L'ECHO DES CANARONS

HIVER 2018

LE MOT DU MAIRE

Chères Levalloises, chers Levallois,

C'est dans un contexte de crise économique difficile que l'année 2018 se termine pour un bon nombre d'entre nous.

En effet, les mesures annoncées ne répondent pas au malaise qui s'exprime aujourd'hui. L'enjeu écologique est posé sans grande ambition, quant à l'urgence sociale, elle est totalement exclue des débats. Cependant, elle est bien au cœur des préoccupations et de la colère exprimée depuis le 17 novembre.

Il suffit de suivre l'actualité locale et les témoignages, entre autres, des ouvriers de l'entreprise de Vallourec pour comprendre que l'augmentation du pouvoir d'achat est la priorité pour un bon nombre de français.

Bien évidemment, je ne cautionne pas tous ces actes de violences organisés par ces casseurs qui s'intègrent au mouvement pacifique des gilets jaunes.

C'est donc dans un contexte difficile que je vous souhaite tout de même de bonnes fêtes en famille.

En espérant que l'année 2019 apportera des résultats à la hauteur des revendications exprimées.

A noter que notre traditionnel marché de Noël du dimanche 16 décembre se prépare où plus de 25 exposants vous accueilleront.

Pour terminer, le Conseil Municipal et moi-même vous invitons à notre cérémonie des vœux qui se déroulera le samedi 12 janvier à 18h à la Salle des Sports.

Votre Maire, Jacques Thurette

SOMMAIRE

1/ Le mot du maire

2/ Etat civil

3/Souvenir photo de la rentrée scolaire

4/ Des nouvelles de l'école

5/La rétro des événements municipaux

6/Suite

7/Suite

8/La médiathèque municipale

9/ La Ruche qui dit Oui !

10/Des nouvelles des associations

11/Suite

12/ Page sportive

13/Portraits de Juliette Normand et Charlotte Devin

14/L'histoire de Matthieu Hottelet

15/Le calendrier des rendez-vous communaux de décembre

16/Info C.P.A.M. : la grippe

17/ Info C.P.A.M : le dossier médical partagé

18/ Des astuces pour économiser l'énergie au quotidien

19/La recette de cuisine du Parc Naturel Régional de l'Avesnois

20/ Le marché de Noël

Nous souhaitons une bonne retraite à notre facteur, Michel Soufflet après 11 années au service de notre commune !

Mairie de Leval, 61 rue Emile Brasselet

Tél : 03.27.53.61.20 – Fax : 03.27.53.61.29 – e-mail : mairedeleval@wanadoo.fr

Horaires de la mairie : du lundi au vendredi 8h -12h 13h -16h30, fermée le jeudi après-midi

ETAT CIVIL

Monsieur Guy Vatin, retraité de la Société Maubeuge Construction Automobile, Ancien Combattant d'Algérie et Président de l'Union Locale des Anciens Combattants de Leval, nous a quittés ce mercredi 31 octobre.

M.Vatin était une figure incontournable des traditionnels défilés de commémoration.

Son enthousiasme, son sérieux et son dévouement sans compter sont les images que gardera en mémoire son entourage.

Ses décorations sont nombreuses : Croix du Combattant, médaille Commémorative des Opérations de maintien de l'ordre en Algérie et du titre de reconnaissance de la Nation ainsi que les Médailles et diplômes d'honneur de l'Union Fédérale et de la Fédération Nationale des Anciens Combattants d'Algérie sont preuves de son investissement dans ses fonctions.

La municipalité et plus particulièrement le groupe scolaire garderont de lui le souvenir d'un homme qui entretenait un devoir de mémoire.

Une pensée émue pour ce petit bonhomme emporté par la maladie à l'âge de 9 ans…

Les nombreux hommages rendus démontrent toute la gentillesse que Ryan renvoyait à tous.

Nul n'oubliera ce garçonnet passionné de football.

RYAN

Un message des enfants
de Mme Boisdenghien

" Au nom de ses enfants, petits-enfants et arrière petits- enfants, nous avons le regret de vous faire part du décès de notre maman Nadine, épouse de Jean-Marie Boisdenghien, survenu le 16 octobre 2018 à l'âge de 76 ans.

Originaires de Ferrière la petite, notre papa et elle ont emménagé sur Leval en 1967.

Maman de 8 enfants et médaillée de bronze, d'argent et d'or de la famille française, elle accompagna notre père dans toutes ses activités bénévoles au sein de l'amicale des Pompiers et du comité des fêtes.

Sa disparition laisse un grand vide dans notre cœur à tous. "

DES NOUVELLES DE NOTRE GROUPE SCOLAIRE MARTHA DESRUMAUX

292 enfants répartis en 12 classes ont repris le chemin de l'école ce lundi 3 septembre.

LES ELEVES DE CM2 PRENNENT LA PAROLE…

« Charlotte est une jeune femme qui est venue dans notre école pour nous raconter ce qu'elle va faire au Japon, où elle va étudier le japonais. Charlotte part au Japon pendant neuf mois, de septembre 2018 à mai 2019. Le japon est formé de plusieurs îles. Charlotte va habiter à côté de Tokyo mais elle va à l'école de Tokyo. Au Japon, il existe deux sortes d'alphabets. Elle va manger du soja, du tofu, des algues. Elle va habiter chez une famille japonaise.

