

ESTU'AIR 44

N°23

1er trimestre 2005

Bulletin de l'Association des Insuffisants Respiratoires de Loire Atlantique
Adresse postale : AIR 44 chez M. Vincent Legeay 36 rue Blanchet 44400 Rezé

Le vieux noyer page 13

Apnées du sommeil page 10

Le coin des poètes page 18

Philippeville page 17

L'or des Berbères page 15

Assemblée Générale 2005

Compte rendu page 4

Rapport d'activité page 6

Rapport financier page 8

Le Parler Nantais
page 12

Ce numéro d'ESTU'AIR 44 a été réalisé par Louise Bonnaud, Monique Bouchereau, Bernard Boucher, Jean Leclerc, Roger Bouchereau, Jacqueline Fortune, José Scardone, Josiane Vaucourt, Vincent Legeay. Il a été reproduit avec l'aide matériel de ARIRPLO pour la partie mono chrome et de VITALAIRE pour le supplément couleur.

Conseil d'Administration de AIR 44

Président:	Vice Président:	Vice Présidente:
Vincent Legeay 36 rue Blanchet 44400 Rezé Tél.:02.40.75.37.36 vincent.legeay@wanadoo.fr	Bernard Boucher 14 rue du 1er Mai 44120 Vertou Tél.:02.40.34.50.44 bbbj@club-internet.fr	Gisèle Cormier 12 rue du Chêne Vert 85710 La Garnache Tél.:02.51.35.64.38

Secrétaire:	Secrétaire Adjointe:
Jean Leclerc 5 rue des Chataigniers 44210 Pornic Tél.:02.40.82.68.74	Louise Bonnaud 5 rue des Chataigniers 44210 Pornic Tél.:02.40.82.68.74
Trésorière:	Trésorier Adjoint:
Françoise Queneudec 38 rue de la Liotterie 44430 Le Loroux Bottereau Tél.:02.40.33.84.21	Henri Queneudec 38 rue de la Liotterie 44430 Le Loroux Bottereau Tél.:02.40.33.84.21

Gilbert Leyas 197 avenue de Mindin 44250 St Brévin les Pins Tél.:02.40.27.11.71	Yvette Leyas 197 avenue de Mindin 44250 St Brévin les Pins Tél.:02.40.27.11.71 yleyas@aol.com	Monique Bouchereau 18 rue de la Treille 44450 La Chapelle Basse Mer Tél.:02.40.03.62.82
Pierre Fonteneau 19 Bd Winston Churchill 44800 St Herblain Tél.:02.40.46.72.06	Jacqueline Fortune Les Roches Blanches 1 rue des Soupirs 44300 Nantes Tél.:02.40.49.54.61	Roger Bouchereau 18 rue de la Treille 44450 La Chapelle Basse Mer Tél.:02.40.03.62.82
Yvette Priou 3 rue de Strasbourg 44400 Rezé Tél.:02.40.75.41.20	Georges Plantade 28 avenue Pierre de Coubertin 44600 St Nazaire tél.:02.40.70.75.78	Jackie Lormeau La Devinais 44130 Fay de Bretagne Tél.:02.40.87.41.39

Message

Je viens remercier toutes les personnes qui m'ont témoigné leur sympathie chaleureuse au cours de cet hiver, où j'ai eu une grosse déprime. Cela m'a aidé, même si je ne réponds pas encore à vos appels. J'espère revenir prochainement au sein du groupe et je vous remercie encore.

Gisèle Cormier

Editorial

Vincent Legeay, président d'AIR 44

Le printemps est enfin arrivé, l'hiver cette année s'est éternisée: le mois de février a été un vrai mois d'hiver: froid, neige, gel, vent... Pour nombre d'entre nous, cela fut l'occasion d'être attaqués par les virus ou autres bactéries. Je fus une de leurs victimes, ce qui m'a valu près de deux semaines d'hospitalisation d'où mon absence à la réunion mensuelle de février. Je voudrais à ce propos en profiter pour remercier tous les participants à cette réunion qui m'ont fait parvenir un petit mot signé collectivement.

J'ai eu de la chance qu'au moment de mon hospitalisation il y eut de la place dans le service pneumologie où interviennent les médecins pneumologues qui me suivent habituellement. Je sais que cela ne fut pas le cas pour tous, certains ont dû être pris en charge par le service de médecine interne ou ailleurs peut être!

Les répercussions de ces maladies se sont également fait sentir lors de l'assemblée générale de l'association organisée le 12 mars où plusieurs participants n'étaient pas suffisamment en forme pour se déplacer et y participer. Vous pourrez en lire le compte rendu et vous informez de son contenu dans les pages suivantes de ce bulletin. Cette réunion avait lieu cette année au Salon de la Louée à Basse Goulaine, c'est un lieu très accessible où nous avons été très bien reçu. Il y a de fortes probabilités que nous y retournerons.

La permanence téléphonique « Respire Ecoute » qui ne répondait plus depuis quelques semaines est de nouveau en fonctionnement avec une équipe renouvelée que nous remercions. N'hésitez pas à appeler le 02 51 35 11 12 le mardi de 14h à 18h, ne serait-ce que pour bavarder avec quelqu'un à défaut d'avoir des renseignements précis à demander. Nous comptons sur vous pour faire vivre cette permanence.

Le « train de la vie » faisait étape le dimanche 20 mars en gare de Nantes, plusieurs courageux volontaires de notre association y ont tenu une permanence pendant toute la journée dans le wagon « dialogue », malheureusement cette voiture située en fin de visite n'a pas favorisée une forte affluence de visiteurs, c'est dommage. Une autre fois cela sera mieux peut être!!!

Programme du 2ème trimestre 2005

22 avril 2005 Réunion mensuelle (Aliséo, Orvault)

13 mai 2005 Réunion mensuelle (Aliséo, Orvault)

24 juin 2005 Réunion mensuelle (salle du Seil, Rezé)

28 avril 2005 Réunion Association Pays de la Loire
(Aliséo, Orvault)

Séjour au village vacances Azureva de Longeville du 22
au 29 mai 2005

Congrès FFAAIR à Toulouse du 10 au 13 juin 2005

ASSEMBLEE GENERALE 2005

Compte rendu

Cette année, notre Assemblée Générale s'est tenue le 12 mars 2005 au Salon de La Louée à Haute-Goulaine, où nous avons été très bien accueillis.

Le Président a ouvert la séance par un tour de table pour la présentation de chaque participant. Quelques absents, dont quelques-uns pour raison de santé.

32 personnes étaient présentes à l'Assemblée Générale et 42 avaient envoyé leur pouvoir.

Ordre du jour

Rapport d'activité 2004

C'est la 7ème année d'Air 44, avec 193 adhérents en ce début d'année. Très peu de changement dans l'ensemble, le nombre se maintient.

Des documents ont été diffusés par Aliséo, à l'ensemble des personnes et des Prestataires de services..

Chaque mois a lieu une réunion mensuelle, au siège d'Aliséo principalement.

L'Assemblée générale en 2004, s'est déroulée à Brit-Hotel, avec 37 participants.

4 numéros d'Estu'Air 44 sont publiés au cours de l'année, envoyés aux adhérents, ainsi qu'aux prestataires de services et pneumologues.

Le tirage du bulletin est réalisé avec la participation financière d'Aliséo et Vitalaire pour la partie supplément couleur..

Respire-Ecoute, après une petite interruption reprend du service. En Mai 2004, le séjour de Longeville a été maintenu.

Le Congrès de Poitiers au Futuroscope en Juin, fort intéressant, avec conférences, colloques etc.. rencontres avec différents partenaires.

