

QU'EST-CE QU'UN "PSY" ?

- Des problèmes personnels vous assaillent, vous n'arrivez plus à les surmonter, vous frisez la dépression ...

- les calmants habituels ne font plus tellement d'effet, une amie ou votre médecin vous conseille d'aller voir un psychologue ...

Editorial

"Vivre à Mennecy", un titre qui dit bien ce qu'il veut dire; que nous habitons la colline de Verville, la Jeannotte, le Petit Parc, les Acacias ou le Parc de Villeroy, nous vivons tous à Mennecy bien qu'il y ait un Mennecy plateau et un Mennecy côteau raccordé par la Croix Champêtre.

Au delà des querelles municipales ou politiques notre but est de créer un lien entre tous les habitants pour une information gratuite de village qui soit lue par tous, jeunes et moins jeunes, ce qui n'est pas le but de la presse régionale classique.

Il y a ceux qui s'installent à Mennecy et qui doivent tout découvrir : depuis les inscriptions scolaires, aux associations sportives et culturelles, etc...

Les jeunes peuvent y trouver un moyen d'expression pour motiver la création d'activités nouvelles faisant défaut à Mennecy.

Les personnes âgées qui ont besoin de sortir de leur isolement y trouveront un moyen de communication.

Les associations s'éviteront des distributions intempestives de notes d'informations.

Nous sommes une petite équipe de bénévoles très attachés à l'animation de notre cité, mais, très occupés professionnellement, aussi nous souhaitons vivement votre participation à tous pour faire vivre ce bulletin, soit :

- en rédigeant des articles intéressant la population;
- en réalisant des enquêtes locales;
- en participant à la distribution par quartier des bulletins.

Nous vous attendons pour le n° 4 qui sortira fin juin.

Georges HARNOIS

- l'institutrice de l'école vous fait remarquer que votre enfant a des difficultés importantes en classe, elle vous conseille de consulter un psychologue, et voilà que défile précipitamment devant vos yeux tout ce que vous avez lu dans les journaux sur les psychologues, psychanalystes et psychiatres ... Tout l'appareil "psy" vous paraît menaçant. Pas d'affolement, ce n'est sans doute pas aussi dramatique que vous ne l'imaginez, à condition que vous sachiez avec précision qui fait quoi et surtout à qui vous adresser :

QU'EST-CE QU'UN "PSY" ?

Tout d'abord ne commencez pas par confondre psychiatre et autres "psy".

- Le **psychiatre** est un médecin spécialisé dans le diagnostic et le traitement de la "maladie mentale". Il utilise souvent une gamme de médicaments parmi lesquels les tranquillisants, somnifères et neuroleptiques sont les plus répandus.

- Le **psychologue** : c'est un spécialiste de la psychologie sous toutes ses formes : il a reçu une formation d'études supérieures qui débouche sur une spécialisation et l'a conduit vers l'un des différents domaines de la psychologie. Il sera donc soit un chercheur s'il choisit la psychologie expérimentale, soit psychosociologue s'il s'occupe des groupes et des facteurs sociaux, soit **psychologue praticien** s'il s'intéresse à la psychologie clinique dont l'objet est de traiter les difficultés d'adaptation des enfants ou des adultes. Il a à sa disposition plusieurs méthodes qui peuvent d'ailleurs se conjuguer : la méthode des tests, l'entretien individuel, le travail de groupe.

- Et le **psychothérapeute** ? Comme son nom l'indique c'est celui qui soigne - du grec "therapein" : soigner -

Qui est-il ? Il y a deux voies d'accès, un psychothérapeute peut être soit médecin, soit psychologue, à cet acquis théorique doit nécessairement s'ajouter une formation personnelle qui n'est autre que sa propre thérapie. En effet, pour pouvoir soigner les autres de cette manière, il faut être au clair avec ses propres problèmes personnels et avoir résolu ses propres difficultés, cela se comprend aisément.

Qui vient le voir ? Les enfants qui présentent des troubles "dits" d'origine psychique ou nerveuse, ces troubles se manifestent parfois très tôt.