Le groupe scolaire a une pensée émue pour M. Guy Vatin qui était venu rencontrer les élèves de Cm2 et évoquer ensemble la première guerre mondiale.

« Virgil est une personne qui part en Antarctique pour étudier les animaux. Là-bas, il y fait -30° C en hiver et en été, il fait 5°C. Il y a plusieurs espèces d'animaux : il y a des orques, des manchots, quelques léopards des mers. Mais la différence entre un manchot et un pingouin c'est que le manchot nage et le pingouin vole. Trois personnes vont étudier : Virgil pour les manchots, une pour des oiseaux et le dernier pour les animaux sous-marins. Pour aller en Antarctique, il prend l'avion et après le brise-glace. Dans la base, il y a un médecin, un cuisinier. Il y a le gaz et l'électricité. Virgil part en Antarctique 14 mois. »

Virgil, un jeune homme qui part en Antarctique dans le cadre d'un service civique, est venu présenter et expliquer son projet, jeudi 6 septembre, à l'ensemble des classes de CE2, CM1 et CM2 de l'école Martha Desrumaux de Leval.

Virgil part étudier l'évolution des manchots et l'impact du réchauffement climatique sur leur vie. Il part pour une durée de quatorze mois et résidera sur la base de Dumont Durville.

Devant des élèves à l'écoute et très intéressés, il a expliqué son projet, son voyage et à l'aide de cartes et de photos plastifiées, il a fait découvrir le bateau brise-glace qui le mènera en Antarctique et les animaux qui peuplent ce continent.

Les enfants ont pu alors apprendre la différence entre un pingouin et un manchot, imaginer la rudesse du pays (Virgil devra porter une combinaison lors de ses sorties hors de la base) … et ont posé des tonnes de questions auxquelles Virgil a tenté de répondre le plus simplement possible.

Une correspondance va être établie entre Virgil et certaines classes de l'école, aussi bien par lettres que par mails, des appels vidéo ont même été envisagés si le réseau Internet le permet.

Toute l'école remercie grandement Virgil pour son intervention, espère avoir des nouvelles dès son arrivée en novembre et lui souhaite bon Antarctique !

Audrey Pouilly (CM1 CM2)

LA RETRO DES EVENEMENTS MUNICIPAUX DE CES DERNIERS MOIS…

SAMEDI 8 SEPTEMBRE

LE FORUM DES ASSOCIATIONS

Samedi 8 septembre, c'était la 5ème édition du forum des associations et nous voudrions remercier toutes les associations qui encore une fois en répondant présentes à notre invitation font vivre le village, sans oublier les associations extérieures partenaires fidèles de nos manifestations,

Nous avons de la chance de posséder un tissu associatif très diversifié et le forum est le moment idéal pour apprendre à connaître tout ce qui peut être proposé sur un plan sportif , de loisirs ou d'utilité publique !

Rendez-vous donc en septembre 2019.

DIMANCHE 14 OCTOBRE

LE REPAS DES AINES

Visite aux doyens le vendredi 12 octobre.

Une délégation municipale accompagnée de membres de l'association La Fraternelle s'est rendue au domicile des doyens de la ville : Paul Skowyra né le 25 novembre 1924 et à Adrienne Caurette née le 18 décembre 1922.

Nos élus autour des doyens au repas : Michel Buffart et Huguette Deruelle.

Bettina a enflammé la piste de danse avec ses reprises de variété française et n'en déplaise aux dames les messieurs ne se sont pas fait prier pour accompagner sur la piste la chanteuse qui a fait le show tout au long du repas.

Les 230 convives sont repartis ravis avec en outre un petit présent offert par la commission des personnes âgées.

DIMANCHE 21 OCTOBRE

LA JOURNEE DE LA CITROUILLE

Une fois encore, la journée de la citrouille a ravi les enfants de la commune mais aussi les parents qui ont joué le jeu, car nombreux étaient venus déguisés accompagner leurs monstrueuses progénitures : on se serait cru dans la famille Addams.

Malgré une météo peu encline aux cucurbitacées cette année, le concours de citrouilles décorées a récompensé une quinzaine de participants et trois prix ont été décernés au concours de la plus grosse citrouille.

Comme d'habitude, la municipalité aime jouer à l'école des fans car tous les enfants qui participaient aux jeux repartaient avec un petit lot et un sachet de bonbons.

Les plus grands quant à eux se sont amusés avec la pièce hantée dont le succès est grandissant d'année en année.

La journée s'est clôturée avec deux danses menées par l'association le Café Tricot qui mettaient en valeur les stars du jour : les sorcières d'Halloween.

DIMANCHE 4 NOVEMBRE

LA COURSE DES COULEURS

Depuis le début de notre mandat et à la demande de notre maire, la commune s'investit pour le téléthon avec le soutien des associations.