En cours d'année deux réseaux, l'un concernant le S.A.S. (apnée du sommeil) et B.P.C.O.

Au siège d'Aliséo a eu lieu un débat -conférence avec participation de la presse pour la journée mondiale contre la B.P.C.O. animée par le professeur Chailleux. De nombreux échos sont parvenus à propos et à la suite de ce colloque.

Le 4 septembre 2004, s'est tenue à Angers, la 2° journée mondiale sur l'Apnée du Sommeil, journée fort enrichissante pour les participants.

Comme chaque année des cartes de vœux sont envoyées aux participants ainsi qu'aux associations et prestataires de services. Des chocolats dans le service de pneumologie du CHU, Aliséo et autres prestataires, geste fort apprécié.

Le rapport d'activité est approuvé par tous.

Rapport financier

Charges et produits 2004, un léger excédent.

Des subventions demandées et accordées par quelques communes, ainsi qu'Aliséo.

Bilan approuvé à l'unanimité.

Le budget prévisionnel dont le vote a été adopté.

Membres du C.A. renouvelables, soumis au vote de l'Assemblée sont reconduits dans leur fonction.

Monique Bouchereau - Françoise Queneudec - Yvette Leyas - Pierre

Fonteneau Gilbert Leyas - Henri Queneudec -

Tous réélus à l'unanimité.

Projets 2005

- Tirage du bulletin avec différents articles dont les adhérents peuvent envoyer des articles qui seront les bienvenus.

Un week-end à Longeville sera d'une semaine, au choix de chacun. Poursuite de la permanence de Respire-Ecoute.

- Participation à diverses instances .

Le 20 mars, un train sera en gare de Nantes - 5 voitures exposition pour comprendre et se prendre en mains. Un train ouvert à tous.

5 voitures-exposition	§	« Le train de la vie »
1 voiture- conférence	§	avec l'engagement de Sanofi-
1 voiture-dialogue	§	aventis, dans la prévision des maladies

1 voiture – dialogue pour rencontrer des associations de patients et des fédérations de professionnels de santé. Nous assurerons une permanence pour représenter notre association.

Une photo de famille a été prise avec tous les participants à l'A.G. Le repas qui a fait suite à nos travaux a été apprécié par tout le monde. Une très bonne ambiance ; la journée s'est déroulée agréablement.

Rapport d'activités 2004 de AIR 44

Présenté à l'Assemblée Générale 2005
Vincent Legeay

Au cours de 2004, septième année d'existence de notre association, nous avons compté 196 adhésions dont 40 nouvelles adhésions et 47 non renouvellements d'adhésion comprenant 15 décès, 2 déménagements et une démission. Le nombre d'adhérents par rapport à 2003 (203) n'a donc que très peu changé, il est resté stable et ceci grâce aux actions menées pour faire connaître notre association. On peut attribuer ce résultat à la méthode employée qui semble encore avoir été bien accueillie: en effet, comme les deux années précédentes, en plus d'une lettre de présentation et d'un bulletin d'adhésion nous avons diffusé un questionnaire qui offrait l'opportunité de s'exprimer sur les activités de l'association, sur ces problèmes de santé et son traitement. Il semble que cette initiative ait été assez bien perçue, 86 questionnaires nous ont été renvoyés. Ces documents ont été diffusés par ALISEO à l'ensemble des personnes insuffisantes respiratoires qu'elle appareille sur notre département, et il a été fait de même par Vitalaire. En 2004 les adhérents se répartissaient ainsi: 173 appareillés par ALISEO, 8 par Vitalaire, 2 par Orkyn' et 13 sympathisants ou non appareillés.

Chaque mois a eu lieu une réunion mensuelle où se sont retrouvés les adhérents qui le pouvaient et le voulaient: on compte à chacune de 30 à 40 participants avec de nombreux habitués et d'autres qui viennent épisodiquement. Durant cette année elles ont été organisées dans la salle de réunion du siège de ALISEO. Celle du mois de mai qui était consacrée à l'assemblée générale annuelle a eu lieu au Brit Hôtel de Vigneux de Bretagne, et a été suivie d'un repas dans ce même établissement avec 34 convives. En décembre ce fut le repas de fin d'année à l'Auberge de la Forêt du Gâvre, avec 37 participants et une joyeuse ambiance.

Nous avons publié quatre numéros de notre bulletin ESTU'AIR, un par trimestre. Ce bulletin est composé d'articles et de documents récoltés au gré des lectures de plusieurs d'entre nous, certains s'essayent à la rédaction, chacun peut proposer un texte. Le tirage du bulletin est réalisé chez un photocopieur pour tout ce qui est monochrome, ces travaux sont pris en charge financièrement par ALISEO, le supplément couleur est tiré sur la photocopieuse couleur de Vitalaire. Diffusés à l'ensemble des adhérents, nous l'envoyons aussi aux présidents de toutes les associations d'insuffisants respiratoires affiliées à la FFAAIR, mais aussi à quelques autres. Nous l'envoyons également aux prestataires d'appareillages, ALISEO bien sûr, mais aussi Vitalaire, Orkyn' et LVL Médical, à pratiquement l'ensemble des pneumologues du département 44 dont nous avons les adresses. Selon les échos reçus ici ou là, certaines pages du bulletin ont beaucoup de succès.

Les permanences téléphoniques « Respire Ecoute » ont pu être régulièrement tenues jusqu'aux dernières semaines de l'année où une défaillance d'un des membres de l'équipe a perturber leur bon déroulement. C'était une petite équipe de quatre à cinq adhérents de l'association qui se relayaient chaque mardi après midi pour répondre aux appels de personnes désirant des renseignements, des informations, découvrir l'association ou désirant parler de leurs problèmes de santé. Les permanences se tiennent au domicile des bénévoles, les appels au 02 51 35 11 12 étant renvoyés sur leur ligne téléphonique personnelle. Les appels ne sont pas toujours très nombreux chaque mardi après midi et le sont plus facilement lorsque la permanence est annoncée dans la presse quotidienne locale. Petit à petit, ces permanences se montrent bénéfiques et on peut remercier toute l'équipe qui les assure.

En mai 2004, nous avons organisé un petit séjour de 4 jours au village vacances Azureva « Les Conches » de Longeville sur Mer en Vendée, une quinzaine de personnes y a participé. Le beau temps, la bonne ambiance, le bon accueil, le bien manger et le calme ont permis à chacun de passer un agréable séjour, si bien qu'au moment du départ certains regrettaient qu'il fut si court.

Le congrès de notre fédération, la FFAAIR, a eu lieu à Poitiers en juin 2004, une délégation de 7 personnes s'y est rendue en autocar aménagé pour le transport des fauteuils roulants, autocar que nous avons partagé avec nos amis de l'association de Vendée. Au cours de ce congrès une conférence faite par le philosophe Eric Fiat a été très appréciée: il s'agissait d'une réflexion sur la famille, la maladie et la machine. Les autres conférences portaient sur l'éducation thérapeutique des patients atteint du syndrome de l'apnée du sommeil, sur la conduite automobile et le SAS, sur le ré-entraînement à l'effort pour les BPCO et autres pathologies invalidantes.

Au cours de l'année 2004, nous avons essayé de constituer deux réseaux: l'un, nouveau, pour les adhérents concernés par le SAS, et l'autre pour ceux concernés par la BPCO. Il nous reste à faire vivre ces réseaux, les idées et les initiatives seront les bienvenues.

Lors de la journée mondiale BPCO programmée le troisième mercredi du mois de novembre : nous avons avec l'aide du CDMRT de Loire Atlantique, présidé par le professeur Edmond Chailleux, organisé une conférence de presse tenue au siège de ALISEO. Un journaliste des 2 quotidiens Nantais Ouest France et Presse Océan y ont assisté et ont chacun publié un article avec photographie. Ces articles ont été vus par beaucoup de personnes car nous en avons reçu de nombreux échos même plusieurs semaines après.