L'anorexie ou absence totale d'appétit, les troubles du sommeil, du langage, le bégaiement, les affections de la peau comme le psoriasis, l'eczéma, les retards d'apprentissage, les tics, etc ...

Certains enfants font pipi au lit très tard, d'autres se confinent dans un mutisme quasi total; il serait long d'énumérer la série des ennuis dans lesquels l'enfant a une aptitude à se réfugier.

Quant aux adolescents et aux adultes, ils ne sont pas de reste, et ceux qui souffrent de ce que l'on peut appeler familièrement "des empêchements à vivre", troubles que la médecine ne peut guérir par des traitements classiques : tremblements, paralysie, insomnies, angoisses, phobies ... sont des gens qui, pour des raisons diverses se sentent comme on dit couramment "mal dans leur peau".

Comment soigne-t-il ? Par des séries d'entretiens uniquement. Pas de traitement chimique. La condition essentielle de réussite du traitement est d'obtenir la confiance de l'enfant, et la volonté de guérir de l'adulte, sa collaboration.

La psychothérapie ressemble souvent à un soutien, à une aide, un guide vers sa propre voie plutôt qu'une importante remise en question, elle peut aider à mettre à jour des possibilités dont l'accès est souvent masqué par une culpabilité souvent inconsciente. La psychothérapie s'adapte à chaque cas; il n'y a pas de règle absolue, elle est laissée à l'expérience, l'intuition et à la personnalité du psychothérapeute dans cette relation unique et privilégiée qu'est la rencontre d'une parole et d'une écoute.

Où cela se passe-t-il ? Dans un cabinet de consultations qui peut être un bureau.

Combien de temps ? Ce sont des entretiens répétés régulièrement qui durent un peu moins d'une heure. Quant à la durée globale du traitement, il n'y a pas de règle. Un symptôme peut disparaître en quelques séances ou "résister" plusieurs mois, voire plusieurs années.

- Et le psychanalyste qui est-il alors ?

C'est aussi un thérapeute. Comme le psychothérapeute il peut être médecin ou psychologue. Son but est aussi de soigner. Il réalise des analyses plus approfondies qui se justifient par des troubles plus importants ou par un besoin plus pressant et clairement exprimé de l'individu.

Comme le psychothérapeute, le psychanalyste ne peut pratiquer qu'après avoir fait une analyse personnelle dite "didactique", elle n'est pas très différente d'une analyse courante, il s'agit d'une formation plus élaborée et plus approfondie qui débouche sur un travail de réflexion personnelle et de notation.

Comment procède-t-il ? Cela se passe dans un cabinet. L'attitude du psychanalyste est différente de celle du psychothérapeute dont nous parlions précédemment. Il ne s'agit pas d'un entretien du type dialogue face à face. Le patient est allongé sur un divan et ne voit pas l'analyste qui n'intervient que pour ponctuer certains moments de l'analyse. Les séances se répètent régulièrement de semaine en semaine.

Combien de temps ? La longueur d'une analyse varie selon chaque individu. Le premier entretien avec l'analyste est très important, il va lui permettre de juger si oui ou non il a envie de s'engager avec lui sur le chemin difficile qu'est la cure psychanalytique.

Est-il vrai que cela coûte cher ? Le prix des séances n'est pas fixe. Il s'établit, après entente avec le patient et surtout en fonction de ses ressources. Il est vrai cependant qu'une cure analytique peut apparaître comme quelque chose de lourd à la fois en temps et en argent, mais d'une part comment reconstruire en quelques semaines, voire quelques mois un édifice que l'on a mis 20, 30 ou 40 ans à bâtir, et d'autre part pourquoi ne pas accepter de consacrer au mental ce que l'on concède volontiers aux soins physiques ?

Certaines personnes peuvent vivre dans leur emploi ou au bureau de l'inquiétude à la terreur devant tout supérieur comme s'ils revivaient la situation devant l'autorité de leurs parents ou de leurs maîtres. Leur mal à vivre est à un degré tel qu'ils acceptent de tout mettre en jeu pour accéder à une vie "meilleure", plus heureuse où le plaisir et le bien-être ne sont pas des "choses défendues".