En 2014 et 2015, nous avions organisé 2 tournois de foot et depuis 2016 nous avons lancé la course des couleurs qui remporte un réel succès auprès des jeunes et moins jeunes heureux de participer à cet événement festif tout en faisant une bonne action.

Cette année, nous aimerions remercier l'association Helpassistance Signaleur Avesnes-sur-Helpe qui pour la 2ème fois nous a mis à disposition une vingtaine de signaleurs gratuitement pour encadrer la course en toute sécurité ainsi que l'association Body Moove Fit qui une fois de plus a contribué au succès de cette manifestation en gérant la buvette, la petite restauration, l'échauffement et a su motiver ses membres qui ont participé en masse à cette course des couleurs !

Un énorme merci aussi à la structure APS (représentée par son directeur Benoit Daem et Aurélie Largillière) qui a tenu un stand dans le cadre du mois sans tabac !

On ne peut oublier tous les bénévoles qui ont géré les inscriptions, lancé la poudre, aidé à la sécurité : ils étaient plus d'une vingtaine et sans eux aussi rien ne serait possible !

Rendez-vous l'année prochaine pour faire encore mieux !

Vainqueurs de la course 9,2 kms :

-Antoine Gastout

-Eric Legris

-Romain Plust

-Jean-Marc Gy

Vainqueur de la course 4,6 kms :

-Ovide Dodé

L'INAUGURATION DE LA SALLE « LES FORGES – ESPACE MINGUET »

C'est en présence de M. Benjamin Saint-Huile (président de la Communauté d'Agglomération Val-de-Sambre, de M. Bernard Baudoux (Vice -Président) et de Mme Anne-Laure Cattelot (Députée de la 12è circonscription du Nord) et devant une foule venue nombreuse, que la municipalité a inauguré cette nouvelle salle de réception.

Le besoin de renommer cet espace était devenu nécessaire puisque servant aussi de lieu de restauration scolaire, on ne pouvait rester sur l'idée d'un nom qui ne convenait plus.

L'Histoire de la ville a fait le reste puisque nous sommes remontés aux origines de cette salle pour trouver l'inspiration.

En effet, il fut un temps où l'essor industriel de la région Sambre Avesnois était renommé. Leval a profité de cette période chaotique (puisque nous traversions deux conflits mondiaux) pour se faire une place grâce aux Forges de Leval-Aulnoye fondées au début du XXè siècle par Jean-François Minguet, cet industriel d'origine belge venu s'installer sur les bords de Sambre.

Il laissa quelques héritages au fur et à mesure de sa carrière ici : comme l'ancien kiosque ou encore l'école du Petit-Maubeuge et bien sûr cet espace qui servait de salle de sports.

Monsieur le Maire remettant la médaille de la ville à Mme Anne-Sylvie Minguet (arrière petite-fille du fondateur des Forges de Leval-Aulnoye.

L'Association Mémoire du Patrimoine Levallois s'est chargée d'illustrer cette journée par le biais d'une exposition célébrant le centenaire de l'Armistice de la Grande Guerre et d'une exposition retraçant la période faste des Forges.

CEREMONIE DU 11 NOVEMBRE

Les élèves du groupe scolaire étaient invités à chanter La Marseillaise.

DES NOUVELLES DE LA MEDIATHEQUE MUNICIPALE

COUP D'ŒIL DANS LE RETRO …2018

Les grands événements de l'année :

-L'Atelier Stop-Motion (avec le Fil d'Elea et Korzen Concept)

-L'atelier manga à l'occasion des 48H BD (avec Mad Crow)

-La participation au Rallye du Patrimoine Levallois

-L'exposition « Les Dinosaures » (M.D.N.)

-La Bourse aux livres et autres documents

-La journée professionnelle avec Anne Crausaz (Festival Premières Pages avec la MDN)

-L'exposition « Les formes dans la nature » (dans le cadre de la Semaine de la Science)

-le jeu de l'oie géant Halloween

-« Pousse la Porte » (projet culturel en partenariat avec la D.R.A.C., le C.S.C. La Florentine, le 232U, la médiathèque municipale d'Aulnoye)

Anne Crausaz (ci-contre, à droite) originaire de Lausanne, auteure et illustratrice pour la jeunesse, était l'invitée de la médiathèque le mardi 9 octobre. Un événement en partenariat avec la Médiathèque départementale du Nord pour le projet « Premières Pages ». Après avoir présenté son travail le matin, l'après-midi elle s'est consacrée à un atelier tourné vers les professionnels de la petite enfance.

Le lendemain, ce sont les familles et leurs petits qui ont été conviés à découvrir l'univers de ses livres en réalisant une création sur Raymond l'escargot, personnage phare de cette auteure.

Les ateliers « Têtelart » basés sur l'art plastique ont lieu le mercredi matin et l'instant « Prête-moi une oreille le temps d'une histoire » le vendredi à 16h30. Ces rendez-vous ponctuent l'année selon un calendrier élaboré en début d'année.

