

# Aujourd'hui pour Demain n°200

1,30 €



	guilletes	P. 2
	tombola	P. 3
	Qi Gong	P. 4
	multisports	P. 4
	duchet	P. 4
	forum associations	P. 5
	couture	P. 6
	cyclo	P. 6
	Verts Sapins	P. 6
	envergures	P. 6
	adeux	P. 6
	artisanat	P. 6
	épidémise	P. 7
	armoise	P. 7
	recette	P. 7
	associations	P. 8
	sudoku	P. 8

## Éditorial

Fait exceptionnel, six mois se sont écoulés depuis la sortie du précédent numéro !

Ce numéro 200 prend la place de celui du 3<sup>ème</sup> trimestre dont la parution a été annulée.

Malheureusement l'esprit de la Covid 19 a encore plané sur ce 3<sup>ème</sup> trimestre.

Votre Foyer, comme de nombreuses associations, a dû se résoudre à baisser la voile.

Seules les manifestations compatibles avec les mesures sanitaires imposées par la préfecture ont pu être réalisées :

- les Guillettes le 14 juillet,
- le forum des associations le 5 septembre.

Malheureusement ont été annulés :

- les 3 séances théâtrales sur notre commune ainsi que les 2 autres en extérieur,
- le tour de chant de Gaëtan Leclerc prévu le 18 octobre prochain.

Avec détermination, nous avons d'ores et déjà repris les activités traditionnelles :

- le Qi Gong et la gymnastique,
- la randonnée,
- le "multisports" à destination des jeunes,
- le "sport loisir" pour les adultes sportifs

En préparation pour un très proche avenir :

- le coutumier marathon des neiges le 6 février 2021

- un atelier couture\*

- une activité cyclotourisme et VTT\*

\* en cours d'élaboration (voir plus loin dans ce numéro)

Rappelons que les adhésions et renouvellements, pour la saison 2020/2021, sont encore possibles.

- Adhésion : 12€ adulte et 5€ enfant

- Adhésion + licence (selon catégories) : 25, 30 et 45€

Contacts : Nicole Mettraux (06 89 70 93 28) et moi-même (06 33 79 05 72).

Le Duchet :

Le projet de rénovation de la maison de Prénovel se poursuit et sera prochainement finalisé.

Depuis la mi-mars l'activité touristique s'est trouvée bien impactée par la Covid 19. La destination Jura a néanmoins permis d'accroître quelque peu la fréquentation des 2 mois d'été.

Je profite de cet éditorial pour remercier l'ensemble du personnel (permanents et saisonniers) pour leur sens développé de responsabilité et pour le professionnalisme dont ils ont fait état durant cette période inédite, si particulière.

Didier Marie

La peur ne doit pas diriger votre charrette terrestre. Il faut la tenir en respect sur le siège arrière. Platon

# Les Guillettes

Organisée dans les circonstances particulières du Covid-19 (autorisation préfectorale reçue 4 jours avant le jour !), l'édition 2020 des Guillettes a pu exister !

Et ceci grâce à l'implication d'une trentaine de bénévoles du Foyer Rural qui a œuvré et donné de son temps en cumulant souvent les tâches :

- Préparation des dossiers d'autorisation (préfecture, assurance, buvette...).
- Commande des impressions, diffusion et mise en place des affiches et banderoles.
- Installation puis démontage et nettoyage de la buvette et de la salle des Rochats.
- Accueil et inscriptions des randonneurs, tenue de la buvette, les gâteaux-maison.
- L'achat des victuailles et la préparation des points de ravitaillements.
- La reconnaissance, le balisage et dé-balisage des parcours et la tenue des ravitos.

## Bilan

- 128 marcheurs venus parfois de loin, ont donc parcouru les deux tracés proposés soit :
- 52 pour le 9 km et 76 pour le 16 km,

Chiffres moindres qu'en 2019 mais au niveau de 2018. Bien sûr l'effet Covid a tempéré les ardeurs et nous ne proposons cette année que 2 tracés au lieu de 3.

