

Votre journal

n° 112



Journal d'information Ville de Lingolsheim juillet-août 2011

FORUM DES ASSOCIATIONS

SAMEDI
10h - 17h **10** SEPT

au stade Joffre-Lefebvre
rue de Graffenstaden



Madame, Monsieur,



Dossier : encourager l'activité physique. P. 4



Les Jours d'été, édition 2011. P. 31

La santé, selon la définition retenue par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. Si certains peuvent considérer qu'il est impossible de réunir durablement les conditions d'une parfaite santé, cette définition nous rappelle aussi que si nous avons été longtemps impuissant devant la maladie, les progrès de la médecine et de la connaissance soulignent de plus en plus l'importance de nos modes de vie et de notre hygiène de vie sur notre bonne santé. Même si nous ne pouvons maîtriser qu'imparfaitement notre environnement et les tensions qu'il génère dans nos vies, nous savons à présent que des règles de vie parfois élémentaires peuvent accroître nos chances de vivre en bonne santé : manger de manière plus équilibrée en veillant à consommer plus de légumes et de fruits, limiter sa consommation d'alcool et bannir la cigarette, augmenter notre activité physique en pratiquant un peu plus de sport, en marchant tout simplement au moins trente minutes chaque jour plutôt que de rester l'esclave de sa voiture même pour les plus petits déplacements.

C'est simple et pourtant si dur à mettre en pratique à tout âge malgré le bénéfice que nous pourrions en tirer. Nous préférons courir le risque de la maladie plutôt que de la prévenir très simplement au quotidien.

C'est la raison pour laquelle notre ville s'engage à vos côtés pour multiplier les opportunités à saisir pour une vie plus saine. Permettre à nos enfants de goûter plus sainement avec des fruits et même des légumes, c'est promouvoir des habitudes alimentaires plus saines, c'est aussi en faire des conseillers auprès de leurs parents. De même, faciliter la pratique sportive de loisir au quotidien constitue une priorité que nous avons déjà concrétisée et que nous déclinons à travers les quartiers afin que chacun puisse « se bouger » pour sa santé, en y installant progressivement des ateliers sportifs comme au parcours santé : ce sera le cas dans le projet de modernisation des écoles du Molkenbronn, dans celui de la réhabilitation de la piscine par exemple.

Parce que je considère depuis longtemps que la qualité de vie dans notre ville ne peut se limiter à la qualité de l'espace public urbain et des espaces verts, à la tranquillité publique, nous entendons vous sensibiliser progressivement à toutes les opportunités de bouger et de se dépenser pour sa forme qu'offre une ville comme la nôtre jusque dans nos déplacements au sein de la ville.

Avec la Ville, bougeons-nous pour notre santé!

Yves BUR
Votre Député-Maire

Lingolsheim, Votre Journal est édité par la Mairie de Lingolsheim
Responsable de la publication :
Yves Bur, député-maire de Lingolsheim
Conception et réalisation :
Mairie de Lingolsheim
Crédit Photo :
Mairie de Lingolsheim
Impression :
Imprim'-'Lingo - Ostwald
Dépôt légal :
Juillet 2011 - 2011 - ISSN 0998-0237

LOISIRS, COMPÉTITIONS, SANTÉ, LE SPORT SE DÉCLINE SOUS TOUTES SES FORMES

La réputation de la vie associative et sportive lingolsheimoise n'est plus à faire. La diversité des activités sportives et du public à qui elles s'adressent est une des forces de la ville et de ses habitants. Consciente de cette richesse, la municipalité s'engage au quotidien auprès des associations et promeut à travers différentes actions la pratique d'activités physiques adaptés à tous.



Le bien-être éprouvé après un effort quel qu'il soit suffit parfois. C'est dans cette esprit que la ville entreprend depuis deux ans des actions en direction de tous les publics

La municipalité s'engage de plus en plus auprès des associations, investissant dans des équipements adaptés : terrain de football synthétique, rénovation et extension du complexe sportif l'Amitié, construction du Sporty, réaménagement du parcours de santé avec ses parcours de la forme comptent parmi les

réalisations les plus récentes. La ville souhaite permettre au plus grand nombre de pratiquer une activité correspondant à ses possibilités ou à son âge. Cette volonté a amené la ville à s'impliquer non seulement dans l'investissement matériel pour les associations mais aussi dans une politique de sensibilisation de tous aux bienfaits des activités physiques. Des actions ont ainsi lieu en direction des enfants, des seniors et des personnes en difficulté (voir encadrés).

Le parcours de santé

Le parcours de santé a fait une cure de jouvence. Entièrement réaménagé, il a été conçu par la Faculté des Sciences du Sport de l'Université de Strasbourg. Pensé pour tous, il s'adresse aussi bien aux grands sportifs souhaitant s'entraîner, qu'aux familles, aux jeunes et aux seniors, grâce à ses trois «Chemin de la Forme», à son VTT park et à ses aires d'entraînements.

19 ateliers répartis sur l'ensemble de ces trois parcours permettent ainsi de travailler coordination/équilibre, énergie et le renforcement musculaire

Une plate forme pour les seniors

Adaptée aux seniors, sur la presqu'île de l'étang Zimmer, la plateforme fitness vise à renforcer la musculature, à entretenir la mobilité articulaire et à favoriser la dépense énergétique. Les appareils innovants sont d'excellents prétextes à l'entretien de la santé.

Les aires d'entraînements

Elles s'adressent aux coureurs de loisir ou aux coureurs chevronnés mais aussi aux enseignants et à leurs élèves.

Elles complètent la vocation d'entraînement du site. Un parcours de 1500 mètres étalonné dans les 2 sens tous les 100 mètres, accompagné d'aires d'entraînement spécifique (zones de travail intermittent, mini-circuits d'endurance et aire de vitesse) permettent aux sportifs de réaliser de véritables séances d'entraînement.

Le VTT Parc et parcours de maniabilité Les usagers en VTT ne sont pas en reste. La zone du Fort a été aménagée en VTT Parc. Zone de trial, circuit free-ride et parcours de maniabilité vous attendent pour tester votre habileté en vélo.

Des animations régulières

Tout au long de l'année, la Faculté des Sciences du Sport de l'Université de Strasbourg propose des animations thématiques. La dernière en date était consacrée aux seniors (voir encadré). A la rentrée, les journées d'animations devraient concerner le VTT park et les familles.

Développer l'offre en partenariat avec les associations locales

Devant le succès rencontré par les nouvelles installations, la municipalité souhaite développer les pratiques sportives dans toute la ville. Elle mène plusieurs réflexions comme l'installation d'agrès dans la commune, le

développement de circuits de marche nordique à la promenade du Fort Joffre-Lefebvre. Elle s'interroge également sur l'utilisation des cours d'école par les habitants en dehors du temps scolaire. Consciente de la nécessité d'accompagner les habitants dans cette pratique de l'activité physique, elle envisage le recrutement d'un animateur sportif. C'est

dans cet esprit également que la ville travaille avec les associations locales pour promouvoir l'activité physique. A la rentrée, le club d'athlétisme de Lingolsheim (IBAL) proposera de nouveaux créneaux de marche nordique.

DONNER AUX ENFANTS L'ENVIE DE BOUGER

Depuis deux ans, les animateurs des garderies périscolaires proposent aux élèves inscrits en garderie de l'activité physique ludique non axée sur la performance. Deux notions essentielles sont mises en avant : faire comprendre à chacun l'impact positif que peut engendrer la pratique de l'activité physique sur la santé et proposer des activités qui apporteront du plaisir et du bien-être.

En 2010, les enfants ont eu l'occasion de parcourir un tour de France. L'objectif était de faire bouger les enfants pendant 15 à 20 minutes sans interruption, une fois par semaine.

La base de l'exercice était de courir ou marcher (dans un gymnase ou dans la cour), et de réaliser un maximum de kms. Afin de rendre ce « voyage » ludique, les enfants concrétisaient leur parcours sur

une carte de France. A chaque séance, ils reliaient une Ville à une autre. Les plus rapides ont parcouru plus de 30 Kms.

Des Olympiades à Lingolsheim

Cette année, le défi proposé par les animateurs consistait à s'entraîner tout au long de l'année sur 6 activités en vue d'une confrontation interscolaire qui s'est déroulée le 27 Mai dernier. Les épreuves inscrites aux Olympiades de Lingolsheim étaient : « Le parcours infernal », « les cibles qui déménagent », « la passe à ton voisin », « le Sumo Rigolo », « le Speedy sac » ou encore le « J'y vois rien ». Cette soirée s'est déroulée dans la convivialité et s'est clôturée par une petite collation partagée avec l'ensemble des participants et leurs parents.