La médiathèque entretient un partenariat étroit depuis quelques années avec les écoles et le groupe scolaire Martha Desrumaux depuis son ouverture en accueillant les 12 classes selon un roulement hebdomadaire. Nous travaillons essentiellement pour le concours littéraire des Incorruptibles qui nous permet d'aborder divers thèmes.

Les actions « Hors les murs » :

-actions au centre de loisirs sans hébergement

-présence à « La Ruche qui dit Oui ! »

Horaires d'ouverture :

Mardi : 13h30 17h00

Mercredi : 10h 12h 13h30 16h30

Vendredi : 10h 12h 13h30 17h

Le Val du Livre Médiathèque de Leval

Vacances de Noël : ouvert uniquement les mercredis 26 décembre et 2 janvier

LA RUCHE QUI DIT OUI !

Depuis sa première distribution en mai, La ruche de Leval a évolué et propose depuis de nouvelles offres :

Outre des produits laitiers bio avec crème fraîche et beurre, nous avons dorénavant de la farine. Nous avons eu aussi la joie d'accueillir Chrystelle Croix artisan sur Leval, qui nous propose ses créations personnalisées, ainsi qu'un producteur de Spiruline originaire de Frasnoy, une créatrice de bijoux artisanaux de Sars Poteries, un artisan de jouets en bois situé à Rousies et les produits Pikaro (café et thé) qui nous viennent de Valenciennes !

Votre soutien nous permettra au fur et à mesure de toujours vous proposer des produits de qualité et des offres renouvelées et ainsi de continuer à animer notre commune tout en consommant mieux et en aidant les producteurs locaux à vivre de leur métier !

Et pour s'inscrire, toujours sur le site " la ruche qui dit Oui ", une adresse mail suffit puis une fois votre inscription validée, il suffit de rejoindre la Ruche de Leval !

Christelle Pouilly

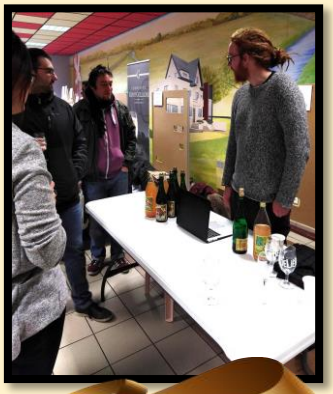
MANGER MIEUX - MANGER JUSTE

Pour les fêtes, nous aurons aussi des produits comme le champagne de l'entreprise Guyot-Guillaume située à côté de Reims ou du foie gras et Lucculus de l'établissement « Les foies gras de Saulzoir » ou pourquoi pas une petite bière « La Gadelière » du collectif Parasite !

Alors pour ceux qui n'ont pas encore osé franchir le pas, venez nous rencontrer lors d'une de nos distributions le samedi 8 ou le samedi 15 décembre. Ainsi, vous verrez comme la démarche est simple et sans aucun engagement.

...Retour sur la Ruche du 24 novembre ...

Dégustation était le maître mot de cette distribution exceptionnelle, avec une présentation des nouveaux partenaires.



Au menu : champagne, foie gras, bière, bûches pâtissières et même bijoux. De quoi préparer de joyeuses fêtes en faisant travailler les producteurs locaux.

Les distributions des samedis 22 et 29 décembre se feront dans la Salle Paroissiale !

DES NOUVELLES DES ASSOCIATIONS

BODY MOOVE FIT

Notre association créée en 2015 a rapidement pris une certaine ampleur avec des activités diverses et variées.

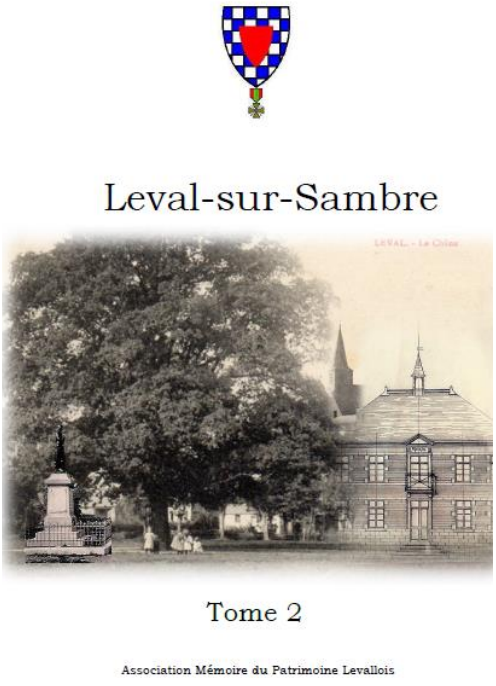
C'est bien connu faire du sport est bon pour la santé. Pour cela, nous nous engageons à vous procurer un bien -être physique mais également psychologique, le tout dans la joie et la bonne humeur.

Que vous soyez novice, intermédiaire ou confirmé, il y a forcément un cours qui vous correspond. Vous n'imaginez pas tout ce que l'on peut faire pour vous !

La coach Stéphanie

Retrouvez-nous : Body Moove Fit

MEMOIRE DU PATRIMOINE LEVALLOIS



L'association est heureuse de présenter le tome 2 de Leval-sur-Sambre. Les chapitres se succèdent au fil des pages retraçant la suite de l'histoire commencée il y a 3 ans.

