

Le p'tit mot d'Alphonse

1er AVRIL 1996

N° 8



Peut-on ouvrir ce journal sans parler de la grande tristesse qui est la nôtre?

Marie Cécile n'est plus là.
Aucun mot ne peut combler cette absence.

Chacun sait ce qu'elle a apporté.
Merci Marie Cécile. Nous te le disons avec ce poème qui a été lu à la célébration religieuse.

il restera de toi
ce que tu as donné
il restera de toi,
de ton jardin secret,
une fleur oubliée
qui ne s'est pas fanée
ce que tu as offert,
en d'autres fleurira.

l'équipe de rédaction
et le Conseil d'administration

*Un square
un univers*

Nous faisons appel à tous ceux qui ont connu l'origine et l'histoire du square Dr. GUERIN pour un prochain journal. Merci de contacter S.LELIEVRE 99.38.66.38

Pensées...

Discrètes, mais présentes, elles sont là,
blotties entre béton et goudron, dissimulées aux yeux des passants,
dans un petit coin

entre voitures garées et murailles...

Elles sont un rappel du printemps passé,
une anticipation du printemps futur...

Elles ont attiré un regard, le regard fouineur
de notre jardinier qui les entoure de son affection.

N'y touchez pas...

laissez les vivre...

Elles sont un appel à la douceur
en ce siècle de violence...

Elles sont un appel à une vertu qui nous fuit;
mais qui se soucie d'elles ? Qui, d'un regard discret les remercie
d'enchanter nos yeux ?

Le temps qui passe, le temps qui court nous est compté
et, s'arrêter ne serait-ce que pour les remercier d'être là,
n'est pas de saison.

Quel dommage,
mais que ce peu de poésie qu'elles nous dispensent
soit de nous apprécié.

Elles sont à elles seules un rappel du passé
et un hommage au bon vieux temps,
celui de nos anciens,
celui où l'on prenait encore une minute
pour admirer ces petites merveilles de la nature
et où il faisait encore si bon vivre...

Hélas !...

L'inconnu du coin... du square Docteur Guérin

mobikit
 CUISINES, SALLES de BAINS, PLACARDS
 A monter soi-même
 (Pose éventuelle par artisan agréé)
 63, rue Alphonse-Guérin - 35000 RENNES
 ☎ 99.36.61.21

MECANIQUE - TÔLERIE
 Garage du Vélodrome
 Dépanages
 Réparations
 Toutes marques
 prendre rue A. Guérin
 puis 2ème à gauche.
Bernard MACE
 11 rue Nodault de Buffon
 35000 Rennes
 Tél. 99.36.36.13
 VENTE NEUF et OCCASION

Boucherie
JEHANNIN
*Le spécialiste des viandes de qualité
 et du gibier*
 86 rue A. GUERIN 35000 RENNES
 Tél. 99.36.10.28

On en parle... On en parle...

Mais qu'est-ce donc ces "conseils de quartier"?

Après tout ce qui a déjà été dit ou écrit ici ou là nous entrevoyons le désir de Monsieur le Maire d'améliorer la vie démocratique de notre ville et de réveiller en chacun le sens de la citoyenneté.

Il s'agit d'une idée tout à fait louable et généreuse : encourager les concitoyens de tous bords à se rencontrer, à discuter ensemble, se connaître et se reconnaître pour le bien de tous.

Des structures de gestion sont en place pour assurer le bon déroulement des choses. La société évolue rapidement et il semble nécessaire d'adapter ces structures ou d'en créer de nouvelles.

La municipalité dispose de tout un réseau d'élus et surtout d'agents techniques pour assurer leurs missions de service public pour lequel ils ont postulé.

Sous l'impulsion de la mairie, il s'est constitué un bon nombre de comités ou associations de quartier constitués de bénévoles.

Il est bon de rappeler que le bénévolat relève d'une démarche individuelle basée sur le volontariat.

La question qui se pose : peut-on intégrer les associations ou

Conseil de Quartier

comités de quartier dans les structures de la municipalité?

