

MARNE ET GONDOIRE

L'actualité de la communauté d'agglomération

HEBDO

N°183 - 10 juin 2023

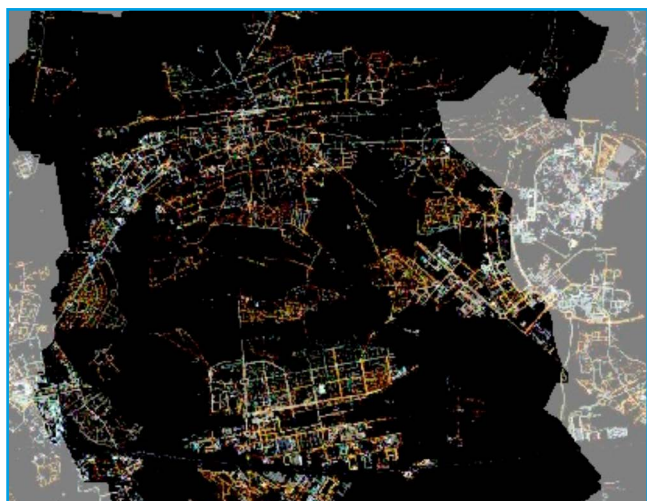
PRÉSIDENT DIXIT



Le marathon de Marne et Gondoire est une grande fête du sport. À un an ou presque des Jeux olympiques, cette manifestation prend encore plus de sens. S'y ajoutent cette année, une course de 12 kilomètres, plus accessible, et des marches. Un événement populaire et fédérateur.

Jean-Paul Michel

DANS CE NUMÉRO



Moins de lumière la nuit



Le Mara-trail, c'est dimanche

La nuit est belle

Comme un peu partout en France, plusieurs communes de Marne et Gondoire éteignent ou réduisent la lumière la nuit. Deux élus nous apportent leur éclairage sur la question.

Olivier Colaiseau Maire de Chanteloup

Pourquoi avoir réduit l'éclairage public ?

Olivier Colaiseau : Ma motivation première était la pollution lumineuse. Dès 2020, j'avais cette volonté de réduire l'éclairage mais je voulais attendre un peu. D'une part, parce que Marne et Gondoire allait justement lancer une étude sur la trame noire, qui m'intéressait fortement et à laquelle j'ai d'ailleurs activement participé (*en 2021 et 2022*). Ensuite, parce que je voulais disposer d'un réseau permettant de régler finement l'éclairage. Nous remplaçons par des leds à peu près 30 points lumineux par an sur les 500 que nous gérons, soit 120 depuis 2020, notamment grâce à une subvention au titre de la DSIL - Relance (*subvention de l'État*). Les trois quarts sont donc encore d'ancienne génération. Mais finalement, vue la flambée des coûts de l'énergie, nous avons décidé, avec le conseil municipal, de réduire l'éclairage plus rapidement que prévu.

Comment avez-vous procédé ?

Depuis décembre 2022, l'éclairage public est entièrement éteint de minuit à cinq heures du matin. L'idéal aurait été de pouvoir établir des horaires distincts en fonction des zones. Mais les armoires électriques desservent des secteurs dont le découpage ne correspond ni à celui des rues, ni à celui des quartiers.



Couper l'éclairage sur la moitié d'un quartier et pas l'autre n'aurait eu aucun sens, encore moins au milieu d'une rue. Donc, la possibilité qui se dégagait était celle d'une extinction globale. Je ne parle pas ici des ZAE sous responsabilité de Marne et Gondoire et de secteurs aménagés par EpaMarne, qui représentent 300 points lumineux sur les 800 de la ville au total.

Quel est l'impact de cette mesure ?

En termes financiers, notre consommation électrique pour l'éclairage, qui représente 30% de notre consommation électrique globale, a été réduite d'un tiers. Dans le même temps, le prix de l'électricité a été multiplié par trois, donc cela ne compense qu'en partie la hausse des prix de l'énergie. Mais au moins, c'est un levier sur lequel nous avons la main, beaucoup plus que sur le chauffage qui est soumis aux fortes différences de températures moyennes d'un hiver à l'autre. Ensuite, sur l'aspect environnemental, il faudrait faire appel à des experts pour en évaluer l'impact précis mais on peut raisonnablement penser que c'est bénéfique pour la faune et la flore au vu des études existantes. Je pense entre autres à l'agriculture biologique qui est une agriculture intensive... en intrants biologiques. Toute

POINTS DE VUE

la microfaune bénéficie de facto de cette obscurité nocturne plus proche des cycles naturels. Nos maraîchers urbains sont très satisfaits de cette mesure.