Nous avons fait de notre mieux, une seconde fois, pour vous faire apprécier la richesse de la ville dans laquelle nous vivons.

Nous vous invitons à feuilleter les pages de cet ouvrage, espérant qu'il vous replonge dans de lointains souvenirs ou, pour les plus jeunes, qu'il soit digne de votre curiosité !

Le président, Alain Deneuvillers

Les ouvrages (Tome 1 et 2) sont en vente à la médiathèque municipale ou au café Le Week-End.

ASSOCIATION DU CENTRE DE LOISIRS

Vide grenier du dimanche 9 septembre

Un dimanche réussi sous le soleil géré d'une main de maître par l'association du centre de loisirs dans ce quartier un peu excentré.

RESIDENCE DIDIER ELOY

ZOOM SUR...

"Je suis au Japon depuis 2 mois maintenant. Il me reste 7 mois avant mon retour. Et en 2 mois, j'ai appris énormément de choses sur le monde et sur moi. Ça peut paraître cliché mais ça ne l'est pas. En côtoyant des gens de différentes nationalités chaque jour, je découvre le monde d'une autre manière. C'est quelque chose de très bénéfique, croyez-moi.

En 2 mois, j'ai été confrontée à une subite indépendance. J'ai dû trouver un job à temps partiel pour subvenir à mes besoins. J'apprends aussi à gérer mes dépenses, parce que la vie à Tokyo (en dehors de la nourriture) c'est très cher. En dehors des cours, je passe bien sûr du temps avec mes nouveaux amis. Je visite la ville, les temples, je vais aussi dans des parcs de temps en temps parce que la campagne me manque un peu. Même en ayant rêvé de ce pays depuis mon enfance, je savais que tout ne serait pas rose. Je l'ai toujours su. Maintenant, est-ce que je m'attendais à ce que ce soit aussi épuisant et difficile, peut-être pas. Quoiqu'il en soit, aujourd'hui, je me porte bien, en 2 mois j'ai déjà beaucoup changé et j'ai plus ou moins réussi à m'adapter à la vie si différente que je mène ici."

L'AVENTURE AU JAPON commence pour CHARLOTTE DEVIN notre petite levalloise...

Nous la retrouverons prochainement dans un nouvel épisode !

PAGE SPORTIVE

FOOTBALL CLUB

Les jeunes à l'entraînement

C'est avec un effectif de 115 adhérents (20 de plus que l'année dernière) que se compose cette année le football club levallois.

Soit 29 jeunes dont 6 filles, 68 seniors dont 23 féminines, 1 arbitre affilié au district Escaut sans oublier les 16 dirigeants dont 7 femmes qui œuvrent chaque weekend end pour le bon déroulement des compétitions.

Le club possède une équipe U6/U7, une équipe U10/U11, une équipe U12/U13 chez les jeunes, une équipe féminine et deux équipes seniors qui pratiquent régulièrement leur sport favori.

LE JUBILE

Comme l'an dernier, la montée en division supérieure pour les seniors 1 est souhaitable. Les résultats actuels sont conformes aux prévisions du coach général qui fait un travail de grande qualité.

Pour les jeunes , la première phase s'est déroulée sans embûche avec 8 victoires et 3 trois nuls bravo à Julie qui nous rend un travail parfait sans oublier ses adjoints Alicia et Régis.

SENIOR 2

SENIOR FEMININE

Pour les féminines qui ont joué à sept et maintenant à 11 cela vient modifier bon nombre de paramètres et l'organisation dans le jeu est plus difficile à mettre en place, mais elles progressent rapidement et je ne doute pas de leurs compétences pour avoir de nombreuses victoires. J'en profite pour remercier Franck pour les entrainements et l'encadrement des filles.

Je finirai cette présentation en remerciant vivement l'ensemble des dirigeants(e), des joueurs(e) , des parents qui suivent leurs enfants , notre arbitre officiel ,notre arbitre auxiliaire, notre préparateur physique et les pièces maitresses que sont la trésorière et la secrétaire qui sont toujours disponibles et efficaces pour la bonne tenue du F.C.L.

Pour conclure merci à la municipalité et aux sponsors pour leur soutien moral et financier afin que notre club vive le mieux possible et enrichisse, de par ses résultats et ses matchs, notre belle ville.

J.Y. Merlant

SENIOR 1

LE DISTRIBPAIN

C'est le lundi 9 octobre, que la commune s'est dotée d'un distributeur automatique de pain frais.

Vous y trouverez divers pains ainsi que des viennoiseries de la boulangerie de Loïc et Julie Maguin (installés rue de l'Hôtel de Ville d'Aulnoye-Aymeries)

Le fonctionnement est simple (il accepte les espèces et les cartes bleues).

On ne peut le manquer, il se situe à côté de l'école et vous sert 24h/24h et 7j/7j.

JULIETTE NORMAND

« Je suis originaire d'un petit village au coeur de l'Avesnois. Mon enfance a été bercée par ce milieu rural. J'accompagnais régulièrement mon père vétérinaire dans ses tournées. J'allais à la ferme chez mes grands-parents.