Ces actions, appréciées des enfants, ont connu un réel succès grâce au soutien opérationnel de l'association EPMM (Entraînement Physique dans le Monde Moderne) et de son personnel, présent tout au long de l'année auprès des animateurs périscolaires. Ce travail va se poursuivre dans l'avenir, sans oublier de promouvoir au cœur de l'action les valeurs que véhicule l'activité physique.



Les Olympiades de Lingolsheim

ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SANTÉ : QUEL RAPPORT ?

Les études scientifiques établissent clairement un lien entre activité physique et santé. Le Pr Jean-Louis Schlienger, chef de service de médecine interne et nutritionniste au CHU de Strasbourg, nous explique en quoi l'activité physique est bénéfique pour la santé, pour le bien être et comment elle permet la prévention d'un grand nombre de maladies chroniques telles que les maladies cardio-vasculaires, le diabète, l'ostéoporose et même certains cancers.

Pourquoi pratiquer une activité physique ?

Tout d'abord, il faut distinguer activité physique et sport. Dans l'activité physique, il n'y a pas de notion de performance et de compétitivité. Elle désigne tout mouvement musculaire, coordonné qui augmentent la dépenses d'énergie au delà de la dépense de repos. Or de nos jours, l'activité physique - et par là j'entends des gestes simples : se déplacer, bouger, marcher, faire du vélo - ne va pas de soi. Tous nos déplacements sont mécanisés : la voiture, le bus, l'ascenseur. Nos modes de vie poussent à la sédentarité. Les adolescents passent une bonne partie de leur vie devant un écran de télévision et ou une console de jeux vidéos. Si la pratique sportive reste assez constante, l'activité physique ne cesse de diminuer.

Or l'activité physique, quelle qu'elle soit, joue un rôle important sur la santé et la qualité de vie.

Quels sont les liens entre ces activités physiques et la santé ?

L'activité physique est bénéfique à plusieurs niveaux. Elle est un outil de prévention et de longévité. Tout d'abord parce qu'elle modifie l'estime de soi, le bien-être psychologique et émotionnel ou encore l'image de notre corps. Elle agit sur l'anxiété, le stress et l'anxiété et donc sur notre état d'esprit.

Ensuite, l'activité physique a des effets physiologiques. Des études sérieuses validées par l'Organisation Mondiale de la Santé et par la Haute Autorité de Santé prouvent le rôle de ces activités dans la prévention de certaines maladies et notamment de certains cancers comme ceux du colon ou du sein. On meurt moins vite quand on bouge !

Sur quoi agit l'activité physique ?

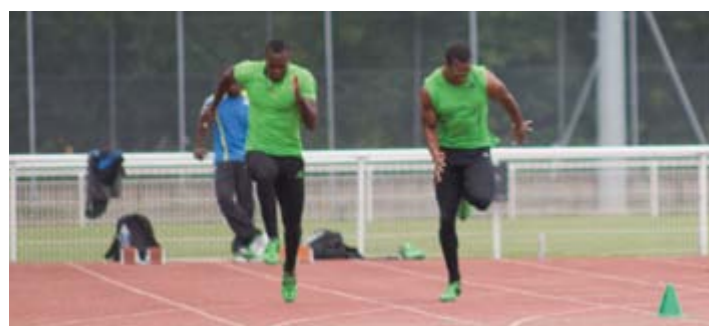
Elle agit par exemple sur la tension artérielle qu'elle diminue ou encore sur le cholestérol. Dans une logique de prévention, elle diminue les risques d'infarctus du myocarde, l'obésité, le diabète, l'ostéoporose,

et certains cancers comme je le disais. Chez les personnes malades, l'activité physique est un complément au traitement médicamenteux. Une personne sujette à l'infarctus du myocarde voit son risque de récurrence diminuer de 50% en pratiquant régulièrement une activité physique. Il en va de même avec le diabète. Le patient qui bouge améliore significativement la qualité de son traitement.

Que conseillez vous ?

La marche est la meilleure activité physique qui soit. Une demi heure par jour à un rythme rapide, trois quart d'heure à un rythme plus lent, en plusieurs fois si le temps manque. Mais cela peut être du jardinage ou de la pétanque pendant trois quart d'heure. Pour un senior, il est bien sur fortement recommandé de consulter auparavant son médecin et de reprendre progressivement une activité. Il sera gagnant à long terme et fera moins de chute en maintenant ses muscles en forme .

LINGOLSHEIM ACCUEILLE DES SPORTIFS RENOMMÉS



Daniel BAILEY (Antigua) et Yohan BLAKE (Jamaïque) au stade Joffre-Lefebvre. Ils ont pris les deux premières places du 100 m avec respectivement 9"97 et 9"98 ce qui représente les 10 et 14^{èmes} meilleures performances mondiales lors du meeting de Strasbourg.

DES SENIORS ACTIFS



Une centaine de personnes ont répondu à l'invitation de la journée d'animation seniors

Le 30 mai dernier, la Faculté des Sciences du Sport de l'Université de Strasbourg a organisé en partenariat avec la ville une journée de découverte du parcours fitness seniors.

Nombreux sont les seniors à avoir (re)découvert le parcours de santé après son réaménagement. Mais la plate forme fitness qui leur est particulièrement dédiée en a laissé plus d'un perplexe. L'objectif de cette journée était donc d'apprendre aux seniors à utiliser au mieux ces agrès, mais aussi de découvrir les Chemins de la forme qui proposent des ateliers adaptés à tous. Parcours anti-chute, plate-forme fitness, découverte de l'ensemble du parcours avec marche nordique, les ateliers étaient encadrés par des professionnels. Une présence et une assistance rassurante pour plus d'un qui hésitaient jusqu'à présent à se lancer. « Je ne savais pas à quoi ces agrès servaient, et je n'avais pas la moindre idée de ce qu'il fallait faire » explique une dame. Comme le souligne Guillaume Nicot, chargé de mission santé à la Ville, « les seniors sont prêts à pratiquer des activités physiques et même demandeurs mais ils nous font part régulièrement de leur besoin d'être encadrés et conseillés ».

Le sport, c'est la santé

Plus qu'une simple animation, cette journée avait également pour but de faire prendre conscience des bienfaits de l'activité physique sur la santé. « Il s'agit avant tout de maintenir la forme et de prévenir la perte d'autonomie », explique Marie-Louise Burgun, adjointe chargée de l'action gérontologique. Fort du succès de cette journée et devant tant d'enthousiasme, la ville projette d'ores et déjà de renouveler l'opération à l'automne prochain.

De nouveaux créneaux de marche nordique

La ville souhaite également développer la marche nordique. De nouveaux créneaux ouvriront à la rentrée. Une réunion d'information est prévue le mardi 6 septembre à 9h30 à l'Amitié (19 rue de Geispolsheim). Les créneaux seront adaptés en fonction des demandes et des disponibilités.

LINGO INFO

Fermeture des services pendant l'été

Petite Enfance

Multi-accueil Les Mieseles, petites souris du 11 au 29 juillet inclus
Multi-accueil l'Arc-en-ciel et multi-accueil Les Petits Jardins du 1er au 19 août inclus
Relais Assistantes Maternelles et le Lieu d'Accueil Enfants Parents sont fermés pendant les congés scolaires.

Collecte de sang

La prochaine collecte de sang aura lieu mercredi 27 juillet au Foyer Saint-Joseph, rue de l'école.

Inscription à la Maison des Arts

Anciens élèves

jusqu'au mercredi 20 juillet 2011 de 13h à 17h et du mercredi 31 août au mardi 6 septembre de 13h à 18h

Nouveaux élèves

Du mercredi 7 septembre au vendredi 16 septembre de 13h à 18h (sauf mercredi 14 septembre)

Rencontre parents - professeurs de musique :

Mercredi 14 septembre de 17h à 20h

La validation du créneau horaire de la pratique instrumentale a lieu après l'inscription administrative à l'accueil de la Maison des Arts

Attention : pour toute inscription et réinscription, un justificatif de domicile récent devra être présenté.

Reprise des cours :

lundi 19 septembre.

Psychanalyste

Anne HERRIOT, psychanalyste, vient de s'installer 1a rue Laurent Heyd. Tel. 03 88 12 50 57

La carte Atout Voir

A compter de la rentrée de septembre, la carte Atout Voir sera en vente à la Maison des Arts. Elle est valable du 1er septembre au 31 août.

La Carte Atout Voir existe depuis 1994. Elle permet aux jeunes de 11 à 25 ans d'accéder aux ressources culturelles de l'agglomération strasbourgeoise à des conditions tarifaires privilégiées, selon la volonté conjointe de la Communauté urbaine de Strasbourg et de l'Etat.

