

Sommaire Page 2 • Parole d'habitant • Bienvenue chez vous
Page 3 • En images : rénovation des immeubles de l'îlot Grouchy
• Qui fait quoi ? • Près de chez moi : l'association des Laotiens du Havre
Page 4 • La recette • Fabriquer un hôtel à insectes • Comment s'occuper de son orchidée ?

JOURNAL RÉALISÉ PAR
L'ESPACE PRÉ FLEURI,
AGRÉÉ CENTRE SOCIAL,
AVEC LA PARTICIPATION DES HABITANTS
DE CAUCRIAVILLE

En
bref

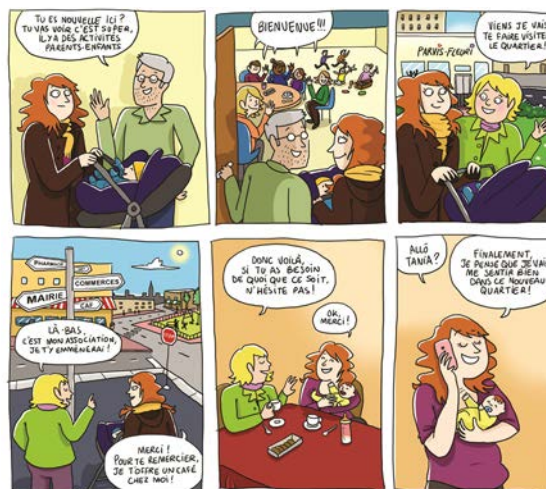
Fête de quartier

La Fête de quartier aura lieu le samedi 2 juillet 2016 à partir de 14 h.

Grande nouveauté, elle se déroulera sur la coulée verte de Caucriaville.

De nombreux stands et points de restauration sont prévus.

La journée se terminera par une soirée dansante ■



Exposition BD

Du 13 septembre au 14 octobre, venez découvrir l'exposition autour de la Bande Dessinée réalisée par la CODAH et des femmes de Caucriaville et du quartier de l'Eure à la bibliothèque Oscar Nimeyer.

Une séance de dédicaces et de rencontre avec les auteurs est proposée le 25 septembre de 15 h à 17 h ■



3 QUESTIONS À MOHAMED

Employé à la médiathèque de Caucriaville

Quelles sont les différentes actions et axes de travail ?

Différentes actions sont faites pour le public, c'est-à-dire les missions d'accueil et de services, renseigner et accompagner le public dans les espaces de collection, de médiation culturelle, l'espace numérique ainsi que l'utilisation des services proposés. C'est aussi participer à l'élaboration et à la mise en œuvre des actions de médiation culturelle à partir des différents souhaits émis par le public pour des animations.

Quelles sont les différentes animations à la médiathèque ?

Pour le public «Petite enfance», il y a le Cinémômes, Histoires et contes d'un autre pays. Il y a aussi l'accueil des écoles, des

lycées et collèges principalement axé sur la recherche de documentation.

Un accueil jeux vidéo libre a lieu le mercredi de 13 h 30 à 18 h et le samedi de 13 h 30 à 17 h ainsi qu'un accueil adulte le jeudi soir.

Des tournois de jeux vidéo sont organisés pendant les vacances scolaires le mardi, le jeudi et le vendredi.

Des cours d'informatique sont proposés les mardis et vendredis de 16 h à 17 h 30

(hors vacances scolaires) afin d'aider les personnes dans les différentes applications, sur internet ou les guider à identifier différentes pages.

METTRE LA
LECTURE À
PORTÉE DE TOUS

Qu'est-ce que Lire au Havre ?

Lire au Havre se veut totalement ouvert sur le lecteur en lui proposant d'autres façons de lire, d'autres endroits pour lire, d'autres rencontres autour de la

lecture. Lire au Havre multiplie les lieux de rencontre avec le livre afin de mettre la lecture à portée de tous. Lire au Havre s'est mis en place autour d'actions nouvelles, comme la création de Relais lecture et des Livres nomades, mais aussi d'actions existantes, comme le Jury Jeunes

Lecteurs et le Camion des mots en partenariat avec l'Education Nationale, ou encore de Lire à l'air libre, qui propose aux enfants et aux familles des animations autour du livre et du jeu ■

Propos recueillis par Emmanuelle, habitante

3?À



PAROLES DE MME KHOTSOMBATH

“ Mme Phoukaokham KHOTSOMBATH est Laotienne et est arrivée en France en 1976. Elle a aussi un prénom français : Marie-France en souvenir de son professeur Havrais de sciences naturelles qui la recevait, chez elle, 2 fois par semaine à son arrivée au Havre, pour l'aider dans ses différents apprentissages.

