémunir des pathologies provoquées par le froid : gelures, hypothermie. Prendre conseil auprès du médecin pour éviter l'aggravation de maladies préexistantes, d'autant plus que les effets sur les organismes sont insidieux et peuvent passer inaperçus.

Quelques conseils à suivre si vous sortez

- **limitez** au maximum les activités extérieures lorsqu'il fait froid mais maintenez un certain niveau d'exercice physique sans faire d'efforts trop importants
- adaptez votre **habillement** et couvrez-vous la tête. Pensez à vous munir d'un cache-nez pour recouvrir le bas du visage et particulièrement la bouche ; évitez de vous découvrir les mains
- si vous devez absolument vous déplacer en voiture, assurez-vous que vous pourriez faire face à une **panne** ou à une immobilisation prolongée sans assistance
- **munissez-vous** de nourriture et d'eau en quantité suffisante, prenez des couvertures (dont au moins une

couverture de survie et des vêtements de rechange chauds) ainsi que votre traitement médicamenteux,

- assurez-vous que la voiture est en **bon état** de fonctionnement et pensez à **faire le plein** avant le départ.

Bloqués en voiture ?

- **faites tourner** le moteur 10 minutes toutes les heures, entrebâillez la fenêtre pour éviter l'intoxication au monoxyde de carbone,
- faites de temps en temps des **exercices en bougeant** les bras, les jambes, les doigts vigoureusement afin de maintenir une bonne circulation,
- **vérifiez** que la neige ne bloque pas le tuyau d'échappement de votre véhicule. N'utilisez pas inutilement les phares de votre véhicule, pour éviter de décharger la batterie.

À la maison

- maintenez **la température ambiante** à un niveau convenable y compris la chambre à coucher (minimum de 19 °C)
- **fermez** les pièces inutilisées,
- assurez-vous du bon fonctionnement des **appareils de chauffage**. Ne surchauffez pas les poêles à bois ni les chauffages d'appoint à cause des risques d'incendie et d'intoxication au monoxyde de carbone.
- **Les groupes électrogènes** doivent impérativement être placés à l'extérieur de l'habitation et jamais en milieu clos (cave, garage...),
- n'obstruez pas les **bouches d'aération**.
- pensez à **donner régulièrement de vos nouvelles** à votre famille ou à votre voisinage, si vous êtes une personne âgée ou handicapée et/ou si vous vivez seul.
- si vous connaissez une personne âgée et/ou isolée, pensez à **prendre régulièrement de ses nouvelles**
- pensez à **boire**, le froid peut entraîner la déshydratation
- **prévoyez** une manivelle près des volets roulants pour pouvoir les ouvrir même en cas de panne électrique
- **balayez** les trottoirs devant chez vous, cela diminue les risques de chute dus à la neige.



La Toque Du Perche Crêperie, Food truck

Nous sommes issus des métiers de la restauration.

Notre savoir faire, acquis depuis 25 ans dans l'événementiel haut de gamme luxueux des traiteurs parisiens (Potel & Chabot, Dalloyau), nous a amenés à ce concept de Food-Truck original.

Notre maison est située dans le Perche Vendômois à la Chapelle Vicomtesse.

Inspirés par la fleur de safran, nous souhaitons la faire découvrir à nos clients au travers de recettes originales. Nous produisons nous-même notre épice, pour nos recettes safranées.

Nous travaillons aussi avec des producteurs locaux en circuit court avec, pour objectif, de promouvoir une alimentation saine à base de produits du terroir.

Événementiels avec possibilités de soirées privées au domicile, festivals, marchés.

Retrouvez nous à Pezou le jeudi matin

sebnet73@gmail.com / ☎ 06 67 74 88 04

Sur facebook et notre blog **La Toque Du Perche**.



Le Creuset du Loir

Cette nouvelle association se veut un lieu de rencontres, d'échanges de savoirs, de savoir-faire et d'expériences ainsi que de débats autour de questions touchant au devenir de notre territoire rural.



Son objectif global est de contribuer au développement pérenne du territoire sans se substituer à l'action publique.

Elle organise une conférence publique sur le thème « la maison : du minéral au végétal » à Pezou le 19 mars à la salle polyvalente.

A l'affiche cet hiver



I.N.O.R.M propose

Labandanono dans

Les «Nouveaux» BOULINGRIN !



Une comédie de Georges COURTELINE mise en scène par Bruno MASSARDO

A la salle des fêtes de PEZOU
Dimanche 24 Janvier à 15 H



Réservations au 06 20 77 92 25 / Tarif 12 € (gratuit - 12 ans)

Dates à retenir

Liste non exhaustive de manifestations et temps forts répertoriés à ce jour. Retrouvez l'agenda sur le site www.pezou.fr

15 Janvier 2016 19h	Cérémonie des vœux baptême de la salle polyvalente
24 janvier 15h	Théâtre Les « Nouveaux » BOULINGRIN Par Labandabono
27 février	Repas dansant de DLP Salle Polyvalente
6 mars	Matinée théâtrale de la section UNC UNCAFN de Pezou Salle Polyvalente
19 mars	Conférence le Creuset Salle Polyvalente