Motifs de satisfaction :

- Avoir tenu le pari du maintien de cette manifestation dans ce contexte pandémique.
- Retour de satisfaction générale (quelques regrets sur l'absence d'un parcours de 20km).
- Implication COVID de l'organisation remarquable et appréciée (accueil, buvette, ravitos).
- L'utilisation des Rochats qui a permis un accueil au top.
- Une météo favorable.

et quelques regrets :

- Peu d'élus et de membres d'autres associations locales.
- Pas le temps d'organiser un visuel plus "14 juillet".
- Pas de repas champêtre proposé par crainte de veto préfectoral de dernières minutes.

## Les Guillettes 2021 :

La commission du Conseil d'administration s'oriente en consensus pour fixer les prochaines Guillettes le mercredi 14 juillet 2021. Il y a ainsi la volonté d'ancrer durablement la date de cette manifestation le jour de notre fête nationale.

Encore merci à tous les bénévoles qui de près ou de loin ont permis la réussite de l'édition 2020 et rendez-vous en 2021 pour des Guillettes encore plus conviviales.

Dominique Savary

## Photos Dominique Savary







Le jeu du COVID

Devinez qui se cache derrière le masque..

## Tombola de juillet

Nous, participants aux multisports, organisateurs et acteurs sportifs nous vous présentons la tombola que nous avons organisée le 14 juillet 2020.

Cette année, pas de vente d'enveloppes, pas de porte à porte. Les lots avaient été trouvés, rassemblés par nos soins, numérotés et mis près de l'arrivée des randonneurs. Nous avons ainsi une bonne soixantaine de lots variés ; je m'étais amusée à faire des mots consolateurs à partir d'images découpées et de mots souriants, des mots consolateurs pour ceux qui n'avaient pas de lots reconnus, donc tout acheteur d'enveloppe avaient quelque chose !

Nos artistes de 7 à 12ans devaient vendre des enveloppes aux personnes qui étaient venues voir les randonneurs. Les plus inventifs avaient fabriqué un porte-enveloppes : une cagette enrubannée, le ruban passant sur le cou du porteur ; vous voyez le tableau , c'était très joli ! Il fallait présenter la démarche de vive voix ; eh bien ils se sont débrouillés comme des chefs.

Une expérience qui pourrait être reprise ?

Simone Perrier





## QI GONG la rentrée

Simone et Ida ne s'attendaient pas un tel succès !

Elles ne s'attendaient pas non plus à voir arriver 3 nouveaux inscrits : Didier, Jean-Paul et Dominique. 3 hommes, c'est inédit et bienvenue à eux pour cette nouvelle année. Bientôt la parité ? Chiche !

La salle des fêtes était assez grande pour recevoir les très nombreux participants en respectant les mesures en vigueur.

Etirements, respiration, détente : tout pour bien commencer la semaine, les cours ayant lieu le lundi matin à 9 heures. Et on finit chaque séance avec une tisane de plantes dont Simone a le secret !

Merci à Simone et à Ida

Dominique Cottanceau



## Multisports en automne

Les activités sportives ont repris le samedi 12 septembre avec Jacob.

Il y aura

3 séances en septembre le 12, le 19 et le 26,

3 séances en octobre

Je crois qu'il y aura une bonne ambiance

Nous regrettons l'absence de Lucas qui s'est cassé le coude avant la rentrée.

Simone Perrier

## Le Duchet

Une activité estivale mitigée avec un mois de juillet relativement calme qui a permis à tous les salariés du Duchet de s'approprier les nombreux protocoles sanitaires, puis un mois d'août assez bon notamment en terme de fréquentation de la clientèle individuelle - familiale. La météo exceptionnelle a participé à la bonne fréquentation de la piscine municipale et a largement facilité l'organisation des séjours et des activités, notamment par rapport aux contraintes sanitaires (activités en plein air, utilisation de la terrasse,...). On constate malheureusement une forte baisse de la fréquentation habituelle pour la fin de l'été et l'automne, avec l'annulation ou le report de nombreux groupes d'adultes.

