

# DE LA PLATE-FORME A LA GROTTE DES FEES

Le Journal du Comité de Quartier de Camplanier

N° 60 Hiver 2020 - 2021

(Directeur de publication : Claude JOURNEE 45 Impasse des deux Colonnes 30900 Nimes)



## Bonne Année 2021

### Editorial

Notre vie change, notre vie continue...

Confinement, Couvre-feu, des mots que l'on n'utilisait plus ou que l'on n'avait oublié. Ils sont revenus, font la une de l'actualité, nous effraient, nous renvoient à la maladie, à la mort. Notre vie de tous les jours est modifiée : nos heures de sortie, nos relations familiales, amicales, nos activités...

Pourtant, si nous sommes en bonne santé, notre existence, et c'est une bonne chose se poursuit.

Alors, malgré le mal, positivons, restons optimistes.

Notre quartier, son Comité, ses habitants, poursuivent leurs actions, créent. Même si certains événements sont annulés ou différés, des initiatives voient le jour, d'autres se perpétuent. A Camplanier, une chorale a été créée, une section yoga est née, la randonnée a soufflé ses sept bougies, notre jumelage avec Lapcha au Népal a permis de rassembler suffisamment de fonds pour réaliser les toilettes des élèves.

Mais notre but, notre raison d'être n'en sont pas oubliés pour autant. Pour preuves l'Assemblée Générale qui s'est tenue en septembre dernier, l'élection du bureau, les multiples contacts avec la Municipalité, l'Agglo et les réalisations qui ont suivi.

Ce journal est le dernier de l'année 2020. Alors bonne et heureuse année 2021 pour vous et les vôtres.

### Les membres du bureau 2020 - 2021

Claude JOURNEE Président	06 43 89 06 84
Mathieu SALIN Vice-Président	06 03 45 15 98
André CARRIERE Vice-Président	06 86 37 49 40
Jean-Pierre CANCEL Secrétaire	04 66 23 96 48
François MILLET Secr. Adjoint	04 66 64 10 97
Michel WEBER Trésorier	04 66 21 35 60
Martine BERTELOITE Trés Adjoint	06 88 45 58 72
Jean ESPUNY	04 66 62 25 49
Marjolaine FERMIN	06 85 15 35 27
Denis REYNAUD	04 66 64 56 77
José WILLIOT	04 66 38 94 13



### La COVID et Camplanier

Si notre édito se veut optimiste, nous restons réalistes et soucieux du respect des mesures prises pour enrayer le mal.

Toutes nos activités sont suspendues : Chorale, yoga et rando camplanier, nous ne manquerons pas de vous informer de leurs reprises.

### Pour la sécurité de tous

« Le civisme, du latin « civis » désigne le respect du citoyen pour la collectivité dans laquelle il vit »...

A Camplanier, nous avons de magnifiques jardins. Nous avons aussi, pour la sécurité de tous, des voies piétonnes. Malheureusement, quelques fois la végétation envahit les trottoirs mettant en danger tout un chacun. Alors, avant les nettoyages de printemps ou d'automne, profitez des bennes mises à disposition pour faire un peu de jardinage.

## Jumelage Lapcha- Camplanier

Alors que le Népal commençait à se remettre du séisme de 2015, le pays a pris de plein fouet les conséquences de la pandémie et s'enfonce dans la crise. Le tourisme et les expéditions en montagne représentent un secteur vital pour le PIB du Népal. Le taux d'arrivée des touristes a chuté de 70 % et 13000 guides de montagne ont perdu leur emploi.

Une autre source de revenu importante provient des fonds rapatriés par les Népalais travaillant à l'étranger. Ils contribuaient pour 26 % au PIB du pays. Aujourd'hui, ce n'est qu'1 %.

De plus, la plupart des matières premières, chimiques, pharmaceutiques viennent de Chine. L'approvisionnement ayant diminué drastiquement, le Népal doit à présent importer de pays tiers, ce qui va entraîner une inflation galopante.

C'est pour cela que nous envisageons d'autres actions pour venir en aide au Népal. Nous aurons l'occasion de vous en reparler prochainement.