Plusieurs d'entre nous ont participé à la journée nationale sur le syndrome d'apnée du sommeil qui a eu lieu à Angers en septembre.

Nous avons participé à plusieurs réunions lors de la préparation du changement de statut du prestataire ARIRPLO et la création de ALISEO. Nous participons également aux réunions de préparation du plan régional de santé publique PRSP, au sein duquel nous essayons de faire prendre en compte nos demandes de création de structures permettant l'accès à des pratiques de ré-entraînement à l'effort pour les insuffisants respiratoires qui en aurait besoin.

Pour conclure ce rapport d'activité, il faut mentionner l'envoi des cartes de vœux à l'ensemble des adhérents en fin d'année, ainsi qu'aux autres associations d'insuffisants respiratoires. Nous avons également marqué cette fin d'année en offrant des chocolats aux équipes de soins des services de soins intensifs et attentifs du service de pneumologie de l'hôpital Laennec, c'est un geste qui est fort apprécié selon ce que la surveillante du service m'en a dit. Nous avons également offert des chocolats aux prestataires d'appareillages ALISEO, Vitalaire.

Rapport financier

Exercice 2004

Charges		
Secrétariat		
Fournitures	812,36	
Timbres	1910,49	
Téléphone	220,19	
Assurance	173,61	
FFAAIR	624	
Déplacement	2849,6	
Frais des rencontres	2840	
Frais du séjour à Longeville	2527	
Divers	471,1	
Produits		
Cotisations des adhérents	4557	
Subventions	3356,73	
Don	0	
Participations aux rencontres	1846	
Participations au séjour à Longeville	2520	
Divers	207	
Total	12428,35	12486,73
Excédent de l'exercice	58,38	

Bilan 2004

Report de l'exercice 2003	3577,7	
Excédent de l'exercice 2004	58,38	
Produits disponibles au 31/12/2004	3636,08	

Budget 2005

Charges	
Cotisations FFAAIR	630.00
Assurance	180.00
Déplacements	4 000.00
Fournitures, papeteries	1 000.00
Frais postaux	2 100.00
Respire Écoute	300.00
Organisations de rencontres, repas	3 000.00
Divers	500.00
Produits	
Cotisations des adhérents	4 400.00
Participation des adhérents	2 000.00
Subventions communes	500.00
Subventions diverses	4 810.00
Total	11 710.00

L'Erdre et ses bateaux lavoirs

André Peron, Editions RESSAC
(suite du n°22 d'ESTU AIR 44)

CAPITAINE DE BATEAU-LAVOIR

Comment fonctionne un bateau-lavoir ? Un rapport de la Commission des Bains et Lavoirs le précise en 1851 :

" L'entrepreneur met, moyennant 30 centimes par jour, à la disposition de la ménagère, un battoir, une marmite à faire bouillir le linge, un baquet pour l'essanger et le rincer. Celle-ci apporte le bois et le savon. Elle fait bouillir son linge dans la marmite, avec du lessis dont elle a dû se munir, le savonne, le rince dans de l'eau chaude ou avec de l'eau froide qu'elle puise dans la Loire".

Outre la patente, le propriétaire du bateau paie un droit de stationnement au fermier des échoppes. En 1829, sur l'Erdre, ce droit est de deux francs par banc pour les bateaux couverts et de un franc pour les bateaux non couverts. Sur la

Loire, les droits sont deux fois moins élevés, ce qui témoigne de l'attraction plus forte exercée par l'Erdre sur les blanchisseuses.

Les propriétaires de bateaux à laver ou leurs gérants habitent le plus souvent sur les quais, le plus près possible de leur lavoir, de manière à surveiller leur gagne-pain ainsi que le linge qui sèche et le niveau d'étiage. Les variations du niveau de l'eau sont pour eux une préoccupation constante. Le 18 juin 1821, un Cheguillaume, tanneur, et une femme Morin se plaignent des "avaries considérables" causées à leurs bateaux par une brusque variation du niveau de l'Erdre. Le coupable est montré du doigt : " le sieur Mellinet, propriétaire des moulins des Halles, aura fait lever toutes les vannes de ses moulins, ce qui aura vidé trop subitement le bassin ". (suite page 11)

Angers, 18 septembre 2004,

Journée Nationale Apnées du Sommeil

Le Centre de Congrès d'Angers vient d'accueillir la 2ème Journée nationale des associations de malades souffrant d'une pathologie respiratoire du sommeil (18/09/04). Un succès pour la FFAAIR (1) qui a su réunir médecins et patients dans le cadre de conférences débats.

Heureusement, tous les ronfleurs ne font pas d'apnées du sommeil mais 9 patients sur 10 ne seraient pas diagnostiqués en France aujourd'hui, et parmi ceux qui le sont certains refusent ou ne supportent pas d'être appareillés. Les diverses maladies respiratoires concerneraient près de 3 millions de français, 4% des hommes et 2% des femmes mais le Syndrome d'Apnées obstructives du Sommeil (SAS) est la 2ème maladie respiratoire chronique après l'asthme. Dans le cas du SAS, hypertension, troubles cardiovasculaires, lésions cérébrales, arrêt cardiaque, figurent parmi les principaux risques. Diabète aussi puisque les perturbations du sommeil induiraient une augmentation de sécrétion de cortisol potentiellement responsable d'un syndrome de résistance à l'insuline. Ce 18 septembre 2004, avec ou sans apnées, 90 % des personnes de l'auditoire présentent un surpoids favorisant ces mêmes pathologies. Mais les statistiques sont formelles affirme le Dr Elisabeth Frija Orvoen, pneumologue (Hôtel Dieu, Paris) " Tous les sujets obèses ne développent pas un SAS. Par contre, dans 70 % des cas de SAS il y a obésité et/ou accroissement du périmètre du cou ". L'augmentation de graisse abdominale et thoracique joue aussi en comprimant le diaphragme et en gênant la respiration. Un tour de taille supérieur à 85 chez la femme et à 102 chez l'homme représente un bon indice de masse corporelle.

Perdre du poids et faire de l'exercice

La comparaison d'un groupe de patients ayant pris plus de 7 kg en un an et d'un groupe sans variation de poids a démontré une grande fréquence d'apnées chez les premiers et de rares apnées chez les seconds. Avec un IMC (2) normal de 25 la fréquence du SAS atteint 12 % mais passe à 32 % pour un IMC supérieur à 31. Des chiffres parlants. Avec une perte de poids de 9 à 25 % l'indice d'apnées peut chuter de 3 à 75 %. Certains, après un amaigrissement de 10 % voient chuter leur indice d'apnées de 25 %. En persévérant, une guérison reste possible. Chacun aurait un poids seuil. " Lorsque la perte pondérale ne diminue pas le SAS, il faut chercher les autres facteurs responsables d'apnées mécaniques (voir ci-contre) " poursuit Elisabeth Orvoen. Nutritionnistes, diététiciens, infirmières et psychologues diététiciens représentent un soutien appréciable pour obtenir un équilibre et le conserver dans le temps. Et ce d'autant plus que les victimes du SAS ressentent fatigue et somnolence " d'où des difficultés à se focaliser sur les règles alimentaires et l'indispensable activité physique ". Stress, équilibre alimentaire, diminution des graisses, de l'alcool, du café, suppression du tabac, tout a son importance. Quant aux perturbations hormonales (3) liées aux modifications des biorhythmes (réveils fréquents, insomnie..), elles pourraient elles-mêmes favoriser l'augmentation des prises alimentaires. Si l'état articulaire le permet, la marche quotidienne associée à la montée d'escaliers est un bon investissement. Ou la natation pour ceux qui ont des problèmes de pieds et de genoux.