Pour qui ?

Pour les 11-25 ans non étudiants (salariés, demandeurs d'emploi, lycéens, collégiens) résidant dans la CUS ou scolarisés dans la CUS.

Quelles pièces rapporter ?

Pièce d'identité

Photo d'identité

Pour les scolaires : Certificat de scolarité -collège ou lycée- dans la CUS

Pour les salariés et demandeurs d'emploi : contrat de travail ou justificatif d'affiliation au Pôle Emploi et une attestation de domicile dans la CUS

Combien ça coûte ?

6,50€, à régler en espèces ou par chèque uniquement.

La médiathèque à l'heure d'été

Du 5 juillet au 28 Août :

mardi, jeudi et vendredi : 14h-18h

mercredi : 10h-12h & 14h-18h

samedi : 10h-12h & 14h-17h

CONSEIL MUNICIPAL

VISITE DES SYSTÈMES DE SURVEILLANCE

Les deux systèmes de surveillances existants dans la CUS ont été présentés aux élus



A l'occasion de la visite du Conseil municipal, Yves Laugel, responsable du SIRAC et Francis Jaecki, directeur général adjoint chargé du pôle sécurité, prévention de la CUS ont tour à tour présenté aux élus les deux dispositifs de surveillance existants dans l'agglomération strasbourgeoise.

Le SIRAC gère les feux de signalisation sur les 27 communes de la CUS afin de fluidifier le trafic strasbourgeois. Tous les carrefours sont centralisés, référencés et pilotés à distance afin d'écourter le plus possible l'attente aux feux. La CUS est divisée en une vingtaine de secteurs. Dans chacun d'eux des stations de mesure et d'analyse de trafic ont été installées au sol effectuant un comptage des voitures et calculant le temps passé sur les boucles de détection. Ce dispositif permet d'établir une carte des tronçons

fluides, denses ou saturés et d'adapter automatiquement le réglage des carrefours toutes les 3 minutes. Pour faciliter leur travail, les opérateurs du SIRAC peuvent compléter leur information en ayant recours à la centaine de caméras placées sur les principales artères et les endroits stratégiques de l'agglomération. Cela leur permet de localiser l'origine du problème et de prendre ainsi les décisions qui s'imposent en temps réel.

La vidéo-protection

A coté de ce système de régulation de la circulation, à compter de 2003, la Communauté urbaine a mis en œuvre un dispositif de vidéo-protection. Plus de 300 caméras réparties sur Strasbourg et dans les différentes communes dont Lingolsheim sont directement raccordées au Centre de supervision vidéo

(CSV). L'implantation de chaque caméra se fait à la suite d'une étude approfondie et d'une discussion avec les différents partenaires, CUS, police et ville concernée et sous le contrôle d'une commission présidée par un juge. Pour compléter l'efficacité du dispositif, le CSV bénéficie également du report d'images d'opérateurs privés ou semi-privés, tels les centres commerciaux, le stade de football ou le centre hospitalier. Ainsi tout au long de l'année, 7 jours sur 7, et 24 heures sur 24, plus de 40 stations de tram, une quarantaine d'établissements scolaires, une soixantaine de bâtiments publics et des équipements sociaux-éducatifs de quartier bénéficient de ce dispositif. En ce qui concerne son fonctionnement, le CSV nécessite 21 opérateurs sous la responsabilité d'un chef de salle. Dans un souci de confidentialité, cette personne est la seule à avoir accès aux enregistrements des images et ainsi pouvoir répondre aux demandes d'accès formulées par les partenaires de la CUS, police ou gendarmerie.

Pour Francis Jaecki, à l'origine de ce projet, ce dispositif a largement fait ses preuves. «On observe une diminution de l'ordre de 10 à 20% de la délinquance dans les secteurs vidéo-surveillés par rapport à ceux qui ne le sont pas.»



EXPRESSION DU GROUPE D'OPPOSITION «LINGOLSHEIM AUTREMENT»

Le monde entier a vu exploser le bâtiment qui abrite le réacteur de Fukushima. Mais, les autorités japonaises ont accordé un permis d'exploitation pour dix années de plus. On connaît la suite...

La catastrophe survenue à Fukushima, centrale construite la même année que Fessenheim, soit à partir de 1970 dans une zone d'activité sismique, nous interpelle.

Elle a été construite avec les normes antisismiques des années 60 qui sont très éloignées des normes actuelles. Pour l'ensemble des spécialistes, les standards de sécurité de l'époque sont aujourd'hui dépassés.

En 2000, un rapport de l'Autorité de sûreté nucléaire indiquait que certaines fonctions de sauvegarde assurant le refroidissement du réacteur pourraient ne plus être assurées en cas de séisme. Malgré la vétusté des installations et les risques sismiques, EDF a demandé à prolonger l'exploitation de la centrale.

Il n'est plus acceptable de mentir sur les dangers du nucléaire, en particulier dans les zones sismiques. L'accident de Fukushima démontre que, même dans un pays réputé pour son expertise en matière nucléaire, le risque zéro n'existe pas. Pour le bien-être de tous, il devient aujourd'hui urgent d'agir et de stopper la centrale nucléaire de Fessenheim.

Christelle HAMM pour le groupe socialiste

RÉNOVATION URBAINE

L'ACCESSION AIDÉE À LA PROPRIÉTÉ AVEC LE PRÊT À TAUX ZÉRO+



Marc Thomas Architecte

D'ici 2015, plus de 300 logements en accession à la propriété à Lingolsheim

Pour tout renseignement complémentaire :

- www.developpement-durable.gouv.fr (rubrique logement / prêt à taux zéro +)
- André Untersinger, chef de projet de la commune, de préférence par courriel auntersinger@lingolsheim.fr ou au 03 88 78 88 81

Le développement urbain que connaît actuellement Lingolsheim permet à certains promoteurs de commercialiser des logements selon des conditions financières favorables. La mesure phare dans ce domaine s'appelle le prêt à taux zéro. Voici les principales caractéristiques :

Le « prêt à taux zéro + » (PTZ+) nouvelle formule

Le « Prêt à taux zéro plus » appelé aussi « Prêt à taux zéro renforcé » ou « Prêt à taux zéro universel » est le nouveau dispositif d'aide gouvernementale qui est entré en vigueur depuis le 1er janvier 2011. Ce nouveau dispositif se veut plus simple et efficace pour remplacer un certain nombre d'aides qui devenaient compliquées.

Pour qui ?

Ce nouveau prêt est réservé aux personnes qui financent l'acquisition de leur première résidence principale. Plus exactement, ce sont les personnes n'ayant pas été propriétaires de leur logement dans les deux ans précédents ainsi que les personnes en invalidité, handicapées ou victimes de catastrophes.

Pour quoi ?

Le bien immobilier concerné par l'opération doit devenir obligatoirement la résidence principale des personnes déclarées dans l'opération. Il peut s'agir de construction d'un logement neuf ou de l'acquisition d'un logement ancien.

Le montant de l'aide est modulé en fonction de la zone géographique et des performances énergétiques du logement. Le découpage est fait selon 4 zones (A, B1, B2 ou C). Lingolsheim se trouve en zone B1.

Les modalités du PTZ+ sont fonction :

- du coût total de l'opération ;
- du nombre de personnes desti-

nées à occuper le logement à titre de résidence principale ;

- du montant total des ressources de ces personnes ;
- de la localisation dans une zone géographique A, B1, B2 ou C, du caractère neuf ou ancien du logement, de son niveau de performance énergétique globale ;
- de l'appartenance initiale du logement au patrimoine immobilier d'un organisme HLM ou apparenté.

Qui octroie le PTZ+

Lors de la demande de prêt à taux zéro +, l'emprunteur devra fournir à la banque son avis d'impôt et celui de toutes les personnes destinées à occuper le logement. C'est la banque qui instruit la demande d'octroi.

Il n'y a pas de condition de ressources et aucun frais de dossier, d'expertise, d'intérêts (normaux ou intercalaires) ne peut être perçus sur le PTZ+.

VIVRE ENSEMBLE DANS UN ENVIRONNEMENT CALME ET PROPRE



La qualité de vie en collectivité repose sur le respect de son voisinage et de son environnement.

Avec l'arrivée de l'été, tout le monde ressent le besoin d'ouvrir ses fenêtres et de vivre une partie de son temps dehors. Notre sensibilité se trouve par conséquent plus sollicitée par certaines nuisances de tous ordres.

La qualité de vie en collectivité nécessite attention, respect et tolérance de la part de chacun d'entre nous, pour nous permettre une vie harmonieuse.