En 2011, je décide de m'installer à Leval. Quelques années plus tard, viendront mes deux enfants.

J'ai eu connaissance du cabinet de santé par hasard. Je m'y suis présentée et une proposition d'intégration m'a été faite.

Aujourd'hui je vis à Leval, je m'y restaure et maintenant j'y travaille !

Je remercie le cabinet de santé de m'avoir donné cette chance, le conseil municipal et Mme Christelle Pouilly de m'avoir soutenue, mes amis et collègues pour leur aide précieuse, ma famille et en particulier Romain pour me supporter dans ce projet un peu fou de me lancer dans le libéral. »

La thérapie familiale permet d'aborder les relations entre les individus. Elle favorise les échanges et permet une meilleure communication. Elle interroge sur la place et le rôle de chacun, le fonctionnement de la famille.

La thérapie de couple permet d'aborder le fonctionnement du couple. Elle questionne sur les représentations, les histoires personnelles de chacun. Elle travaille sur la relation à l'autre. La thérapie aide le couple à évoluer.

Juliette Normand

Thérapeute conjugale et familiale

Cabinet de santé 38 rue F. Demay

Tél :06/72/11/83/39

L'histoire de Matthieu Hottelet, 18 ans, maréchal-ferrant, plus jeune artisan de Leval.

Collégien, son rêve était de devenir professeur de technologie mais en commençant l'équitation, il se passionne alors pour le cheval, passion qui lui a été transmise par sa maman Valérie. Quelques années plus tard, l'arrivée de son nouvel ami Quézac, un cheval qui n'avait besoin que d'amour et de douceur, désoriente Matthieu de son premier rêve d'enfant. Le déclic se fera définitivement lorsque viendra la rencontre avec le maréchal-ferrant de Quézac. Sa future profession se dévoile alors : il sera maréchal-ferrant.

Il part suivre une formation en alternance, à la MFR Beauregard de La Capelle pour la partie théorique et à Mons-en-Pévèle, pour la pratique chez un professionnel. Il sera même hébergé à Douai durant deux ans chez son parrain, Fabrice, ce qui lui permettra d'être au plus près de son employeur.

En 2017, Matthieu obtient son CAPA Maréchalerie. Alors âgé de 17 ans ½, il lui reste quelques mois à patienter pour passer le permis de conduire. Il revend sa mobylette et creuse dans ses économies pour acheter sa camionnette professionnelle joliment décorée, notamment avec l'effigie de Quézac devenu la mascotte, par son papa Christophe avec qui il partage également la passion de la moto et la restauration de vieux tracteurs. Matthieu sait qu'il peut compter sur sa famille pour le soutenir, l'aider et l'encourager dans cette belle profession.

Matthieu a installé sa micro-entreprise chez lui et, depuis début Octobre, il propose donc ses services dans un rayon de 60 km.

Parages, ferrages à chaud et à froid, ferrures classiques ou orthopédiques, il s'adapte à tous les équidés. Sa priorité étant le confort de l'animal, les témoignages sur les réseaux sociaux parlent déjà de son grand professionnalisme, de sa patience et de sa douceur avec les animaux. Matthieu veut aller plus loin et entamera plus tard une formation supplémentaire en orthopédie.

Il sait qu'il lui faut faire ses preuves, que tout ne sera pas facile, qu'il doit se faire sa clientèle, mais il est courageux et volontaire, nous ne doutons pas de lui et lui souhaitons une très belle réussite dans sa profession. N'hésitez pas à faire appel à lui au 06.34.99.30.25 ou par mail : mariushott@hotmail.fr

M.H.Maréchalerie

Calendrier des événements de décembre organisés dans votre commune

Jeudi 6 décembre

Cinéma offert aux enfants de l'école et visite de Saint-Nicolas

Du dimanche 9 au samedi 22 décembre

Concours des maisons illuminées

Inscription en mairie ou au 06/25/94/52/17 ou sur l'événement Facebook « Concours municipal des maisons illuminées 2018 »

Dimanche 16 décembre

Marché de Noël en Salle des Fêtes et Foyer André Meurant

de 10h à 18h (+ de 20 exposants)

Mercredi 19 décembre

Goûter des jeunes sportifs

de 16h à 17h en Salle des Fêtes

Du mercredi 19 au vendredi 21 décembre

Distribution des colis de Noël à domicile

Jeudi 20 décembre

Goûter des anciens en Salle des Fêtes de 15h à 17h

Vendredi 21 décembre

Visite du Père Noël à l'école

JOYEUSES FETES DE FIN D'ANNEE !

l'Assurance Maladie
HAINAUT

INFORMATIONS
DE L'ASSURANCE MALADIE DU HAINAUT novembre 2018

mon parcours d'assuré

Le vaccin contre la grippe est disponible jusqu'au 31 janvier 2019. Ne laissons pas la grippe nous gâcher l'hiver, vaccinons-nous !