Des risques liés à la somnolence

Cette 2ème journée nationale a misé sur le dialogue malade-médecin qui accroît les chances thérapeutiques. En effet, de nombreux patients gardent l'impression désagréable de ne pas avoir été écoutés ou compris, de ne pas avoir bénéficié d'explications claires, ou d'un itinéraire ballotté entre divers médecins chacun ne considérant que sa spécialité. Médecins, techniciens et pharmaciens doivent entrer dans une véritable relation humaine et thérapeutique. Savoir écouter, expliquer et conseiller pour l'instauration d'une confiance réciproque. Le médecin va ainsi pouvoir, par exemple dans le cas d'un test de somnolence positif, amener son patient à entreprendre le traitement adéquat ou à renoncer à la conduite automobile. L'hypovigilance est une contre-indication à la prise du volant (Arrêté ministériel du 7 mai 1997)

Syndrome d'Apnées du Sommeil (SAS)

Par intermittence, la respiration peut s'arrêter pendant 1 à 2 minutes entre 30 et 500 fois par nuit. Le taux d'oxygène sanguin baisse (hypoxie) et le sujet se réveille fréquemment. Fatigue, irritabilité, somnolence représentent les premiers signes des perturbations de l'organisme. C'est généralement le conjoint ou l'entourage qui remarque des ronflements bruyants intercalés de silence respiratoire et suivis de reprises bruyantes. Il existe des apnées d'origine centrale et des apnées d'origine mécanique (rétrécissement larynx-trachée, relâchement du voile du palais, luette développée, grosses amygdales...). Chirurgie, laser, ultrasons et orthèses buccales peuvent améliorer les apnées mécaniques. En l'absence d'intervention, la solution de référence est la PPC ou Pression positive Continue.

D'autres pathologies pourraient également jouer par compression (tumeurs du cou, pathologies viscérales...) ou irritation (sténose trachéale liée à un pyrosis).

Chez l'enfant obèse on a aussi des apnées du sommeil. Dans la prime enfance, l'orthodontie est importante, les mâchoires doivent bien reposer l'une sur l'autre pour une bonne ouverture pharyngée.

Vacances

Jean-Claude Roussel président de la FFAAIR insiste sur le rôle d'information et de soutien des associations. Des voyages sont organisés pour les insuffisants respiratoires qui renouent ainsi avec les plaisirs de la plage ou de la montagne et développent à nouveau une vie sociale.

car plus de 25 % des accidents de la route résulteraient d'endormissements ainsi que 30 % des accidents mortels sur autoroute. 5 millions d'européens seraient victimes d'hypovigilance avec à la clé des risques d'accidents domestiques, du travail et de la circulation. Un enseignant en mécanique et conduite remarque "Il faut également apprendre à s'auto-évaluer, préférer un repas léger avant de prendre la route, aérer la cabine, bannir le tabac et s'arrêter régulièrement toutes les 2 heures." Des expériences sont actuellement menées chez les chauffeurs routiers avec caméras d'observation. Les 3 huit jouent également sur la somnolence. " Le manque de sommeil est l'un des principaux facteurs d'altération de la vigilance du conducteur. Au delà d'un certain nombre d'heures d'éveil, le sujet vit un état voisin de l'ébriété " remarque le Pr Jean Krieger, neurologue (CHU - Strasbourg).

Vers un diagnostic et un traitement précoces

Face à un patient en surpoids, ronfleur, et qui présente des signes de fatigue, le généraliste peut envisager un dépistage des apnées du sommeil. A domicile mais plus généralement en milieu hospitalier, un bilan respiratoire, une polysomnographie ou enregistrement du sommeil et une polygraphie ventilatoire (paramètres de la ventilation, mesure de la saturation en oxygène, ronflements, détection des apnées et hypopnées) vont permettre d'établir le diagnostic. En dehors des interventions chirurgicales et des mesures hygiéno-diététiques, le traitement vise à normaliser le rythme respiratoire et à rétablir un sommeil normal. Médicaments et produits anti-ronflements se révèlent peu efficaces pour l'instant. Par contre, la PPC ou Pression Positive Continue par voie nasale assure de bons résultats dans 75 % des cas. Elle permet de lever le collapsus pharyngé durant le sommeil grâce à un masque nasal relié à un générateur d'air couplé à un enregistreur qui contrôle les rythmes respiratoires. La pression pourra donc être adaptée. Au début, la plupart des patients manifestent des réticences, se sentent diminués, sont gênés par le tuyau ou le bruit, mais l'amélioration survient dès la première semaine. Et les appareils sont de plus en plus performants et de moins en moins bruyants. Quelques officines se lancent dans la location d'appareils de PPC. Une autre solution, aux résultats variables mais intéressante contre le ronflement et le SAS modéré, réside dans les orthèses d'avancement mandibulaire. Ces gouttières souples, qui ressemblent à des appareils dentaires, avancent la mâchoire inférieure et la langue pour élargir le conduit laryngé et améliorer la respiration nocturne. Face au SAS, des réponses existent mais encore faut-il le diagnostiquer. Aussi, lorsqu'un patient présente une asthénie avec somnolence liée à un mauvais sommeil avec ou sans ronflements, le pharmacien doit l'informer et l'orienter vers son médecin.

(1) FFAAIR : Fédération Française des Associations et Amicales d'Insuffisants Respiratoires - tel : 01 55 42 50 40 - www.ffair.org

(2) IMC : indice de masse corporelle calculé en rapportant le poids à la taille au carré.

(3) L'hormone de croissance sécrétée pendant le sommeil profond participe à l'équilibre pondéral. D'autres hormones pourraient aussi être concernées (cortisol, sérotonine, mélatonine, hormones sexuelles...).

Christian Torres

(20/09/04)

L'Erdre et ses bateaux lavoirs (suite de la page 9)

Parfois, la menace vient de la Loire : " Le 28 mai 1827, entre 9 et 10 heures, la Loire s'est élevée au-dessus des batardeaux et des digues que l'on a construits pour les travaux du canal, et elle en a entraîné plusieurs. Le fleuve s'est jeté avec tant d'impétuosité dans l'Erdre que l'on aurait eu lieu de craindre des malheurs. De tous côtés les habitants sont accourus pour porter secours aux personnes qui s'étaient précipitées dans les bateaux des laveuses pour lâcher les chaînes qui les retenaient, et qui les auraient fait sombrer " (*Le Breton* , 31 mai 1827). En période de crue ou de glaces, la vigilance du propriétaire doit être de tous les instants.

Bref, être " capitaine " d'un bateau-lavoir n'est

pas une sinécure ! Il faut savoir négocier une place de stationnement avec le capitaine du port ou l'ingénieur du canal, vivre en bonne intelligence avec les portefaix et les mariniers malgré l'encombrement des quais, affronter la concurrence des bateaux voisins et... faire régner l'ordre à bord sans pour autant déplaire aux laveuses. Cela fait beaucoup pour un seul homme ! C'est donc souvent une femme qui mène rondement l'affaire, une de ces maîtresses-blanchisseuses qui sait faire face à toutes les situations, les poings sur les hanches, le verbe haut et le chignon en bataille. Toutes les ruses sont bonnes pour contourner les règlements et faire stationner un bateau à laver, au point que la paralysie menace les quais de Nantes.(suite page 14)

Le PARLER NANTAIS ...suite...

Citations tirées de « Le Parler Nantais de Julien et Valentine » de P.Brasseur

« **M** » comme ...

Malcommode : personne qui a mauvais caractère...