Marie-France est née au Laos. Sa mère s'occupe de ses 7 enfants et son père est militaire. En 1975, au Laos, la monarchie est renversée et remplacée par une dictature. Le père de Marie-France, pour éviter un internement dans un camp, n'a pas d'autre issue que de quitter le pays avec femme et enfants.

S'ensuit un séjour en Thaïlande en attendant un autre pays d'accueil. En 1976, la France est une terre d'accueil pour ces émigrés et le 7 mai 1976, la famille arrive à Chalons en Champagne où elle restera 2 ans. Ensuite, le père de Marie-France entre en contact avec un membre de sa famille réfugié au Havre. Ce dernier lui vante la ville, la mer, la pêche... Tentés par une vie au bord de la mer, ils quittent Chalons et arrivent au Havre en 1978.

Marie-France entre au collège, passe un BEP de comptabilité et travaille 20 ans en région parisienne. Elle revient ensuite au Havre, elle y passe, à 40 ans, un bac professionnel en logistique et une licence en comptabilité. Actuellement, elle se spécialise dans la cuisine de son pays et envisage de créer son entreprise. Elle fait partie de l'association des Laotiens du Havre dans laquelle ses talents de cuisinière sont mis à contribution ■ ”

Récit de Claudie, habitante



Bienvenue chez vous

PROJET

LES JEUNES DE L'ESPACE PRÉ FLEURI ET LEUR INVESTISSEMENT CITOYEN !

Les jeunes fréquentant l'Espace Pré Fleuri travaillent sur un projet Citoyenneté depuis maintenant quelques mois.

C'est la prise de conscience et la réflexion émanant d'un groupe de douze jeunes, qui a conduit à réaliser un travail sur leurs rôles au sein de leur quartier mais aussi sur leurs devoirs, en tant que jeunes majeurs, de citoyens investis.



Dans cette optique, ils ont su développer des partenariats exceptionnels et originaux, pour mener à bien leur projet.

En effet, grâce à Mme Agnès CANAYER (Adjointe au Maire du Havre et Sénatrice), les jeunes ont eu

l'opportunité de visiter le Sénat. De plus, ils ont pu aussi poursuivre leur cheminement vers l'enrichissement de leur connaissance, en réalisant une visite du fameux Institut du Monde Arabe, à Paris.

Enfin, avec l'aide et l'implication du service Voirie de la Ville du Havre, les jeunes ont pu réaliser un chantier, autour de la rénovation de bancs.

Ils ont, en premier lieu, fait une visite guidée du lieu de rénovation, pour prendre conscience de l'ampleur du travail et des moyens et techniques de rénovation. Puis, par la suite, passer à l'action en rénovant eux même des bancs. Ces derniers seront destinés à être implantés dans le quartier.

Un des bancs sera situé au niveau des jardins partagés et l'autre près de l'Espace Pré Fleuri. Un moyen d'exposer et de valoriser le travail effectué et l'investissement ■

ANIMATION

PRINTEMPS DES FAMILLES

Cette année encore, l'Espace Pré Fleuri ainsi que d'autres centres sociaux et Salles d'Animations Municipales de l'ensemble des quartiers du Havre étaient présents au square Saint Roch dans le cadre du printemps des familles.

Au programme du stand : un grand jeu où il fallait découvrir dans quel endroit du Havre différentes familles avaient été prises en photo, des jeux de société pour jouer en famille et un mur d'expression.