Notre ville de Rennes a la chance de recenser un très grand nombre d'associations qui sont par leur nature plus proches des habitants.

Une bonne partie d'entre elles déclare un but à caractère d'utilité sociale. L'Office Social et Culturel de Rennes (O.S.C.R.) est censé faire le lien entre toutes les associations et semble y parvenir.

Pourquoi ne pas faire confiance à toutes ces actions naturelles, spontanées?

Que la municipalité observe, écoute et prenne en considération toute cette masse d'actions des bénévoles, qu'elle soutienne leur développement, voilà notre souhait.

Les bénévoles ont parfois le

sentiment d'œuvrer pour combler les lacunes ou défaillances des services publics.

Le débat reste ouvert...

Et le débat a déjà eu lieu au sein du conseil d'administration de notre association. Au terme de notre échange et d'un vote, le conseil d'administration a pris la décision de participer à la phase de démarrage du conseil

de quartier, réservant sa décision pour plus tard. Pourquoi?

Côté positif.

Nous pensons que la démarche rejoint ce que nous souhaitons et avons fait lors de l'inauguration de la passerelle: mettre en commun nos forces pour animer les quartiers.

Nous pensons aussi qu'il est important d'être là pour que notre quartier ne soit pas oublié. Il y a eu un projet à l'occasion des dernières élections. Nous voulons sa mise en oeuvre. Avez-vous remarqué qu'il n'est jamais question du quartier A. GUERIN dans les documents présentant l'agglomération mais que l'on parle du quartier St Hélier-Thabor.

Nous estimons aussi qu'il peut y avoir beaucoup d'intérêt à se regrouper, par exemple pour obtenir un jour un équipement de quartier largement ouvert à tous. Nous sommes l'un des rares quartier de la ville où il n'y a RIEN. Pensez également aux problèmes de circulation qui ne peuvent se résoudre qu'avec plusieurs quartiers.

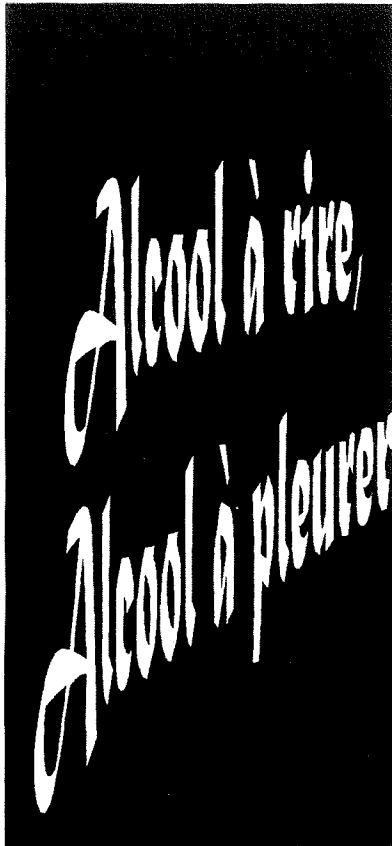
Et puis, faire des fêtes de quartier à plusieurs, cela donne de l'ampleur.

.../...

ALIMENTATION GENERALE
 madame
LOUIS
 Rue Alphonse GUERIN - 99.36.05.55
 Dépôt de pain et de pâtisserie
 LIVRAISON A DOMICILE

S O S MIROITERIE
 Travaux de miroiterie
 24 h / 24 Joël
DROUILLER
 - Remplacements de casses
 - Survitrage
 - Glaces miroir
 - Vitrage isolant
 - Agencement
 77, rue Alphonse Guérin - 36000 RENNES - Tél. 99.63.46.40

D.E.C.
 1 square Dr GUERIN 99.38.03.03.
 35000 RENNES
 DEPANNAGE ENTRETIEN CHAUFFE-EAU CHAUDIERE
 FUEL-GAZ-ELECTRICITE



Ami lecteur, ne t'étonne pas de ce titre. Le comité de rédaction du journal souhaite aborder des questions qui parfois nous touchent de près.

