

# Le journal du lien

Juillet - Août 2025

N° 106

## **SOCIÉTÉ**

Résidence et garde alternée

## **VOYAGE**

Partir à Madère

## **PORTRAIT**

George Sand

# Comment nous aider ?

## BULLETIN D'ABONNEMENT AU JOURNAL DU LIEN

Nom : .....  Je souhaite  
Prénom : ..... m'abonner au  
Adresse : ..... Journal du  
..... Lien pour une  
Téléphone : ..... durée d'un et  
Mail : ..... pour 25 €  
.....

## FAIRE UN DON

Nom : .....  
Prénom : .....  25 €  
Adresse : .....  50 €  
.....  75 €  
Téléphone : .....  100 €  
Mail : .....  Au choix  
..... €

## QUI SOMMES NOUS ?

L'association a été créée en 1996, avec pour mission l'accompagnement socio-professionnel des demandeurs d'emploi par l'activité économique. En 2004 et 2006 apparaissent les chantiers peinture et journal. À partir de 2011, l'atelier "Tout en carton" se développe.



## NOUS SOUTENIR

Nous avons besoin de votre soutien pour nous aider à poursuivre et à développer nos activités sur le territoire du Pays de Falaise.

Participez avec nous aux missions de l'association et contribuez à l'insertion sociale et professionnelle des demandeurs d'emploi en favorisant leur mobilisation vers l'emploi et l'accès à la formation.

En souscrivant à l'association, vous pouvez bénéficier de déductions fiscales au titre de "Don à un organisme d'utilité sociale" (66%).

## Voici que la saison décline

Voici que la saison décline,  
L'ombre grandit, l'azur décroît,  
Le vent fraîchit sur la colline,  
L'oiseau frissonne, l'herbe a froid.

Août contre septembre lutte ;  
L'océan n'a plus d'alcyon ;  
Chaque jour perd une minute,  
Chaque aurore pleure un rayon.

La mouche, comme prise au piège,  
Est immobile à mon plafond ;  
Et comme un blanc flocon de neige,  
Petit à petit, l'été fond.



Victor Hugo, poèmes

# Sommaire

## n°106

LE JOURNAL DE L'ASSOCIATION  
POISSON D'AVRIL / FALAISE

RÉDACTEURS : Alexia Saussay / William Brancadoro / Marius Sure / Sandrine Alberola / Agnieszka Beuruelle / Camille Darmony / Sandrine Kolecki / Gervaise Poinson / Olessia Khomenko / Léa Vogt / Jacques Delaunay / Quentin Ferrand

MISE EN PAGE : Agnieszka Beuruelle

COUVERTURE : Marius Sure / A.Beuruelle

RÉDACTRICE EN CHEF : Corinne Cipriani

### CONTACT

secretariat@pda-falaise.fr

facebook : Poisson D'avril Falaise

Instagram : associationpoissondavrill

<http://pda-falaise.fr>

Ce journal est  
disponible en ligne  
sur notre site  
internet.



Aussi, vous pouvez nous soutenir financièrement en vous abonnant au journal ou en faisant un don à votre convenance, sachant que vous pouvez bénéficier des déductions fiscales au titre de dons à un organisme d'utilité sociale.

Poisson d'Avril vous propose plusieurs formules :  
Abonnement annuel au journal "Le journal du lien" :  
- 25 €

Souscription :

- 50 €

- 75 €

- 100 €

- Au choix: ..... €

Nous remercions particulièrement tous les abonnés qui nous soutiennent et nous espérons que vous serez de plus en plus nombreux à nous accompagner.



02 L'ambre : origine, vertus et bienfaits

04 Le RolloN, monnaie locale normande

05 La trichothérapie

06 Portrait : George Sand



08 Caty Banneville, rétrospective

10 Anticor, l'association contre la corruption

12 Les violences conjugales



14 Séparation : la résidence alternée

16 Partir à Madère

18 Les algues toxiques

20 La réglementation des trotinettes



21 Le véganisme

22 Le métier de fleuriste

24 L'upcycling et l'atelier solidaire



SALLE DE RÉDACTION DU JOURNAL :  
5, impasse Coluche - 14700 FALAISE

TÉL : 02 31 90 01 90 / MAIL : secretariat@pda-falaise.fr  
VERSION NUMÉRIQUE DU JOURNAL SUR NOTRE SITE INTERNET.  
TIRÉ À 20 EXEMPLAIRES / IMPRESSION RÉALISÉE PAR NOS SOINS /  
DÉPÔT LÉGAL À PARUTION / NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

# Origine et vertus et bienfaits de l'ambre jaune

L'ambre naturel est une résine mystérieuse qui offre de nombreux bienfaits grâce à ses vertus. En effet, depuis des millénaires, l'ambre est très utilisé afin de soulager les problèmes physiques et psychologiques.



Il est reconnu pour :

- soulager les bébés des douleurs liées aux poussées dentaires,
- contribuer au renfort des défenses immunitaires,
- activer la circulation du sang,
- soulager des douleurs musculaires et articulaires liées aux rhumatismes et à l'arthrose,
- aider à combattre la fatigue,
- lutter contre le stress et la dépression.

## Qu'est-ce que l'ambre ?

L'ambre naturel est une résine fossile issue des conifères, formée il y a environ cinquante millions d'années. On la retrouve principalement sur les bords de la mer Baltique, enfouie dans les sédiments. Ses couleurs varient du blanc très clair au noir profond, en passant par une large palette de jaunes, bruns, rouges et verts. Souvent translucide, cette matière renferme parfois des inclusions rares, comme des insectes ou des fragments végétaux. Cela en fait une véritable capsule temporelle.

## Origine et étymologie du mot « ambre »

Le terme “ambre” trouve son origine dans l’arabe “anbar”, qui désignait à l’origine l’ambre gris, une substance produite par le cachalot et utilisée en parfumerie. En grec ancien, on utilisait le mot “elektron” pour parler de l’ambre, en référence à sa capacité à produire de l’électricité statique lorsqu’on le frotte. Ce terme est d’ailleurs à l’origine du mot “électricité”.

## Histoire de l’ambre

L’histoire de l’ambre commence dès la Préhistoire. À cette époque lointaine, les humains le façonnaient déjà pour créer des bijoux ou des objets d’art. Les Celtes, à partir du VI<sup>e</sup> siècle avant notre ère, le portaient sous forme de perles. L’ambre ne tarda pas à devenir une ressource précieuse, échangée à travers toute l’Europe grâce à la fameuse route de l’ambre. Ce réseau commercial, actif dès l’âge du Bronze, reliait la mer Baltique aux rives de la Méditerranée.

En Chine, l’ambre était connu dès la dynastie Han, deux siècles avant notre ère. Porté en bijou, il était souvent associé à l’idée de jeunesse éternelle. Il servait à sculpter de petits animaux sensés favoriser la fécondité. On croyait également qu’un homme qui portait un anneau en ambre affirmait sa virilité. À l’inverse, si une femme portait un bracelet en ambre qui laissait des marques rouges sur la peau, on soupçonnait un adultère.

Dans la culture slave, l’ambre représentait les larmes pétrifiées des dieux. On le considérait comme un talisman protecteur, capable d’écarter les malheurs. Cette vision symbolique se retrouve aussi chez les Égyptiens, qui l’importaient depuis le Nord de l’Europe.



Bien qu’il ne s’agisse pas d’un minéral, l’ambre est classé parmi les gemmes organiques, au même titre que le jais, les perles ou l’ivoire. En raison de ses reflets dorés, on l’appelle aussi “ambre jaune”. Appréciée pour sa beauté naturelle et son origine ancienne, cette résine continue de séduire les amateurs de bijoux et de pierres énergétiques.



Alexia Saussais

# La monnaie locale normande : le RolloN



*Le RolloN est la monnaie locale de Normandie. Cette monnaie s'inscrit dans la volonté de relocaliser l'économie et de renforcer le tissu social et écologique du territoire normand. Elle a été lancée en 2018 et il y a de plus en plus d'enseignes qui l'utilisent.*

Son nom vient du personnage historique Rollon, le chef viking qui est devenu le premier duc de Normandie. Il est le fondateur de la Normandie au Xe siècle, à la suite du traité de Saint-Clair-sur-Epte en 911. Il inaugure une ère nouvelle pour la région. Grâce à lui, la Normandie est devenue stable, autonome et prospère. En utilisant son nom, la Région Normandie et l'Association Monnaie Normande Citoyenne ont pour ambition d'ancrer l'économie dans l'histoire locale et réaffirmer une identité normande forte.



Le RolloN fonctionne selon le principe bien rodé des monnaies locales complémentaires (MLC) déjà expérimentées ailleurs en France, comme l'Eusko au Pays basque ou la Gonette à Lyon. Cette monnaie locale est liée à l'euro (1 RolloN = 1 euro), elle ne le remplace pas, mais circule uniquement dans un réseau local de commerces, de producteurs et de services partenaires. A chaque paiement en RolloN, le client bénéficie d'un supplément de 3% en pouvoir d'achat.