Mais il y avait beaucoup d'autres stands tenus par des associations et des structures municipales dans une ambiance très conviviale et sous un soleil radieux ■

En images

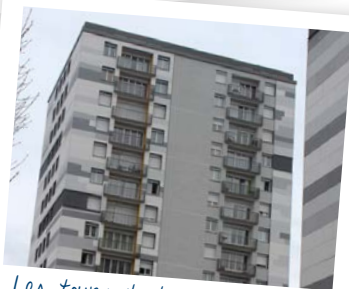
RÉNOVATION DES IMMEUBLES SUR L'ILOT GROUCHY

Habitat 76 a rénové l'ensemble de ses immeubles de l'îlot Grouchy (13 bâtiments). Habitat 76 est un bailleur social, c'est-à-dire qu'il gère un parc de logements destinés à des familles ayant de faibles revenus. Il est rattaché au Département. Cette rénovation a changé de façon spectaculaire l'apparence de l'îlot. La preuve en images ! ■

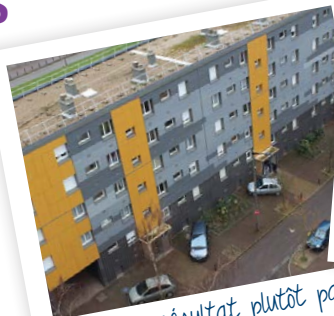
Texte et photo : Sébastien, habitant



Le panneau explicatif des travaux.



Les tours tout en nuances de gris.



Pour un résultat plutôt pas mal.



Un immeuble en cours de rénovation.



Un immeuble avant travaux.



Vue du ciel.

Étiquetage des denrées alimentaires pré-emballées.

DDM : Date de Durabilité Minimale.

C'est la période de temps pendant laquelle le produit alimentaire peut être consommé. La DDM est toujours indiquée ainsi : «A consommer avant le...»

Quand la DDM est dépassée le produit peut être consommé à condition qu'il ne soit

pas endommagé et qu'il soit stocké dans de bonnes conditions. C'est le cas des conserves, des pâtes et des légumes secs.

DLC : Date Limite de Consommation

Elle indique une limite impérative de consommation et elle s'applique à des

denrées périssables.

Il est important de respecter cette date surtout si la température d'entreposage n'a pas été respectée (rupture de la chaîne du froid) Seuls les produits munis d'une DLC doivent être retirés de la vente dès lors que cette date est atteinte.

Qui fait quoi ?

ASSOCIATION DES LAOTIENS DU HAVRE

Il y a 40 ans, en août 1975, des familles Laotiennes arrivaient au Havre, accueillies par la Croix Rouge française. Elles fuyaient leur pays en raison d'un changement de régime politique et l'instauration d'une république populaire au Laos. La plupart des familles sont arrivées à Caucriauville et y sont restées très attachées.

Choc de l'exil, langue et culture étrangère à assimiler, sans parler du climat ! La montagne semblait haute à gravir pour les anciens. Mais la communauté lao du Havre en exil, a pu se regrouper en association dès 1978. Les objectifs de l'association sont de :

- se reconforter et s'unir dans un esprit d'amitié fraternelle entre les membres,
- sauvegarder et transmettre les mœurs, coutumes et culture lao,
- s'entraider mutuellement pour une existence matérielle et morale dans les meilleures conditions possibles,
- promouvoir des échanges

Près de chez moi

culturels, artistiques et sportifs avec d'autres organisations ou associations.

40 années plus tard, l'intégration des Laotiens au Havre est un parfait exemple de réussite. Des mariages franco-laotiens, des naissances, une vraie relation d'amitié s'est installée au fil des années avec les Havrais. L'association compte 90 familles dont des Thaïlandais, Monges, Vietnamiens, Philippins, et Français. L'objectif depuis 2014 a été de rassembler la communauté lao du havre, toutes générations confondues, autour de l'association.

Les membres de l'association

continuent à respecter la tradition en envoyant des représentants chaque année à la kermesse de la pagode située à Bussy Saint George (77), au mois de juillet, pour tenir un stand alimentaire et reverser les bénéfices à la pagode.

Enfin, chaque année, ils fêtent le nouvel an laotien en avril à la salle des fêtes de Caucriauville. En 2016, l'association participe à de nombreux projets dont le resto des assos, piloté par l'Espace Pré Fleuri et l'AHAM. Des cours d'informatique à l'Atrium sont également offerts aux aînés avec l'AHAM. Et bien d'autres projets ■

Propos recueillis par Ronaldo



Fresh Spring Roll © Chorthip S.

