



Numéro 2 - Mars 1998



Au sommaire de ce numéro :

[Éditorial](#)

[En attendant le nettoyage de printemps](#)

[Qu'en pensez Vous ?](#)

[La rando, c'est le pied !](#)

[Une naissance bien difficile](#)

!

[Incinérer ou recycler ?](#)

[Petite histoire de piste
cyclable](#)

[Nouvelles de dernière
minute](#)

Éditorial

Une bien triste nouvelle est venue endeuiller l'association, hélas René Frémont, notre vice-président, nous a quitté le Jeudi 5 Février. Nous partageons la peine et le désarroi de sa famille et de ses amis. René était un des premiers fondateurs de l'association et grâce à ses grandes connaissances dans le domaine associatif il nous a guidé pour la rédaction des statuts et dans les fonctionnements administratifs.

Son franc parler et son humour nous manqueront lors de nos réunions, et nous penserons toujours à lui quand nous aurons des décisions à prendre. C'est avec émotion que nous disons "Adieu René et merci pour ta gentillesse et ton aide".

Ce numéro 2 est plutôt centré sur le recyclage des déchets, le nettoyage de printemps approche et après les 6 premiers mois du ramassage sélectif par le SIDOM on peut faire un petit bilan. Dans le prochain numéro nous apporterons quelques réponses aux questions posées.

Pour ce qui est de la piste cyclable (notre préoccupation principale), l'étude de faisabilité étant rendue, le conseil municipal doit encore délibérer pour une étude complémentaire

concernant le coût des travaux. On peut tout de même déplorer que la piste cyclable ne fasse pas partie du CDU...

Laurence Astru.

En attendant le nettoyage de Printemps

Il y a un an, des milliers de personnes à travers la France se sont mobilisées pour l'opération nettoyage de printemps dans le but de nettoyer ou de réhabiliter des sites (dépôts sauvages, espaces verts, forêts, berges de rivières, pistes cyclables et sentiers).

Réhabiliter des sites certes, mais également le nettoyage de printemps a aussi pour mission de transporter les déchets ramassés afin qu'ils soient traités et valorisés dans la filière appropriée.

Au niveau national cela représente pour 1997 :

5000 actions de nettoyage 400000 personnes rassemblées 100000 tonnes de déchets collectés

Notre département lui, comptait environ une centaine d'actions ce jour là.

Tout le monde se souvient de ce samedi 22 Mars 1997 où deux centaines d'écoliers d'Ezy sur Eure se rassemblèrent dans le but de nettoyer les abords du collège et des écoles et prirent ainsi conscience, sur le terrain, de façon concrète, des problèmes liés à la dégradation de l'environnement.

Mais il ne faut pas oublier une chose : même si le nettoyage de printemps reste une simple date dans l'année il faut qu'il y ait des suites. Ainsi se comporter en éco-citoyen ce jour là, c'est adopter une ligne de conduite qui respecte la nature et fait durer le nettoyage de printemps toute l'année.

Pour le moment, pensons au présent et surtout rendez-vous à tous les 28 et 29 Mars prochains pour que le nettoyage de printemps de cette année soit un succès. Cette année les actions seront plus axées sur la résorption des décharges sauvages.

Où que vous soyez, il y aura sûrement une action près de chez vous alors n'hésitez pas à participer et devenir ainsi éco-citoyen.

Richard Buhan.

Pour cette journée nationale, et comme nous l'avons fait au collège Claude Monet en 1997, nous proposons notre soutien bénévole à toute entreprise qui voudra bien l'accepter.

Qu'en pensez vous ?

Vous ouvrez vos volets : vous découvrez le trottoir qui longe votre maison couvert de neige. Vous savez que vous avez le devoir de rendre à nouveau ce trottoir parfaitement praticable, un piéton victime d'une chute due à la présence de neige ayant le droit de vous en attribuer la responsabilité...

Ne pourrait-on opérer une transposition ?

Quand un véhicule se gare sur le trottoir qui longe votre maison au point d'interdire le passage aisé d'un piéton ou d'un landau, ne devriez vous pas pareillement vous découvrir le devoir d'intervenir, quand c'est possible, pour que disparaisse ce véhicule qui, autant que la neige, met en danger les passants contraints de se retrouver sur une chaussée trop souvent sillonnée par d'autres véhicules peu respectueux des limitations de vitesse ?
Qu'en pensez vous ?