Quelques règles de bon sens et de savoir vivre, comprises et respectées de tous, contribuent à l'amélioration de notre cadre de vie pour notre confort et notre tranquillité.

Bruit

Les aboiements de chiens, les bruits occasionnés par divers appareils, les soirées passées dans nos jardins ou sur nos balcons et terrasses peuvent générer des nuisances sonores par leur caractère répétitif ou si ces perturbations interviennent au-delà de certaines tranches horaires.

En veillant au bon comportement de nos animaux, à limiter l'utilisation d'appareils bruyants aux créneaux horaires autorisés et à réduire le volume sonore de nos échanges verbaux, le bien être de tous sera préservé.

Propreté

Le respect de l'autre passe également par une attitude responsable soucieuse de l'environnement, en évitant de salir, souiller et abîmer les lieux communs ainsi que les espaces verts.

L'absence de propreté, les déjections canines sur les trottoirs ou les espaces verts constituent également des troubles de voisinage et traduisent un manque de respect vis-à-vis des équipes de nettoyage et d'entretien de ces espaces, qui à longueur d'année œuvrent pour un cadre de vie agréable des habitants de notre ville.

Stationnement

Pour la sécurité de tous, le stationnement en dehors des emplacements prévus ou à cheval sur les trottoirs, est proscrit. Penser au moment de garer son véhicule, à la mère de famille qui passe avec son landau ou sa poussette, à la personne handicapée avec ses béquilles ou dans son fauteuil roulant, relève d'une considération respectueuse de ces personnes.

Par des comportements et gestes simples au quotidien, la lutte contre les bruits domestiques, le respect de la propreté, le bon comportement des animaux domestiques (et de leurs maîtres), les efforts entrepris contre la dégradation du cadre de vie, nous agissons tous pour un développement du comportement citoyen, générateur de convivialité.

Si le rappel de quelques règles élémentaires de bon sens et de savoir vivre ne trouvent écho, il existe une réglementation applicable pour faire évoluer certaines situations.

DÉCLAREZ VOS OUVRAGES DE PRÉLÈVEMENT D'EAU SOUTERRAINE ET VOS RÉCUPÉRATEURS DE PUIITS

L'utilisation des ressources d'eau alternatives est soumise à une réglementation spécifique

Depuis le 1er janvier 2009, chaque particulier qui utilise ou souhaite réaliser un ouvrage de prélèvement d'eau souterraine à des fins d'usage domestique, doit déclarer cet ouvrage ou son projet d'ouvrage en mairie.

Tout nouvel ouvrage réalisé depuis le 1er janvier 2009 doit faire l'objet de cette déclaration au plus tard 1 mois avant le début des travaux. Il en est de même pour les récupérateurs d'eau de pluie quand ceux-ci sont connectés au réseau d'assainissement.



Service de l'eau de la CUS

Comment et où faire sa déclaration ?

Pour les forages et puits privés, vous devez déclarer à votre mairie toute intention ou toute réalisation d'ouvrage de prélèvement d'eau souterraine à des fins d'usage domestique. Pour déclarer ces ouvrages, il vous suffit de compléter le formulaire CERFA 13837-01. Ce dernier vous permettra de décrire les caractéristiques essentielles de l'ouvrage de prélèvement et de fournir les informations relatives au réseau de distribution de l'eau prélevée.

Le formulaire disponible en mairie ou téléchargeable sur le site internet <http://www.forages-domestiques.gouv.fr/> est à déposer dûment rempli à la mairie de la commune concernée. La déclaration s'avère également nécessaire lorsque vous utilisez un récupérateur d'eau de pluie si vous rejetez les eaux issues de cet

ouvrage au réseau d'assainissement collectif. Aucun formulaire n'est imposé. Il vous suffit de réaliser une déclaration comportant l'identification du bâtiment concerné et l'évaluation des volumes utilisés et rejetés au réseau.

Pourquoi déclarer ces ouvrages ?

Déclarer son forage domestique vise à faire prendre conscience aux particuliers de l'impact de ces ouvrages sur la qualité et la quantité des eaux des nappes phréatiques.

L'eau est un bien commun à protéger. Mal réalisés, les ouvrages de prélèvement, qui constituent l'accès à cette ressource, peuvent être des points d'entrée de pollution de la nappe phréatique. Ils doivent donc faire l'objet d'une attention toute particulière lors de leur conception et leur exploitation.

De plus, l'usage d'une eau d'un ouvrage privé (puits ou récupérateur d'eau de pluie), par nature non potable, peut contaminer le réseau public si, à l'issue d'une erreur de branchement par exemple, les deux réseaux venaient à être connectés. C'est pourquoi, la déclaration permet de s'assurer qu'aucune pollution ne vienne contaminer le réseau public de distribution d'eau potable. Cette déclaration permettra également de prévenir les propriétaires de puits privés en cas de pollution de la nappe phréatique.

Recommandations

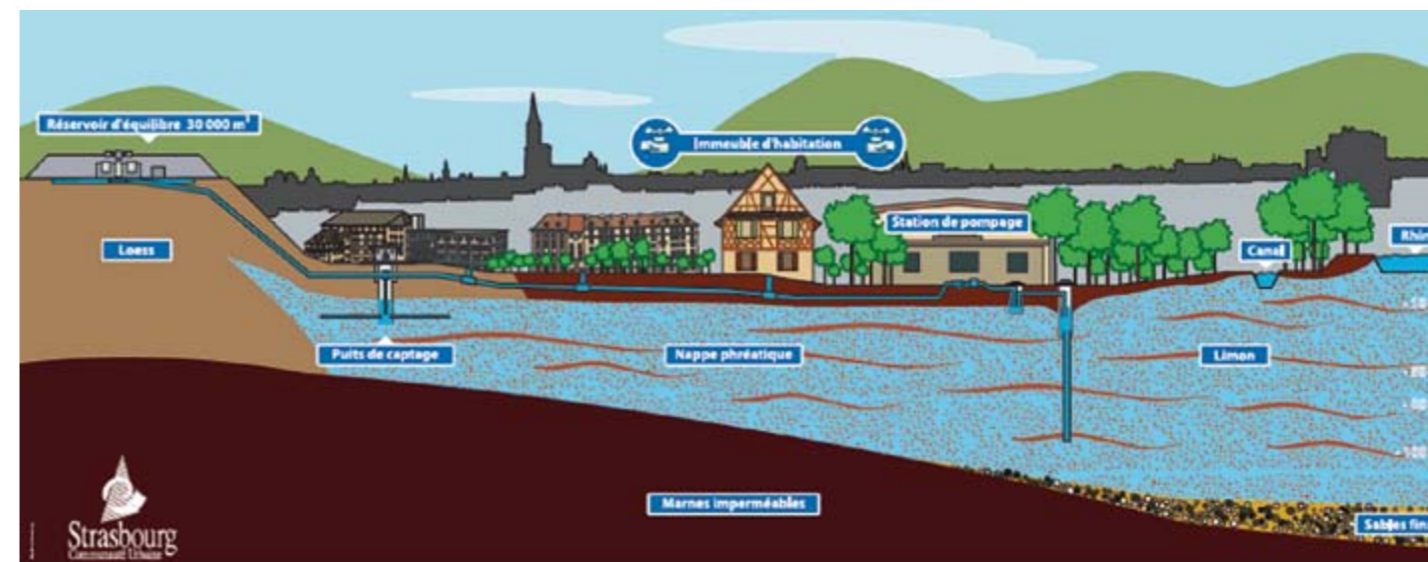
L'eau de puits et l'eau de pluie ne sont pas potables ! L'eau de puits et l'eau de pluie doivent être réservées à des usages non sanitaires (jardinage, alimentation des toilettes, lavage de produits non alimentaires).

L'interconnexion d'une source d'eau alternative au réseau d'eau potable public peut engendrer une pollution et une contamination du réseau par retour d'eau. Ce phénomène est une inversion de la circulation de l'eau dans le circuit de distribution d'eau potable.

En savoir plus : www.forages-domestiques.gouv.fr/

CONFÉRENCE SANTÉ L'EAU DE STRASBOURG : A BOIRE SANS MODÉRATION

Lors de la dernière conférence Santé, Serge Foresti, directeur de l'environnement et des services publics urbains de la CUS et Didier Houillon, chef du service de l'eau à la CUS ont vanté la qualité exceptionnelle de l'eau de la CUS.



Le cycle de distribution de l'eau de la CUS

L'eau distribuée par la CUS provient de la nappe phréatique rhénane : c'est un produit naturel parfaitement potable, qui ne nécessite aucun traitement ! Seule une légère chloration est effectuée à titre préventif.