Comment les habitants accueillent-ils cette initiative ?

C'était ma principale préoccupation mais finalement elle a été très, très bien accueillie. Il faut dire que Chanteloup est une ville assez tranquille et que les habitants y ont une assez grande sensibilité environnementale. En revanche, après certains reportages télévisés, des maires m'ont appelé pour

prendre conseil car chez eux les réactions étaient virulentes.

Prochaine étape ?

Nous ne reviendrons pas sur l'extinction nocturne. Mais, avec notre équipement progressif en leds, nous pourrions envisager d'ici quelques années de procéder à des réglages plus fins d'intensité et d'horaires. Mais pour cela nous dépendons entièrement des cofinancements car notre budget municipal rapporté à notre nombre d'habitants est l'un des plus faibles du secteur.



Alain Galpin

Adjoint au maire de Bussy-Saint-Martin

Pourquoi avoir réduit l'éclairage public ?

Alain Galpin : En premier lieu, nous avons des pannes à répétition sur nos lampes halogènes à décharge. Nous souhaitons d'autre part réduire notre consommation d'énergie. Enfin, troisième aspect, la réduction de la pollution lumineuse.

Comment avez-vous procédé ?

Nous avons profité d'une campagne du SDESM (Syndicat départemental des énergies) qui subventionnait l'installation de lampes à leds. L'équipement des 160 points lumineux de la responsabilité de la commune a été réalisé à l'été 2020. Nous avons associé aux leds, des platines de réduction de puissance. L'intensité baisse de 50 % à 22 h puis est abaissée à 20 % de minuit à 5 h du matin. L'opération a coûté au total 75 000 euros dont 40 000 euros à la charge de la commune. En amont, nous avons équipé

les armoires de commandes d'horloges astronomiques afin d'optimiser les horaires d'allumage et d'extinction de l'éclairage public en fonction des heures de lever et de coucher du soleil. Je précise que seules les lanternes ont été remplacées : dès les années 1990, nous avons enterré quasiment tous les réseaux filaires et procédé au remplacement des mats d'éclairage.

Quel est l'impact de cette mesure ?

Lors de la première année pleine d'éclairage leds, en 2022, nous avons baissé de 60 % notre consommation électrique annuelle pour l'éclairage.

Comment les habitants accueillent-ils cette initiative ?

Bien. La rue reste éclairée quelle que soit l'heure de la nuit. Le passage à une intensité de 50 % n'est quasiment pas visible à l'œil. Et une intensité à 20 % fournit un éclairage suffisant pour les piétons. Rappelons que chez nous, il n'y a quand même pas grand monde dehors la nuit.

Prochaine étape ?

Techniquement, on ne peut pas aller plus loin pour l'instant. Par ailleurs, nous n'envisageons pas de passer à une extinction totale la nuit. Le gain de consommation entre éteindre complètement entre minuit et cinq heures et laisser un éclairage à 20 % serait d'à peine 300 euros par an pour toute la commune. Or, plusieurs de nos rues comportent des chicanes pour ralentir les véhicules. Il vaut mieux les laisser éclairées la nuit. Certes, on pourrait éclairer uniquement ces zones, mais cela signifierait de pouvoir commander chaque lampe de manière séparée. C'est faisable techniquement mais cela implique pour fonctionner de laisser le réseau sous tension 24h sur 24, ce qui génère d'autres contraintes. De plus, le prix d'une telle solution est prohibitif.



Marne et Gondoire la nuit. Source : SDESM

D'autre part, la température de couleurs de nos leds est abaissée à 2200 degrés Kelvin. Cela produit une lumière plus chaude que le blanc cru des leds à 3200 degrés Kelvin. Cette lumière respecte mieux les espèces nocturnes et le confort visuel des habitants. Enfin, l'éclairage led ne produit pas de halo. C'est une lumière dirigée, pointée vers le bas en l'occurrence. Donc on n'éclaire que la zone nécessaire et pas au-delà. Enfin, il ressort de l'étude de Marne et Gondoire sur la trame noire que nos rues ne sont pas dans une zone à fort impact sur la biodiversité. Donc, la réduction de la pollution lumineuse que nous avons réalisée nous paraît proportionnée aux enjeux aussi bien écologiques et financiers que de sécurité.