L'objectif du RolloN est simple, il s'agit de faire circuler l'argent au sein de l'économie régionale, plutôt que de le voir s'échapper vers de grandes enseignes ou des plateformes numériques. En choisissant de payer en RolloN, son usager consomme auprès de commerçants de proximité, de maraîchers normands, d'artisans ou de cafés de quartier. Ce geste soutient directement l'emploi local et contribue à réduire l'empreinte écologique liée à la consommation. Mais le RolloN va au-delà d'un simple outil économique, il est aussi un vecteur de lien social. Utiliser une monnaie locale, c'est faire un choix engagé, celui de privilégier les circuits courts, les échanges humains, et de défendre des valeurs de

solidarité, d'ancrage territorial et d'écologie. C'est, d'une certaine manière, résister à l'anonymat et à la logique impersonnelle de la mondialisation.

Sur Falaise, il y a déjà quelques enseignes qui le proposent comme Le moulin aux légumes, Le Paneton de Guillaume et la Biocoop.



William Brancadoro

# LA TRICHOThÉRAPIE

Le mot trichothérapie vient du grec « thrix » (cheveu) et « therapeia » (soin). C'est une approche holistique des soins capillaires, qui considère que la santé du cheveu dépend autant de facteurs physiques, émotionnels, énergétiques, que nutritionnels. Il existe deux grandes branches :

- La trichothérapie cosmétique et holistique : soins du cuir chevelu et du cheveu à travers des produits naturels, des massages, des techniques énergétiques.
- La trichothérapie énergétique, aussi appelée « coupe énergétique ».

La trichothérapie énergétique a été créée par Rémi Portrait, un coiffeur visionnaire français qui a développé la coupe énergétique dans les années 1990. Il considère les cheveux comme un organe « sensoriel » et un récepteur d'informations émotionnelles. Pour cette méthode, on utilise des ciseaux vibrants en titane ou en quartz, parfois appelés ciseaux de lumière, la vibration se diffuse dans le cheveu jusqu'au bulbe, ce qui stimulerait le cuir chevelu, réveillerait des mémoires émotionnelles et favoriserait la pousse. Les objectifs de cette méthode sont d'une part de stimuler la microcirculation, de rééquilibrer l'énergie du cuir chevelu, de libérer des blocages émotionnels et de redonner du tonus au cheveu. Une séance de trichothérapie se passe en plusieurs étapes :

Dans un premier temps, l'entretien . On y aborde l'état émotionnel, les antécédents et les attentes. Puis, vient la coupe vibratoire. Il s'agit d'une ouverture énergétique et d'une réharmonisation. S'en suit un massage crânien énergétique. Et enfin, des conseils alimentaires ou de bien-être sont prodigués.

La trichothérapie holistique est pratiquée par de nombreux professionnels avec 5 approches différentes : la première désigne le soin naturel du cuir chevelu avec notamment des huiles essentielles (lavande, romarin), de l'argile (verte ou blanche pour purifier), des hydrolats (romarin, ortie) et du solvant huileux. La seconde se concentre sur les routines personnalisées conduisant à un diagnostic capillaire précis menant à l'éviction des silicones, des sulfates et des perturbateurs endocriniens. Les massages crâniens comme le Shiatsu, le kobido et la réflexologie du cuir chevelu sont une approche qui vise à stimuler les méridiens et les points énergétiques. Vient l'approche nutritionnelle, avec un focus sur les vitamines B, le zinc, le fer et les oméga-3. La dernière approche concerne l'hygiène de vie incluant la gestion du stress (méditation et sophrologie), le sommeil réparateur et une activité physique douce.

Dans l'optique de la dimension psycho-émotionnelle, les cheveux sont vus comme le prolongement de notre être intérieur. Ils captent les émotions, les tensions, les vécus, et seraient capables de « raconter une histoire ». Il est courant de dire que la surcharge mentale entraîne la chute de des cheveux. Or, il semblerait qu'avoir des cheveux cassants s'expliquerait par une rigidité et une pression intérieure. Les cheveux ternes seraient la conséquence d'une perte d'élan vital et un besoin de lumière intérieure. Les cheveux gras seraient une surprotection émotionnelle, une tension non exprimée. Les cheveux secs serait un manque de fluidité émotionnelle et un blocage du cœur. Les pellicules révèlent une saturation, un besoin de « se débarrasser » de pensées négatives. La trichothérapie tente donc de reconnecter l'individu à ses cheveux de façon symbolique et réparatrice.

La manière dont on porte ses cheveux parle aussi, symboliquement, de notre état intérieur. Ainsi, avoir les cheveux longs montrerait une connexion avec les instincts, la liberté et la sensualité. Les cheveux courts manifesteraient un besoin de contrôle, un recentrage et une protection. La frange, de son côté, montrerait une volonté d'intimité, de masquer une partie de soi. Un chignon haut évoque une élévation spirituelle et une organisation intérieure. Un rasage intégral signifie une renaissance, une purification radicale et un lâcher-prise. Enfin, les boucles naturelles marquent un rapport sain avec sa nature et sa créativité.

Scientifiquement parlant, il n'existe pas d'études cliniques solides sur l'efficacité des ciseaux vibrants ou sur les soins énergétiques du cheveu. Toutefois les massages crâniens sont reconnus comme infaillibles pour améliorer la circulation sanguine et amener vers la détente. La stimulation vibratoire a des effets prouvés en kinésithérapie (mais ce n'est pas encore démontrée pour le cas particulier des cheveux). Enfin, la nutrition est un facteur clé pour la santé capillaire notamment pour les cas d'alopécie androgénétiques ou de carences.

## George Sand, La Rebelle avec Focus sur la série TV

George Sand, de son vrai nom Aurore Dupin, est l'une des figures majeures de la littérature et de l'engagement social du XIXe siècle. Romancière, journaliste, épistolière et critique, elle laisse une œuvre immense : plus de 70 romans et 50 volumes d'écrits variés. Elle s'est illustrée par ses prises de position en faveur des droits des femmes, contre les injustices sociales et pour une société plus égalitaire.

George Sand, naît le 1er juillet 1804 à Paris. Elle est la fille de Maurice Dupin appartenant à la grande bourgeoisie cultivée, et de Sophie Delaborde, couturière de son état, appartenant au petit peuple de Paris. Cette double origine la marquera profondément et expliquera son engagement politique, sa liberté d'esprit, son indépendance et sa personnalité hors du commun.

Orpheline de père à 4 ans et abandonnée par sa mère, elle est élevée par sa grand-mère, Marie Aurore de Saxe, aristocrate, qui lui transmet les valeurs des Lumières à travers la lecture de Voltaire, de Montesquieu et de Rousseau. Elle grandit à Nohant, partagée entre les traditions de la bourgeoisie et la réalité du monde paysan. En 1818, elle entre au couvent des Augustines anglaises à Paris. Deux ans plus tard, elle en ressortira, avec ses premiers écrits.

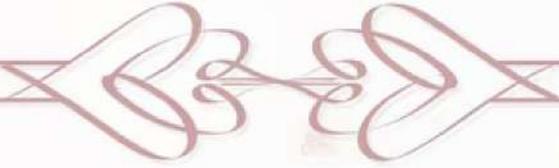
En 1821, sa grand-mère décède et elle hérite du domaine de Nohant. Un an après, mariée jeune au baron Casimir Dudevant, elle a deux enfants, Maurice et Solange, mais vit difficilement la vie domestique et les contraintes imposées aux femmes par le Code Napoléon. Elle fuit la violence de son époux, après sa rencontre avec le jeune révolutionnaire et écrivain Jules Sandeau. Ils s'installent à Paris et elle va s'employer à réaliser son rêve : devenir une écrivaine.



Ils débutent une carrière littéraire et coécrivent des articles de presse pour le Figaro et un premier roman signé du pseudo « Jules Sand », Jules pour lui, Sand pour elle. Paris abrite leurs amours, elle écrit : « Ah Paris, mon bon Paris ! Avec la liberté d'aimer et de sentir, avec mon Jules qui m'aime tant ».

Dans la capitale du début du XIXe siècle, dans la société très conservatrice, les femmes ne sont pas jugées dignes d'écrire, la jeune femme ne parvient pas à publier ses romans. C'est après la Révolution de Juillet, en 1832, et à force de travail et d'abnégation, qu'elle va pourtant réussir à faire paraître son premier roman « Indiana » sous le pseudonyme George Sand. Elle y dénonce la condition féminine dans une société profondément misogyne. Ce sera un énorme succès.

Elle vit ensuite des amours passionnées, notamment avec Alfred de Musset avec qui elle aura une relation enflammée jusqu'en 1835. A partir de 1838, elle entretient une liaison avec Frédéric Chopin. Ils organisent leurs vies : l'été à Nohant et l'hiver à Paris.



Entre 1840 et 1849, George Sand va nourrir une grande amitié avec Pauline Viardot, et va écrire ses romans champêtres comme *Le Meunier d'Angibault* (1845), *La Mare au Diable* (1845), *La Petite Fadette* (1849). Georges Sand fréquente des penseurs républicains comme Pierre Leroux et Michel de Bourges. Engagée politiquement, elle milite pour la justice sociale et dénonce l'inégalité à travers ses romans (*Lélia*, *Consuelo*, *Le Meunier d'Angibault*...). Elle cofonde *La Revue indépendante* avec Louis Viardot et Pierre Leroux, pour diffuser librement leurs idées.

