

## AVIRON. Le quatuor de Melun médaillé d'argent aux championnats de France

La compétition s'est tenue les 17 et 18 juillet à Mantes-la-Jolie. Les quatre rameurs du Cercle nautique de Melun reviennent avec une médaille d'argent sur le 500 m.

C'était une étape attendue pour Johan Yvon, Pierre Minniti, Valentin Lourdez et Antoine Farges, rameurs au Cercle nautique de Melun. Après plusieurs mois bloqués par le Covid-19, les quatre sportifs ont pu se relancer dans les compétitions.

Antoine Farges se souvient : « À cause du virus, il n'était possible de s'entraîner qu'en étant seul, avec le « Skiff » (bateau individuel, *ndlr*). Ce n'est qu'à partir de la mi-mars qu'on a pu à nouveau ramer à plusieurs pour préparer le championnat. »



Maxime Pecquenard, l'entraîneur du quatuor de Melun, félicitant (de gauche à droite) Johan Yvon, Pierre Minniti, Valentin Lourdez et Antoine Farges, fraîchement médaillés ©DR

### Préparation

Une situation peu confortable qui se superpose avec l'obligation pour le jeune homme de continuer ses études : « Personnellement, j'ai la chance d'être à l'Université technique de Troyes qui me permet d'avoir un statut pour continuer à m'entraîner dans la semaine. On avait fait une régata de test en mai-juin. On s'était retrouvés face au bateau de Compiègne qui est arrivé premier au championnat. Mais on y a vu notre chance d'atteindre la finale. »

Avec cette longue coupure, certains rameurs sont partis, le club a donc dû trouver un

quatrième rameur. « Nous nous connaissions déjà un peu avant car nous évoluons dans la même structure. Nous avons intégré au dernier moment Valentin Lourdez, un junior qui est très prometteur », affirme l'athlète. Une fois l'équipage au complet, ils ont pu se lancer dans la préparation finale du championnat avec une cadence d'« un entraînement tous les jours pendant deux semaines ».

### La finale dans le viseur

Lors de la compétition à Mantes-la-Jolie (Yvelines), le soleil régnait sur le bassin. Maxime

Pecquenard, entraîneur au Cercle nautique de Melun, était aux aguets : « On a réussi à bien gérer la chaleur et rafraîchir les rameurs. » Un confort supplémentaire qui a permis aux sportifs de se concentrer sur leurs objectifs « Notre but était d'atteindre la finale, précise Antoine Farges, pas forcément le podium. » Et pour cause, la compétition était serrée ! Neuf équipes étaient en concurrence directe pour seulement six places en finale. Une dose de motivation dont se sont servis les jeunes athlètes : « On a tout donné pour gagner notre place ! »

Dans cette compétition,

chaque course était différente un nouveau challenge : « Le 500 mètres, c'est très court. Les écarts à l'arrivée sont souvent à moins d'une seconde. Tout aurait pu arriver pendant la finale, énormément d'éléments peuvent influencer le résultat », témoigne Antoine Farges. Il a fallu profiter des atouts de chacun pour décrocher un bon temps. « Notre force, c'était notre hargne, on a su ramer sans complexe face à des rameurs nationaux et internationaux. Nous sommes arrivés deuxième, derrière Compiègne et devant Lyon », rapporte le jeune homme. Pour Maxence Pecquenard, la satisfaction est au rendez-vous : « Ils étaient à leur niveau ».

Le Centre nautique de Melun commence déjà à préparer la suite. « Notre prochaine échéance est prévue en fin septembre pour les championnats de France sur une distance de 2 000 mètres en bateau long », annonce l'entraîneur. Reste à voir si le quatuor sera de nouveau mobilisé pour cette prochaine compétition. « On se laisse les vacances pour réfléchir », déclare Antoine Farges.

William LACAILLE

## MELUN

### MUSIQUE. Rejoignez l'orchestre de Melun Val de Seine !

L'orchestre Melun Val de Seine recrute des musiciens qui pratiquent des instruments à cordes. Les répétitions ont déjà commencé. Beethoven est au programme.