De la nappe phréatique à votre robinet

Il existe 14 forages répartis sur 4 sites. Après avoir été pompée, l'eau est directement distribuée aux abonnés, grâce aux 1075,5 km de conduites sur 12 communes de la CUS. Contrairement aux eaux en bouteille, pas d'usine d'embouteillage, pas d'emballage, pas de transport, pas de recyclage et de traitement des déchets ! L'eau du robinet est un produit 100 % naturel qui ne nécessite que de l'énergie électrique pour une livraison à domicile toute l'année.

Une nappe protégée

En décembre 2007, la CUS a signé une convention avec l'Agence de l'eau Rhin Meuse avec pour objectif : zéro pesticide en 3 ans.

Parallèlement, l'observatoire de la nappe phréatique sur la CUS, mis en place en 1993 /1994, a été chargé de suivre l'état de santé de la nappe et de contrôler à l'échelle de la CUS l'impact des activités humaines sur la qualité de la nappe (Suivi des pollutions d'origine industrielle, suivi de l'impact de l'infiltration des eaux pluviales sur la nappe, recherche de traces de produits phytosanitaires / polluants émergents, suivi du développement et de l'impact des pompes à chaleur, recherche de sources de pollution et prévention des pollutions de la nappe)

Une eau contrôlée

En moyenne 5 analyses sont réalisées par jour sur les captages d'eau et sur le réseau de distribution. Ces analyses prennent en compte 148 paramètres.

Les règles d'or pour bien boire l'eau du robinet

Consommez exclusivement l'eau

du réseau d'eau froide pour la cuisine et la boisson. Laissez couler l'eau jusqu'à ce qu'elle soit bien fraîche avant de la boire. Une fois remplie, placez votre carafe fermée au réfrigérateur et consommez l'eau dans les 48 heures suivantes. Renouvelez fréquemment l'eau de vos bacs à glaçons

Minéralisation moyenne* en mg/l :	
Bicarbonates : 263 mg/l	- Calcium : 86 mg/l
Chlorures : 41 mg/l	- Fluorures : 0,087 mg/l
Magnésium : 12 mg/l	- Nitrates : 11 mg/l
Potassium : 2,5 mg/l	- Sodium : 24 mg/l
Sulfates : 39 mg/l	- Dureté : 27°F - pH : 7,35
* pondération 4 sites de captage	

LES MIESELE, PETITE SOURIS

À LA DÉCOUVERTE DES INSTRUMENTS DE MUSIQUE



Dans le cadre du projet pédagogique, l'équipe des Mieseles propose aux enfants diverses activités selon le thème du moment.

Après un projet consacré aux animaux de la ferme, place à la découverte de la musique : manipulation de divers instruments, à percussions ou à vent, fabrication de maracas, écoute de différents morceaux de musique, identification de différents rythmes et sonorités, de la peinture en musique... L'équipe sollicite également les parents « musiciens » et utilise leurs compétences pour animer des petits ateliers et ainsi faire découvrir « en vrai » certains instruments classiques ou plus insolites : trompette, flute traversière,

guitare, youkoulele, Cajun péruvien, didgeridoo ...

Petits et grands ont apprécié ces moments de découverte et tous ont participé avec beaucoup d'enthousiasme. Peut-être de nouvelles vocations sont-elles nées ?...

ACCUEIL DE LOISIRS

LA TERRE VUE DU CIEL...

L'été 2011 à l'Accueil de Loisirs est placé sous le signe de l'écologie et le récup art...

Un grand voyage autour de notre belle planète attend les enfants, un voyage qui leur donnera l'occasion d'observer et de comprendre la nature, de se familiariser avec les volcans et tremblements de terre, mais aussi de découvrir les étoiles et l'espace.

Bien évidemment de nombreux grands jeux et sorties viendront pimenter et agrémenter les semaines thématiques de l'été. Ce sont des moments très appréciés des enfants qui ressentent alors de façon plus accentuée l'esprit « vacances ».



ECOLE DES PRIMEVÈRES - SITE BILINGUE

À LA RENCONTRE DES CORRESPONDANTS ALLEMANDS



Le 17 mai dernier, la classe des moyens bilingues de l'école maternelle des Primevères a reçu les enfants d'une classe du Kindergarten « Maria Goretti » d'Oberkirch .

Cette journée a permis aux enfants de faire connaissance avec leurs correspondants et de tester leurs compétences linguistiques. Le

niveau d'allemand des petits écoliers français leur a permis de travailler mais aussi de jouer avec leurs invités. Afin de garder un souvenir de cette belle rencontre, chacun a confectionné un set de table. Dans l'après midi, les enfants se sont quittés en se promettant de se revoir bientôt.

Promesse tenue, le 31 mai la classe des moyens bilingues a pris le bus direction Oberkirch. L'accueil s'est déroulé cette fois ci en ... français.

Les petits bilingues ont découvert le Kindergarten et ses nombreux jeux. Le thème de la journée était l'Alphabet Chaque enfant a partagé avec beaucoup de plaisir ses chansons et participé à un atelier percussions. Chacun a fabriqué un puzzle qui leur permettra de jouer avec les lettres. Au cours du déjeuner, les enfants se sont amusés à retrouver des lettres dans la soupe. Même les petits gâteaux au chocolat étaient en forme de lettres ! Selon l'avis de chacun, la journée a parue bien trop courte et sur le chemin du retour, les écoliers se sont empressés de demander : « Quand revoions nous nos correspondants, wann fahren wir wieder nach Oberkirch? »

**YOYO BILINGO, ASSOCIATION POUR LE BILINGUISME
JOUER ENSEMBLE EN ALLEMAND**



Samedi 21 Mai, le petit parc situé derrière la piscine a résonné des jeux d'enfants d'un genre un peu particulier. En effet l'association Yoyo Bilingo y avait donné rendez-vous à ses adhérents, du plus jeune au plus vieux afin de jouer à des jeux d'extérieur traditionnels en allemand. Petits et grands ont pu ainsi expérimenter quelques variantes d'outre Rhin du « facteur n'est pas passé » de « cache tampon » ou de « tiens voilà main droite main gauche ». Sous le soleil, les mots pour jouer n'avaient aucun problème à fuser : du bist Dran ! A toi de jouer ! Quant au Rutsche, chacun a vite compris que c'était du toboggan qu'il s'agissait... A la prochaine pour de nouveaux jeux.

ÉCOLE DES HIRONDELLES ET MAISON DES ARTS UNE HISTOIRE MUSICALE SUR FOND DE LAND ART



Les élèves de l'école maternelle des Hirondelles ont présenté un spectacle alliant sons et couleurs.

Le projet s'est articulé autour de la nature, des couleurs primaires, de formes simples et de notre environnement, à travers les sons et la gestuelle. Tout au long de l'année, les petites et grandes sections ont travaillé avec deux intervenants de la Maison des Arts. Agnès Strobel, professeur de chant et de musique, a fait redécouvrir aux enfants les saisons et les couleurs par les sons. Olivier Bouchard, professeur d'arts plastiques a suscité leur

intérêt sur l'expérimentation de l'univers des formes géométriques, des matériaux divers et du graphisme contemporain. Une exposition des travaux réalisés était visible durant le mois de mai à la Maison des Arts. Quand au spectacle, il a transporté pendant une courte heure les spectateurs dans une histoire musicale sur fond de Land Art.

COLLÈGE MAXIME-ALEXANDRE UNE HISTOIRE MUSICALE SUR FOND DE LAND ART

Les 3 et 31 mai derniers, les élèves de 6ème du collège Maxime Alexandre ont pris le TGV, direction Paris, gare de l'Est.

Après avoir étudié pendant une année scolaire les religions anciennes (grecques, égyptiennes, mayas, aborigènes...) et les religions monothéistes actuelles, les élèves de 6ème du collège Maxime-Alexandre sont allés visiter le Musée du quai Branly, pour y découvrir des objets sacrés des peuples des continents d'Océanie, d'Amérique, d'Afrique, ou d'Asie. Ils ont ensuite été accueillis au Musée d'Art et d'Histoire du Judaïsme pour les uns, à l'Institut du Monde Arabe pour les autres, l'occasion de découvrir le patrimoine historique commun aux trois religions monothéistes. Pour clore cette mémorable journée, ils ont

admiré les principaux monuments de notre capitale à bord d'un bateau mouche. Cette journée a été organisée à l'initiative des professeurs d'histoire, géographie et d'enseignement religieux, dans le cadre d'un projet intitulé « Arts, mythes et religions » dont l'objectif inscrit dans le projet d'établissement est d'ouvrir les élèves aux cultures et aux croyances tant de nos ancêtres que de nos contemporains. C'est dans ce même esprit, qu'ils visiteront au mois de juin la synagogue de Lingolsheim, l'église Saint Jean Baptiste de Lingolsheim et la mosquée de Strasbourg.