L'année 1847 sera difficile sur le plan familial et affectif pour George Sand. Sa fille Solange rencontre le sculpteur Auguste Clésinger qu'elle épousera. Chopin n'approuve pas le mariage : c'est la rupture entre le pianiste et la dame de Nohant.

Lors de la Révolution de 1848, elle participe au gouvernement provisoire et rédige les *Bulletins de la République*. La victoire électorale de Louis-Napoléon Bonaparte l'amène à réaliser que le peuple n'était pas assez éduqué pour exercer pleinement la démocratie.

George Sand se retire alors à Nohant et s'essaie à la dramaturgie et inaugure en 1849 son petit théâtre où elle poursuit son œuvre littéraire, toujours engagée, mais plus apaisée.

En 1850, elle débute sa relation avec le graveur Manceau et commence à rédiger ses mémoires à partir de 1854. Elle achète une petite maison à Gargilles-Dampierre.

Elle y rédige des romans à portée sociale (*François le Champi*, *La Ville Noire*), développe un théâtre de marionnettes avec son fils Maurice.

Elle élève ses petites-filles et, tout en gardant ses convictions républicaines, adopte un ton plus modéré après les événements de la Commune en 1871.

George Sand meurt à Nohant le 8 juin 1876.

Elle reste une figure emblématique de la liberté de penser, de l'émancipation féminine et du combat pour un monde plus juste.

La série "La rebelle ? les aventures de la jeune George Sand"

L'histoire débute en 1830, quand Aurore Dupin, afin d'échapper aux violences de son mari, fuit son château de Nohant pour Paris, en pleine effervescente romantique. Dans la capitale du début du 19<sup>e</sup> siècle, Aurore mène une vie de bohème et publie son premier roman, sous un pseudonyme : George Sand est née. Première femme écrivaine à vivre de sa plume et va venir bousculer la société des hommes. Elle enchaîne les succès littéraires et déchaîne les passions amoureuses. Féministe avant l'heure, portant le pantalon et fumant la pipe, elle collectionne les amants, dont les plus célèbres sont Alfred de Musset et la comédienne Marie Dorval.

Ses romans dressent une vaste fresque de son temps, mais son véritable chef-d'œuvre... c'est sa vie !

ALBEROLA Sandrine

# Caty Banneville, rétrospective à l'Abbaye aux Dames



Artiste normande, Caty Banneville s'est formée à l'École des Beaux Arts de Caen. Elle est en activité depuis le début des années 1980 et c'est à partir de 1987 que sa carrière commence à prendre de l'essor. Il y a tout juste 25 ans, l'artiste présentait pour la première fois son oeuvre, "Le temps dans l'épaisseur de l'air", lors d'une exposition à l'abbaye de Caen. En 2025, elle revient avec une nouvelle rétrospective, "Le temps d'apprendre à vivre". Le public est invité à découvrir une centaine de toiles qui mettent en relation étroite les éléments de la nature, son sujet favori.

À l'école des Beaux Arts de Caen, qu'elle fréquente entre 1969 et 1972, C. Banneville apprend la technique du tissage, alors en pleine effervescence. Elle s'exprime dès lors avec des créations en tissu et la sculpture textile. À cette période, le renouveau artistique redéfinit la hiérarchie entre arts majeurs et arts mineurs : l'artisanat se confond avec l'art et

devient une pratique artistique contemporaine, une revendication politique et une réappropriation d'un savoir-faire alors marginalisé. La fibre textile est un héritage familial, ancré dans l'ADN de l'artiste : son grand-père était matelassier, sa grand-mère couturière et sa mère mercière. Dans un contexte où les courants artistiques traditionnels sont en rupture avec les traditions du passé, Caty Banneville est récompensée, en 1983, lors de la Biennale du textile européen. Elle y reçoit le 2ème prix Arts-déco à Paris.

À partir de 1987, l'artiste change de médium. Après un séjour de trois ans aux îles Marquises, son expression artistique marque un tournant majeur. Elle quitte le mouvement textile contemporain et se consacre désormais à la peinture. À compter de la décennie 1990, elle multiplie les expositions personnelles en Normandie, puis dans toute la France. Son travail sera également diffusé dans les galeries turques et belges. Caty Banneville s'expose alors dans différents Salons d'art en France, aux États-Unis, en Corée du Sud et au Maroc. Elle reste toutefois attachée à sa Normandie natale : elle y expose très régulièrement dans différentes institutions publiques et



dans les galeries privées.

De nombreuses toiles et dessins ont été acquises par les musées, les artothèques ainsi que par le Brittany

Ferries. En dehors de ses peintures, elle contribue à l'illustration de livres et coopère avec différents artistes. Elle collabore également avec son compagnon, dont



elle partage la vie depuis près de quatre décennies. Leurs démarches sont interdépendantes, et c'est un travail à quatre mains qui s'opère sur la scène littéraire (Le voyage de la flûte de roseau aux Marquises, album jeunesse proposé par les éditions Haere Po, 2017). A travers sa participation en tant qu'illustratrice, elle cherche à sensibiliser le public aux problèmes écologiques auxquels nous sommes confrontés. Par ailleurs, elle intervient dans des ateliers pédagogiques



auprès des plus jeunes. À travers ces différents médiums, Caty Banneville touche tous les publics, de l'enfant à l'amateur d'art et au collectionneur.

La nature, source unique de son travail, donne lieu à des œuvres poétiques empreintes de sensations personnelles. Aux îles Marquises, à l'aube des années 1990, elle s'inspire de l'environnement pour créer des œuvres monumentales. Portée par une technique personnelle qu'elle développe lors de son séjour, elle donne vie à une toile de 70 mètres de long, un "kaléidoscope de plusieurs morceaux assemblés tel un patchwork," dont la Polynésie a fait l'acquisition. Ses créations se définissent dès lors comme étant "entre l'estampe et la peinture", avec comme support une toile de lin.

De retour en Normandie, Caty Banneville poursuit son travail dans lequel elle tente de traduire le renouveau de ses sensations avec la nature. Lorsqu'elle crée des sérigraphies végétales, elle utilise des pigments à partir des éléments collectés dans son jardin. Elle est ainsi décrite comme « une femme peintre qui récolte la matière des jours ». Elle définit son atelier comme un athanor – un four philosophique – dans lequel, telle une alchimiste, l'artiste cherche à mettre en œuvre une approche spirituelle ou mystique. Son geste convoque les quatre éléments : la terre, l'eau, l'air et le feu. Ainsi, lorsqu'elle couche les pigments sur son support, une atmosphère légère s'en dégage. La couleur domine alors la toile de lin. Les transparences et les profondeurs de ses toiles "jouent avec la lumière et les œuvres vibrent au rythme de la journée, saisissent le spectateur, l'émeuvent".

Explorant les liens entre art, nature et écologie, Caty Banneville est devenue une artiste militante et engagée. La défense de l'environnement est un fil conducteur dans son œuvre. Elle le prouve dès ses débuts dans l'art textile puis lors de la transition vers une peinture poétique inspirée de l'eau et du végétal. En 2020 avec l'exposition temporaire "Je leur tendrai des coquelicots" elle prend l'exemple de la fleur pour rendre compte de la fragilité du végétal en travaillant sur un support transparent en tarlatane. Elle a pour ambition de sensibiliser le public aux faiblesses du monde. Elle interpelle l'homme, la femme et le citoyen sur le devenir de la transmission aux générations futures. Quelle est le rôle de l'artiste ? Témoigner, s'engager ou poursuivre une démarche purement artistique ?

Du 25 septembre au 5 octobre 2025, 9h - 18h, Chambre de commerce et d'industrie, 23 Bd de Strasbourg à Alençon. Gratuit

## CONTRE LA CORRUPTION

**A**nticor est une association fondée en juin 2002 par Éric Halphen et Séverine Tessier pour lutter contre la corruption et rétablir l'éthique en politique. Son ambition est de réhabiliter le rapport de confiance qui doit exister entre les citoyens et leurs représentants, politiques et administratifs. L'association regroupe des citoyens et des élus de toutes tendances politiques engagés pour faire respecter les exigences démocratiques non partisans. Lors des élections, Anticor invite les candidats à s'engager sur des propositions d'éthique et de probité et à agir dans l'intérêt général. Avec les lanceurs d'alertes, l'association s'implique dans des affaires judiciaires importantes en signalant au Parquet des faits susceptibles de recevoir une qualification pénale. Pour agir en toute indépendance, Anticor a choisi de ne bénéficier d'aucune subvention publique. Son financement est assuré uniquement par des dons, hors dons d'entreprise, et les cotisations de ses adhérents. S'agissant des dons, ils sont plafonnés. L'association travaille autour de quatre commissions thématiques.