Vincent Charpentier

L'être humain ne doit jamais cesser de penser, c'est le seul rempart contre la barbarie.  
Un peuple qui ne peut plus rien croire, ne peut se faire une opinion ; il est privé de sa capacité de juger et d'agir. Hannah Arendt

# Forum des associations

## Une belle réussite pour cette première édition

Le forum s'est déroulé le samedi 5 octobre dernier, devant le Gymnase Facchinetti. Une météo exceptionnelle qui nous a permis de recevoir tous les visiteurs et de faire les démonstrations au grand air dans le respect des mesures sanitaires...

Cette rencontre a fait suite à l'anniversaire des 50 ans du Foyer Rural en mai 2019, où chacun a été amené à s'exprimer sur l'avenir du Foyer. Parmi les thèmes revenus fréquemment, celui de se rencontrer entre associations, pour se faire connaître, communiquer sur les activités, le calendrier des événements organisés par chacun, la mise en commun de moyens... la diffusion par l'intermédiaire de la lettre d'information "*celasepasseananchez@laposte.net*"

Plusieurs réunions ont eu lieu pour faire connaissance, et nous avons décidé d'un commun accord de l'organisation d'un forum des associations.

Parmi les participants :

Nanchez Maintenant, le Ski club de l'Abbaye (partenaire du Marathon), le club de Handball, les loutons de Prénovel, les Amis du Grandvaux.

Et les nombreuses activités du Foyer Rural qui ont été présentées :

Gymnastique – qi gong

Randonnées pédestres

Multisports (enfants)

Couture (débutants et/ou confirmés) nouveau en 2021 !

Cyclotourisme (VAE – VTT – VTC) courant 2021

Théâtre (Jeunes et Adultes) – Les Farfadets

Commission Culturelle" : expositions, histoire du Grandvaux, patrimoine... organisation de spectacles avec artistes extérieurs

Et rappelons les événements annuels :

En Février : le Marathon des Neiges

14 juillet : Guillettes (randonnées 2 à 3 parcours)

Nous vous donnons rendez-vous pour la deuxième édition en septembre 2021 !

Lien sur le reportage réalisé à cette occasion :

<https://www.jurawebtv.com/un-nouveau-forum-des-associations-a-nanchez/>

Dominique Cottanceau



## Couture

Je me présente : Muriel.

Une animation couture va s'ouvrir au sein du Foyer Rural. Que vous soyez débutantes ou confirmées, c'est avec grand plaisir que je vais vous accueillir. A très bientôt...

muriel.bebenek@gmail.com

Muriel Bebenek

## Verts Sapins

Le club des Verts Sapins a eu sa dernière réunion le 18 mars à Chau des Prés où nous étions invités. Quelques jours seulement avant le confinement.

En ce qui concerne la reprise cet automne, rien n'est encore décidé. Il semblerait que nous devions attendre encore un peu et être prudents.

Jeannine Bessières

## Lydia Loucheur

Lydia est décédée le 26 juin 2020. C'était la mère de Madame Masse. Nous présentons toutes nos condoléances à sa famille.

## Pierre Sandy

Pierre Sandy dit "Pierrot" nous a quitté le 04 juillet 2020. Chacun de nous gardera de lui sa propre image mais tous regretteront son sourire et sa gentillesse. Adieu Pierrot.



## Envergures

Cross training

Les cours ont repris le 1<sup>er</sup> septembre pour la saison 2020 - 2021.

2 cours gymnase de Saint Laurent et 1 cours salle des fêtes du Lac des Rouges Truites

Possibilité de commencer les séances tout au long de l'année.

## Cyclo-VTT

Le Foyer Rural de Prénovel - Les Piards a pour projet de créer une section vélo (cyclotourisme en vélo de route, VTT et vélo à assistance électrique).

L'objectif de cette section est de rassembler les pratiquants de la combe et des alentours dans le but d'effectuer des sorties conviviales et groupées.

La section sera mise en place au cours de l'année pour débiter au printemps 2021.

Pour tous renseignements, veuillez me contacter au 06 87 80 34 07.

Thomas André

## Adieux

### Geneviève Martine

Le 17 juin nous apprenions le décès de Geneviève Martine. Pendant de nombreuses années, elle fit partie de notre club.