ASSOCIATIONS DES AMIS DES JARDINS FAMILIAUX LES ÉCOLIERS DÉCOUVRENT LE POTAGER



Le potager école tient un rôle éducatif à part entière !

Les élèves des classes maternelles de l'école des Tulipes et celles élémentaires de l'école du Centre se sont rendus au potager- école des jardins familiaux, situé rue de Bretagne.

Au programme de cette journée de sensibilisation : découverte des outils du jardinier, visite d'un potager, connaissance des différentes plantes aromatiques, atelier de repiquages de tomates, de choux et semis de haricots ou de petits pois. A l'issue de cette séance d'initiation, un rafraîchissement bien mérité aura récompensé chacun de ces jardiniers en herbe. Ces rencontres avec les écoles interviennent dans le cadre d'une sensibilisation à la nature

et à l'environnement et comme c'est le cas pour l'école des Hirondelles dans le cadre de leur projet d'école intitulé « le jardin dans tous ses états ». Ainsi, régulièrement, les élèves des Hirondelles se rendent au potager-école pour du jardinage, des dégustations de fruits, des plantations mais aussi pour observer la germination, la floraison, l'apparition des fruits. Tout un travail encouragé par la ville dans le cadre du projet Santé, mais aussi dans le programme scientifique encouragé par les ateliers « la main à la pâte » de l'Education Nationale. Rendez-vous est déjà pris pour la récolte et à l'automne pour une dégustation de soupe de potiron.

DE L'ÉLÉMENTAIRE AU COLLÈGE UN DICTIONNAIRE POUR LE COLLÈGE ET UN LIVRE POUR L'ÉTÉ



Une élève de CM1 de l'école des Vosges entourée de Martine Fromholz, adjointe au Pôle Animation Jeunesse et de Ernest Gibus, inspecteur de l'Education Nationale, 4ème Circonscription

200 élèves de CM2 des écoles de Lingolsheim quittent en cette fin juin l'école élémentaire. A la rentrée, ils feront leur entrée au collège. A cette occasion, la ville leur a offert un dictionnaire remis par Mme Martine Fromholz, adjointe au Pôle Animation Jeunesse Les CM1 se sont quant à eux vus remettre par M. Ernest Gébus, Inspecteur de l'Education Nationale de la 4ème circonscription du Bas-Rhin un recueil de contes de Charles Perrault dans le cadre de l'opération « un livre pour l'été » organisée par le Ministère de l'Education Nationale.

ARPALE DES LOGEMENTS QUI ALLIENT INDÉPENDANCE, CONVIVIALITÉ ET



Habiter l'ARPALE pour concilier indépendance et lien social.

L'ARPALE, association de résidence pour personnes âgées de Lingolsheim et environs, propose des studios pour les seniors dès 60 ans. Créée en 1977, la résidence a été entièrement rénovée en 2003 et s'est adjoint des services précieux pour les locataires : pôle gérontologique, création d'un salon de convivialité, développement d'animations exceptionnelles et régulières avec les Jeudis de l'Espace Landsberg, bibliothèque... Plus qu'un logement, c'est un lieu de vie et de convivialité qui est proposé aux locataires. Il reste quelques studios !

Avoir son chez soi, dans ses meubles tout en ayant la possibilité de se divertir, de rencontrer des gens, voilà le concept de l'ARPALE. C'est d'ailleurs ce que recherchent les locataires :

être indépendants, autonomes, tout en alliant sécurité et convivialité.

Sécurité et indépendance

Les 59 logements sont des F1 de 33 m² avec pièce à vivre, alcôve pour la chambre, cuisine équipée et salle de bain aménagée, accessible aux personnes handicapées. Les appartements sont tous équipés d'un système d'alarme relié à une centrale d'appel 24h/24h pour les urgences. En outre, deux personnes

Deux conditions pour obtenir un logement : être âgé de plus de 60 ans et être autonome

SÉCURITÉ



salariées de l'ARPALE assurent des astreintes. Marina habite ici depuis 16 ans. Elle est une des « anciennes » de l'ARPALE. Si elle avoue ne pas avoir eu le choix à l'époque, elle concède « je me sens bien dans mon appartement. Je suis tranquille, j'ai mon rythme ». L'intérieur est chaleureux et impeccable, « je suis maniaque de la propreté mais je ne fais pas que ça, j'aime aussi cuisiner. Ma petite-fille vient d'ailleurs ce midi. J'ai fait de la palette avec une salade de pommes de terre ». Marina profite aussi pleinement du lieu et de ses avantages : « J'ai trois bonnes amies, des anciennes elles aussi. On se retrouve régulièrement en fin d'après-midi dans le salon de convivialité ou dans le jardin, on discute, ça fait du bien ». Le lundi, c'est atelier bricolage animé par Mme Wechsler dans les locaux de la résidence. Et pour le reste : « je vais aux anniversaires et aussi aux animations organisées par le Pôle Gérontologique ».

Les Jeudis de l'Espace Landsberg

Chaque jeudi, une journée d'animation est proposée aux seniors de la Résidence, mais est également ouverte à tous les seniors de la commune. A chaque jeudi son thème : jeux de société, ateliers autour de la danse, de la musique, défilé de mode, karaoké... L'occasion surtout de se rencontrer, de déjeuner ensemble, d'échanger et de partager de bons moments. Ils sont ainsi une trentaine à se retrouver régulièrement lors de cette journée.

Rens. Pôle gérontologique Pascale Winterhalter : 03 88 77 57 70

CANICULE QUELQUES CONSEILS EN CAS DE CANICULE

Quand parle-t-on de canicule ?

La canicule est définie par la survenue durant au moins 3 jours consécutifs de fortes chaleurs le jour et surtout la nuit. Dans la Bas-Rhin, ces températures sont fixées ainsi : 34° en journée et 19° la nuit.

Boire :

- sauf contre-indication médicale ou physiologique, boire suffisamment pour maintenir une élimination urinaire normale lors de fortes chaleurs : 1,5 à 2 litres/j minimum
- boire régulièrement et anticiper la sensation de soif
- ne pas consommer d'alcool qui altère les capacités de lutte contre la chaleur et favorise la déshydratation
- éviter les boissons à forte teneur en caféine (café, thé, colas) ou très sucrées (sodas) car ces liquides sont diurétiques
- en cas de difficultés à avaler les liquides, penser à l'eau gélifiée
- ne pas boire ou manger (très) « glacé » car la sensation de soif s'atténue plus vite
- diversifier les apports liquides : eau, lait, sirop, jus de fruits, soupes froides, fruits et légumes, compotes de fruits, sorbets (plus riches en eau que la glace), yaourts (1 yaourt hydrate aussi bien qu'un verre d'eau), fromage blanc...

Manger :

- maintenir une alimentation normale
- en cas de perte d'appétit aux repas principaux, multiplier les prises alimentaires
- accompagner la prise de boissons d'une alimentation solide pour recharger l'organisme en sels minéraux (pain...)
- sauf en cas de diarrhées, favoriser une alimentation froide, diversifiée et riche en eau : fruits frais ou en compote et légumes.

Se rafraîchir :

- mouiller son corps plusieurs fois par jour à l'aide d'un brumisateuse, d'un gant de toilette, en prenant des douches ou des bains frais, de préférence sans se sécher
- surveiller la température ambiante : une température de l'ordre de 25 ou 26°C pour l'espace rafraîchi semble raisonnable
- limiter l'augmentation de température de l'habitation : utiliser si possible ventilateur et/ou climatisation - fermer volets et rideaux des façades exposées au soleil, maintenir les fenêtres fermées si la température extérieure est supérieure à la température intérieure.

20 - Votre Journal - Juillet 2011 - n°112

- améliorer les conditions d'aération, de ventilation et de régulation thermique de l'habitat en provoquant des courants d'air la nuit et tôt le matin, quand la température à l'extérieur est plus basse qu'à l'intérieur du lieu de vie
- limiter les sources de production de chaleur : baisser ou éteindre les lumières et appareils électriques
- en l'absence de rafraîchissement dans un habitat mal adapté à la chaleur (notamment les logements en dernier étage), passer au moins deux ou trois heures par jour dans un endroit frais (grands magasins, cinémas, lieux publics)
- éviter cependant l'impact d'un écart trop important avec la température extérieure, entraînant une sensation de froid avec le développement possible de pathologies infectieuses respiratoires, virales ou bactériennes. Au besoin il faut se couvrir avant de pénétrer dans une pièce rafraîchie, les vêtements seront retirés au fur et à mesure que la personne s'habitue à la température de la pièce.