Mi-sérieux, mi-rigolard.

Ni moraliste, ni indifférent.

Nous avons voulu informer en vérifiant auprès de personnes compétentes les informations que nous livrons.

Nous espérons que vous réserverez un accueil favorable à cette tentative. C'est une première, imparfaite sûrement, merci par vos remarques de nous aider à améliorer ce journal.

**Gisèle
Coiffure**

27 boulevard VILLEBOIS-MAREUIL - Tél. 99.38.59.67

ALIMENTATION GÉNÉRALE
"Aux fruits de saisons"
 32, rue Nadault-de-Buffon Tél. 99.38.42.52
 Ouvert de 7 h 30 à 13 h
 et de 14 h 30 à 19 h 30

Cleanfil
 *Retouches, couture
 *Transformations
 *Rideaux, voilages, cuirs etc...
Mme PIHAN 99.63.31.54
 + de 30 ans d'expérience - Travail soigné
 Ouvert de 9h à 12h30/14h à 19h - fermé le lundi matin
Laverie-self - Séchage
 Ouvert 7/7 de 7h35 à 21h40

EFFETS DE L'ALCOOL SUR L'ORGANISME

Les deux formes de l'alcoolisme:

L'alcoolisme aigu ou ivresse: c'est l'intoxication par une quantité excessive de boisson alcoolisée dans un temps limité.

L'alcoolisme chronique: c'est l'ingestion habituelle, voire quotidienne d'une ou plusieurs boissons alcoolisées, en quantité excessive, cette forme d'alcoolisme est la plus discrète, car progressive, mais c'est la plus répandue et la plus dangereuse.

Tous les organes sont touchés par l'alcool mais c'est surtout le système nerveux et l'appareil digestif qui sont le plus atteints.

APPAREIL DIGESTIF

L'alcool est un agresseur pour l'oesophage, l'estomac; les intestins, risque d'ulcère et de cancer; pour le foie dégénérescence des cellules conduisant à la cirrhose presque toujours mortelle.

SYSTEME NERVEUX

Troubles des réflexes, de la vision, de l'équilibre, du jugement. Le psychisme du buveur s'altère: troubles du caractère affaiblissement de la volonté, insomnies, état dépressif, baisse des facultés intellectuelles.

Parmi les autres organes touchés le système cardio-vasculaire, les glandes endocrines et la pancréas.

En résumé, l'alcool complique et aggrave toutes les maladies qu'elles soient aiguës ou chroniques.

L'alcool est un grand facteur de risque dans l'apparition des cancers, notamment ceux des voies digestives.

L'association avec le tabac, si fréquente, aggrave considérablement les risques.

QUELS SONT LES EFFETS DE L'ALCOOL SUR UN CONDUCTEUR?

l'alcool rétrécit le champ visuel

l'alcool augmente la sensibilité à l'éblouissement

l'alcool diminue les réflexes

l'alcool a un effet euphorisant

l'alcool altère l'appréciation des distances, des largeurs et l'évaluation des risques

Boulangerie - Pâtisserie
Philippe CHAUVIERE
 PAINS SPECIAUX
 - Banette "fibres"
 - Pain "briare"
 - "La Banette"

 8, bd LAENNEC - 36000 RENNES - Tél. 99.36.26.37

Bouhette - Charcuterie
 Traiteur
 M. et M^{mes} Guillemois
 14 BD LAENNEC RENNES
 tél: 99 36 69 81

Repro Logie *La Boutique du Copieur*

COPIE-SERVICE
21 BD VILLEBOIS - MAREUIL
Tél. 99.87.63.63
Fax 99.87.66.00

S.A.V.	Toutes marques (17 ans de métier)
PHOTOCOPIEURS	RICOH - MITA
TELECOPIEURS	RICOH - PANASONIC
CONSOMMABLES	Encres copieur, cartouches laser, recharges.
COPIE-SERVICE	8h30-12h/14h-18h30 + R.V. Samedi



Suite...