L'orchestre de la communauté d'agglomération Melun Val de Seine recrute de nouveaux musiciens pour l'année prochaine. Les répétitions ont repris depuis un mois et l'orchestre cherche à se renforcer avec de nouveaux éléments.

#### Professionnels et amateurs

En phase de reprise après une année covid compliquée et sans concert, l'orchestre de Melun Val de Seine souhaite élargir sa troupe déjà composée d'une trentaine d'amateurs et d'une quinzaine de profes-

sionnels. Le directeur artistique, Jean-Michel Despin, est arrivé en 1997, un an après la création de l'orchestre. Il en dit plus sur les attentes de cette année : « Nous sommes un orchestre symphonique de 45 personnes. Les professionnels sont là pour coacher les amateurs et consolider les pupitres. Nous formons un vrai groupe. Quand nous avons repris les répétitions il y a un mois, l'émotion était présente ».

Une formation solidaire, donc, qui cherche à recruter de nouveaux musiciens amateurs non rétribués comme peuvent l'être les professionnels. « Nous avons un très bon groupe d'amateurs qui est très soudé, souligne Jean-Michel Despin. Nous cherchons avant tout des musiciens qui pratiquent

les instruments à cordes ». Violons, altos, contrebasses et violoncelles sont ainsi les bienvenus. L'orchestre a déjà reçu 10 candidatures en tout et pour tout mais est ouvert à de nouveaux instrumentistes.

#### Répétitions

Les répétitions ont déjà commencé pour l'orchestre de Melun Val de Seine avec un programme plutôt chargé. En l'occurrence, la 4<sup>e</sup> symphonie de Beethoven et le 4<sup>e</sup> concerto pour piano du même compositeur.

« On est plus sur du classique en ce moment. Le concerto sur piano nécessitera un pianiste et nous l'avons trouvé, annonce le chef d'orchestre. Il s'agira d'Etienne Goepf, un pianiste seine-et-marnais réputé. Il jouera en soliste et

ce sera très spectaculaire ».

L'orchestre répète au conservatoire du Mée-sur-Seine depuis 1997. Ce sera encore le cas cette année, même si ce dernier n'est pas affilié à un conservatoire en particulier. Les répétitions auront lieu cette année tous les dimanches de 9 h 30 à 12 h 30. Trois concerts seront également prévus dans le département.

Le premier, au Mas du Mée-sur-Seine, aura lieu le 5 décembre aux alentours de 16 heures. Le suivant se tiendra à Vaux-le-Pénil le 13 mars et le dernier aura lieu le 5 juin à Boissise-le-Roi. « On compte sur notre public fidèle pour nous accompagner dans cette reprise », termine Jean-Michel Despin.

■ Renseignements au 06 14 38 07 40.

RETROUVEZ-LES SUR

J'ACHÈTE PRÈS DE CHEZ MOI

Des commerces à portée de clic

LE SITE QUI VOUS SIMPLIFIE LA VIE

j-achete-pres-de-chez-moi.fr



**LA PETITE TRIBU KANOU**  
MAGASIN MULTI-MARQUES. PARTENAIRE AGRÉÉ PETIT BATEAU. VÊTEMENTS BÉBÉS, ENFANTS ET ADULTES. ACCESSOIRES TENDANCES, ORIGINAUX ET ARTISANAUX  
35, rue René-Pouteau  
MELUN  
09 82 34 44 29



**VIVA SERVICES**  
SERVICES À LA PERSONNE  
17, rue du Général De Gaulle  
MELUN  
01 85 48 15 74



**BIJOUTERIE MIMOUN**  
ATELIER DE RÉPARATION, CRÉATION, MODIFICATION DE BIJOUX ANCIENS  
42, avenue Albert-Beaufils  
ST-FARGEAU-PONTHIERRY  
09 73 65 59 75 - Bijouterie-mimoun.com