PLAN CANICULE : FAÎTES VOUS CONNAÎTRE

La loi «Solidarité pour l'autonomie des personnes âgées» du 30 juin 2004 porte obligation aux communes de créer un registre des personnes âgées de 65 ans et plus et des personnes handicapées pour faciliter l'intervention des services sociaux et sanitaires en cas de déclenchement par le Préfet du plan d'urgence dit «Plan Canicule». Toute personne isolée désirant cette intervention peut obtenir sur simple demande



un formulaire d'inscription auprès du Centre Communal d'Action Sociale de la ville. Chaque demande d'inscription sur le registre dit «Canicule» fera l'objet d'un accusé de réception par le CCAS dans un délai de huit jours.

L'intéressé(e) peut à tout moment demander la radiation de son inscription dans le registre.

Rens. CCAS : 03 88 78 88 89

UNIVERSITÉ POPULAIRE : LE PLAISIR D'APPRENDRE

De l'histoire du cinéma, des langues, de la philosophie, de l'histoire locale, l'Université Populaire Européenne et l'Université Populaire de la Krutenau proposeront cette année de nouveaux enseignements à suivre sans modération !



Les conférences de l'Université Populaire ont rencontré un franc succès. Vous avez été nombreux à répondre au questionnaire portant sur l'avenir de ces enseignements et sur vos envies. La ville a tenu compte de vos remarques. Toutes vos suggestions n'ont pu être retenues, mais ces propositions seront développées ultérieurement.

Devant cet enthousiasme, la ville a décidé de faire appel à l'Université Populaire

Européenne, connue pour la qualité de ses enseignements et de ses enseignants. La ville souhaite ainsi offrir aux habitants la possibilité de satisfaire leur curiosité et d'avoir accès à de nouvelles connaissances. Faites vous plaisir !

Les cours de l'Université Populaire Européenne (UPE) seront dispensés dans plusieurs lieux de la ville.

Au centre socioculturel l'Albatros :

- Italien : Lundi de 18h30 à 20h
- Espagnol : Mardi de 18h30 à 20h
- Anglais (débutant 2) : Mercredi de 18h30 à 20h
- Anglais (débutant 1) : Jeudi de 18h30 à 20h
- Philosophie : Jeudi de 18h30 à 20h
- Allemand : Vendredi de 18h30 à 20h
- Cuisine : Vendredi de 18h30 à 20h

A la médiathèque Ouest

- La peinture allemande : mardi de 17h30 à 19h
- Introduction à l'Histoire de l'Art (sous réserve)

A l'Amitié

- Pilates : Vendredi de 17h30 à 19h (sous réserve)

Inscriptions

Attention : la ville ne gère pas les inscriptions, ni les règlements.

Pour l'Université Populaire Européenne (UPE), les inscriptions ont lieu à partir du 1er septembre 2011

- au secrétariat du Palais Universitaire, bureau 21, tous les jours de 9h à 12h et de 15h à 17h45 (sauf mercredi matin) accompagné de trois timbres

- ou par correspondance, en retournant votre demande d'adhésion (accompagnée de votre règlement, de 3 timbres et d'une enveloppe timbrée à votre adresse pour l'envoi de la carte de membre).

Université Populaire de la Krutenau:

L'université populaire de la Krutenau proposera deux cycles de conférence : l'un sur l'histoire de l'Alsace au XXème siècle, l'autre sur l'histoire de Strasbourg. Les conférences ont lieu à la Maison des Arts 8 rue du Château

Conférence Histoire et Religion : vendredi à 19 heures

- 16 septembre 2011 : Saint-Jacques de Compostelle
- 23 septembre 2011 : Le Temps des Cathédrales
- 14 octobre 2011 : La Renaissance
- 4 novembre 2011 : La Réforme protestante
- 18 novembre 2011 : Les Guerres de Religion

Conférence Histoire de l'Alsace : vendredi à 19 heures

- 10 février 2012 : L'Humanisme rhénan
- 24 février 2012 : La Guerre de Trente Ans en Alsace
- 16 mars 2012 : 1648, l'Alsace devient française
- 20 avril 2012 : L'Alsace au 18e siècle
- 1 juin 2012 : L'Alsace durant l'entre-deux guerres

Inscriptions

U P Krutenau – Maison des Associations

1A place des orphelins - 67000 STRASBOURG

Paiement par chèque à l'ordre de Université Populaire de la Krutenau ou en espèces directement au conférencier. Pour les inscriptions par voie postale, joindre une enveloppe timbrée pour l'envoi de la carte de membre.

Adhésion obligatoire individuelle et annuelle : 5 €

CLUB KARATÉ DE L'AMITIÉ LINGOLSHEIM LE KARATÉ CLUB ADOPTE UN NOUVEAU LOOK

Entièrement rénové et restructuré, le complexe sportif de l'Amitié accueille aujourd'hui un dojo beaucoup plus adapté et convivial.



Des entraînements à l'image du karaté, complets tant d'un point de vue physique que technique et de bien-être mental, grâce à une équipe d'encadrement diplômée et riches d'expérience dans la pratique.

Les enfants sont acceptés dès l'âge de 6 ans, mais la pratique du karaté peut démarrer à tout âge. Les axes de travail sont multiples : loisirs, bien-être, compétitions etc.

Horaires des cours :

Enfants et adolescents : mardi et vendredi de 18h30 à 19h30

Adultes : mardi et vendredi de 19h45 à 21h15

Perfectionnement des ceintures avancées : samedi de 9h45 à 11h30

L'équipe d'encadrement :

Adultes : Quévédo Angélo 5^{ème} dan diplômé d'état / Enfants & adolescents : Sturtz Christelle 3^{ème} dan diplômée d'état

Ils sont tout deux assistés dans leurs tâches par des ceintures noires diplômées.

Reprise des activités : mardi 6 septembre 2011 dès 18h30.

Renseignements :

06 75 84 58 95 (Président)

ou 06 20 13 60 10 (Entraîneur)

IBAL ILL BRUCHE ATHLÉTISME LINGOLSHEIM UNE COURSE NATURE À LINGOLSHEIM

Samedi 27 août, le club d'athlétisme de Lingolsheim, organise une toute nouvelle course à pied version « nature » : la Fest'IBAL.

D'une distance de 13 km, la course partira du collège Maxime Alexandre et empruntera essentiellement des chemins forestiers et des sentiers agricoles situés dans les communes de Wolfisheim, Eckbolsheim, Oberschaeffolsheim et Holtzheim, pour revenir à Lingolsheim. Le départ sera donné à 17 h 30.

Première course nature organisée sur le territoire de la CUS, la Fest'IBAL est une manifestation sportive, conviviale et familiale avec des animations musicales sur le parcours et une petite restauration sur place. La course est ouverte à tous les coureurs de plus de 18 ans munis d'un certificat médical d'aptitude à la course à pied en compétition daté de moins d'un an ou disposant d'une licence sportive FFA. Soyez nombreux à chausser les baskets ou à encourager les coureurs !



Plus d'information sur www.fest-ibal.fr
06 76 04 92 59

CLUB DE PLONGÉE DE L'AMITIÉ LINGOLSHEIM LES FONDS MARINS DES MALDIVES



Le 18 avril dernier, 16 membres du club de plongée de Lingolsheim ont réalisé le rêve de tout plongeur : découvrir les fonds marins des Maldives !

Une semaine à bord d'un bateau, le prestigieux « Moonima », et 15 plongées inoubliables. Les plongeurs, accompagnés par un banc de dauphins ont découvert une faune et une flore d'une grande richesse et de toute beauté et pu observer les requins gris, à pointe blanche, à pointe noire, une raie Manta planant au dessus d'eux ou encore des tortues se déplaçant avec beaucoup d'aisance juste à leurs côtés.

La plongée de nuit a apporté son lot de surprises ! Sur le sable, une imposante raie pastenague ainsi que des petits requins de récif profitaient des torches des plongeurs pour chercher leurs proies ; C'est uniquement la nuit que l'on pouvait admirer les murènes se

mouvoir en pleine eau à l'affût d'une prise. Une « plongée libre », le snorkeling ou PMT (palme - masque - tuba) leur a permis d'aller nager avec le requin baleine. Le dernier jour, place à la découverte du pays et surtout de l'île de Malé, capitale des Maldives, une des plus densément peuplée au monde. La mosquée, le centre islamique de Malé, bâti en 1984, un imposant bâtiment de la ville et un lieu touristique prisé, le parc Sultan, jardin public qui sert de petit parc zoologique et de jardin botanique. Les plongeurs songent déjà à leur prochain voyage, un peu plus au nord de Malé par exemple ? Affaire à suivre....