D'origine virale, la **grippe** est une infection respiratoire aiguë très contagieuse qui reste imprévisible. Pour les personnes fragiles, elle peut entraîner des complications graves et des hospitalisations. Durant l'hiver 2017-2018, les hôpitaux français ont enregistré plus de 75 000 passages aux urgences liés à la grippe.

Certaines personnes, plus fragiles, ont plus de risques de faire une forme grave de la grippe : les personnes de 65 ans et plus, les femmes enceintes, les personnes souffrant d'une maladie chronique (diabète, problèmes cardiaques ou pathologies respiratoires par exemple) et les personnes obèses (IMC supérieur à 40). Leur corps se défend moins bien contre le virus et la grippe peut entraîner chez elles des complications graves.

Le **vaccin** représente pour les personnes fragiles le **premier geste de protection** contre la grippe. Il doit être renouvelé tous les ans car les virus qui circulent évoluent d'une année sur l'autre. La composition du vaccin est donc adaptée chaque année.

Même s'il ne permet pas toujours d'éviter la maladie, le vaccin réduit significativement le risque de complications graves. Il est **pris en charge à 100 %** pour les personnes les plus à risque qui reçoivent un bon de prise en charge envoyé par l'Assurance Maladie.

Qui peut vacciner contre la grippe ?

Les professionnels de santé autorisés à vacciner sont :

- les médecins,
- les infirmiers,
- les sages-femmes (pour les femmes enceintes et l'entourage des nourrissons de moins de 6 mois),
- les pharmaciens (pour les personnes majeures seulement).

l'Assurance Maladie
HAINAUT

INFORMATIONS
DE L'ASSURANCE MALADIE DU HAINAUT
novembre 2018

mon parcours d'assuré

Le Dossier Médical Partagé (DMP) est un nouveau service de l'Assurance Maladie. Véritable carnet de santé numérique, il conserve la mémoire de votre santé. Créez-le !

Le DMP vous permet de conserver vos informations de santé en ligne (historique de soins des 24 derniers mois, traitements, résultats d'examens, antécédents médicaux, comptes-rendus d'hospitalisation…) et de les partager avec les professionnels de santé de votre choix, qui pourront ainsi mieux vous soigner.

Un meilleur suivi pour une meilleure santé

Gratuit et confidentiel, le DMP est avant tout un service utile. En simplifiant et en sécurisant le partage des informations de santé utiles à votre prise en charge, le DMP favorise la coordination et la qualité des soins entre tous les professionnels de santé, même à l'hôpital.
Une fois le DMP créé, vos informations de santé (déposées dans le DMP par les professionnels de santé qui le prennent en charge ou par vous-même) sont accessibles à tout moment sur le site dmp.fr ou via l'application mobile DMP. Elles peuvent être consultées, avec votre accord, par votre médecin traitant ou par tout professionnel de santé qui est amené à vous prendre en charge. À chaque instant, vous gardez le contrôle de l'accès au service. Vous pouvez ajouter une information (personne à prévenir en cas d'urgence, personne de confiance, directives de fin de vie…) ou décider de masquer certains documents.

Comment créer votre DMP ?

Vous pouvez facilement créer votre DMP en vous connectant sur le site www.dmp.fr :

- munissez-vous de votre carte Vitale,
- renseignez une adresse mail ou un numéro de téléphone mobile qui servira à vous avertir dès qu'un nouveau document sera ajouté à votre DMP,
- déclarez votre médecin traitant et choisissez les professionnels de santé pouvant y accéder.

Vous pouvez aussi vous rendre chez votre pharmacien ou dans votre caisse d'assurance maladie qui l'ouvrira pour vous ou pour votre enfant mineur.

Comment faire des économies d'énergie au quotidien

La consommation d'énergie représente une partie non négligeable des dépenses chez les ménages. Il existe de nombreuses solutions pour réduire votre consommation énergétique, que ce soit des réflexes à prendre au quotidien ou des petits équipements à installer. Pas besoin d'habiter dans une cabane pour limiter votre consommation d'énergie, voici des moyens simples de faire des économies chez vous !

Quelques conseils :

- J'évite de surchauffer mon logement. Il est conseillé une température de 19°C dans les pièces à vivre, et 16°C dans les chambres
- Je baisse le chauffage dans les pièces inoccupées
- Je fais entretenir chaque année ma chaudière par un professionnel et je purge régulièrement mes radiateurs
- J'utilise un éco-mousseur sur mes robinets pour réduire ma consommation d'eau
- Je branche mes appareils sur une multiprise avec interrupteur pour couper le courant facilement et ainsi éviter la veille prolongée
- Je lave mon linge à basse température
- Je dégivre mon réfrigérateur dès que la couche de givre dépasse 3mm.
- Je privilégie le lave-vaisselle rempli en mode « éco » plutôt que de faire la vaisselle à la main
- Je recouvre mes casseroles quand je cuisine
- Lorsque je me brosse les dents j'utilise un verre pour me rincer plutôt que de laisser couler l'eau
- J'installe des ampoules LED
- Je privilégie le séchage de mes vêtements à l'air libre
- J'installe des bas de porte devant les portes pour éviter les déperditions de chaleur
- Je préfère la douche au bain
- Je pose des joints autour des fenêtres

Vous souhaitez aller plus loin et réaliser au moins 8% d'économie sur vos factures participez au Défi des familles à énergie positive, dispositif national relayer sur le territoire par le Parc naturel régional de l'Avesnois. Pour cela inscrivez-vous sur la plateforme locale http://avesnois.familles-a-energie-positive.fr ou contactez Melvin Deljehier au 03 27 21 49 51.