**DÉCORATION**  
ÉQUIPEMENT DE LA MAISON  
251, rue Léon-Foucault  
DAMMARIÉ-LES-LYS  
01 64 37 30 30



**LOCAVOR**  
MARCHÉ DE PRODUITS LOCAUX - PRODUITS FRAIS ET DE SAISON - CIRCUIT COURT  
Commandez en ligne et retirez vos produits chaque jeudi  
Place de la Gare - 77590 BOIS-LE-ROI  
06 15 58 23 40 - http://locavor.fr/254



**INSTITUT PARFUMERIE**  
C.C. Chamlys, 544, avenue André-Ampère  
DAMMARIÉ-LES-LYS  
01 64 79 34 25  
uhps.damdis@scadif.fr



Hebdos Communication  
06 08 74 81 52

actu.fr



## ■ DAMMARIE-LES-LYS

### VERT CHEZ MOI. Et si vous achetiez vos légumes au jardin d'insertion ?

*Vert Chez moi*, un jardin maraîcher d'insertion, emploie neuf salariés qui s'inspirent de la permaculture. Fruits et légumes de saison sont vendus sur place.

Le jardin maraîcher d'insertion, *Vert chez moi*, à Dammarie-lès-Lys, a rouvert ses portes au public au début du mois de juillet. Jusqu'au mois d'octobre, il propose des fruits et des légumes de saison : oignons, échalotes, ail, courgettes, blettes, poivrons, salades, etc.

« On essaie de varier les produits en fonction des succès et des échecs, indique Habib Rahou, 47 ans, le coordinateur diplômé en espaces verts. Nos tomates sous serre ont été victimes du mildiou et une partie de la récolte est perdue. Quant à la cueillette des fraises, des cassis et des groseilles, elle est déjà terminée. Pour le mois septembre, on espère avoir quelques pommes. »

#### Permaculture

Mis à disposition par la ville, le terrain de 5 000 m<sup>2</sup> est situé dans le hameau de Vosves, 550 rue des Vives-Eaux, juste en face de du château de l'ancienne Star Academy. Les légumes sont cultivés sans engrais chimique et quasiment sans pesticide.

« On s'inspire de la permaculture, poursuit le responsable, qui a suivi une formation spécifique. Cela m'a permis d'avoir quelques notions de biologie du végétal, de la terre et de



Le jardin maraîcher de Dammarie-lès-Lys s'étend sur 5 000 m<sup>2</sup> © Habib Rahou

l'entretien du sol. L'agroécologie se développe de plus en plus. Nous ne faisons pas de labour et nous pratiquons le paillage. »

Les neuf salariés font eux-mêmes la récolte et les produits sont vendus sur place, le mardi et le vendredi après-midi, de 16 h à 19 h. « Nous disposons d'un public de proximité, précise Habib Rahou. Nos clients sont fidèles et sont contents de nous retrouver dans un cadre agréable. »

#### Insertion

Inaugurée en 2016, cette entreprise d'insertion, qui dépend de l'association Orientation développement emploi (ODE), est ouverte à toute personne en

âge d'être inscrite à Pôle emploi, de 18 ans à 55 ans.

« Nous recrutons tous types de profil, que ce soit des jeunes sans qualification ou bien des chômeurs plus âgés de longue durée, qui ont perdu leur emploi, explique le quadragénaire. Notre travail est de les aider à trouver le plaisir de travailler. L'idée est de les rendre autonomes, de les aider à se responsabiliser et de les amener vers le plein-emploi. Deux de nos salariés se sont ainsi trouvés une âme de jardinier et sont devenus responsables. Ils travaillent 35 heures par semaine et c'est valorisant pour eux ! »

L'association propose aussi des chantiers pour la ville de

Melun en entretenant ses espaces publics chaque semaine. Par ailleurs, elle dispose de matériel spécifique pour intervenir auprès de différents clients tels que l'Office national des forêts ou Voies navigables de France.

Enfin, des ateliers de sensibilisation, qui accueillent chaque fois une dizaine de visiteurs, ont débuté au début de ce mois. « On expose notre façon de fonctionner au jardin, et on a eu de bons retours », termine Habib Rahou. Les prochaines visites, sur réservation, sont prévues les dimanches 8 août et 22 août.