Côté questions.

Un conseil de quartier doit regrouper des personnes, des associations qui ont des intérêts communs. Nous pensons que le découpage proposé ne correspond pas aux réalités de communication. Nous nous refusons à penser qu'un conseil de quartier ne sera qu'une façon de faire pression pour obtenir chacun pour soi un peu d'argent.

Un conseil de quartier doit apporter un plus à ce qui se passe actuellement. Quel sera ce plus ? Des animations communes, des actions sur l'urbanisme ? Réussir à faire nettoyer la rivière ? Créer une animation le long de la vilaine ?

Un conseil de quartier ne doit pas être un "étouffoir d'association". Seules l'expérience et notre vigilance donneront une réponse à cette question.

Voilà donc pourquoi nous voulons participer au démarrage de cette expérience et tenter l'aventure en commun. Mais nous ne resterons pas dans une "coquille vide" pour faire fonctionner une structure inutile pour le quartier.

C'est donc aux résultats que nous jugerons la qualité de l'expérience.

N'hésitez pas à réagir à cet article et à nous adresser votre opinion.
Correspondant du journal :
S.LELIEVRE rue Delaborde.
Tel 99.38.66.38

NOTRE FÊTE de NOËL

Quelques heures avant les festivités de fin d'année, petits et grands au cours de cette soirée du 16 décembre ont pu s'imprégner de cette ambiance de fête. Les petits, ébahis devant le Père Noël sortant de la cheminée, ont pu lui faire une grosse bise tout en déposant dans son panier des jouets pour les plus défavorisés. Sur une longue table, que de choses bien

Et pendant ce temps... Quelques nouvelles des démarches de l'association.

Dans un prochain journal, nous reviendrons sur les démarches en cours.

Nous avons reçu des réponses à nos questions sur le nettoyage de la Vilaine. Difficile de se faire entendre par les responsables de la DDE. Nous les invitons à venir se rendre compte sur place et rechercher avec nous les meilleures solutions.

Un projet d'animation des bords de Vilaine avec une nouvelle association dans notre quartier (**Bienvenue à BARB'ARTS** 28 rue A.Guérin) pourrait voir le jour prochainement. Nous sommes partant et vivement que cela commence !!!

Allée Nadault de Buffon, soutenus par l'association, tous les riverains se sont retrouvés avec la directrice de l'école pour résoudre leur problème de stationnement. Avec les représentants de la ville une solution a été trouvée qui semble avoir l'accord de tous. La réalisation est pour bientôt.

Placette. Mr Paillereau, du service des jardins nous a rencontrés dernièrement pour terminer les plantations. C'est pour avant Pâques. Promis. Mais même si c'était un peu après, d'avance merci pour tous les enfants qui fréquentent ces lieux.

Urbanisme. Rien de nouveau tant que les décisions concernant le lycée ne seront pas **définitivement** arrêtées. Mr CHAPUIS adjoint chargé de l'urbanisme nous a fait savoir que le dossier serait de nouveau étudié avant l'été. Nous prenons acte de cet engagement et continuerons de travailler dans un souci de transparence et de communication entre les divers interlocuteurs.

Equipement de quartier. Nous demandons qu'un "ALGECO" puisse être installé sur un terrain appartenant à la ville dans l'attente d'un équipement de quartier digne de ce nom. Mais en attendant cela pourrait être un lieu de rencontre et d'information. C'est une demande financièrement raisonnable (25 à 30000 francs) Prochainement nous ferons circuler un cahier pour recueillir votre soutien sur cette démarche.

appétissantes, pas très bonnes pour la ligne, mais tant pis! Ce n'est pas toujours Noël! Et on pouvait comme le dit la pub : éliminez! Car comme dans toute fête, il y avait de la musique à gogo pour que chacun puisse se démener à son rythme. Ce fut un merveilleux Noël avant l'heure.

DATES à RETENIR

SAMEDI 13 AVRIL EN APRES-MIDI et en **SOIRÉE** dans les locaux du LYCEE: THEATRE.