Et Marne et Gondoire ?

La communauté d'agglomération a déjà équipé la moitié de son parc d'éclairage public en leds, avec abaissement de puissance en fonction des horaires. Les 50 % restant seront réalisés d'ici la fin 2024 pour 2 millions d'euros, un investissement qui sera amorti en moins de 8 ans grâce aux économies d'énergie ainsi réalisées.



[Consulter le guide de la trame noire de Marne et Gondoire](#)

Le Marathon de Marne et Gondoire

Course soutenue par la communauté d'agglomération, le marathon traversera toutes les communes de Marne et Gondoire dimanche matin. Michel Bach président de l'association organisatrice *La Piste des Coquelicots*, nous présente l'épreuve.



2



Quelles nouveautés pour le marathon cette année ?

Michel Bach : Le tracé est encore plus forêt, encore plus nature. Hormis de petites portions à Ferrières et Saint-Thibault nous ne passons plus sur les routes. Nous les traversons seulement. Le marathon est donc désormais un véritable trail, d'où son nouveau nom, *Mara-trail*. Nous avons ajouté aussi un 12 km et deux marches de 12 km également pour diversifier un peu l'épreuve et attirer encore plus de public. Nous en sommes déjà à plus de 600 inscrits (mardi dernier). Au parc de Rentilly, les animations seront axées sur la musique car le thème de cette année, ce sont les seventies...

Il va probablement faire très chaud dimanche...

Oui, nous avons pour cela renforcé les ravitaillements. Il y en a 12 tout au long du parcours. Mais comme il s'agit désormais d'un trail, nous avons demandé aux participants d'être en autonomie, c'est-à-dire d'avoir des contenants sur eux (gourdes, gobelets ou sac à dos d'hydratation). Nous les rechargerons aux control points. Cela a en outre l'avantage d'être plus écolo avec moins de détritifs dans la nature.

Quels sont selon vous les segments les plus durs du parcours ?

La descente de Chalifert vers la Marne, incontestablement. Ensuite la montée de Pomponne à Carnetin et celle vers la mairie de Saint-Thibault. C'est une course assez dure. Les gens ne sont d'ailleurs pas là pour faire un chrono, même si certains visent quand-même la performance. Il faut faire avec les obstacles du parcours, les cailloux qui glissent sous la chaussure dans une côte, etc. Le trail c'est plus la lutte contre les éléments et l'aspect loisir que le chrono. Et la volonté de profiter de la nature. C'est très à la mode d'ailleurs.

Qu'est-ce qui vous motive pour organiser cette épreuve depuis 2005 ?

Faire plaisir aux gens qui aiment courir. Il y a une petite dimension intérêt général quand-même. Je le fais aussi pour le noyau dur des organisateurs avec qui nous repartons dans cette aventure chaque année. Il y a toujours des difficultés à surmonter pour faire passer le parcours en certains points, pour trouver des bénévoles... mais avec l'appui des communes on y arrive. Et moi, cela ne me dérange pas de me coller à ces contraintes d'organisation. Je suis marathonien... alors

tenir le choc et avancer, je peux le faire. Et puis pour Marne et Gondoire, il y a cet aspect très d'union entre les communes membres, fédérées autour de cette communauté d'agglomération. C'est d'ailleurs pour cela qu'on l'avait créé ensemble à l'époque avec Michel Chartier (président de Marne et Gondoire de 2002 à 2015).

Personnellement, qu'appréciez-vous dans le marathon ?

J'ai dû courir 250 marathons, un peu partout dans le monde. Mais aussi des raids, en Chine, sur la route 66 aux États-Unis. J'ai fait de la montagne, le Kilimandjaro, l'Himalaya... Dans tout cela ce qui m'intéressait, c'était aussi bien le goût de l'effort que les voyages et les rencontres avec les gens. On en revient avec plus de hauteur de vue. Et quand la course (*censuré !*) revient, c'est qu'il faut y retourner ! Dans ces épreuves, j'apprécie qu'on soit tous sur un pied d'égalité. J'ai couru 24 fois le marathon des Sables par exemple. Le soir au bivouac, les barrières sociales sont inexistantes. Quel que soit son milieu social, on est tous au même niveau dans l'effort.