« après ça je trouve le Tabari qui me tire son chapeau ! Et pis c'est le père Bredelout qui me fait pareil, un vieux malcommode qu'a terjou sa cassiette vissée sur la tête d'habitude ! »

Malendurant, / **te** : qui ne garde pas son calme...

« Sapré P'tit Louis ! Est-il malendurant ce bougre-là ! L'autre jour, voilà qu'il s'entreprenait avec Fifine, la serveuse du café de la place, rapport à une pièce de 20 sous qu'à lui aurait donnée, soit disant, pour une pièce de 100 francs ».

Manière : sorte, façon de(suivi d'un complément de nom)...

« je voyais le père Godinot qui se promenait avec une manière de petit chapeau de gugas... »

d'une manière : en quelque sorte...

« un bon gars d'une manière et pas regardant à payer une cigarette ... ».

Marbre : Bille (pour jouer)...

« de mon temps on jouait aux marbres, , aux quilles et à la balle au chasseur ».

Marcou : matou, chat mâle...

«a moins donc que ça serait un outil ? mais pour qui faire ? ça je donne ma langue au matou

Marie, élément de composition...

Marie-commandeuse, femme autoritaire

Marie-bonne-goule, femme bavarde

Forcément ! sans ça, la marie-bonne-goule de Léontine va core dire partout qu'on est chien !

Marie-faiseuse d'embarras, femme maniérée

Marienne (faire) : faire la sieste...

« Samedi au tantôt comme je finissais de faire marienne, je trouve Valentine piquée devant sa croisée et qui rigolait comme unetelle perdue ! »

couic, COUIC... »Les onomatopées »...POUËT, pouët...

Ou comment les sons , les bruits sont perçus et transcrits en français

Dictionnaire des onomatopées, Pierre Enckel, Pierre Rézeau

/brek-brek...coa/coa/croa... cotex/corex,...crr/crr... grr...kékéké...

« grenouilles mugissantes, crapauds-cymbales, crapauds-buffles et rainettes-forgerons concertent leurs bruits d'enclume, leurs voix cliquetantes et leurs meuglements... »

« **Ka-ak...Ka-ak...Ti-tilu...ti-tilu...Kéé-ex...Kidi-kidi...kidi-kidi...Dja-ah...dja-ah... »**

(R.Maran, *Batouala*, 1950)

LE VIEUX NOYER

Je venais d'arriver. Cela faisait si longtemps que je n'étais pas revenue fouler ma terre natale. Aussi pleine d'appréhension je pénétraï dans la propriété et ce fut pour moi comme une gifle cruelle.

Le vieil arbre se dressait encore dans le jardin. Il était encore plus rabougri, plus tourmenté que naguère. Vieux, si vieux, très vieux. Par sécurité il aurait fallu le couper. Depuis combien de temps occupait-il ces lieux ? Combien de décennies s'étaient écoulées depuis qu'il avait été planté ? Je l'ignorais. Cela faisait cinquante ans, peut-être soixante . Était-ce possible ? Avait-il un jour porté une seule noix ? J'en doutais. Comme je le contempiais, l'émotion m'étreignit douloureusement. Seules quelques feuilles recroquevillées garnissaient encore ses branches tordues. Au fil du temps l'écorce du tronc était devenue grisâtre, verdâtre, enfin d'une nuance plutôt imprécise . En jaillissant de la falaise proche le vent imbibé d'embruns salés lui avait donné une posture indéfinissable. Implorait-il le ciel ou bien cherchait-il à lui résister ? Doucement et presque avec timidité, j'osai poser une main sur son tronc. Que de souvenirs se bousculaient ! Je me revis de nombreuses années en arrière, quand adossée à lui, je me perdais au milieu d'un livre. Comme j'avais aimé cet arbre et combien d'aventures avais-je vécues, protégée par son feuillage autrefois si abondant

Allons , pas de sensiblerie. La maison ainsi que son terrain devait être vendus. C'était ainsi. Je ne devais pas me laisser envahir par les sentiments. La raison devait l'emporter. Mes parents s'étant installés en Provence près de mon frère, ne pouvaient plus assumer la charge financière et l'entretien de deux propriétés. Moi-même habitant la ville et m'y trouvant bien, je ne souhaitais pas m'y installer. Aussi, il avait fallu trancher et j'étais là pour procéder à la vente de ce bien de famille.

Un acquéreur s'était aussitôt fait connaître : il fallait admettre que la maison et le terrain offraient une vue imprenable sur la baie et ses innombrables criques. Certains racontaient que dans le bas du jardin, il y avait eu autrefois une maison de douaniers. Mais nous n'en avions jamais trouvé la moindre trace. Je ne m'étais pas vraiment renseignée sur cet acheteur mais les braves gens du village m'avaient fait savoir que cette personne souhaitait fortement cette propriété pour tout raser et y construire une de ces villas à vous couper le souffle au milieu d'un jardin paysager comme on n'en voit qu'au cinéma ou sur les publicités. Il allait faire disparaître tout ce qui était l'âme de cet endroit depuis tant d'années.

M'arrachant à mes pensées, je me lançai à la redécouverte de ce jardin encore familier après toutes ces années. On y devinait les traces du potager devenu minuscule au fur et à mesure de l'aisance grandissante de ses propriétaires. Il y a quelques années encore, deux ou trois rangées de haricots verts côtoyaient quelques pieds de tomates. Oh ! ce n'étaient pas celles que l'on achetait au marché, rondes et pulpeuses à souhait ; les nôtres étaient plutôt maigrichonnes, légèrement acides et la peau coriace. Mais quelle saveur elles avaient ! Je sentis encore cette agréable sensation : à l'époque je les dégustais coupées en deux et parsemées de quelques grains de gros sel, indifférente au jus piquant qui s'échappait et coulait sur mon menton.

Je me penchai, laissai filtrer entre mes doigts un peu de cette terre brune et abandonnée. Ce fut difficile de la sentir si froide et si délaissée. Mon cœur se serra et je détournai les yeux vers le rosier rustique qui s'accrochait au grillage . Lui aussi commençait à porter son âge. Quelques feuilles, quelques rosés rappelaient son existence.

C'était le rosier de « mémé Catherine » comme on l'appelait. C'était le rosier de ma grand-mère.

A cet instant une odeur à peine perceptible portée par une brise légère attira mon attention. C'était elle. La menthe. Elle poussait au pied d'un des pignons de la maison. Je m'approchai. Elle était toujours aussi parfumée, toujours aussi résistante au milieu d'une touffée de mauvaises herbes. Elle aussi, années après années, elle s'était maintenue. Je me penchai, et comme je le faisais autrefois, je foulai les feuilles m'imprégnant de cette senteur si familière. Je fermai les yeux, et je me revis enfant quand je humais sans me lasser mes doigts parfumés.

Je me ressaisis et ouvris la porte de l'habitation. Pas exactement la porte mais tout d'abord les volets qui protégeaient celle-ci des humeurs du temps. Dans la maison rien n'avait changé depuis ma jeunesse, si ce n'est quelques améliorations faites par mes parents au fil des années.

L'émotion me surprit une fois encore. Que de temps écoulé ! Et me retrouver là si longtemps après ! C'était comme une deuxième naissance. Et soudain ce n'était plus cette maison confortable qui me recevait mais celle qui existait avant toutes les transformations . C'était le Pen-ty avec sol en terre battue dont mes parents avaient hérité de nombreuses années auparavant. La maison de famille ! Un nom bien pompeux pour une maison si misérable. Commencée peu après la Grande Guerre, jamais vraiment finie car le grand-père était décédé trop jeune. Vingt-neuf ans ! Sa femme restait seule avec quatre enfants en bas âge à élever . Les lessives, la cuisine dans les fermes, les travaux dans les champs, rien ne l'avait rebuté ! Pas même le lavoir, quand au petit matin la bise la glaçait jusqu'aux os : elle tenait tant à ce que ses enfants soient bien tenus .