Jean Brédeloup.

La rando, c'est le pied !

La randonnée n'est pas une activité sportive violente, mais qui par la répétition des mouvements peut être traumatisante pour les membres inférieurs. Les pieds, entre autres, sont rudement mis à l'épreuve.

Veiller à l'hygiène de ses pieds.

Se laver les pieds ? Une évidence ! Pas si sûr... Certains prétendent encore qu'il ne faut pas se laver les pieds, de peur d'attendrir la peau. C'est le cas pour un bain prolongé dans de l'eau chaude. Mais, pas pour un lavage normal. Garder les pieds propres reste la manière la plus sûre d'éviter les mycoses (champignon irritant). Quand la consommation d'eau est restreinte, lors d'un trek de plusieurs jours par exemple, il est important de s'aérer les pieds au maximum. Il faut noter que se laver les pieds est une chose, et bien se les sécher en est une autre. Car, enfiler ses chaussettes sur des pieds humides, rien de tel pour se fabriquer un nid à champignons !

Les ongles.

Les ongles des doigts de pieds doivent être coupés régulièrement, afin qu'ils ne butent pas au bout des chaussures. Conséquence d'un ongle trop long : l'ongle noir. On ressent alors une forte douleur à l'extrémité du doigt de pied. Si, à la suite de cette mésaventure vous décidez de vous couper les ongles très courts, méfiez vous des ongles incarnés ou trop coupants qui pourraient vous entamer la chair.

Le nez dans les chaussettes.

Très importantes les chaussettes sont partie intégrante de l'hygiène du pied. Il faut en changer dès que le chaussant devient raide. Vous risquez sinon l'ampoule et les champignons. Les chaussettes en matière synthétique sont pratiques parce qu'elles évacuent bien l'humidité et qu'elles sèchent très vite après le lavage.

La bonne astuce :

Contre les frottements qui provoquent des ampoules, vous pouvez essayer la superposition de chaussettes. Les éventuels frottements s'effectuent entre les deux chaussettes et non au niveau de la peau. Il existe aujourd'hui, dans tous les bons magasins de sport une chaussette double appelée "la Double".

L'effet "double peau".

L'ampoule est l'ennemi du marcheur. Une chaussure trop serrée, pas faite à votre pied ou le

pli d'une chaussette, peuvent provoquer des brûlures. En prévention, vous pouvez utiliser de l'Elastoplast, un tissu adhésif qui protégera votre pied des frottements. Évitez de trop le tendre, et surtout de le poser de manière circulaire à cause des risques de compression. Vous pouvez poser le tissu avant votre départ, si vous connaissez vos zones sensibles. Sinon faites une pose dès les premiers échauffements, avant que l'ampoule ne se forme. Par contre lorsque le mal est fait l'unique remède efficace est la "double peau". Il faut d'abord vider l'ampoule avec une aiguille et une petite seringue stérile. Avec cette dernière vous pourrez aspirer facilement le liquide et désinfecter en réinjectant un antiseptique type bétadine. L'idéal est de pouvoir laisser sécher à l'air libre l'ampoule ainsi percée, mais si vous devez remarcher, poser la "double peau" (Compeed ou Spenco), qui n'empêche pas la cicatrisation. Vous pouvez également poser l'Elastoplast sur la "double peau", si l'ampoule se situe à un endroit de gros frottements. La "double peau" ne craint pas l'eau, ne la changez pas avant plusieurs jours. Elle se décollera d'elle même, une fois l'ampoule guérie.

Vrai ou faux ?

Souvent lors d'une rando, bien que l'envie ne manque pas, on ne retire pas ses chaussures, sous peine d'avoir les pieds qui gonflent et de ne pouvoir se rechausser. Ce fut vrai avec les anciens modèles de chaussures de rando, en cuir épais. Mais avec les chaussures modernes plus souples... C'est différent ! Au contraire un bain de pied dans l'eau fraîche d'une rivière ou d'un torrent, les empêchera plutôt de gonfler.