Le Parc naturel régional de l'Avesnois – cour de l'abbaye 59550 Maroilles.
Tel : 03 27 77 51 60 - contact@parc-naturel-avesnois.fr.
Vous souhaitez en savoir plus sur les actions et missions du Parc : www.parc-naturel-avesnois.fr

Pour les fêtes de fin d'année pensez aux produits de l'Avesnois !

Pour concocter vos repas de fêtes, pensez à acheter vos produits chez les producteurs de l'Avesnois. Notre territoire compte de nombreux producteurs fermiers et artisans qui transforment et commercialisent leurs productions localement.

En Avesnois le terroir s'exprime avec goût !

A l'approche des fêtes de fin d'année, vous souhaitez consommer local et/ou bio, retrouvez directement les produits du territoire **chez les producteurs**, dans le réseau des **14 Boutiques de l'Avesnois**, sur les **marchés bio et/ou de producteurs**, ou dans les **AMAP**…

Produits nobles par excellence les produits locaux rehausseront vos tables de fêtes et éveilleront vos papilles : escargots, foie gras, volailles, bières, fromages…

Vous pouvez aussi déguster des produits locaux dans les 10 restaurants membres du **réseau « les Restaurateurs de l'Avesnois »,** qui mijotent leurs plats à partir de produits de l'Avesnois.

Retrouvez la liste des producteurs, des Boutiques et Restaurateurs de l'Avesnois, des AMAP et des marchés bio sur notre site internet **www.parc-naturel-avesnois.fr**

Consommer local, bio, c'est être acteur de son alimentation en recréant du lien avec les producteurs, c'est encourager une économie locale créatrice d'emploi, c'est réduire l'impact environnemental et favoriser les produits frais et de saison.

Retrouvez sur notre site www.parc-naturel-avesnois.fr des fiches recettes concoctées à partir de produits locaux. Vous souhaitez en savoir plus, retrouvez toutes les informations et adresses utiles sur notre site internet : www.tourisme-avesnois.com ou sur le site internet www.ouacheterlocal.fr avec cet outil que vous soyez chez vous, sur votre lieu de travail ou en week-end, en quelques clics vous retrouvez les points de vente situés à proximité ou sur votre parcours.

Tartelette poires – Pavé Bleu

Ingrédients pour 4 personnes :

Une pâte brisée
200g de Pavé Bleu
2 grosses poires de l'Avesnois
20g de beurre fermier
Une cuillère à soupe de cassonade
Sel, poivre

- Découper 4 cercles de 10 cm de diamètre de pâte brisée.
- Placer les 4 cercles de pâte sur une plaque et les passer au four à 180°C pendant 15 min.
- Découper dans chaque poire deux rondelles d'environ 3 cm de haut dans la partie la plus large de la poire sans l'éplucher. Retirer les pépins au cœur de la rondelle.
- Faire revenir 5 min les rondelles de poire à la poêle avec un peu de beurre et une cuillère à soupe de cassonade. Saler, poivrer.
- Placer les rondelles de poire sur les cercles de pâte déjà cuite puis ajouter par dessus un morceau de Pavé Bleu.
- Faire gratiner au four à 180°c pendant 10 min.
- Servir avec une salade.

Le Parc naturel régional de l'Avesnois – cour de l'abbaye 59550 Maroilles.
Tel : 03 27 77 51 60 - contact@parc-naturel-avesnois.fr.
Vous souhaitez en savoir plus sur les actions et missions du Parc :
www.parc-naturel-avesnois.com - Photos : © PNRA

INFOS A.L.S.H.

Des travaux sont prévus en début d'année, et ce pour assurer un meilleur confort aux enfants. Les locaux du centre de loisirs (ex Ecole Paul Langevin) ne seront pas disponibles. Il n'y aura donc pas d'accueil de loisirs durant les vacances d'hiver.

APPEL A LA VIGILANCE

Le mois de décembre, comme chaque année, connaît une recrudescence importante de vols dans les habitations (penser à vérifier vos serrures, à verrouiller même si vous êtes présents dans votre logement etc), les locaux industriels et aussi les véhicules en stationnement (objets apparents pouvant susciter la convoitise).

Soyez vigilants et prenez toutes les mesures nécessaires afin d'éviter tout désagrément.

En cas de doute, n'hésitez pas à contacter votre commissariat de police.

03/27/67/01/10

Nous remercions toutes les personnes qui ont participé à l'élaboration de ce journal (diffusion des informations, rédaction, mise en page, relecture…) et nous vous donnons rendez-vous au printemps.
En attendant, Joyeuses Fêtes !
Christelle et Céline