Seules quelques photographies rappelaient cette femme, elle aussi disparue trop tôt. Fière, droite, mince dans son costume traditionnel Des yeux étonnamment clairs, un front lisse. Pas de sourire. Pour qui d'ailleurs ? Un maintien de reine pour cette humble servante. D'elle que je n'avais pas connu, il ne me restait que deux portraits et une minuscule statuette de Ste Anne et Marie dans un étui en bois.

Et pourtant, pourquoi avais-je toujours eu l'impression d'une présence, de sa présence. Fantôme, réalité, était-ce possible ?

A ce moment-là, je ne me posai plus la question. J'étais là et cela suffisait. Non, cela ne pouvait suffire. Je ne pouvais pas laisser des étrangers mettre un terme à tout cela. Je pouvais pas laisser abattre le vieux noyer. La menthe parfumée, les tomates acides, les rosés rustiques, c'était mon enfance, cela pouvait être mon avenir et cela devait l'être. Je compris que mon futur c'était cette maison, ce jardin et que personne, non personne, n'avait le droit d'arracher les petites haies qui avaient été si amoureuxment taillées par mes parents. Tout pouvait encore être possible. Une solution, j'en trouverai une. Je ne savais pas encore comment je ferai, mais jamais je n'accepterai de voir mourir ces biens. Tout pouvait revivre et tout devait revivre. J'entreprendrai cette tâche et jamais je ne laisserai quiconque détruire l'endroit où avaient vécu mes ancêtres et où j'avais connu de si forts instants. Je préserverai ces lieux et ainsi, ils révéleront leur âme et moi je redécouvrirai la mienne et c'est ce passé retrouvé qu'un jour je transmettrai à mes enfants. (J.V)

L'Erdre et ses bateaux lavoirs (suite de la page 11)

CHAPITRE III

L'OFFENSIVE HYGIENISTE

A partir du second quart du XIXe siècle, les bateaux à laver nantais vont faire l'objet de critiques de plus en plus sévères. Au nom de motifs esthétiques, commerciaux et hygiénistes, de nombreuses voix réclament - sans succès - leur suppression. C'est la pression hygiéniste qui, à l'évidence, est la plus forte. Les épidémies de choléra amènent les pouvoirs publics à prendre des mesures pour réglementer l'activité du blanchissage et réduire le nombre des lavoirs flottants. Mais l'insuffisance de lavoirs de terre ferme correctement équipés et aux tarifs accessibles à tous, s'ajoutant aux difficultés d'accès aux cales et à l'insuffisance de fontaines,

rend les bateaux à laver indispensables. Il faut aussi compter avec la corporation des blanchisseuses en bateau qui défend âprement son gagne-pain. La seconde moitié du siècle va voir la création en France de bains-lavoirs publics inspirés du modèle anglais. La création d'un établissement de ce type à Nantes, quai de la Maison Rouge, ne compense guère la pénurie cruciale de fontaines dans une ville où le développement de l'industrie s'accompagne de la croissance de quartiers ouvriers aux conditions d'hygiène catastrophiques. Au XIXe siècle, Nantes manque d'eau ! Voilà le constat paradoxal que font tous les hygiénistes dans une ville traversée par un grand fleuve et plusieurs rivières.(suite page 16)

L'OR DES BERBERES

L'huile d'argane est connue, depuis des siècles, par les Berbères du Sud-Ouest marocain pour ses vertus cosmétiques, pharmaceutiques et alimentaires. Grâce à l'arganier, un arbre qui ne pousse que là, les femmes de ces régions, soumises à la précarité, ont retrouvé leur dignité. Désormais responsables du fonctionnement des coopératives d'huile d'argane, elles ont réussi à faire valoir leur savoir-faire.

L'arganier assure la subsistance de millions d'habitants du sud-ouest du Maroc. Au début des coopératives, seules les veuves et les divorcées étaient admises. Désormais, les femmes mariées peuvent aussi acquérir une indépendance financière.

Rquia porte généreusement la quarantaine. Elle élève seule ses six enfants tandis que son mari, victime de l'exode rural, est parti maçonner vers d'autres horizons. Depuis qu'elle travaille l'huile d'argane, Rquia, comme les quelque 500 autres femmes des coopératives de Tamanar, Tiout, Tiznit, Aït Baha ou Mestin est devenue indépendante. Elle gère tout : la maison, l'éducation de ses enfants et leur avenir. En deux ans d'économie, elle a pu acheter une échoppe pour Rachid, son fils de 16 ans où il fabrique des babouches berbères. Elle a la télévision, la vidéo, le téléphone portable et s'apprête à installer l'électricité, ce qui sera plus pratique que la grosse batterie actuellement installée dans la partie salon.

Aujourd'hui, dès l'aube, elle est allée ramasser le fruit de l'arganier en compagnie d'une dizaine d'autres femmes, la-haut, sur une des collines d'Aït Baha que dominent les contreforts de l'anti-Atlas. Un vent léger chargé d'un parfum de terre sèche caresse les champs plantés en terrasse. L'âne, paré de ses deux paniers prêts à recevoir le fruit de leur récolte, est particulièrement têtu ce matin, il cherche une ombre qui n'existe déjà plus. Au pied de chaque arbre où elles s'apprentent à travailler, les femmes posent leur panier et entonnent un « youyou » qui leur portera bonheur. Comme pour bénir leur compagnon des bons jours, cet être au tronc noueux, à la sève fertile, mythique et vénéré qui, depuis toujours, leur donne tout ce qu'il possède.

L'arganier, doté d'une durée de vie de cent cinquante à deux cents ans, constitue la deuxième essence forestière du royaume après le chêne vert, et juste avant le thuya. Très résistant à la sécheresse et à la chaleur, il pousse d'une façon sauvage sur plus de 800.000 hectares dans les régions arides et semi-arides du Sud-ouest, entre Essaouira au nord, Agadir au sud et les montagnes de l'Atlas à l'est. Grâce à son système racinaire puissant, l'arganier lutte vaillamment contre l'avancée du désert. C'est un arbre à usages multiples, dont chaque partie est source de revenus ou de nourriture. Le bois est utilisé pour le feu et la menuiserie, les feuilles et la pulpe pour le fourrage, et le tourteau pour l'alimentation du bétail. Le séchage des fruits se fait sur les toits des maisons ou à même la terre, colorant les villages de jaune et de rouge. Et si les chèvres prennent un plaisir irrésistible à lui grimper dessus pour dévorer ses feuilles, les chèvres ainsi que les chameaux sont les principaux concurrents de la récolte. L'huile extraite des amandons reste la richesse dorée de l'arganier. Elle a des vertus médicinales, elle nourrit et embellit la peau.

Celui que les populations de la région de Sousse voient comme une providence assure la subsistance de trois millions de personnes. « quand on a commencé, en 1996, il n'y avait que des veuves et des

L'HUILE AUX MILLE VERTUS

Outre son emploi dans l'alimentation, (salades, couscous, plats d'œufs), l'huile d'argane, au délicieux goût de noisette, est conseillée à des fins multiples, que ce soit en cosmétique ou en médecine traditionnelle.

- En soins corporels, elle est utilisée pour l'équilibre des peaux sèches, déshydratées, ou ridées. Elle apaise l'acné juvénile, la varicelle, l'eczéma, les gerçures, les brûlures et irritations.