## La traversée des Pyrénées

Vous le savez peut être, Thierry et Jean- Pierre sont partis le 24 août dernier afin de terminer le troisième tronçon de leur traversée.

Après avoir marché dans les Pyrénées Atlantiques, les Hautes Pyrénées, l'Ariège, en faisant des étapes côté espagnol, ils devaient finir leur périple dans les Pyrénées Orientales et rallier Banyuls et la Méditerranée.

Malheureusement, Jean- Pierre, handicapé par une vilaine blessure au mollet a dû interrompre l'expédition. Ce n'est que partie remise car les deux compères ont prévu de remettre cela en juillet prochain.



## Le Yoga à Camplanier

C'est désormais une réalité dans Camplanier. Cependant les salles municipales étant fermées, l'activité est actuellement suspendue.

Pour tous renseignements, téléphonez au 06 31 67 08 57

## Devinette !

« Que peut-on faire sur un tapis de 2m/70 cm ?

Du Yoga, bien sûr.

Une quinzaine de pratiquants se retrouvent le mercredi de 14 h à 16 h.

Le programme de cette année nous permettra de pratiquer une trentaine de postures. De quoi assouplir notre corps et de pratiquer des respirations profondes source d'énergie. Le yoga mobilise aussi le mental. On peut parler de l'association corps-esprit.

Les bienfaits d'une séance se font sentir pendant trois jours. L'idéal est donc de pratiquer aussi un peu chez soi. C'est pourquoi chaque pratiquant reçoit une feuille sur les postures du jour : « libérez les hanches », « des torsions à foison », « le pied cet inconnu ».....

La salle attribuée par la Mairie au Comité de quartier est parfaite pour la pratique : spacieuse, lumineuse, impeccablement tenue.

Après cette interruption pour se protéger du virus, le groupe qui a bien débuté, reprendra ses activités de plus belle. Nous lui souhaitons bon vent et bonne voile.

JS – JD

## Le Yoga – suite

### Recette du jour à pratiquer tous les matins

#### LE ROSEAU (qui plie et ne rompt pas)

- ✓ debout, pieds bien à plat au sol, légèrement écartés – épaules baissées et détendues, menton rentré – ce qui étire la nuque vers le haut-. Inspirez.
- ✓ la tête s'enroule doucement, bras ballants – les jambes restent bien droites.
- ✓ expirez profondément en descendant le buste et les bras vers les pieds – le ventre se creuse légèrement – le buste est rapproché le plus possible des jambes de façon à ouvrir le bas du dos (lombaires) – les mains s'approchent le plus possible des pieds, voire du sol. Rester sans bouger sur trois à cinq respirations.
- ✓ remonter le buste en inspirant – retrouver la position debout – bien détendre les muscles. Expirez.



Marquer un petit temps de repos - A pratiquer entre cinq et dix fois selon votre convenance.

## L'insécurité dans Camplanier

Visite des représentants de la municipalité

Un certain nombre d'élus ou administratifs de la mairie de Nîmes nous ont rendu visite le 25 septembre et ont reçu les demandes et écouté les remarques de notre président et de certains habitants du quartier.

Étaient présents : M. Pascal Perrier directeur de la DIVAC.

M. Julien Plantier Ier adjoint

Madame Carole Solana : Adjointe aux quartiers, déléguée au logement social, à la solidarité et aux échanges intergénérationnels, présidente du conseil de quartier Garrigues ouest.

M. Richard Schieven : Adjoint délégué à la sécurité publique.

Rendez-vous avait été fixé devant la boîte à livres (dont l'existence a fait l'unanimité).

D'emblée les habitants présents appuyés par notre président ont fait part des nuisances occasionnées par un certain nombre de « jeunes » se réunissant à intervalle plus ou moins régulier et laissant sur place emballages canettes et hélas capsules de gaz hilarant...

Ces remarques ont immédiatement lancé le débat sur le sujet principal : l'insécurité liée plus ou moins aux trafics.