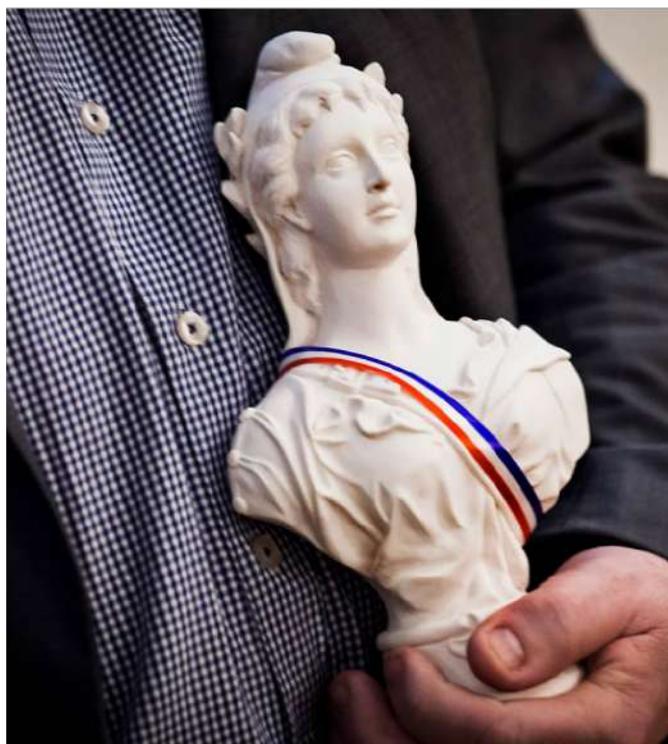
La commission santé a été créée pour travailler sur les liens d'intérêts qui peuvent exister entre les professionnels de santé, les laboratoires pharmaceutiques et autres entreprises liées à la santé et, le cas échéant, les pouvoirs publics. Elle s'intéresse également à la gestion financière des organismes publics de santé. Désormais également consacrée au secteur social, la commission souhaite y promouvoir la culture de la probité et de l'alerte ainsi que porter en justice des affaires en lien avec des faits de

corruption.

La commission sport examine la manière dont les fédérations sportives sont gérées, en mettant l'accent sur la transparence et l'intégrité. Elle travaille sur l'établissement de chartes d'éthique, la nomination de déontologues et la création de comités éthiques au sein des fédérations. Elle surveille

l'utilisation des fonds publics et des exonérations fiscales accordés aux fédérations sportives, afin de s'assurer qu'ils sont utilisés de manière appropriée et transparente. La commission examine les marchés publics liés à l'organisation d'événements sportifs, en veillant à ce que les procédures soient équitables et exemptes de conflits d'intérêts. Elle a la responsabilité de signaler les dérives et les comportements contraires à l'éthique aux autorités compétentes, comme le Parquet national financier. Par exemple, elle a effectué des signalements concernant l'utilisation opaque de billets pour le célèbre tournoi Roland-Garros de 2019 par deux ligues régionales de tennis. L'une, la ligue Auvergne-Rhône-Alpes, est soupçonnée d'avoir revendu des places réservées aux relations publiques, c'est-à-dire les partenaires, les sponsors, les personnalités locales, les élus et les journalistes et accordées

gratuitement par la FFT. Elles auraient bénéficié à des opérateurs économiques en échange d'avantages d'une valeur totale de 88 720 euros. Ces billets auraient donc été détournés de leur finalité, c'est à dire inviter des interlocuteurs stratégiques, ce qui pourrait constituer un délit de détournement de biens publics. L'autre,



le comité de Paris, est accusé d'avoir vendu 40 billets pour Roland-Garros à l'agence AS Events, dont la dirigeante est la compagne de l'ancien président de ce même comité, pour 5 370 euros. Ces places étant elles aussi destinées uniquement aux relations publiques et donc interdites à la revente. La commission sport d'Anticor travaille également sur la sensibilisation du public et des acteurs du sport aux enjeux de probité et d'éthique. Elle suit l'actualité sportive et monte des dossiers sur des affaires spécifiques, comme celle de la Fédération Française de Rugby. En juin 2022, Anticor s'est constituée partie civile dans l'affaire de

corruption impliquant Bernard Laporte, président de la Fédération Française de Rugby, et l'homme d'affaires Mohed Altrad. L'enquête a révélé que Laporte avait utilisé son influence entre 2016 et 2018 pour favoriser les intérêts d'Altrad, notamment dans des contrats totalisant plus de 8 millions d'euros et diverses décisions sportives. En septembre 2022, le tribunal a condamné Laporte à deux ans de prison avec sursis, 75 000 euros d'amende et une interdiction d'exercer des fonctions liées au rugby, tandis qu'Altrad a écopé

contre la corruption. La commission transparence a pour vocation à rappeler à l'ordre les élus qui omettent de déclarer certains de leurs intérêts mais aussi à aider les collectivités à passer à l'open data, c'est-à-dire la publication systématique des informations visées par la loi pour une république numérique. Elle fait également des signalements à la Haute Autorité pour la Transparence de la Vie Publique.

L'association Anticor bénéficie d'un agrément délivré par le premier ministre, qui permet à des associations d'ester en justice, ce qui signifie intenter des actions devant les tribunaux. Cet agrément permet à l'association de représenter en justice l'intérêt général face à des comportements non conformes à la probité et constitutifs d'infractions pénales. Chaque année depuis 2004,

Pour illustrer cette pratique, voici un exemple concret de pantouflage au sein de l'Autorité des marchés financiers. L'AMF est l'autorité publique indépendante qui régule les marchés financiers français et impose un délai de trois ans avant qu'un agent puisse rejoindre une société qu'il a contrôlée. Stéphanie Cabossioras, ex-directrice juridique de l'AMF chargée de réguler les cryptomonnaies et conceptrice du cadre réglementaire français pour les entreprises de ce domaine, a quitté son poste en avril 2022 pour rejoindre le groupe crypto-financier Binance sans respecter le délai de 3 ans. Quelques jours après son embauche, l'entreprise obtenait de l'AMF l'agrément qui l'autorise à développer son activité en France, décision surprenante compte tenu des multiples enquêtes visant le groupe en Europe et aux États-Unis. Anticor a saisi le Parquet National Financier en décembre 2023 pour prise illégale d'intérêts, estimant que ce pantouflage compromet la confiance publique et la régulation d'un secteur particulièrement exposé aux malversations financières. Anticor fait partie de deux collectifs : la plateforme Paradis Fiscaux et Judiciaires et le réseau citoyen Encadrement et Transparence des Activités de Lobbying. L'association est également membre fondateur de Finance Watch, créé au printemps 2011 qui a pour objet le contrôle citoyen de la finance mondiale. Enfin, Anticor cofonde le 22 octobre 2018, La Maison des Lanceurs d'Alerte, une entité visant à aider et protéger les lanceurs d'alerte et à faire évoluer le cadre législatif.

Camille



Séverine Tessier

Eric Halphen

Contre la corruption  
Pour l'éthique en politique  
**anticor**

de 18 mois avec sursis et 50 000 euros d'amende.

La commission éducation travaille à la création de supports pédagogiques destinées à sensibiliser les lycéens et les étudiants aux dérives constatées en termes d'atteintes à l'intégrité dans le fonctionnement des institutions démocratiques ainsi que dans les entreprises publiques ou privées. Elle vise à promouvoir une culture de la probité et de l'alerte parmi les jeunes, au travers d'interventions dans les établissements scolaires, les encourageant à devenir des citoyens informés et engagés dans la lutte

Anticor organise une soirée de remise des Prix éthiques et des Casseroles pour récompenser les comportements vertueux et dénoncer les agissements déplorables de l'année écoulée. Depuis 2019, elle décerne aussi des Pantouffles pour ceux qui se sont illustrés dans le pantouflage. Cette infraction correspond au fait, pour un ancien agent public de travailler, de conseiller ou de prendre des parts sociales au sein d'une entreprise avec laquelle il a travaillé, ou qu'il a dû surveiller ou contrôler durant ses anciennes fonctions publiques, moins de 3 ans après l'expiration de ces dernières.

## LES VIOLENCES INTRA-CONJUGALES



Les violences conjugales sont des violences commises soit au sein du couple, soit par un ancien conjoint, partenaire de pacs ou concubin. Elles peuvent être physiques, sexuelles, psychologiques ou économiques et peuvent causer chez la victime des dommages psychologiques, physiques, un isolement social et parfois entraîner la mort.

Les violences physiques se caractérisent par des gestes violents dans le but d'humilier l'autre. Plusieurs actes peuvent être considérés comme de la violence physique comme par exemple une gifle, un coup de poing ou de ceinture, être tiré.e par les cheveux ou être poussé.e.

Les violences sexuelles peuvent prendre différentes formes, le viol, l'agression sexuelle, le harcèlement sexuel.

Les violences psychologiques s'apparentent à un comportement ou à un ensemble d'actes qui visent à rabaïsser l'autre ou à le dénigrer. Plusieurs actes peuvent être considérés comme de la violence psychologique comme tenir des propos dévalorisants ou dénigrants tenus en privé ou en public, insulter l'autre membre du couple, menacer son partenaire, créer un climat de peur et de tension perpétuel.

Les violences économiques visent à priver le/la conjoint(e) d'autonomie financière, et à le/la placer sous le contrôle de la personne avec laquelle elle est en couple. Notons, entre autres le contrôle total des ressources du couple et de leur utilisation, la privation des ressources pour l'autre ou encore la mise en danger du patrimoine.