Mmes C. BATI - M. BOYER



ATTENTION FEU ROUGE

Depuis le 17 mai, les accès aux autoroutes sont "régulés" par des feux tricolores le matin de 6 h 30 à 9 h 30. A titre expérimental, dit-on ... Nos têtes bien pensantes n'ont pas trouvé d'autres solutions pour éviter les attentes à l'entrée des périphériques. Merveilleux de simplicité ... J'imagine volontiers d'autres mesures aussi efficaces : suppression des week-end pour éviter les retours difficiles du dimanche soir, suppression des navires sur les océans, donc plus de vacances et on supprime du même coup les embouteillages, l'entassement sur les plages et l'exploitation des uns par les autres ! Et pourquoi pas plus d'élus, nous n'aurions pas ainsi de têtes bien pleines qui accoucheraient de mesures aussi spirituelles ... car enfin, si pour arriver à 9 h à son travail il est nécessaire de partir avant la régulation, c'est-à-dire vers 6 h, il est préférable d'aller habiter Lyon ! Un Lyonnais aura une autoroute pour lui tout seul, sans attendre en file indienne aux feux rouges dits de régulation, lesquels sont placés au bord de l'autoroute et non à l'entrée de la bretelle comme le bon sens l'exigeait !

Mais peut-être nos hommes ont-ils la tête bien faite, pourquoi demander en plus qu'elle soit bien pleine ! ... A moins que tout cela ne débouche sur un péage de plus ...

Magali PITRA

LA RECETTE DU MOIS

Quand les hommes sont aux fourneaux

TARTE AU CITRON (simplifiée)

- Faire une pâte brisée, ou utiliser une pâte brisée surgelée, préalablement dégelée.
- Placer cette pâte dans un moule à "manqué" de 20 cm bien beurré.
- Préparation de la garniture :
 - dans une jatte, battre 2 œufs entiers
 - y ajouter 50 gr. de beurre fondu, 100 gr. de sucre en poudre, le jus d'un demi citron et quelques zestes de citron.
 - Bien battre tout l'ensemble.
- Remplir votre fond de pâte avec cette préparation sans faire déborder.
- Préchauffer le four 10 mn et placer votre tarte pendant 10mn, le thermostat à 8 et ensuite 15 mn, le thermostat à 4. Surveiller pendant la cuisson la garniture afin qu'elle ne brûle pas. Après ces 25 mn sortir du four et laisser refroidir. Consommer la tarte une fois celle-ci froide.
- Bon appétit.

J.P. DELCOUSTAL

MENNECY PNEUS

1 rue de Paris

MENNECY 498.00.67

Nous sommes fabricants de pneus et nous pouvons vous fournir et poser toutes marques de pneus à PRIX USINE

CRISTEL FLEURS

TOUTES COMPOSITIONS FLORALES

Livraison à domicile

Téléphone : 498.10.09

2 place de la Mairie
91540 MENNECY

INTERFLORA

Vous pouvez essayer votre voiture tous les samedis matin

**la CX 2500 Diesel pour Monsieur
la LN pour Madame
chez votre agent CITROËN**

MICHEL ROCHELLE

12 rue de Milly, MENNECY
498.00.90

Confiez la gestion de vos contrats à un Assureur local

Jean-Claude PATRONY

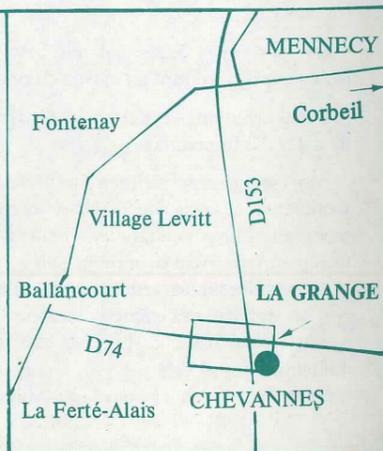
Diplômé de l'Ecole Nationale d'Assurances
Agent général "Mutuelles Unies"
1 place des Chardonnerets
Le Parc de Villeroy
91540 MENNECY Tél. 499.64.17

**Garanties immédiates - Garages agréés
Livraison immédiate des contrats**

A 5 minutes de
MENNECY

"LA GRANGE"