Elle fortifie les ongles cassants, et nourrit les cheveux secs. Elle soulage les rhumatismes et les douleurs articulaires.

- Consommée en repas du matin (un peu de pain trempé dans de l'huile et du miel) elle agit comme un coupe-faim et ses effets sont positifs sur le fonctionnement du foie. On lui attribue aussi des vertus médicales telles que la stabilisation du cholestérol ou une action sur l'hypertension...

Ses acides gras confèrent à l'huile d'argane des valeurs nutritionnelles et diététiques certaines et justifieraient son emploi pour les maladies cardiovasculaires.

divorcées, explique Zoubida Charrouf, de l'université de Rabat qui a travaillé plus de quinze ans à l'établissement des premières coopératives de traitement de l'huile d'argane. Aucune femme mariée ne pouvait y travailler parce que leurs époux, père, frère ou même fils le leur interdisaient. Mais au bout de six mois, quand ils ont compris que nous n'étions pas là pour les corrompre mais au contraire, pour apporter une ressource supplémentaire, il y avait des files d'hommes venant chercher du travail pour leur femme. » La femme berbère travaillant à la coopérative de Tiout peut s'acheter des bijoux avec ses gains.

Dans chaque maison du sud-ouest marocain, on fait de l'huile d'argane depuis des millénaires. Mais, « grâce soit rendue à la mécanisation et à l'introduction des machines ! » commente Aïcha, directrice de la coopérative de Tiout, les femmes berbères n'ont plus besoin de passer de longues et pénibles heures de travail pour extraire un litre d'huile. Et si elles continuent de concasser et torréfier en chantant et en dansant à l'image de leurs mères et grands-mères, les conditions de travail allégées leur laissent deux heures par jour pour se consacrer au cours d'alphabétisation dispensé au sein même de la coopérative. Outre la lecture, elles apprennent la comptabilité, l'hygiène, la santé, leurs droits. Une autre façon d'affirmer leur place dans la société et de gérer elles-mêmes leur coopérative.

Une fête est organisée à la fin de l'année au moment de répartir les gains entre les femmes. Pour la première fois, celles-ci déjeunent au restaurant servies par des hommes.

Avec environ 1000 dirhams par mois (100 euros) et une part du chiffre d'affaires de la coopérative, les femmes ont conscience de cueillir, dépulper, concasser, extraire, filtrer et mettre en bouteilles, un produit qui vaut son pesant d'or.

En s'engageant à planter, chacune, dix arbres par an, elles participent au reboisement de la forêt d'arganiers, dont 600 ha disparaissent chaque année sous les effets conjugués de la sécheresse, de l'extension des cultures sous serres et du surpâturage.

« Derrière l'arganier, il faut toujours chercher la femme » dira bientôt le proverbe berbère. Inch Allah !

Marie Hélène Martens

L'Erdre et ses bateaux lavoirs (suite de la page 14)

UNE ARMADA ENVAHISSANTE

Déjà considérable à Nantes au XVIII^e siècle, le nombre des bateaux à laver va demeurer important au XIX^e siècle, malgré un tassement entre 1825 et 1850.

En 1810, un premier recensement opéré par les officiers du port de Nantes dénombre 33 bateaux à laver sur la Loire et 39 sur l'Erdre. En 1813, un second recensement est réalisé par M. de la Porte, fermier des échoppes, qui perçoit à ce titre les droits de stationnement. L'Erdre regroupe alors 46 des 92 lavoirs répertoriés .

L'augmentation globale est énorme sur trois ans seulement et il se peut que le premier recensement n'ait pas été exhaustif. Qu'on se rappelle, en effet, la façon dont le refus des échevins d'accéder en 1780 à la demande d'un monopole du lavage en bateau était assorti de l'allusion aux " cent familles " qui en vivaient déjà. Quoi qu'il en soit, le nombre important de demandes qui affluent à la mairie de Nantes au début du XIX^e siècle est révélateur du succès croissant obtenu par le lavage en bateau. (suite page 19)

PHILIPPEVILLE

De ce passé lointain, dormant, depuis longtemps,
Tout mon être attendri, meurtri, de **Philippeville**, garde la souvenance.
Notre vie là-bas, notre histoire : la vraie, la nôtre,
Qui, mieux que moi, la racontera ?

Ville de mon enfance, **Philippeville**, ma bien-aimée,
Mon port d'attache, tu m'as vu grandir et partir à jamais.
Le cœur tout chiffonné, je t'ai abandonné....

L'histoire a décidé, qu'en Août 62, tassé sur le pont d'un rafiote,
J'ai été forcé de quitter, un jour d'été :
Sirènes agonisantes, mouchoirs blancs, pleurs..... regrets.
J'ai vu, peu à peu, s'éloigner ta silhouette à l'horizon.

Jadis, phénicienne, romaine, berbère, française... aujourd'hui, algérienne,
Rusicada, **Philippeville**, dès lors Skikda...
Ville de cœur, à mes yeux, tu le resteras à jamais.
J'étais jeune, au soleil, dans tes rues... un bonheur oublié !

Pourtant,
Tu resurgis, encore, dans mes nuits de rêve et d'errance.
Dans tes rues bruyantes, populaires : on sortait,
On causait, jouait, déambulait en toute liberté.
Rue Marengo, rue Hippocrate, les rues de mon enfance.

Place Marqué, dans la soirée, en inlassables aller et retour,
Échangeant plaisanteries ou regards énamourés : on flânait.
A la Marinelle, au Sport Nautique, à Jeanne-d'Arc : on dégustait
La Kémia de chez nous.

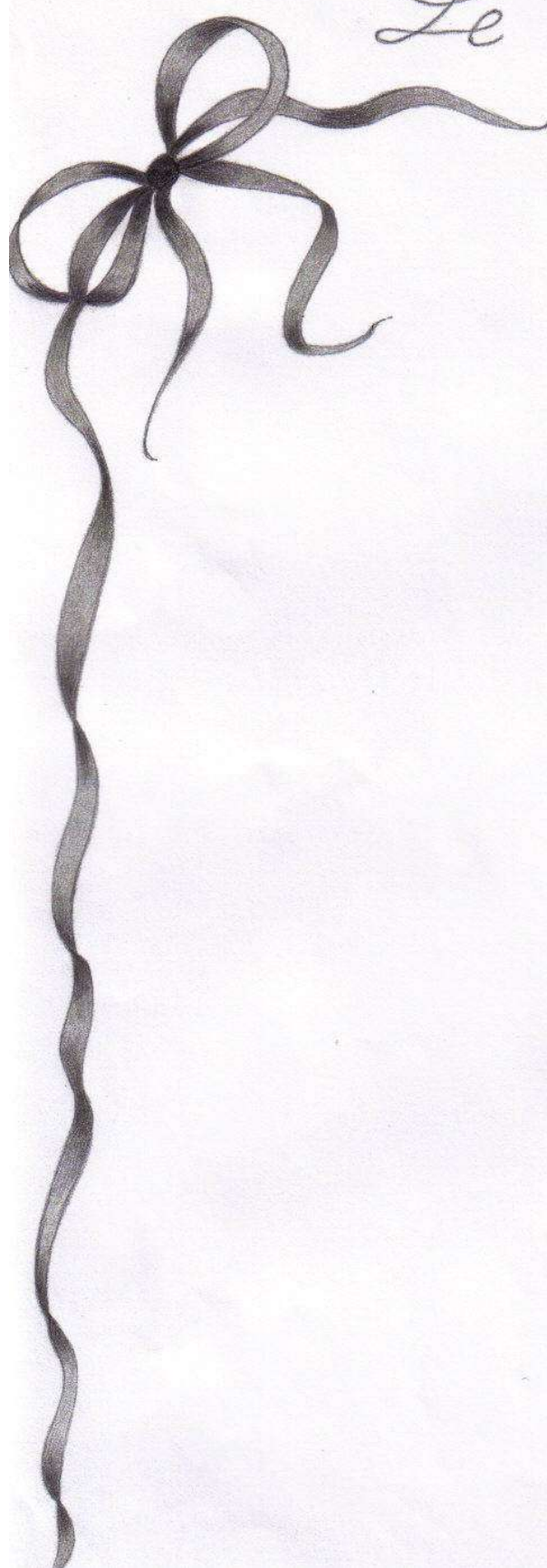
Sur le front de mer, en famille, on prenait l'air
Du Château Vert jusqu'à Stora, on admirait
Le coucher de soleil, la lune, les étoiles,
S'enfonçant doucement en Méditerranée.