Dossier réalisé par Carole Alhaire, "La marche" magazine n°37 (décembre 97)

La bonne chaussure:

Quelle est la chaussure idéale pour la randonnée ? Il y en a autant que de modèles existants sur le marché. Le choix de la chaussure dépend de la randonnée envisagée, du nombre de sorties à l'année, du budget souhaité...

Balades en forêt une ou deux fois l'an, rando en Normandie 3 fois par mois, vacances à pied en montagne ou grand trekking d'altitude nécessitent chacun une chaussure différente. Le randonneur régulier est amené à marcher sur des chemins humides, même s'il ne pleut pas: les sentiers en herbe haute couverte de rosée sont les pires ennemis du randonneur détestant marcher les pieds mouillés. Il convient dans ce cas de choisir une chaussure avec membrane imperméable. Gore-Tex, Confortex ou Sympatex procurent une très bonne imperméabilité (toutefois pas totalement étanche).

A mon avis, après expérience vécue, le Gore-Tex reste le plus efficace mais aussi le plus cher.

La semelle avec amorti sera appréciée lors de longues randonnées (25 à 30 km par jour) ou sur terrain très accidenté et rocheux, notamment lors de longs trekking en montagne.

Les chaussures à tige haute sont préférables aux chaussures basses, principalement pour tenir la cheville et éviter les entorses sur chemins accidentés. Néanmoins, pour les randonneurs occasionnels, il existe aujourd'hui sur le marché des chaussures à tige basse de qualité dites "tout terrain" ou "multi loisirs" qui donnent entière satisfaction.

Il est prudent d'essayer longuement une paire de chaussure, si possible de monter et de descendre un escalier, de les essayer avec une paire de chaussettes qui sera utilisée sur le terrain, de prendre un peu trop grand. En effet, le pied gonfle au fil des kilomètres. Il est toujours possible de mettre une semelle supplémentaire ou une chaussette plus épaisse dans une chaussure trop grande, le contraire est moins facile!

Bien chaussé, les moments privilégiés que vivent chaque randonneur seront d'autant plus appréciés.

Bruno Frébourg.

Une naissance bien difficile !

En septembre 1997 le SIDOM, Syndicat Intercommunal de destruction des ordures ménagères des cantons de Vernon-Pacy-Saint André, reprenait à son compte la loi de 1995 qui interdit le rejet sans traitement des ordures ménagères après l'an 2002.

Jusqu'ici que devenaient nos ordures ?

Dans les trois cantons cités, elles étaient regroupées. Et abandonnées. On a d'abord empli des décharges locales qui n'étaient souvent que des trous à combler, les "carrières". Celles-ci débordant, on a industrialisé le procédé, stockant, compactant, isolant un site sur la Chapelle-Réanville. Parallèlement les dépôts sauvages n'ont pas disparu. Leur cortège de rats, les coups de vent nauséabonds, le spectacle offert à la vue est affligeant. Et souterrainement la pollution est toujours en marche, sous eux.

Que nous propose-t-on ?

Le SIDOM, emmené par son président Monsieur Tammam, a entrepris de devancer la loi et de proposer à trois communes de la vallée (Croth, Ezy et Marcilly) une expérimentation grandeur nature de collecte sélective de ces ordures.

Dans l'attente de la future grande usine d'incinération qui va être prochainement implantée à Guichainville, il nous a été expliqué dans une série de réunions publiques qui se sont tenues en Septembre 97, que nous pouvions déjà réduire les tonnages collectés et traités par enfouissement (à 300F la tonne). En effet, en isolant :

les bouteilles plastiques (sac transparent),

les papiers - cartons - cartonnettes (sac bleu),

les boîtes métalliques (sac vert),

on a déjà réussi à faire baisser les tonnages en 1997 (moins trois kilos par an et par habitant).

En plus en jetant utile on récupère des matériaux qui ont une valeur dont la revente équilibre les frais de recyclage.

Qu'est-ce qui blesse ?

"Je trie consciencieusement mes déchets mais comme je ne connais pas les dates de ramassage du tri sélectif je mets sur le trottoir au mauvais jour . C'est alors embarqué en vrac avec les poubelles."