ANTIQUITÉS - BROCANTE
MEUBLES RÉGIONAUX
CURIOSITÉS - BIBELOTS
CHEVANNES
Ferme de la Joie
Rue St Martin



CINÉ
PHOTO
BIJOUTERIE
HORLOGERIE

TOUS TRAVAUX - PORTRAIT
MARIAGE - IDENTITÉ - INDUSTRIE
REPORTAGE - AMATEUR

L. et J. LE MESLE

21 rue Général Leclerc
91540 MENNECY
Tél. 498.00.89

A 100 mètres de la Gare

TRANSISTOR - REVEIL RADIO - MAGNETOPHONE

CRÉDIT AGRICOLE

LE BON SENS
PRÈS DE CHEZ VOUS

VOYAGE CONSEIL

L'AGENCE DE TOURISME
DU CRÉDIT AGRICOLE
(LIC : A 676)

vous aide
à mieux réussir
vos vacances

A LA NEIGE
ski, ski de fond,
randonnées
en France ou
à l'étranger

AU SOLEIL
croisières, circuits
détente
pays proches ou
lointains

AGENCES

MENNECY - 13 rue de la Croix Boissée
Téléphone : 498.14.65

du mardi au samedi (9 h - 12 h 15 - 14 h - 18 h)
BALLANCOURT - Angle rue de la Poste et
rue de la Papeterie - Téléphone : 498.26.31
du mardi au vendredi (9 h - 12 h 15 - 14 h - 18 h 15)
samedi (8 h 45 - 12 h - 14 h - 17 h 15)

Tous les 2èmes dimanches
de chaque mois

MARCHÉ AUX PUCES à MENNECY

Place de l'Eglise

GUIOT Assurances

19 rue des Hêtres - MENNECY

A votre service jusqu'à 20 h 30

Tél. 499.82.03

Autos - Incendie - Retraites
Expertises - Compagnies de 1er ordre
Tarifs compétitifs Garages agréés

INFORMATIONS

AU FEU! AU FEU!

En l'an de grâce 1977, le 24 juin, Sa Seigneurie JEAN Ier faisait le premier et l'ultime périple de sa cité - Seigneur de haute taille, il disparaissait en flammes sur les pelouses du Centre Commercial Verville-Villeroy, devant ses sujets en liesse. "JEAN Ier est mort - vive JEAN II".

Le Samedi 24 juin, en début d'après-midi, nous confectionnerons notre immense homme de paille. Nous avons besoin de tous, grands et petits, jeunes et moins jeunes. Mais dès maintenant, nous recherchons des mains expertes, capables de faire fleurs en papier et guirlandes.

Pour l'organisation et l'élaboration de cette journée, nous recrutons toutes les personnes de bonne volonté - s'adresser au cabinet para-médical du Centre commercial Verville-Villeroy ou téléphoner au 499.83.64. Christian COUDERC

Au 59 A des Bois du Cerf à Etiolles, Simone SEITRE propose aux Etiollais, à leurs amis de la région, à leurs amis parisiens en visite, avant l'exposition qu'elle organise à Paris, de faire connaissance chez elle, avec la peinture naïve et moderne d'Haïti.

Vous pouvez aussi admirer des gravures et lithographies contemporaines. Simone Seitre vous permet de les essayer durant quelques jours, dans votre cadre, sans engagement aucun de votre part.

Téléphonez-lui simplement au 075.03.78, à son domicile pour prendre rendez-vous.

C'est l'esprit de découverte et de curiosité qui doit vous guider, n'ayez pas peur de venir avec la simple idée de regarder.

CHANTIER DE FOUILLES ARCHEOLOGIQUES A ETIOLLES

Site paléolithique supérieur, du 1er juin au 31 juillet, pour des jeunes de plus de 16 ans.

L'hébergement complet est assuré aux fouilleurs qui sont tenus à une présence continue pendant au moins 15 jours.

Renseignements auprès de Madame CAVAILLER, directeur des services d'archives, 9 rue La Fayette, 91107 Corbeil-Essonnes. Tél. 496.21.15.

Quand tout est fermé, il existe à Chevannes une épicerie ouverte dimanche et jours fériés.