■ Renseignements au 06 32 12 21 91.

Agnès GAUDICHON-BRAÏK

## ■ LE MÉE-SUR-SEINE

### LE MÉE BONHEUR. Les bords de Seine s'animent

De nombreuses animations sont proposées cet été au Mée-sur-Seine, en bords de Seine.

L'association Le Mée Bonheur propose durant l'été un café associatif et un programme d'activités pour tout public, à partir de 7 ans. Danielle et Thierry Delion adhèrent à la structure depuis plusieurs années. Accompagnés de Mélissa, ils proposent jusqu'au 29 août une nouvelle saison d'animations estivales au Mée-sur-Seine, sur un terrain de 5 000 m<sup>2</sup>, en bords de Seine au pied du Mée-village.

Danielle Delion, également assistance maternelle, explique le fonctionnement et le bénéfice d'un tel dispositif : « Nous avons la chance de pouvoir disposer de ce site absolument génial, hors du temps, dans un environnement privi-



L'équipe du Mée Bonheur propose des animations © La Rep77

légié. La Seine est à deux pas. Le terrain engazonné et arboré permet aux petits comme aux grands de profiter pleinement de moments conviviaux, culturels et ludiques. Cet accord avec la municipalité du Mée est une véritable opportunité d'accueillir librement tout l'été des familles mais également des adolescents,

avec comme objectif de créer du lien social. Avec Thierry, mon mari, nous mettons tout en œuvre pour que chaque journée soit différente en mettant l'accent sur le bien vivre ensemble ».

#### Programme

Fort d'une envie commune d'offrir des grandes bouffées

d'oxygène dans une période particulièrement difficile, Le Mée Bonheur axe sa philosophie sur les échanges et les rencontres autour d'une programmation très originale : sculpture de ballon pour les 6-12 ans, karaoké, brocante, un bootcamp, escape game, soirée camping... « Dans ce lieu inattendu loin, de la densité urbaine du Mée, nous proposons également une restauration fait maison en utilisant des produits locaux, poursuit l'animatrice. Donc non seulement, les personnes qui nous rejoignent peuvent profiter totalement du parc en toute quiétude mais ont accès à toutes nos animations. L'été prend une tout autre dimension au Mée Bonheur. »

■ Réservations recommandées. Renseignements au 06 44 79 57 15 ou au 06 16 92 53 75.

RETROUVEZ-LES SUR

**J'ACHÈTE PRÈS DE CHEZ MOI**

Des commerces à portée de clic

LE SITE QUI VOUS SIMPLIFIE LA VIE

j-achete-pres-de-chez-moi.fr



#### LOC2LUXE

Agence de Location de Véhicules haut de gamme  
Louer est un plaisir, conduire une passion, votre confort n'est pas une option.

5 rue du presbytère  
MELUN  
07 88 83 07 69



#### SYLVIE HENNION

Épilations, soins visage et corps, amincissement, beauté des mains et pieds  
ESTHEDERM / PHYT'S / LPG

9, boulevard Victor-Hugo  
MELUN  
01 64 37 71 11



#### HERBERISTERIE LA TISANE

TISANES ET THÉS BIO

65, avenue de Fontainebleau  
ST-FARGEAU-PONTHIERRY  
06 07 32 82 09 - francelanglais@orange.fr



#### OPTICIENS FONTAINEBLEAU, MELUN, VILLIERS-EN-BIERE

http://balouzat.net/prendre-rendez-vous/



Hebdos Communication  
06 08 74 81 52



## Dossier spécial RENTRÉE DES ASSOCIATIONS

dans votre journal LUNDI 6 SEPTEMBRE



Nous vous proposons d'annoncer vos activités, nouveautés et portes ouvertes

#### Contactez-nous :

• Lydia 01 60 56 06 28  
lydia.desvergne@hebdoscom.com  
• Virginie 01 64 87 50 27  
virginie.verlant@hebdoscom.com