"J'adore trier. Comme je n'ai pas grand place dans mon logement je mène mon tri au point vert de ma commune. Mais les papiers - cartonnets et le métal ne sont pas accueillis."

"Je suis allé avec ma petite remorque pleine de déchets verts à notre nouveau point vert. Mais je n'ai pas pu m'approcher car la benne est déposée dans un entourage grillagé."

"La benne est trop haute pour moi quand j'apporte mon sac de tonte. Pourquoi n'a-t-on pas mis un quai d'accès ? Ou déposé la benne dans une mini-fosse en contre-bas ?"

"A Ezy comment fait-on quand on a des déchets verts et pas de voiture ? On a reculé le point vert à plus de trois kilomètres des habitants vivant dans les environs du collège."

"La benne déborde et cela n'est pas signalé à l'entreprise."

"Les lieux ne sont pas surveillés. Les gens jettent à côté. Résultat : on préfère fermer plutôt que d'effectuer un petit nettoyage, pédagogique et régulier." (cela ne s'est produit qu'à Ezy. NDLR)

Comment améliorer les résultats ?

On le voit, les gens, enthousiastes au départ, émettent maintenant quelques réticences et il devient urgent d'encourager les gestes civiques.

Pour les points verts on pourrait :

Améliorer les accès à la benne (tourner autour, bacs moins hauts...)

Désencombrer l'accès par une meilleure surveillance.

Repositionner le lieu en un point plus central et mieux surveillé (pour Ezy)

Étendre les heures d'ouverture (comme à Croth)

Et communiquer : dire aux gens que cela existe, que c'est transféré, expliquer pourquoi c'est fermé... Dire, expliquer, convaincre. Être convaincu soi-même.

Pour le tri en sacs on devrait :

Effectuer un ramassage hebdomadaire pour que les gens privés de place n'accumulent pas avec gêne le produit de leur tri chez eux.

Effectuer un passage hebdomadaire à jour fixe pour qu'il n'y ait plus de sac emmenés par les poubelles.

Le SIDOM n'est pas le seul à écrire cette nouvelle page de l'histoire de nos déchets. Nos communes sont aussi partenaires, ainsi que la population. Nous accueillerons donc avec intérêt tous les retours provoqués par cet article.

Dans le [bulletin n°3](#) je traiterai de l'abandon des déchets verts chez soi (compostage) et de leur réutilisation sous forme d'engrais (compost).

Claude Duclos.

Incinérer ou recycler ?

On se souvient : le 10 juillet 1976, à 40 km de Milan, à Salsomaggiore, l'explosion d'un réacteur d'une usine chimique provoque la dispersion d'un épais nuage de dioxine et rend nécessaire l'évacuation de centaines d'habitants du voisinage.

Ce "sous-produit très toxique de la fabrication d'un dérivé chloré du phénol" (merci Larousse) vient de faire à nouveau parler de lui : des analyses récentes du lait des vaches de deux élevages situés sur le territoire de la commune d'Halluin, au nord de Lille, révèle une teneur de dioxine trois fois supérieure aux normes admises (5 pictogrammes).

La cause de cette anomalie n'a pas à être cherchée longtemps : une usine d'incinération d'ordures ménagères toute proche.

Dès le 21 janvier, Préfecture et services vétérinaires ordonnent aux éleveurs de cesser toute consommation et vente de lait. Le 26, le bureau de la communauté urbaine de Lille décide de suspendre l'activité de trois usines d'incinération de l'agglomération dont celle d'Halluin.

Le problème avec la dioxine, est que sa toxicité à faible dose fait l'objet de controverses entre scientifiques, certains experts se voulant rassurants (il n'y aurait à craindre pour l'homme qu'une dermatose plus gênante que dangereuse), d'autres qualifiant le produit de cancérigène probable et exigeant un durcissement des normes d'exposition. Comme toujours, en cas de doute, deux logiques s'affrontent : le souci de la rentabilité économique et celui de la santé. Dans le premier cas, on minimise les risques ; dans le second, on se dit qu'il faut de toute manière les supprimer. On sait les catastrophes auxquelles a conduit à propos de l'amiante, la première attitude. En 1996, l'association "Greenpeace" a commencé d'attirer l'attention du public sur la contamination du lait de vache par la dioxine. En 1997, l'organisation mondiale de la santé décide d'affirmer son caractère cancérigène. Heureuse surprise, donc : la communauté urbaine de Lille évite toute tergiversation et fait cesser le fonctionnement des trois incinérateurs incriminés.