En 2008, elles se chiffraient à 85000 faits constatés par les services de police et de gendarmerie. Une étude auprès du ONDRP (Observatoire National de la Délinquance et des Réponses Pénales) précise qu'il ne faut pas prendre en compte seulement les déclarations recensées via un dépôt de plainte, la totalité des victimes ne portant pas plainte. C'est particulièrement le cas des hommes, pour lesquels presque aucune plainte n'est recensée. Les cas de violences constatés s'élèvent à 13862 dont 16,7 % touchent des hommes. Les chiffres de plaintes sont donc croisés avec des enquêtes sociologiques. En 2022, il a été répertorié 244000 victimes de violences conjugales, soit une augmentation de 15 % par rapport à 2021.

En 2023, les services de sécurité ont enregistré 271000 victimes de violences commises par leur partenaire ou ex compagnon, soit une augmentation de 10 % par rapport à 2022. En 2024, il y a eu 450100 victimes recensées dont 8860 avec ordonnance de protection ou mesures provisoires, soit 2,9 % de moins que l'année précédente. Parmi elles, 60 % étaient des femmes et 39,4 % des hommes.

Les violences conjugales enregistrées par les services de sécurité sont de 64 % et sont des violences physiques, 31% sont des violences verbales ou psychologiques et 4 % sont des violences sexuelles. 85 % des victimes enregistrées sont des femmes et 74 % ont entre 20 et 45 ans. 86 % des mis en cause sont des hommes. 14 % des victimes ont déclaré avoir subi ces violences auprès des services de police ou de gendarmerie.



Un rapport d'enquête publié en 2017 fait état que les femmes sont beaucoup plus concernées que les hommes. En effet, dans le cas d'homicide conjugal, une victime sur cinq est un homme, souvent ex-bourreau. A titre de comparaison, pour 10 femmes sur 100 déposant plainte à la suite des violences qu'elles ont subies, seulement 3 hommes sur 100 osent se tourner vers la justice.

Le terme « maricide » peut se définir comme un homicide conjugal commis par une femme envers son ou sa partenaire actuel(le) ou passé(e). Ainsi, elles souhaitent mettre fin à la violence subie et l'acte devient une libération de la souffrance physique et psychologique dont elles souffrent. Ce passage à l'acte peut développer un stress post-traumatique qui peut engendrer un amoindrissement des capacités de jugement, une perte de contrôle de ces propres moyens et de son état émotionnel.

Le terme « uxoricide » peut se définir comme un homicide conjugal commis par un homme sur sa ou son partenaire actuel(le) ou passé(e). Ce terme cède sa place au terme « féminicide ». Il représente 15 % des homicides classés résolus. La principale cause des uxoricides est la possessivité sexuelle masculine. Il entre comme une étape finale dans le cercle de la violence conjugale. Le meurtre est souvent le résultat du défoulement en raison le plus souvent d'une jalousie excessive de l'homme.



On constate que très peu de victimes portent plainte. 7,6% des femmes violentées par leur conjoint portent plainte contre lui. La proportion d'hommes violentés ayant porté plainte était trop faible pour être comptabilisée. Les femmes n'osent pas porter plainte par peur de la réaction de l'entourage, par culpabilité, par crainte de ne pas être prise au sérieux, par frayeur des représailles. Elle peut aussi être dépendante financièrement de leur partenaire, espérer qu'il va changer, lui laisser une autre chance.

L'assistance aux victimes se décline en différents moyens : l'écoute téléphonique, l'accueil, l'aide administrative et sociale, l'espace de parole, l'hébergement qui est soit une maison d'accueil soit un hôtel en fonction des besoins de la victime, dont l'adresse n'est pas divulguée et permet à la victime de s'éloigner de l'agresseur. L'objectif est d'aider les victimes à (re)trouver le respect d'elles-mêmes et à (re)prendre le pouvoir sur leur vie.

Les pharmacies françaises ont été désignées comme des lieux où les personnes vulnérables peuvent venir pour se réfugier et pour que l'on s'occupe d'elles. Par le biais de ce dispositif, les victimes peuvent être prises en charge rapidement et efficacement en demandant la référence « masque 19 », qui est un code d'appel à l'aide.



Sandrine KOLECKI



# SEPARATION, GARDE ALTERNÉE ET PARTAGÉE

La résidence alternée : entre équilibre  
et  
bouversements

**A**près une séparation, l'organisation de la garde des enfants devient une décision cruciale. En France, lorsqu'un enfant vit avec ses deux parents de manière équilibrée, on parle juridiquement de résidence alternée, plus connue dans le langage courant sous le nom de garde alternée. Ce mode de garde implique que l'enfant partage son temps de manière relativement équivalente entre les deux domiciles parentaux. Le rythme peut varier : une semaine sur deux, ou selon des schémas plus souples comme le 2-2-5-5, en fonction de ce qui convient le mieux à l'enfant et à l'organisation de chaque famille.

**L**a mise en place de la résidence alternée peut se faire par accord amiable entre les parents, généralement formalisé dans une convention parentale. Cette dernière peut être homologuée par un juge aux affaires familiales (JAF) pour lui donner une valeur juridique. En cas de désaccord, les parents peuvent saisir le juge, qui tranchera selon l'intérêt supérieur de l'enfant. Le juge prendra en compte divers critères, tels que la proximité géographique des domiciles, les capacités éducatives de chaque parent, la qualité de la communication parentale, et la stabilité offerte à l'enfant.

**C**e système présente plusieurs avantages. Il permet à l'enfant de maintenir un lien fort avec ses deux parents, d'éviter de se sentir privé de l'un ou de l'autre, et encourage une répartition plus équitable des responsabilités parentales. Sur le plan économique, si les parents disposent de revenus comparables, la pension alimentaire peut être réduite, voire supprimée. Toutefois, la résidence alternée demande une logistique rigoureuse et une capacité réelle de coopération entre les parents. Le rythme de changements peut être source de fatigue et de désorientation, surtout pour les plus jeunes enfants. Le risque principal réside dans les tensions ou conflits persistants entre les parents, qui peuvent nuire à l'équilibre de l'enfant.

**L**es témoignages recueillis dans l'article du Monde illustrent bien cette diversité d'expériences. Pour certains jeunes, la résidence alternée a été un facteur d'enrichissement. Tom, par exemple, y voit aujourd'hui une grande chance, car elle lui a permis de construire une relation de qualité avec ses deux parents, chacun occupant un rôle complémentaire dans sa vie. De même, Alice souligne la stabilité apportée par la présence constante de son frère et l'adaptation progressive à ce mode de vie, malgré les changements de logement.

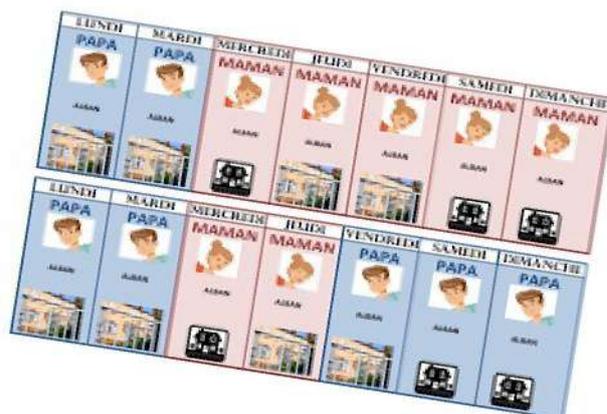


**D**'autres, en revanche, évoquent des vécus beaucoup plus douloureux. Anaïs raconte comment elle a sombré dans une profonde tristesse, se sentant comme une valise encombrante que l'on transporte chaque semaine, alors que ses parents semblaient redécouvrir leur liberté au détriment de leurs filles. Élise, quant à elle, décrit le sentiment d'être utilisée comme instrument de rivalité parentale, contrainte de suivre des plannings absurdes et changeants, sans réelle considération pour son confort ou ses besoins.

**I**l ressort de ces témoignages que la réussite d'une résidence alternée dépend fortement de la qualité du dialogue entre les parents. Lorsqu'ils parviennent à maintenir une communication respectueuse, à fixer des règles éducatives cohérentes et à mettre l'enfant au centre de leurs décisions, ce mode de garde peut être source d'équilibre et de développement personnel. À l'inverse, lorsqu'il y a conflit ou égoïsme parental, l'enfant peut en subir les conséquences de manière profonde et durable.

**À** côté de la résidence alternée, on parle parfois de garde partagée, un terme couramment utilisé mais sans valeur juridique précise en France. Il peut désigner une implication conjointe des deux parents dans l'éducation, même si l'enfant vit principalement chez l'un d'eux. Ce modèle peut être bien vécu par l'enfant, mais dans un cadre juridique, seule la résidence alternée est reconnue de façon opposable devant un juge.

**E**nfin, il existe aussi des modèles atypiques comme le birdnesting, dans lequel l'enfant reste dans le logement familial tandis que les parents s'y relaient. Cette solution, pensée pour minimiser les bouleversements de l'enfant, reste marginale et difficile à maintenir sur le long terme à cause de sa complexité et de son coût.