Aujourd'hui,
Philippeville : on te bétonne, on te défigure, on te gaze.
Quel gâchis, quel dommage !
De longues années, hélas, se sont écoulées...
Ton visage a changé : je ne te reconnais plus.

Qu'importe,
Je garde, en mon cœur : chaleur, couleurs...images de ta splendeur.
Je serai, alors, ton mage, ton fidèle conteur.
De ma plume, dès ce soir, je te rends déjà hommage.

Philippeville, ma ville natale
Poème de J. Scardone
Avril 2004

Le Coin des Poètes



*T'as du ciel bleu
Dans tes yeux verts*

Je suis content
D'avoir vingt ans...
Trois fois... Hélas !
Rien ne s'efface
Ni les lézardes
Quand je regarde,
O désespoir
Dans mon miroir

~§~

Mais dans tes yeux
Bien qu'ils soient verts,
Le ciel est bleu
Même en hiver

~§~

J'ai soixante ans,
J'en suis content
Même si, hélas
Le printemps passe
Et que l'automne
A mon corps donne
Une lourdeur
Qui me fait peur.

~§~

Car dans tes yeux,
Bien qu'ils soient verts,
Y a du ciel bleu,
Pour tout l'hiver

~§~

*Michel Mouveaux
59285 ARNEKE*

L'Erdre et ses bateaux lavoirs (suite de la page 16)

Toutefois, la construction du canal de Nantes à Brest (avec ses contraintes de navigation), assortie d'une réglementation plus rigoureuse, explique que le nombre des lavoirs sur l'Erdre, déjà réduit à 27 unités en 1832, va chuter à 19 en 1840 et même à 14 en 1844, après la démolition de cinq bateaux jugés trop vétustes. La Loire, par contre, semble bénéficier des difficultés rencontrées sur l'Erdre par les lavoirs : en 1841, 39 bateaux à laver y sont dénombrés. Mais, dans la seconde moitié du XIXe siècle, leur nombre augmentera de façon égale sur le fleuve et la rivière : en 1887, les Ponts-et-Chaussées recensent 73 bateaux à laver dont 50 sur la Loire et 23 sur l'Erdre.

Une comparaison avec Paris est instructive. *Le Magasin Pittoresque* de 1837 recense 71 bateaux à laver dans la capitale. En 1848, pour 64 bateaux à laver sur la Seine et 17 sur le canal Saint-Martin, Paris compte 91 lavoirs et buanderies de terre ferme. Comment expliquer que Nantes dispose d'une flottille de bateaux-lavoirs aussi importante que Paris ? Risquons une hypothèse : toutes proportions gardées, les lavoirs de terre ferme sont moins nombreux et moins bien équipés à Nantes dans la première moitié du XIXe siècle. *Le Magasin Pittoresque* de 1837 précise que " le lavage du linge en bateau n'est guère pratiqué à Paris que pour la population ouvrière et indigente ". Dans son rapport de 1851 sur l'installation de bains et lavoirs publics à Nantes, la commission prévue à cet effet souligne que les lavoirs utilisant l'eau chaude de machines à vapeur, à l'initiative de la municipalité, "sont fort défectueux encore" . Quant aux établissements privés, " aucun d'eux, à Nantes, n'est pourvu de ces appareils de lessivage, de séchage et de repassage qu'on rencontre dans plusieurs établissements du même genre, à Paris, et dans la plupart des grands établissements d'Angleterre " (ibid.).

A Nantes pourtant, comme dans toutes les grandes villes, le lavage en bateau ne cesse d'être dénoncé par les hygiénistes qui y voient un danger pour la santé publique.

L'ASPHYXIE DU PORT

La prolifération de bateaux à laver le long des quais entrave le commerce fluvial et maritime et pose de sérieux problèmes d'hygiène aux marins.

Bateaux à laver et navires de commerce sont amarrés bord à bord, ce qui contraint les portefaix à passer par les lavoirs pour charger ou décharger les

navires. Le 16 nivôse an 10, un arrêté municipal met un terme aux querelles incessantes qui opposent portefaix et propriétaires des lavoirs. Désormais, ce sont les officiers du port qui placeront les bateaux à laver, tandis que les portefaix s'en voient interdire l'accès. Le nombre des lavoirs pénalise l'activité portuaire. Le 19 mars 1808, les officiers du port avertissent le maire qu'ils sont beaucoup trop nombreux, nuisibles au commerce et qu'ils font courir des risques d'incendie aux navires marchands.

En 1830, la situation ne s'est guère améliorée. Le capitaine du port fait observer qu'à la cale de l'Hermitage, " les bateaux de mottes, de bois et de coquillages ne savent où faire décharger les objets nécessaires à leur industrie ". Même situation sur l'Erdre, tête de ligne du canal de Nantes à Brest : " les bateaux de commerce ne peuvent plus aborder certaines cales ". Sur le canal Saint-Félix, où sont amarrés sept lavoirs en 1831, " à peine reste-t-il la place aux bateaux de commerce pour accoster les cales ". Et le capitaine du port d'avouer avoir " beaucoup de peine à maintenir les règlements sur les quais "... L'encombrement du port est pour lui un véritable casse-tête. Accusé par les uns de laxisme, insulté par d'autres pour une sévérité jugée excessive, il doit concilier les intérêts contradictoires des négociants et des propriétaires de lavoirs.

Les mésaventures de M. Chevalier témoignent du degré de saturation atteint par le port. Le 1er avril 1831, ce marinier habitant la rue des Fumiers obtient de placer un bateau à laver près de chez lui, à la cale du Parc aux fumiers, dans l'île Gloriette. Emplacement peu enviable qui condamne les blanchisseuses à laver le linge à l'endroit même où l'on charge quotidiennement dans des gabarres les ordures de la ville. Mais le plus mécontent est M. Lenoir, le fermier de la répurcation : le bateau gêne le trafic aux abords de la cale. Sa réaction est virulente, au premier sens du terme : non content de "couvrir entièrement la cale de fumier", il fait " équarrir et enfouir des cadavres d'animaux en face du bateau des laveuses " ! L'arme olfactive s'avère efficace auprès des blanchisseuses pourtant bien aguerries en ce domaine. Le lavoir est bientôt déserté sous l'assaut des miasmes putrides et délétères que dégagent les charognes en décomposition.

(A suivre)

**L'Association des Insuffisants Respiratoires
de Loire Atlantique
propose un accueil téléphonique
destiné à toutes personnes atteintes d'une maladie
respiratoire.**

**Des bénévoles de l'association,
eux mêmes pour la plupart insuffisants respiratoires,
sont à l'écoute
pour renseigner si possible,
pour informer,
pour apporter un soutien moral et amical.**

**RESPIRE
ECOUTE**

02 51 35 11 12

Le mardi de 14h à 18h

**Information, soutien, entraide,
dialogue pour les personnes insuffisantes respiratoires**