" J'Y SUIS, J'Y RESTE "
Scéance à 15 h et 20h30

DIMANCHE 12 MAI BRADERIE DE PRINTEMPS

Nous avons besoin d'aide.

Contact J.BESNARD

8 sq dr Guérin tel: 99.36.96.36

SAMEDI 22 JUIN

Fête de quartier pour inaugurer la placette.

Jeux de boules, barbecue et feu de la St Jean. Soirée dansante.

La réalisation de ce journal est rendue possible par la participation financière des commerçants et artisans du quartier.

MERCI de la part du petit.



- BAR - RESTAURANT -
L'AMPHITRION

4 rue
Alphonse GUERIN
35000 RENNES

Tél
99 36 21 99

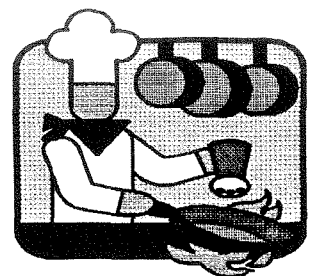


dépistage

Au cours du et de la surveillance de l'alcoolisme chronique, le praticien fait appel selon les signes cliniques à des tests biologiques.

Le plus connu, bien qu'assez récent, étant la GGT, de son vrai nom Gamma Glutamyl Transpeptidase.

C'est une enzyme présente dans le foie et les voies biliaires. Un sujet sous l'emprise de l'alcool stimule la synthèse hépatique de la GGT au niveau des cellules, d'où une augmentation. Prenons un exemple simple : un sujet normal après un repas copieux et bien arrosé a une augmentation dans les heures à suivre qui disparaît ensuite. Pendant une cure de désintoxication, la surveillance du taux de GGT associée à la mesure du volume globulaire des globules rouges permet de détecter l'absorption d'alcool même légère et irrégulière. Cependant, l'augmentation de GGT ne veut pas obligatoirement signifier alcoolisme. D'autres maladies hépatiques et biliaires peuvent provoquer les mêmes symptômes. Les signes cliniques sont toujours à prendre en considération.



COCKTAIL sans ALCOOL

PUSSY CAT

Dans un mélangeur électrique ou dans un shaker, verser

- 5 cl de jus d'orange;
- 5 cl de jus d'ananas;
- 2 cl de jus de pamplemousse;
- 3 traits de sirop de grenadine.

Ajouter quelques cuillerées de glace pilée et mélanger (ou frapper). Verser (sans passer) dans un verre à cocktail. Agrémenter d'une demi-tranche d'orange et d'un quartier de pamplemousse.

QUESTIONS à des champions

- 1 L'éthylomètre permet de mesurer le taux d'alcoolémie dans le sang ? oui non
- 2 Sur l'éthylomètre s'affiche 0.30. Je suis donc sous le seuil de 0.50 gr toléré ? oui non

3 Un apéritif augmente plus vite le taux d'alcoolémie qu'un verre de vin ou de bière ? oui non

4 J'ai bu au cours du repas 1 apéritif et 4 verres de vin. Le seuil de 0.8 est atteint. Combien d'heures me faudra-t-il pour être au taux 0? 2 - 3 - 7

5 Pour reprendre le volant plus vite, je bois de l'eau. L'alcool est-il éliminé plus rapidement pour autant ? oui non

6 Je mange donc je peux boire davantage avant d'atteindre le taux d'alcoolémie autorisé oui non

Réponses du jeu le CHAMPAGNE ET SES CONTENANTS



NABUCHONOSOR	20 bouteilles	15 litres
BALTHAZAR	16 bouteilles	12 litres
SALMANAZAR	12 bouteilles	09 litres
MATHUSALEM	08 bouteilles	06 litres
REHOBOAM	06 bouteilles	4.5 litres
JEROBOAM	04 bouteilles	03 litres
MAGNUM	02 bouteilles	1.5 litres
BOUTEILLE		75 cl
DEMI-BOUTEILLE		37.5 cl
QUART	entre 18.75 et 20 cl	
HUITIEME		9.4 cl.