# L'île du printemps, du vert et du calme profond

*Pour cette édition, je souhaite vous emmener à Madère*

Madère est un endroit où la nature vous dit « bienvenue » chaque jour. Cette île de l'océan Atlantique, qui fait partie du Portugal, séduit par son climat doux, ses paysages, sa gastronomie et son ambiance spéciale, calme, lente, presque méditative. Ici, on ne court pas. On prend le temps. Ce n'est pas juste une destination de vacances, c'est un lieu de force et de paix. Le printemps y est éternel et la nature vivante.

À Madère, il n'y a ni chaleur extrême ni hiver froid. Les températures vont de 16 °C en hiver à 26 °C en été. L'air est doux, humide, comme une écharpe de soie qui vous entoure. Madère a plusieurs microclimats. Très rapidement, on peut passer d'une plage ensoleillée à une forêt humide et brumeuse. Même sous la pluie, c'est agréable de se promener - tout est plus vivant et intense. La nature semble faite pour le bien-être du corps et de l'esprit. La végétation est partout, verte, dense, brillante comme dans un tableau impressionniste.

Beaucoup de plantes viennent du monde entier, mais elles se sentent ici chez elles. Les fleurs sont partout : orchidées, oiseaux de paradis, bougainvilliers, hibiscus ; elles décorent les jardins, les balcons, même les bords de route. Il y a plus de 1200 espèces tropicales et méditerranéennes sur l'île, ce qui est impressionnant pour une si petite surface de 801 km<sup>2</sup>.

Les levadas et la forêt de laurifères sont le cœur sauvage de Madère. Les levadas sont des canaux d'irrigation uniques construits dès le XVI<sup>e</sup> siècle. Ils transportent l'eau des montagnes vers les villages et les cultures. Aujourd'hui, on peut marcher le long de ces canaux. Ce sont des sentiers magnifiques, parfois faciles, parfois plus sportifs. On longe l'eau, on traverse des tunnels, on passe sous des cascades ou au bord de falaises. Parmi les plus beaux parcours : Levada do Caldeirão Verde, Levada des 25 Fontes ou encore Levada do Rei.

La forêt de laurifères (Laurisilva) est un trésor naturel classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. C'est une ancienne forêt subtropicale, humide, mystérieuse, pleine de brume et de mousse. On y trouve des arbres qui existaient déjà à l'époque des dinosaures. Marcher ici, c'est comme entrer dans un conte de fées. C'est un endroit magique, vivant, plein d'énergie naturelle.

Un des plus beaux endroits, est le jardin botanique de Funchal. On peut y aller en téléphérique. On survole les toits, les collines et la mer - c'est magnifique. Le jardin est en terrasse, avec une vue splendide. On y trouve plus de 2000 plantes : cactus, fougères, palmiers, arbres tropicaux. C'est un paradis pour les amoureux de la nature et de la photo.

Ceux qui aiment l'aventure peuvent essayer le canyoning dans les rivières de montagne, le parapente au-dessus des falaises, ou l'observation des dauphins et des baleines en mer. Les sentiers à vélo dans les nuages et la plongée sous-marine autour des roches volcaniques sont aussi à découvrir.

Les Madériens sont calmes, souriants et accueillants. Ils sont attachés à leurs traditions, à la musique locale, à leur artisanat. L'île est rythmée par des fêtes colorées : au printemps, la Fête des fleurs à Funchal enchante avec ses défilés et les costumes floraux. En hiver, les marchés de Noël et les feux d'artifice du Nouvel An à Funchal est bien plus qu'une simple tradition, c'est un événement emblématique qui met en valeur la culture festive et l'hospitalité de l'île de Madère. Toujours avec ma casquette de guide touristique, je vous propose cet itinéraire : Funchal - la capitale. L'ambiance est chaleureuse, européenne avec une touche tropicale. On trouve dans la vieille ville des portes colorées, un marché aux fruits exotiques, une promenade en bord de mer et de jolis cafés. Le Mercado dos Lavradores est à ne pas manquer.



Monte et les toboggans - après le téléphérique, on arrive à Monte. Il y a une église et des jardins. Puis, on peut redescendre avec des traîneaux en osier (toboggans) sur la route - une expérience unique.

Câmara de Lobos - un petit village de pêcheurs, célèbre grâce à Churchill qui y a peint. Parfait pour goûter une poncha, boisson locale avec un mélange de rhum, de fruit de la passion et de miel.

Cabo Girão est la plus haute falaise d'Europe. Il y a une plateforme en verre avec une vue incroyable, sur la mer surtout au coucher du soleil.

Porto Moniz est un village au nord avec des piscines naturelles dans la lave. L'eau de l'océan entre et crée des bassins comme des jacuzzis.

Los Picos Ruivo et Pico do Arieiro sont les plus hauts sommets de l'île. Une randonnée entre les deux pics offre des vues à couper le souffle, au-dessus des nuages, en traversant en parcourant des tunnels et des crêtes.

Il existe encore des coins discrets pour se reconnecter au calme : la vallée des nonnes (Curral das Freiras), le village parfumé de Santo António da Serra ou le plateau mystique de Paul da Serra. Peu de monde, du silence, et l'impression d'être seul au monde. Un des sentiers les plus connus est le Levada Caldeirão Verde ; on marche le long d'un canal d'irrigation dans une forêt magnifique avec des tunnels et des cascades. À la fin de la balade, je vous garantis un moment d'émotion en découvrant une chute d'eau de 100 mètres.

La cuisine est simple et délicieuse, des fruits surprennent même les gourmets

Je vous recommande de goûter:

Espetada - bœuf grillé sur des branches de laurier.

Poisson noir avec banane - un mélange sucré-salé surprenant et délicieux.

Poisson frais - thon, espadon, maquereau - juste avec de l'huile d'olive, du sel, des herbes.

Pain bolo do caco - chaud, doux avec patate douce, servi avec du beurre à l'ail. Un vrai goût de Madère.

Madère est un vrai paradis pour les amateurs de fruits exotiques. Ici, on trouve des fruits que beaucoup de gens ne connaissent pas. Les plus étonnants sont les différentes sortes de fruits de la passion. Certains ont un goût fort et unique de banane, d'orange, de menthe ou même d'ananas. Un autre fruit spécial est la chérimole. Sa texture est douce et crémeuse, comme un dessert naturel. Il y a aussi le kiwi d'Angola, un fruit tropical avec un goût surprenant. et les figues de Barbarie, qui poussent au bord des routes, sucrées et juteuses.

Ne quittez pas l'île sans avoir goûté au fameux madère, un vin fortifié local. Grâce à une méthode de vieillissement spéciale sous chaleur, le vin développe un goût riche et complexe. On peut le déguster dans des caves traditionnelles à Funchal, accompagné d'histoires fascinantes.



Pourquoi aller à Madère ? Pour se reconnecter à la nature, à la beauté simple, sans filtre. Pour respirer, pour réfléchir, pour se sentir vivant. Ce n'est pas une île de fête. C'est un lieu de calme, de force, d'inspiration. Et on a envie d'y revenir. Encore et encore.

Oléssia Khomenko



## Les algues toxiques : un danger invisible pour l'environnement et la santé

Les algues font partie intégrante des écosystèmes aquatiques, jouant un rôle clé dans la production d'oxygène et dans la chaîne alimentaire marine. Cependant, certaines espèces d'algues peuvent devenir dangereuses lorsqu'elles se développent de manière excessive en libérant ainsi des toxines. Ce phénomène, souvent appelé « efflorescence algale toxique », constitue une menace pour la santé humaine, la faune, l'économie et l'environnement.

Plusieurs facteurs tels que la pollution des eaux, les engrais agricoles et les eaux usées riches en nutriments, favorisent le développement massif des algues toxiques. Citons également les conséquences du changement climatique, notamment la hausse des températures et la modification des courants dans les mers. Par ailleurs, la stagnation de l'eau dans les zones peu profondes et mal oxygénées sont fortement favorables pour le développement des cyanobactéries.



Une algue toxique est une micro-algue souvent planctonique capable de produire des substances chimiques nocives appelées toxines algales. Ces toxines peuvent contaminer l'eau, les fruits de mer ou l'air, et provoquer de graves problèmes sanitaires. Les principales espèces concernées appartiennent au groupe des cyanobactéries, aussi appelées algues bleu-vert.



### Conséquences sur l'environnement

Les algues toxiques peuvent avoir des effets dévastateurs. Nous observons ainsi l'asphyxie de la faune aquatique, en raison de l'épuisement de l'oxygène de l'eau, et dont la conséquence est la décomposition des algues. S'en suit la mort massive de poissons, des coquillages et des mammifères marins, pris au piège d'un déséquilibre de l'écosystème.

aquatique. Également, il a été constaté une coloration anormale des eaux : marées rouges et eaux vertes.

### Risques pour la santé humaine et animale

L'exposition aux toxines algales peut se produire par ingestion, inhalation ou contact cutané. Les effets varient selon la toxine. Notons les diarrhées, les vomissements, les nausées, les irritations cutanées ou oculaires, les troubles neurologiques, les graves paralysies, les pertes de mémoire et enfin les problèmes respiratoires.



Les populations les plus à risque sont les baigneurs, les pêcheurs, les consommateurs de fruits de mer et les animaux domestiques.