### Geneviève Piard

Aînée d'une fratrie de 11 enfants, Geneviève est née aux Piards le 17 septembre 1933.

À la maison familiale, elle s'occupe de ses frères sœurs jusqu'à son mariage avec Hubert le 24 mai 1952.

De cette union naîtront 4 enfants, suivis de 7 petits-enfants puis de 9 arrière-petits-enfants.

Nous présentons toutes nos condoléances à sa nombreuse famille.

Nouveau : Danse country

Les cours ont commencé le 2 septembre.

DO-IN

Reprise des séances en novembre

Manifestations

Rien de programmé, en attente de l'évolution de la crise sanitaire.

## De nouveaux boulangers aux Piards

Depuis le 2 juillet, M. et Mme Petit ont repris le flambeau de la boulangerie des Piards.

Après six années passées dans la combe, Jean Paul Bedel a fait valoir ses droits à une retraite bien méritée, après cette période de confinement durant laquelle il n'a pas ménagé sa peine pour maintenir la fabrication du pain.

Patricia et Philippe Petit sont originaires de Saint Claude où ils tenaient deux boulangeries.

Forts de leur expérience, ils nous proposent différents pains, des viennoiseries, mais également des pizzas, des tartes, des petits gâteaux ou encore des sandwiches et différents petits fours.

Egalement pâtissier-chocolatier de métier, le couple confectionne différentes réalisations à l'occasion des fêtes : gâteaux d'anniversaires, pièces montées, bûches, galettes, risoles mais aussi des figurines faites maison en moulage de chocolat pour les fêtes de Noël et de Pâques, ou toutes autres demandes personnalisées.

La vente de petite épicerie de première nécessité complètera prochainement le service du gaz et la distribution des journaux locaux (Le Progrès et la Voix du Jura)

La boulangerie est ouverte tous les jours (sauf le lundi et le dimanche après-midi), de 6 h 30 à 12 h 30 et de 15 h à 19 h.

Bonne retraite Jean Paul et bonne installation à Patricia et Philippe Petit.

Éric Piard



# ★ Epidémies au 20<sup>ème</sup> siècle en France

1919

La grippe dite espagnole fait environ 400 000 morts en France en 3 vagues successives. La contagion était à son maximum due à la sortie de la guerre qui engendra une insuffisance des services sanitaires et une absence de mesures d'hygiène. Beaucoup moururent de complications médicales, cela s'explique par une médecine moins performante qu'aujourd'hui (absence d'antibiotiques).

*D'après l'Institut Pasteur 20 à 50 millions de morts dans le monde.*

1955

Une épidémie de variole sévit en Bretagne entre décembre 1954 et mai 1955. Des vaccinations collectives sont organisées partout en France et l'épidémie est enrayerée.

1957

Une épidémie de grippe dite grippe asiatique partie de Chine, tua plusieurs millions de personnes dans le monde dont des dizaines de milliers en France avec 9 millions de contaminations.

*L'OMS avance le chiffre de 2 millions de morts dans le monde.*

Décembre 1969 janvier 1970

La grippe de Hong Kong fait 17 000 décès en France due à la grippe elle-même et un excédent de mortalité de 40 000 personnes.

*Elle a fait environ 1 million de morts dans le monde.*

A ceci on doit ajouter l'épidémie de SIDA qui débuta en France en 1981 et qui n'est pas enrayerée à ce jour.

# ★ Armoise

*artémisia vulgaris*

Artémis était la déesse de la chasse, la protectrice et la confidente des femmes.)

C'est une plante traditionnelle de la médecine chinoise depuis 2000 ans ; elle a une forte notoriété depuis 2015, date à laquelle Youyou Tu (Chinoise) a reçu le prix Nobel de médecine pour l'efficacité de son extrait contre le paludisme.

L'armoise est une belle plante de 1 m à 2 m de hauteur, ses feuilles sont d'un vert brillant sur le dessus et d'un vert beaucoup plus clair dessous.