Programme

9 h : départ du Mara-trail dans le parc de Rentilly - Michel Chartier

9 h 30 : départ du 12 km

9 h 45 : départ de la marche d'endurance

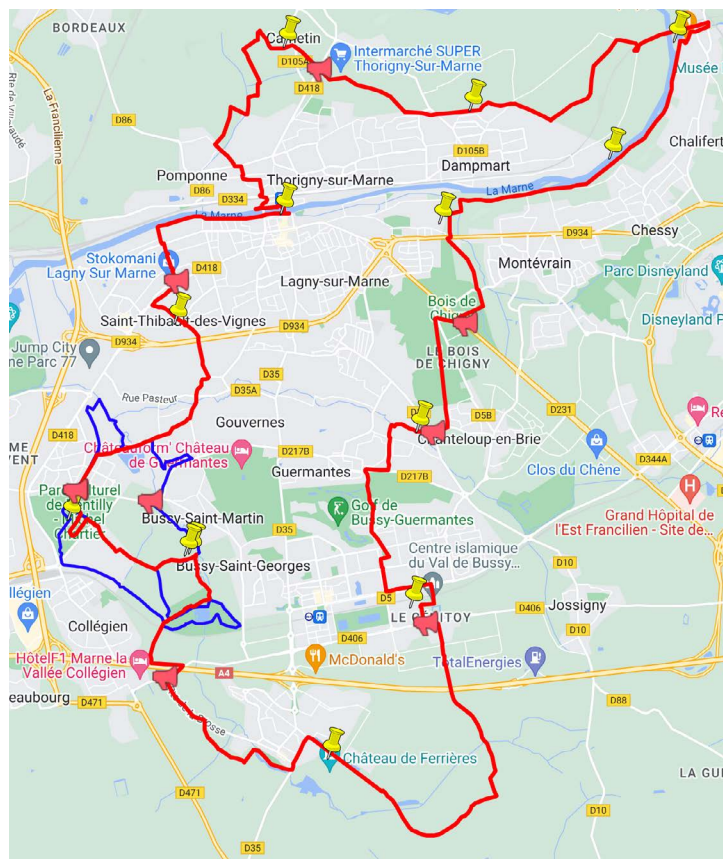
10 h : départ de la randonnée nature

Courses enfants l'après-midi

Animations sportives, culturelles et artistiques, démonstrations toute la journée dans le parc de Rentilly

En savoir plus :

www.marathonmarneetgondoire.fr



— Tracé du marathon — Tracé du 12 km



Paroles de coureur

À 54 ans, Taco Broeders a participé pour la première fois à un marathon l'année dernière, celui de Marne et Gondoire. Cet habitant de Dampmart renouvelle l'expérience cette année.

Comment en êtes-vous venu à courir le marathon ?

Taco Broeders : Cela s'est fait progressivement. J'ai toujours été sportif, je pratiquais la natation, l'escalade et d'autres sports. Je me suis mis de façon intensive à la course à pied en septembre 2012. Un ami rencontré en vacances m'avait convaincu que je pouvais courir un semi-marathon, alors que jusque-là courir 20 kilomètres me paraissait inenvisageable. Nous avons fait le semi-marathon de Paris ensemble en 2013. Puis à mon tour, j'ai convaincu un collègue de participer au marathon de Marne et Gondoire l'année dernière.

Quel bilan en faites-vous ?

C'est une très belle course. J'étais un peu préparé car c'est le même type de course, en plus long, qu'entre Dhuis et Marne, que j'ai couru 8 ou 9 fois, et cette année encore. Le plus dur, ce sont les dernières montées vers le château de Rentilly. Je m'étais bien



Vendredi sur la promenade de la Dhuis

préparé mentalement. Courir un semi-marathon est à la portée de tout le monde à condition d'avoir une bonne forme physique. En revanche, l'aspect mental est déterminant pour le marathon.

Comment vous préparez-vous pour cette deuxième édition ?