### Risques pour les activités humaines

La présence d'algues toxiques mène à l'interdiction de toute activité dans les zones de pêche et engendre une perte de revenus pour les professionnels du secteur. Par ailleurs, la fermeture temporaire des plages a pour conséquence une diminution du tourisme et des coûts élevés pour le traitement de l'eau afin de la rendre potable.

De nombreux pays disposent de réseaux de

surveillance des algues toxiques pour détecter les efflorescences à temps.

### Surveillance des cyanobactéries en Normandie

A l'initiative de l'Agence Régionale de la Santé (ARS), l'ensemble des analyses sont réalisées par des laboratoires agréés par le ministère chargé de la santé. Les collectivités ont la responsabilité d'afficher sur site les résultats du suivi de la qualité des eaux.

Concernant les cyanobactéries, plusieurs paramètres sont examinés avec en premier lieu un suivi de la concentration en chlorophylle sur l'ensemble des lieux de baignades en eau douce surveillés de Normandie. En cas de dépassement des limites réglementaires, le laboratoire attitré procédera à la recherche et à l'identification des genres de cyanobactéries présents, au dénombrement des genres susceptibles de produire des toxines puis à la recherche des toxines elles même si nécessaire. Lorsqu'il y a présence de toxines à une concentration supérieure au seuil réglementaire, la baignade est fermée et la surveillance renforcée jusqu'au retour à la normale.

Les algues toxiques sont un phénomène naturel amplifié par les activités humaines. Face à leur prolifération croissante, une gestion durable des ressources en eau et une vigilance accrue sont indispensables pour protéger la santé publique et l'environnement. Limiter l'usage d'engrais et mieux traiter les eaux usées permet de réduire l'apport en nutriments.

La coopération entre scientifiques, autorités et citoyens est la clé pour limiter les impacts de ce fléau invisible.

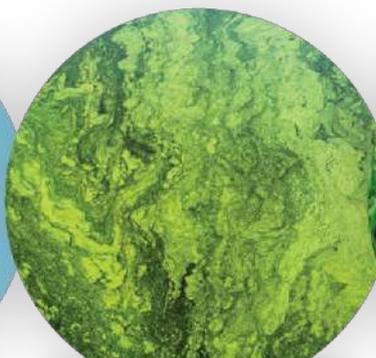
Léa Vogt



Cyanobactéries en plan d'eau



Cyanobactéries au microscope



Cyanobactéries en gros plan



Cyanobactéries en plan d'eau



# RÉGLEMENTATION CONCERNANT LES TROTTINETTES

En agglomération vous devez circuler sur les pistes cyclables. En l'absence de pistes cyclables, vous pouvez circuler sur les routes dont la vitesse maximale autorisée est de 50 km/h et les aires piétonnes, à condition de rouler à une allure modérée 6 km/h et de ne pas gêner les piétons.

La circulation sur les trottoirs est interdite, sauf si le maire l'autorise. Dans ce cas, vous devez circuler à une allure modérée et ne pas gêner les piétons. Le stationnement sur les trottoirs est autorisé, à condition de ne pas gêner les piétons. Toutefois, le maire peut décider de l'interdire.

Les déplacements en trottinette sont également autorisés sur les voiries privées comme le chemin d'une propriété privée, l'allée d'une résidence privée.

## SÉCURITÉ :

Vous devez être âgé d'au moins 14 ans pour utiliser une trottinette électrique. La vitesse maximum autorisée est de 25 km/h. L'engin ne peut pas transporter plusieurs personnes en même temps. Si vous ne respectez pas cette obligation, vous risquez une amende de 135 €. Vous devez vous vêtir d'un équipement rétro-réfléchissant en cas de circulation la nuit ou de visibilité insuffisante la journée. Votre engin doit être équipé d'un système de freinage, d'un avertisseur sonore, de feux de position avant et arrière et de dispositifs réfléchissants arrière et latéraux. Ces dispositifs réfléchissants latéraux ne sont pas obligatoires si les roues de votre engin en sont équipées.

Pour votre sécurité, le port du casque est conseillé. Pour utiliser une trottinette électrique y compris les trottinettes en libre service, vous devez avoir une assurance responsabilité civile. Cette assurance couvre les dommages causés à autrui (par exemple, blessure d'un piéton, dégâts matériels sur un autre véhicule). Vous devez donc contacter votre assureur pour souscrire un contrat d'assurance spécifique.

Si vous circulez en dehors des zones autorisées, ou si vous ne respectez pas les consignes de sécurité, vous risquez une amende de 135€.

Jacques Delaunay

# LE VÉGANISME

**L**e véganisme est un concept qui a vu le jour en 1944 en Angleterre avec la naissance de la Vegan Society. Il se définit comme un principe moral qui refuse l'exploitation des animaux et exclut donc la consommation de produits d'origine animale. Cela comprend les aliments tels que la viande, le poisson, les insectes, les produits laitiers, les œufs ou le miel. Et cela s'étend aux matériaux comme le cuir, la fourrure, la laine, la soie ainsi qu'aux produits testés sur les animaux, c'est souvent le cas des cosmétiques. De la même manière, les loisirs basés sur l'utilisation des animaux, par exemple le cirque animal, la corrida, les zoos et les aquariums, la chasse, la pêche ou encore l'équitation sont proscrits. Les motivations de ce choix moral sont souvent éthiques, environnementales et/ou sanitaires.

La décision d'adopter un mode de vie végan est souvent le résultat d'une démarche personnelle reposant sur l'empathie et la compassion envers les animaux, et sur l'idée que leur exploitation serait immorale. Le véganisme peut ainsi être motivé par le souci du bien-être animal ou s'inscrire dans le cadre d'une théorie morale du rapport entre les humains et les animaux. On peut citer l'antispécisme qui est une philosophie selon laquelle l'espèce d'un individu n'est pas un critère pertinent pour définir la considération morale à accorder à cet individu.

Un parallèle est parfois fait entre le véganisme et d'autres luttes sociales comme le féminisme ou l'antiracisme avec comme point commun le combat contre l'oppression et la domination d'un groupe de personnes.

Selon une étude de l'Université d'Oxford de 2018, le véganisme serait la meilleure manière de réduire notre impact sur l'environnement, que ce soit d'un point de vue

des émissions de gaz à effets de serre, de consommation d'eau ou de pollution des eaux.

Un autre argument repose sur le constat qu'une grosse partie de l'alimentation produite est réservée pour nourrir les milliards d'animaux que les humains consomment quand des millions de personnes souffrent encore de la faim. En effet, des céréales destinées à l'alimentation des animaux d'élevage des pays occidentaux sont souvent cultivées dans des pays en développement alors qu'elles pourraient être affectées directement à la consommation des populations locales. Pour l'Académie de nutrition et de diététique, les personnes suivant un régime végétalien sont moins susceptibles de souffrir de certaines maladies, notamment de cardiopathies ischémiques, de diabète de type 2, d'hypertension, de certains types de cancer et d'obésité. Un faible apport en graisses saturées et une consommation élevée de légumes, fruits, céréales complètes, légumineuses, produits à base de soja, noix et graines sont caractéristiques d'une alimentation végétalienne, produisant des taux plus faibles de cholestérol et un meilleur contrôle de la glycémie. Ces facteurs contribuent à la réduction des maladies chroniques. À noter que c'est la découverte de la vitamine B12, indispensable à l'organisme humain, en 1947 qui a permis de se passer totalement de produits animaux dans l'alimentation.

Malgré tout, la proportion de personnes véganes reste très minoritaire avec une part entre 1% et 2% de la population en Europe. C'est certes un mouvement qui commence à se faire connaître et qui prend de plus en plus d'ampleur, mais qui fait aussi face à de vives réactions chez les opposants au véganisme.

Camille Darmony





# Devenir fleuriste



Le métier de fleuriste consiste à élaborer des bouquets, à décorer des événements et à connaître tout ce qui touche aux fleurs. En plus de l'art floral, le fleuriste doit maîtriser également la vente et la gestion des stocks pour une conservation optimale des plantes et des fleurs.

Le métier de fleuriste est né d'une pratique très ancienne, religieuse, décorative, médicinale, mais il s'est réellement structuré au XIXe siècle avec l'essor de l'horticulture commerciale et de l'urbanisation paysagère.

Aujourd'hui, c'est un métier à la fois artistique, commercial et technique.

En général, sans diplôme, il n'est pas possible d'être recruté en tant que fleuriste, il faut a minima être titulaire d'un CAP fleuriste. La formation de fleuriste est accessible à partir de la 3ème dans le cadre d'un apprentissage, soit après le bac en intégrant l'École nationale des fleuristes située à Paris ou en obtenant un BTSA.

Les fleuristes se fournissent en fleurs et en plantes grâce à des distributeurs et des grossistes spécialisés dans la culture de fleurs généralement importées d'autres pays, ou plus rarement issues d'une culture personnelle.





Pour qu'un fleuriste devienne populaire et très prisé, il n'y a pas de secret, il faut être qu'il soit créatif et sache élaborer un bouquet unique pour répondre aux attentes de chaque client.

Pour promouvoir ses créations florales, il est aussi important qu'il mette en lumière ses bouquets sur les réseaux sociaux tels qu'Instagram ou qu'il soit en lien avec des influenceurs, avec des marques et ainsi qu'il participe à l'ornementation d'événements haut de gamme.