VENTE - POSE - REPARATION
Alarmes
Tatouage de vitres ICA
Auto-radio **Tél: 99 36 13 64**
Téléphone
Electricité Auto

11, bd Villebois-Mareuil
RENNES 35000

Thème du prochain journal:

LES CONGES PAYES

Parution Juin.

ALCOOL !!! En parler avec nos jeunes;

Ceci est le résumé succinct d'une enquête faite dans un collège (hors région Rennaise) dans toutes les classes de 3ème et de 4ème soit 8 classes.

Tous les élèves ont répondu à ce questionnaire conçu par les élèves de 4ème.

Il en ressort que 90 % des 4ème et 97 % des 3ème ont goûté à l'alcool.

Cependant 50 % ont peu aimé.
La plupart d'entre eux ont goûté avec leurs parents (50 %) ou lors de fêtes familiales. A noter que plus de 80 % ont bu «pour goûter». Seulement 10 % ont déjà été ivres, 75 % ont goûté à l'alcool chez eux.

Les effets et conséquences de l'alcool?
Pour 75 % des jeunes, la violence est le 1er effet nommé, ensuite, vient l'absence de réflexes.
La première conséquence citée est l'accident (84 %).
Ensuite, la mauvaise perception de la réalité et en 3ème position la maladie(50 %).
Pour 66 % des jeunes, boire rime souvent avec fumer, et 52 % d'entre eux considère l'alcool comme une drogue.

CHANSON



*Pourquoi, toujours, des chansons à boire ?
N'entendrais-je jamais, des chansons à manger ?
De la vigne partout on célèbre la gloire,
Personne ne dit mot du jardin potager,
Quel charme, quel plaisir, quand la faim vous domine,
De dévorer un gigot succulent ;
Est-on las de manger perdrix et bécassines ?
On ranime son goût, d'un turbot excellent.
Le vin par un effet étrange, met tous mes sens en désarroi,
Je perd la raison quand je bois,
Je la retrouve quand je mange,
Je la retrouve quand je mange.*

JEU DE LA BOUTEILLE

Le p'tit Alphonse a trébuché et mélangé l'ordre des contenants. Aidez-le à les remettre en place.

20 bouteilles 15 litres
MATZISALEM
Patriarche biblique ayant vécu 969 ans

16 bouteilles 12 litres
SALMANAZAR
Roi d'Assyrie (859-824 av. J.C.)

12 bouteilles 09 litre
REBOBOAM Terme propre au savoir faire monastique champenois

08 bouteilles 06 litres
NABZICODONOSOR Roi de Babylone (605-562 av. J.C.)

06 bouteilles 4.5 litres **DEMI-BOUTEILLE**

04 bouteilles 0.3 litres **MAGNUM**

02 bouteilles 1.5 litres
BALTHAZAR Régent de Babylone. Fils de Nabonide (539 av. J.C.)

75 cl
SUNTJEME

37.5 cl **JEROBOAM** Fondateur et 1er souverain d'Israël (931-910 av. J.C.)

entre 18.75 cl et 20 cl
BOUTEILLE

9.4 cl **QUART**

Alors là, je m'y perd.
J'aime que le coca!!!



Réponses aux questions des champions

- 1 NON . L'éthylomètre indique les mesures en milligramme d'alcool par litre d'air expiré.
- 2 NON . Car pour ce type de mesure il faut multiplier le résultat indiqué sur l'écran par deux puisqu'il s'agit d'air expiré;
- 3 NON . 25 cl de vin = 12.5 cl de vin = 3 cl d'apéritif;
- 4 Il vous faudra 7 heures.
- 5 Pas de recette miracle (café salé , huile , aspirine) il faut environ 90 mn pour éliminer un verre d'alcool.
- 6 NON . Le taux d'alcoolémie est seulement atteint un peu plus lentement. (½ heure à jeun pour 1 heure avec un repas.)