Je suis un programme qui commence 4 mois avant l'épreuve avec 3 à 4 courses d'entraînement par semaine. On augmente la distance de 10 % toutes les semaines. 3 semaines, avant on atteint 32 kilomètres. Là, on rentre dans le dur et la préparation au marathon commence vraiment. Je fais aussi des fractionnés : 200, 500 mètres ou 1 kilomètre de montées et descentes, 3 à 6 fois de suite.

Qu'attendez-vous de la course dimanche ?

Du plaisir. Courir près de chez soi est appréciable, pas besoin d'aller au bout du monde. On peut ainsi tisser des liens avec des gens avec qui on peut recourir ensuite.

À l'approche des Jeux olympiques de Paris, début de notre tour d'horizon des clubs et des sportifs de Marne et Gondoire.

Guillaume Piquet

Directeur du judo club de Lagny

Comment votre club appréhende-t-il les JO qui approchent ?

C'est une chance pour nous mais cela ne change pas grand-chose dans le quotidien du club.

Je ne sais si les plus jeunes y prêtent attention.

Même si un judoka du club a été champion olympique ?

Oui, Thierry Rey a été champion olympique en 1980. Il sera d'ailleurs avec nous le 10 juin pour fêter les 70 ans du club. Mais ce qu'il a fait, atteindre le sommet dans son club d'origine, n'est plus possible aujourd'hui : les meilleurs jeunes entrent dans des pôles Espoirs puis sont recrutés dans des gros clubs, tels que Flam 91 et le PSG Judo, qui ont les moyens d'envoyer des représentants en compétition un peu partout dans le monde. Nous, notre politique est différente. Nous voulons former un maximum de ceintures noires.

Dans quel but ?

C'est un objectif sportif mais pas seulement. Nous voulons transmettre aussi bien les valeurs sportives qu'éducatives et morales des arts martiaux, qui sont indissociables. Il y a un dicton connu dans le judo qui est *Ceinture noire sur le tapis, ceinture noire dans la vie*. Cela passe par la politesse, le fair-play et la persévérance. Le plus dur n'est pas d'atteindre la ceinture noire mais la ceinture blanche : d'oser monter sur le tatami pour combattre. Le chemin mène ensuite naturellement à la ceinture noire à condition de travailler sérieusement et de savoir se remettre en cause. Tout le monde peut y



arriver. En avril, une jeune de 14 ans et 3 mois a validé sa ceinture noire. Elle doit attendre ses 15 ans pour la porter officiellement. C'est la plus jeune du club, et peut-être de France, cela doit se jouer à quelques jours près. On est fier de ça.

Votre club a triplé le nombre de ses adhérents en 5 ans. Comment expliquez-vous ce phénomène ?

Nous enseignons depuis 2018 le jiu-jitsu brésilien et le MMA, deux disciplines qui exercent un grand attrait sur les jeunes, portées par leur médiatisation croissante. Elles correspondent à une vision moderne des arts martiaux : il y avait au niveau national une chute des licences de judo ces dernières années. Le constat est qu'après des années de judo, la plupart des adolescents pensent avoir fait le tour de la question ou se découragent s'ils ne brillent pas en compétition car c'est un sport très difficile. Donc la motivation n'est plus là. Le jiu-jitsu brésilien renouvelle le genre. Cette discipline valorise plus le travail au sol

(clés de bras, immobilisations...) que le judo qui est davantage axé sur les chutes. Avec leur bagage technique, des adolescents qui ont fait du judo peuvent vraiment s'y amuser, dans un esprit loisir. Des enfants de 9 ans peuvent commencer. Le MMA peut lui être commencé dès 8 ans. C'est un sport très fun qui mélange les aspects pied/poings, de lutte et de sol. On se limite aux touches, les gestes non maîtrisés sont interdits et sanctionnés immédiatement.

Un autre facteur explicatif, ce sont nos entraînements en plein air pendant la période Covid. On ne pensait pas avoir grand monde, surtout par mauvais temps, mais cela a super bien marché. Il y a eu un grand bouche-à-oreille à se sujet. Voilà, en partie, comment on est passé de 200 adhérents en 2018 à 600 aujourd'hui.

Comment former autant de monde ?

Nous accompagnons nos élèves qui souhaitent devenir professeur dans l'obtention de leur diplôme. Il y a chez nous, des jeunes de 15 ans qui sont assistants de professeurs. C'est toujours mieux d'avoir des professeurs formés au club, qui en partagent la culture.