Notre président a résumé la situation en rappelant que plusieurs points d'échange, souvent surveillés par des guetteurs aux deux extrémités du chemin, avaient été mis en évidence. Devant la partie basse du cimetière, à l'impasse de Béthanie et face à l'arrêt de Bus peu après le carrefour chemin haut et chemin bas aux alentours du 135 Chemin Bas de Camplanier.

Note en a été prise et reconnaissance des lieux effectuée. Il nous a été répondu que de nombreuses patrouilles de la police municipale étaient menées et que, statistiquement les chiffres concernant les délits étaient, pour Camplanier très en dessous de la moyenne nîmoise. Nous avons alors fait remarquer que l'usage de guetteurs annulait les actions de la police municipale et que les statistiques ne suffisaient pas à apaiser l'appréhension des habitants.

Le président s'est ensuite fait le porte-parole de nombre de riverains réclamant de caméras de surveillance. S'est alors posée : combien et où ? Promesse nous est faite d'étudier la question.

De nombreuses questions ont ensuite été abordées : quelles initiatives prendre pour animer la vie de Camplanier en particulier dans les domaines de Madame Solana ? Qui touche au lien social et à la culture.

...

Les mesures de confinement ne sont certes pas là pour nous faciliter la vie.

## La fibre optique continue à être déployée dans le quartier

ORANGE nous a promis que la totalité du quartier serait équipée fin premier semestre 2021. Alors Patience.....

Pour en savoir plus sur votre parcelle :

<https://reseaux.orange.fr/cartes-de-couverture/fibre-optique>



## Le dossier des parcelles déconstruites

Nous regrettons que la municipalité n'ait pas encore répondu à notre demande de rendez-vous afin de trouver une solution pour l'utilisation de ces parcelles maintenant à l'abandon.

Nos idées d'utilisation ne manquent pas : Jardin partagé, terrain de boules, assemblées générale du comité, etc.

En respectant, bien sûr, les consignes de sécurité en cas d'inondation.

## Du plaisir de lire

Prendre du temps pour lire....

Se poser, s'installer confortablement avec un bon bouquin.

En été, s'asseoir sur une chaise longue au jardin, et sommeiller un livre ouvert sur les genoux...

En automne-hiver, bouquiner au coin du feu de cheminée en dégustant un thé !

Un plaisir infini !

C'est un moment privilégié que l'on s'accorde, au calme. Je cesse alors mes activités quotidiennes. Je me plonge dans un autre monde. Je m'évade. J'imagine le paysage décrit dans le livre. Les personnages prennent vie en moi.

Je choisis mon style de livre : roman histoire, de science-fiction, polar, poésie, essai.....

Comment vient le goût de la lecture ? Mystère !

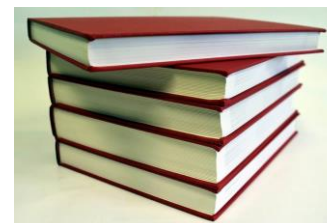
Point n'est besoin d'être diplômé pour aimer lire. Il suffit de trouver un attrait pour un thème. Quelqu'un, un jour, m'a donné envie de lire tel ou tel auteur. Enfant, adolescente, je ne lisais que les livres imposés par l'école. C'est venu plus tard.

Quand je lis, je me connecte avec l'auteur. Mon esprit travaille.

J'aime alterner les genres : du polar suédois de Camilla Lackberg par exemple, aux romans de Juliette Benzoni, Ken Folett, JM Auel, JC Rufin, et aussi du classique comme Victor Hugo, George Sand. L'écriture de Jean Giono ou d'Henri Gougaud, me touche beaucoup.

Partager ses goûts littéraires avec d'autres personnes est très stimulant.

(Marjolaine 21 novembre 2020)



Pour les retardataires, nous les invitons à prendre ou à renouveler leur adhésion en renvoyant ce papillon à l'un des membres du Bureau.

**NOM**..... **PRENOM**.....

**Adresse**.....

**Adresse Mail** ..... **Signature**.....

Ci-joint, un chèque de 10€ minimum par famille. (Libellé à l'ordre du comité de quartier de Camplanier).