Les grands événements tels que les mariages sont idéaux pour se faire connaître. Travailler avec un wedding planner ou un photographe de mariage est également un atout pour asseoir sa notoriété.

L'objectif de la communication est la visibilité afin de se faire connaître auprès d'une clientèle diversifiée.

Dans les prochaines années, les fleuristes seront dans l'obligation de davantage "se moderniser" ; par exemple en développant un système de clic & collecte et innover en proposant des abonnements floraux ou de nouveaux objets de décoration florale.



# VALORISATION DES DÉCHETS

## L'UPCYCLING & L'ATELIER SOLIDAIRE

### Faire du neuf avec du vieux

L'upcycling, par définition, signifie "recyclage par le haut". Il s'agit de récupérer des matériaux et des objets n'ayant plus d'utilité ou voués à la déchetterie et de les transformer en d'autres objets avec une plus-value esthétique et qualitative ainsi que d'une utilité supérieure.

Concrètement, il s'agit d'un circuit de recyclage qui n'intègre pas de transformation mécanique ou chimique de la matière. Ce dernier, non seulement n'est pas en mesure de recycler l'ensemble du déchet, mais surtout nécessite une dépense énergétique et un usage d'eau considérable dans le processus afin de transporter, trier, nettoyer, broyer, fondre et transformer l'objet porté au recyclage. À titre d'exemple, seulement 14% des déchets plastiques sont triés et à peine 10% seront réellement recyclés. Par ailleurs, toutes les grandes étapes du recyclage sont potentiellement polluantes et émettrices de gaz à effet de serre.

L'upcycling se positionne ainsi comme un complément et une alternative au recyclage traditionnel. Il est indissociable de l'économie circulaire qui vise à passer d'une société "du tout jetable" à un modèle économique privilégiant le partage, la réparation, le réemploi, la remise à neuf et en dernier lieu le recyclage. En bref :

- > **RECYCLAGE** = détruire pour refaire quelque chose de neuf.
- > **UPCYCLING** = utiliser le déchet tel quel, l'améliorer et le réemployer.

### Les origines

C'est dans les pays en voie de développement que l'idée de valoriser des déchets est apparue, par besoin et nécessité : la population n'ayant pas accès à certains biens de consommation fait preuve d'une grande ingéniosité pour transformer les matériaux usagés en ressources et se donne ainsi des moyens de subsistance. La méthode a fini par séduire les Occidentaux qui en ont fait un concept éco-responsable et économique dans le reste du monde. Bref, on ne jette plus, on réutilise, on valorise, on transforme. Avec un peu d'imagination, presque tout peut être upcyclé pour éviter le gaspillage.

Dans notre société de consommation, la technique est évoquée pour la première fois dans un article publié en 1994, par un ingénieur et architecte allemand, Reiner Pilz. Il y oppose le recyclage traditionnel qualifié de **downcycling** (**vers le bas**, qui détruit tout) à l'**upcycling** (**vers le haut**, qui gagne de la valeur au lieu d'en perdre). À l'origine, le terme concerne les déchets produits dans l'industrie du bâtiment.

Depuis, l'upcycling est devenu une méthode apportant de la valeur ajoutée aux déchets. Cette plus-value est au cœur du processus. Les entreprises porteuses des projets dans l'économie circulaire répondent à des valeurs humaines et écologiques. Leur souhait est de porter une marque engagée avec une nouvelle vision de la transformation des objets, en circuit court, le moins énergivore possible. Bien évidemment, l'upcycling exige l'adhésion du public, créant un nouveau mode de consommation, responsable et conscient. Pour ce faire, le secteur doit faire preuve de pédagogie.



### Trois exemples : le verre, le plastique et le tissu

**Le verre.** Dans le circuit traditionnel, les bouteilles en verre recyclables seront collectées, triées, lavées, broyées, fondues et à partir de la matière obtenue de nouvelles bouteilles seront fabriquées. Les étapes sont nombreuses, énergivores et mêmes polluantes dans les différents processus. Avec l'upcycling, les mêmes bouteilles seront collectées et découpées et de nouveaux usages leur seront attribués : contenant à bougies, pots, verres ou grands verres à cocktails, supports déco, etc. Souvent, avec les nouveaux usages, une personnalisation de l'objet sera proposée.

**Le plastique.** Avec le plastique, le traitement du déchet lors du recyclage classique reste aussi lourd que celui du verre. L'upcycling réussit, de son côté, à transformer la bouteille avec peu d'étapes et un peu d'imagination : en fonction de la partie qui nous intéresse on découpe, on colle, on tisse et on crée des lustres, des contenants, des rideaux, des photophores, des carillons, des centres de tables etc.

**Le tissu.** Lorsqu'il est passé de mode ou usagé et qu'il ne peut plus remplir son rôle, le tissu devient un des plus nombreux matériaux voués à l'upcycling. À l'exemple des voiles de bateaux, que certaines entreprises spécialisées collectent et transforment. Ainsi naissent des collections de cartables, de pochettes, de bijoux, de trousseaux, coussins, abat-jour, toiles de fauteuils de plage, etc.

1. Upcycling du verre : objets recyclés à partir d'anciens vitraux et de vaisselle. Annabelle Salez, *Le petit atelier du verre*.

Une véritable économie de l'upcycling s'est installée dans le paysage français. Les entreprises concernées travaillent régulièrement en partenariat avec des structures d'aide par le travail. Les démarches résultent d'une volonté de mener des entreprises éthiques, responsables et solidaires où la création de nouveaux produits s'inscrit dans une approche artisanale et locale. En-dehors de l'entrepreneuriat, l'upcycling s'est développé de manière fulgurante grâce aux réseaux sociaux. Les **DIY (Do it yourself, faites-le vous même)** prolifèrent sur Internet et les tutoriels proposent des idées les plus créatives.

## La valorisation du carton, un maillon de l'économie sociale et solidaire à Falaise

Les univers de la déco et des arts plastiques ont depuis longtemps intégrés l'économie circulaire. Celle-ci n'est pas représentée uniquement par des entreprises novatrices. Une multitude d'initiatives portées par autant d'acteurs mettent en avant l'ingéniosité essentielle pour mieux upcycler. Des structures associatives adhèrent également aux valeurs portées par le concept.

Ainsi, l'atelier solidaire de l'association Poisson d'Avril, situé à Falaise, participe activement à la démarche d'upcycling. Son choix se porte sur un matériau "pauvre", le carton. L'atelier en a fait sa spécialité et le transforme avec créativité, sens de l'esthétique et minutie en une abondance d'objets pour nos usages quotidiens : paravents, luminaires, objets décoratifs, cadres, meubles, etc. C'est un véritable artisanat qui se met au profit de la valorisation d'un matériau peu ou mal considéré et arrivé en fin de vie de son usage initial. Le matériau est collecté et transporté localement, découpé et collé. Là, s'arrêtent les étapes de sa valorisation.

Le participant de l'atelier solidaire va mettre à profit les nombreuses textures que présente le carton. Il va jouer avec sa matérialité pour créer des motifs, des ornements ou des reliefs. Une fois de plus, l'objet créé pourra être personnalisé, notamment grâce au décor peint proposé en option aux clients. Le mobilier, plus complexe à travailler, fait appel à une dextérité plus importante permettant d'acquérir un nouveau savoir-faire.

L'upcycling n'est pas uniquement une réponse aux préoccupations écologiques, il permet surtout d'offrir un support d'activité à un public en insertion professionnelle. L'association Poisson d'Avril, faisant partie de l'économie sociale et solidaire, développe son activité pour faire-valoir sa contribution à la transition écologique et sociale du Pays de Falaise. En combinant ses bénéfices environnementaux et sociaux, l'atelier solidaire s'inscrit de fait dans l'économie circulaire et se présente comme une structure inclusive d'insertion par l'activité économique. La production, conçue et fabriquée à partir du carton récupéré, est en fin de compte commercialisée dans la boutique solidaire partagée avec La Ruche, une ressourcerie installée dans le paysage falaisien depuis 2018.

2. Upcycling du plastique. Abat-jours créés à partir de bouteilles de plastique. *PET Lamp*, design Álvaro Catalán de Ocón, fabrication par la population locale en Colombie. 3. Upcycling du tissu. Mobilier, linge de maison et sacs créés à partir des tissus usagés des voiles de bateaux. 4. Upcycling du papier. Lampe en papier mâché. *Earth*, Marie Michielssen



# L'association POISSON D'AVRIL

Structure d'insertion  
par l'activité économique

## VOUS INVITE À DÉCOUVRIR SES CRÉATIONS

LES OBJETS PRÉSENTÉS ICI SONT VISIBLES DANS NOTRE  
BOUTIQUE PARTAGÉE AVEC LA RUCHE,  
SUR FACEBOOK, INSTAGRAM OU LORS DE NOS PARTICIPATIONS À  
DES EXPO-VENTES.



DÉCOUVREZ NOTRE SITE,  
NOTRE CATALOGUE  
&  
NOS NUMÉROS ARCHIVÉS

<https://www.pda-falaise.fr>