Savoir se défendre est-il une autre cause de cet attrait ?

Peut-être mais personnellement, je suis très circonspect là-dessus. Ce serait dangereux de faire croire que l'on peut se tirer de toutes les situations par les arts martiaux. Les conditions et les individus ne seront pas du tout les mêmes dans la réalité. Face à un fou furieux ou une personne armée... Par contre, quelqu'un qui fait des arts martiaux dégage une assurance qui peut dissuader de s'en prendre à lui.

Comment êtes-vous devenu directeur du club ?

J'ai repris la section jujitsu en 2001 quand notre professeur, Philippe Taurines, ancien champion de judo, est devenu entraîneur national de cette discipline en 2001. Le ju-jitsu fait partie de la fédération française de

judo. J'en suis devenu à mon tour entraîneur national en 2014 quand j'ai arrêté ma carrière sportive en raison de mon métier et de mes blessures articulaires. Puis, notre professeur de judo a déménagé. Alors en 2018, j'ai mis en stand-by mon poste de Steward à Air France pour me consacrer à 100 % au club et redevenir professeur de judo, de jiu-jitsu et de MMA. J'ai passé le DES judo-jujitsu à l'Insep l'année dernière (*le plus haut diplôme pour l'enseignement sportif judo*) pour montrer l'exemple à nos professeurs.

Vous avez fait récemment un retour gagnant à la compétition...

Oui, j'ai arrêté d'être entraîneur national de jiu-jitsu brésilien l'année dernière et l'engouement des nouveaux adhérents m'a motivé pour reprendre moi-même la compétition. En avril, j'ai remporté les championnats de France de jiu-jitsu brésilien sans kimono dans la catégorie ceinture noire 40-50 ans.

Comment avez-vous découvert cette discipline ?

J'ai fait du judo jeune, j'avais un niveau national puis je me suis blessé au genou. À 18 ans, j'ai découvert le jujitsu combat (qui combine judo et karaté), plus accessible en compétition. J'ai gagné les championnats du monde en 2005. Mais entre-temps, en 2003, au retour d'un championnat du monde, nous nous sommes arrêtés au Brésil. On est arrivé fièrement sur le tatami avec nos kimonos de l'équipe de France ... et on s'est tous fait tordre par les membres du club local. Grosse remise en question... Alors en 2006, j'ai commencé le jiu-jitsu brésilien. En 2009 et 2010, j'ai remporté les championnats du monde au Brésil en amateur, puis ai été vice-champion du monde en 2014.

Votre club est aussi présent aussi à Pomponne...

Oui nous donnons des cours de judo aux élèves après l'école, de la moyenne section au CM2, deux fois par semaine.

Printemps de paroles

Après des spectacles chaque soir pendant la semaine, le festival Printemps de paroles se tenait au parc de Rentilly durant tout le week-end des 27 et 28 mai. Le public était au rendez-vous.



Philippine Boitel



Philippine Boitel



Philippine Boitel



Philippine Boitel

Les Foulées de Bussy

Les *Foulées de Bussy* ont rassemblé 335 participants dimanche 4 juin à travers les superbes paysages de la vallée de la Brosse pour le 16 km, le 9 km et la marche nordique. L'événement était organisé par *Bussy-Saint-Georges Athlétisme* avec le soutien de la ville et de l'office de tourisme de Marne et Gondoire.



Jean-Paul Zita

Journées découverte de l'agriculture (suite)

- Samedi 10 juin à 10 h : ferme de Courberonne à Josigny (rendez-vous 48, route de Lagny)
- Samedi 10 juin à 15 h : découverte de la ferme d'élevage laitier de Saint-Thibault (rue Pasteur)
- Samedi 17 juin à 14 h 30 : bioferme de Chanteloup (10 bis, avenue de la Jonchère)

[Plus d'informations](#)



OÙ EST-CE ?

Dans quelle commune a été prise cette photo ?

Envoyez votre réponse à hebdo@marneetgondaire.fr ou par SMS au 06 86 66 36 32



Réponse du dernier numéro :



Il s'agit de l'entrée du parc des Cèdres à Conches-sur-Gondaire, réhabilité et ouvert au public en 2004 par Marne et Gondoire et dont le patrimoine est depuis régulièrement rénové.

Félicitations à Laurène Dorier et Michèle Petitot