BRÈVES DES ASSOCIATIONS

L'association des Amis de l'Histoire de Lingolsheim fête ses un an.

Tous les 15 jours, les passionnés d'histoire locale se retrouvent au Foyer Oberlin.

Deux groupes se sont constitués, l'un, avec Mlle Marianne Haegel, autour de la transcription, l'autre, avec Michel Kopp, travaille à la reconstitution du vieux Lingolsheim. L'association s'est donnée trois objectifs : recenser le patrimoine architectural local, transmettre grâce à

la transcription des vieux documents, et la collecte de témoignages d'anciens.

Renseignements :

Jean-Marie Salomon 03 88 12 65 04

Athlétisme

Vous aimez courir, sauter et lancer. Vous voulez découvrir plus précisément toutes les disciplines de l'athlétisme, de la perche à la hauteur, du marteau au javelot, du sprint aux haies ou au demi-fond?

Participez cet été au stage de découverte de l'Athlétisme organisé par l'IBAL au stade Joffre-Lefèbvre les 29, 30 et 31 août 2011 de 14h à 17h.

Renseignements et inscriptions :

Albert Koffler (06 80 42 66 20 & Charles Klein : 03 88 77 11 34

Consultez en temps voulu le site internet : <http://ibal.athle.com>

LES JARDINS D'EPISODE

UNE GÉNÉREUSE RÉCOLTE

La récolte aux jardins familiaux d'Episode bat son plein. Ils sont six à s'y atteler, accompagnés depuis le début de l'expérience par un bénévole : André Haan. Votre Journal les a rencontrés, sous une tonnelle ombragée par des plantes autour d'un café.



Depuis le printemps, six personnes s'occupent des jardins de l'Épicerie sociale Episode. Un travail de tous les jours qu'ils accomplissent avec un plaisir immense. Tous les vendredis, la petite équipe se retrouve sur place pour travailler la terre, semer, arroser, biner, récolter, arracher les mauvaises herbes. En plus de la parcelle commune réservée à l'Épicerie, chaque personne dispose de sa parcelle personnelle pour planter. Courgette, carotte, radis, piments, aubergines, poivrons, potimarron, tomates, haricots,... ici « c'est du bio, il n'y a pas de pesticides » explique fièrement un jardinier amateur. Chaque année, les jardiniers innovent. Cette année, ils ont planté des framboisiers, des groseillers et des fraisiers. « J'adore venir ici, ça me sort de mon petit studio, mes soucis partent » explique Annie. Quant à Fabien, il vient tous les jours arroser. « Il a fait tellement chaud en mai que je n'osais pas laisser les jardins une journée sans eau ! »

Luc, comme les autres d'ailleurs, attendait la récolte avec impatience « C'est une satisfaction de faire nos légumes nous-mêmes, d'en faire pour les autres aussi, et de cuisiner ensuite. »

La récolte de la parcelle commune permet d'achalander chaque semaine l'Épicerie Sociale en légumes frais.

Plus qu'un lopin de terre, les Jardins d'Episode sont surtout un lieu d'échanges de savoir-faire, un endroit où nouer des liens sociaux.

UN ÉTÉ À L'ALBATROS

DES SORTIES, DES JEUX, DU CAMPING

Du 4 juillet au 2 septembre, le programme du secteur enfants sera riche et varié. Chacun devrait trouver chaussure à son pied !



L'équipe d'animation propose différents thèmes suggérés par les enfants durant l'année tels que les quatre éléments, de la nature à la ville ou encore les 5 continents.

Ces thèmes se déclinent en projets comme par exemple de la sculpture, d'art de ville / nature de l'art, le travail du bois. Ainsi, le petit baroudeur découvrira sur son chemin en journée complète ou en demi-journée : des sorties à la journée chaque semaine alliant le ludique et le culturel (Parc animalier de Rhodes, à Lembach dans la nature, Bioscope et spectacle médiéval au château du Haut Barr et bien d'autres encore.) - des activités de toutes sortes : jeux collectifs, grand jeu dans la ville, art-plastique

- des sorties comme la pêche, le vélo, la piscine agrémenteront leurs voyages, -mais aussi, une nuit sous tente au camping de la Montagne Verte. Sans oublier les parents qui pourront participer aux journées à thèmes et aux sorties. Le programme détaillé des vacances se trouve à l'accueil du centre. En attendant les vacances, rendez-vous cet été pour de belles aventures !!!

Inscriptions
les lundis et jeudis de 16h à 18h30
et le mercredi toute la journée au CSC Albatros.
Renseignements : 03 88 76 55 00

L'ALBATROS ET LA RÉSIDENCE DU PARC

UN VERNISSAGE MAIN DANS LA MAIN

Mercredi 15 juin la résidence du Parc, l'Accueil de jour et le CSC ont présenté l'exposition génération de mains.

Une centaine de personnes enfants et adultes ont répondu présent lors du vernissage qui d'est déroulé à la Résidence du Parc.

Les visiteurs ont pu découvrir les différentes thématiques : « La ronde des mains » qui a mis en avant la rencontre entre les personnes, « La main dans la main » qui a rendu possible le voyage à bord du TRAM direction le Vaisseau, espace culturel, « La main à la pâte » avec la confection de gâteaux, « Des mains pour le dire », action phare du projet avec la collaboration de l'artiste peintre Christian Weber. Le projet mettait en avant la transmission en utilisant

l'image de l'arbre : les racines représentent le passé et le tronc et les branches représentent le futur. Ce projet a été ponctué par deux autres actions : « clefs en mains » pour la chasse aux œufs et « jeux de mains » pour les comptines et chansons à doigts.

Cette exposition illustre le fruit d'un travail fort en partenariat entre les trois structures, les enfants et les aînés. L'équipe a voulu mettre en avant des valeurs fortes développées lors des différents ateliers telles que le respect entre les générations, le « créer ensemble » et la transmission de savoirs.

Votre Journal - Juillet 2011 - n°112 - 25

Mercredi 27 juillet / 17h - 20h

Don du sang

Au Foyer Saint-Joseph, rue de l'École

Samedi 27 août / 17h30

Sport

Course Nature 13 km

Fest'ibal, organisé par l'association Ill Bruche Athlétisme Lingolsheim (IBAL)

Départ : Collège Maxime-Alexandre, rue Kastler
Rens. www.fest-ibal.fr ou 06 76 04 92 59

Dimanche 4 septembre : 8h-18h

Marché aux puces du Football Club Lingolsheim

Rue du Maréchal Foch
Buvette et petite restauration sur place
Rens. 03 88 76 92 17

Samedi 10 septembre / 10h - 17h

Forum des Associations

Au Stade Joffre-Lefebvre, rue de Graffenstaden
Buvette et petite restauration sur place
Rens. 03 88 78 88 88

Mercredi 21 septembre / 17h - 20h

Don du sang

Au Foyer Saint-Joseph, rue de l'École

Samedi 24 septembre / 10h - 18h

Inauguration du CSC Albatros et portes ouvertes

Rens. 03 88 76 55 00

Dimanche 25 septembre / 17h

Concert

Les Petits Chanteurs à la Croix de Bois

Eglise Saint-Jean Baptiste, rue du Maréchal Foch
Entrée : 20 € (adultes et jeunes à partir de 15 ans) - Gratuit pour les enfants et les jeunes de moins de 15 ans accompagnés d'un adulte, l'entrée libre.

Mardi 4 octobre / 19h

Conférence Santé

La maladie d'Alzheimer

Maison des Arts, 8 rue du Château
Rens. 03 88 78 92 79

Vendredi 7 octobre / 19h

Théâtre

Soirée d'ouverture de la saison culturelle de la Maison des Arts avec la compagnie Houppz, un spectacle visuel burlesque et poétique



Maison des Arts -
8 rue du Château
Renseignements :
03 88 78 88 82

DU 9 au 13 JUILLET 2011

animations GRATUITES

Jours d'été à LINGOLSHEIM

PARKING SURVEILLÉ

au parc ZIMMER sous chapiteau (700 m²), en face du stade Joffre-Lefebvre

Ville de Lingolsheim

9 sa
Ambiance musique sa
Orchestres SANTA ROSA
et Les HORIZONS à 20H30

10 Di
à 14H30
Jouons, amusons-nous!
A 17h, spectacle musical:
« Dalton, chante en couleurs »

11 Lu
à 20H30
La choucrouterie
Pour 7 merveilles
et beaucoup d'autres

12 ma
à 20H30
impro et surprises
Théâtre de l'Oignon

13 me
à 20H30
rythmes
et pas de danse
Avec l'orchestre NUAGE
A 23h, feu d'artifice