Mais des questions se posent : ces trois usines brûlaient 390 000 tonnes d'ordures ménagères : où le seront -elles désormais ? Dans d'autres incinérateurs aussi vétustes et donc aussi néfastes ? D'une manière plus générale quel est l'état du parc d'usines d'incinérateurs en France ?

Et dans notre région ? Où la possibilité de rejets de dioxine inférieure à un picogramme est-elle effectivement réalisée ? Des relevés suffisamment fréquents sont-ils effectués dans les périmètres concernés pour vérifier l'effet des rejets de fumée sur les humains, la faune, la flore, l'ensemble de l'environnement ?

Si l'on prend conscience que 80% des investissements en matière de déchets sont actuellement consacrés aux incinérateurs, ne peut-on s'étonner que la politique de tri à la source et du recyclage soit si peu soutenue ?

N'est-ce pas l'occasion de réaliser l'importance du choix que nombre d'habitants d'Ezy, Croth et Marcilly font, de trier leurs déchets pour déposer, chaque quinzaine, sur leur trottoir, sacs d'objets métalliques, sacs de papier et de cartons, sacs de bouteilles en plastiques, ou se rendre au "point-vert" le plus proche ? Un effort plus grand n'est-il pas envisageable pour rendre possible le tri d'un nombre plus important de produits usagers ?

Jean Brédeloup.

Petite histoire de piste cyclable

En 1968 la gare d'Ezy-Anet fermait définitivement ses portes et le calme revint le long des voies désertes. Les riverains du chemin de fer n'entendirent plus les trains dont les passages rythmaient les journées. La ligne abandonnée pour toujours, on se demandait ce que pourrait devenir cette voie traversant Ezy sur toute sa longueur. L' idée d'une piste cyclable fut déjà émise... Les années passèrent avant que la SNCF ne mit en vente ses terrains et que la commune ne s'en porte acquéreur. En 1980, la commune signait une convention avec le département et recevait de la Délégation pour l'Aménagement du Territoire et Action Régionale une subvention pour l'achat de la voie ferrée. Mais les terrains achetés avec le concours de la DATAR étaient grevés d'une servitude : "cette emprise départementale ne peut pas être une route ou une rue". On construisit la salle des fêtes après des discussions pendant près d'un an du fait des exigences de la DATAR qui précisait que les entrées ne pouvaient donner sur la piste cyclable, (et de ce fait, l'entrée principale de la salle des fêtes est mal placée par rapport à la rue Gambetta). De 1983 à 1984 le Conseil Régional et le Conseil Général voulurent concrétiser le projet d'aménagement de l'ancienne voie ferrée sur l'emprise des communes de Garennes, Ivry, Ezy et Croth. Certaines communes acceptèrent, d'autres, pas. C'est ainsi qu'en 1995 la DDE entreprit la construction de deux magnifiques rubans asphaltés entre Ivry et Ezy et Croth et Ezy. On connaît la suite...

Laurence ASTRU.

Nouvelles de dernière minute

La benne à déchets verts a été enlevée par le SIDOM car on y a retrouvé souvent des ordures qui empêchent l'utilisation des déchets verts en tant que compost. Dans ce cas, la benne est vidée en décharge au coût de l'enfouissement des ordures ménagères. Puisque c'est aux communes de gérer le point vert, et entre autre de le débarrasser des monstres et autres carcasses, le SIDOM a décidé de facturer en plus aux communes l'enlèvement des bennes à déchets verts "polluées".

Lors du conseil municipal du 19 Février 98 la municipalité a refusé le compromis du SIDOM, et ainsi il n'y aura plus de benne à déchets verts à Ezy, il faudra aller à Garennes... Quant au "point vert", on ne connaît pas son destin...

Pour tout renseignement: contact@boneuredevivre.com