ROULEAUX DE PRINTEMPS

Recette proposée par
l'association des Laotiens au Havre

Ingrédients

pour 4 rouleaux (2 personnes)

- 4 galettes de riz
- 8 feuilles de laitue
- 100 g de pousses de soja lavées et séchées
- 8 grosses crevettes crues décortiquées et déveinées
- Feuille de menthe et coriandre
- Vermicelle de riz

• Faire cuire dans une casserole d'eau bouillante les crevettes pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient rosées et les passer sous l'eau froide afin d'en stopper la cuisson. Egoutter et laisser refroidir. Puis, à l'aide d'un couteau, couper les crevettes en deux dans le sens de la longueur.

• Faire tremper les galettes de riz dans de l'eau froide afin de les réhydrater. Puis les intercaler entre deux linges propres et humides et réserver.

• Former les rouleaux en déposant sur chaque galette 1 feuille de laitue, de la menthe, de la coriandre, des pousses de soja et des vermicelles de riz.

Rabattre les deux extrémités de la galette sur la garniture, rouler ¼ de tour et placer 3 moitiés de crevettes.

Continuer à rouler la galette de manière à bien enfermer la garniture. Servir avec des crudités et de la sauce ■



FABRIQUER UN HÔTEL À INSECTES

Un hôtel à insectes a pour but d'offrir un abri aux auxiliaires de votre jardin. Il regroupe plusieurs « chambres » en fonction des différents types d'insectes (les pollinisateurs et les prédateurs naturels des nuisibles de votre potager et de votre verger).

L'hôtel à insectes se place de préférence avant l'hiver dans un coin reculé de votre jardin, pour la tranquillité de ses occupants. Il est souhaité de l'accrocher à 30 cm du sol, sur un arbre ou un mur, à l'abri des vents forts et des pluies violentes et en privilégiant l'orientation Sud, Sud-Est.

Il est important de varier les chambres pour différer les occupants afin d'offrir à votre jardin une bonne protection vis-à-vis des multiples nuisibles. Voici quelques exemples d'aménagement de chambres :

- Des tiges creuses, pour les abeilles solitaires et autres pollinisateurs.
- De la paille, pour les papillons pollinisateurs.
- Des écorces ou feuilles sèches, pour les coccinelles et autres prédateurs des acariens, des pucerons et des chenilles.
- Des morceaux de branches pour les carabes, prédateurs des limaces, des escargots et des vers.
- Des pommes de pin, pour les chrysope, prédateurs des pucerons, des araignées rouges et des cochenilles.

ÉTAPE 1 Sciez les différentes planchettes aux dimensions souhaitées pour le cadre, le toit, les traverses, les cloisons et le fond de l'hôtel à insectes.

ÉTAPE 2 Assemblez les planches avec des vis.

ÉTAPE 3 Fixez le toit.

ÉTAPE 4 Aménagez les chambres (voir exemple ci-dessus).

ÉTAPE 5 Trouvez un bon emplacement pour l'hôtel à insectes et fixez-le ■



COMMENT S'OCCUPER DE SON ORCHIDÉE ?

Proposée par
Evelyne, habitante

Vous venez d'avoir une orchidée, voici quelques conseils pour en prendre soin : l'orchidée est une fleur qui dure longtemps. Je la place à la lumière dans une pièce aérée (pas proche d'agrumes qui la feront moisir), près d'une fenêtre. Il faut éviter de la déplacer. Pour l'arrosage, j'utilise un pulvérisateur d'eau et je la laisse tremper dans un peu d'eau pour mouiller les racines une fois par semaine. Dès qu'il n'y a plus de fleur, je peux la repoter dans un pot plus grand, avec de la terre spéciale orchidées, vendue en magasin. ■

COULEURS
CAUCRI



Journal participatif réalisé par et pour les habitants du quartier de Caucriauville. Financé par la Ville du Havre et la Caisse d'Allocations Familiales

Directeur de la publication : Agnès CANAYER

Rédacteur en chef : Thomas GUILLEMIN

Ont participé à ce numéro : Claudie PERROT, Emmanuelle PANCHOU, Evelyne DESFRANCOIS, Laetitia LE PLOMB, Sandrine MEFTAH, Sébastien GOERNER, (habitants), Ronaldo FORTUNO, Fatou MERAY.

Espace Pré Fleuri

6 allée Jean Vilar - 76610 Le Havre - Tél : 02 35 49 31 59



leHavre