Ses propriétés sont nombreuses : elle combat la fièvre (en faisant transpirer) en application locale : nettoie les plaies infectées, les infections de la peau. Elle est efficace pour tous les problèmes intestinaux ; elle régularise les règles ; elle combat le paludisme. Elle est efficace en cas de leucémie, de cancer du sein, du colon. L'armoise agit sur toutes les parties du corps.

On peut faire des teintures de plantes fraîches.

L'armoise annuelle contient de l'artémisine, principe actif qui est utilisé dans les médicaments antipaludiques.

C'est le meilleur remède végétal contre la malaria, le paludisme.

Elle agit sur de nombreux virus, ceux de la famille de l'herpès, du V.I.H du Covid 19"

Les feuilles séchées de l'artémisia sont données dans les pharmacies qui les distribuent obligatoirement dans les écoles.

Simone Perrier

# ★ Recette

## Baguette-pizza ou bruschetta

Base  
Pain  
Huile  
Sauce tomate  
Rondelles de tomate  
Garniture au gré de chacun

Couper la baguette en deux dans l'épaisseur. On peut aussi prendre une large tranche de pain épaisse.

Passer un peu d'huile sur la mie (au pinceau)

Ajouter un peu de sauce tomate (au pinceau)

Mettre la garniture (jambon, fromage, légumes, thon, saumon, etc. selon vos préférences=.

Disposer quelques rondelles de tomate

Mettre au four th 6-7 pendant 10 à 15 minutes

## Huile pour pizza

½ litre d'huile d'olive  
½ flacon de piment langue d'oiseau "pili-pili"  
Mettre les ingrédients dans une casserole et porter à ébullition.

Laisser frémir 30 à 60 secondes.

Attention, plus la cuisson est longue plus l'huile sera forte.

Remettre dans la bouteille avec quelques piments.

Quand l'huile est froide on peut ajouter une branche de thym et une feuille de laurier.



# ★ Texte...

...trouvé par hasard au fond d'un tiroir par Martine Foucault

Pour faire le portrait d'une association

Prendre deux villages à la sortie de la guerre,  
Réunir ensuite des femmes et des hommes volontaires  
Réapprendre à vivre en paix,  
Reconstruire,  
Organiser le ravitaillement,  
Mener la campagne du timbre familial,  
Laisser agir, laisser mûrir,  
Prendre son temps et ne pas se décourager.

Prendre ensuite leurs enfants et leurs amis,  
Accueillir un autre village,  
Se préoccuper des loisirs de tous

Joie de vivre du troisième âge,  
Ruche pour les petits,  
Club féminin pour les mamans et les mamies,

Sortie en famille à la neige, en forêt, au bord d'un étang,  
Jouer en veillée ou en inter-villages.

Faire le point,  
Constater l'évolution de la vie rurale,  
Transformer une école désaffectée en bibliothèque,  
Marcher,  
S'entretenir à la gym,  
Découvrir d'autres associations, autour d'une nouvelle école,  
Organiser avec elles des centres de loisirs pour nos enfants.

Et maintenant, sous l'œil vigilant de notre centenaire,  
Ouvrir de nouveaux horizons,  
Et préparer ensemble notre avenir.

Le courage nourrit les guerres, mais c'est la peur qui les a fait naître. Alain

Pour connaître le coupable, regardons à qui profite le crime. Cicéron

Un être humain n'est pas un moyen ; il est une fin. Hegel

Le retour au "tout comme avant" c'est nier la réalité de ce qui se passe et le traumatisme subi.  
Sans le pardon nous resterions prisonniers de nos actes et de leurs conséquences.

# ★ Sudoku

9	2	1	4	3	8	7	5	6
3	8	9	6	5	7	4	1	2
4	5	7	1	2	6	3	9	8
6	4	9	7	8	5	1	2	3
5	7	3	2	1	9	8	6	4
2	1	8	3	6	4	9	7	5
7	3	5	8	9	2	6	4	1
1	9	2	6	4	3	5	8	7
8	6	4	5	7	1	2	3	9

				7				
		5	3		6	2		
1	4			9			3	7
5		9	4		3	8		2
	6			1			7	
8		3				7		4
		4	7		9	6		