Pour qu'ils puissent aussi VIVRE A MENNECY, faites confiance aux commerçants, artisans et entrepreneurs de MENNECY en les faisant travailler. Ils sont sur place, c'est votre meilleure garantie.

BOULANGERIE
PATISSERIE
Confiserie - Glaces

J. LECLERC

Gérant

Parc de Villeroy
91540 MENNECY
Tél. 499.76.81

LE PERMIS DE CONSTRUIRE EST DESORMAIS NECESSAIRE DANS TOUS LES CAS

La réglementation a été renforcée

La régimes de la déclaration préalable - qui équivalait presque à une exemption de permis - ayant été abrogé, le permis est désormais exigé partout, pour toute construction et pour tout terrain, y compris dans les zones où la déclaration préalable en tenait lieu jusqu'il y a peu. Même les constructions ne comportant pas de fondations (telles que les abris de jardin et les résidences mobiles) sont soumises à l'obtention d'un permis de construire.

En outre, le permis est désormais exigé pour les travaux intérieurs destinés à changer la destination des locaux ou à créer des niveaux supplémentaires. Théoriquement la création de mezzanines ou de "loggias intérieures" nécessite un permis de construire.

Les travaux d'entretien et de ravalement sont exemptés de permis de construire mais ils doivent faire l'objet d'une déclaration en mairie.

Les clôtures sont désormais soumises à autorisation dans certaines communes. La demande d'autorisation doit alors être déposée en mairie.

La demande de permis de construire

La demande de permis et le dossier qui l'accompagne doivent être établis en trois exemplaires. Dans certains cas, des exemplaires supplémentaires peuvent être demandés par l'Administration; il peut donc être prudent de conserver un duplicata de toutes les pièces.

Le dépôt du dossier

- L'un des trois exemplaires doit être adressé au maire de la commune où les constructions doivent être édifiées, par pli recommandé avec demande d'avis de réception, ou déposé en mairie contre décharge.

- Les autres exemplaires, accompagnés d'une pièce justificative de l'envoi ou du dépôt de l'exemplaire destiné au maire sont adressés par pli recommandé avec demande d'avis de réception postal au directeur départemental de l'Équipement, ou remis contre décharge dans ses bureaux.

Le permis est périmé au bout d'un an si la construction n'est pas entreprise dans ce délai; il en est de même si elle est interrompue pendant un délai supérieur à une année. Le point de départ de ce délai est la date du permis, tacite ou explicite.

Rappelons que, lorsqu'il s'agit d'un permis accordé tacitement, la date du permis est celle indiquée dans l'accusé de réception de la demande.

Le délai d'instruction est fixé à deux mois dans le cas général;

A l'expiration du délai d'instruction, le demandeur se retrouvera dans l'un des cas suivants :

- le permis de construire lui a été accordé et il en a reçu notification;
- le permis de construire lui a été refusé;
- l'administration lui oppose un sursis à statuer;
- l'administration n'a notifié ni refus, ni sursis à statuer, ni autorisation explicite; en principe ce silence vaut accord tacite; toutefois le demandeur sera bien avisé de s'informer de façon précise auprès de l'administration.

Des sanctions sévères frappent les infractions à la réglementation du permis de construire.

- Constituent une infraction :
- le défaut de permis de construire;
 - la non-conformité de la construction ou des travaux avec le permis accordé.

Plusieurs sortes de sanctions sont prévues (indépendamment des sanctions fiscales éventuelles) :

- l'arrêt des travaux et, éventuellement, saisie des matériaux et du matériel de chantier et, s'il y a lieu, apposition des scellés;
 - la démolition des ouvrages et le rétablissement des lieux dans leur état antérieur; ces mesures peuvent être assorties d'une astreinte de 50 à 500 F par jour de retard;
 - le paiement d'amendes comprises entre 2.000 F et un montant qui ne peut excéder 10.000 F par m² de surface de plancher réalisée en infraction.
- En cas de récidive des peines d'emprisonnement de un à six mois peuvent être prononcées.

La prescription est triennale, en la matière, c'est-à-dire que l'administration dispose d'un délai de trois ans après l'achèvement des travaux pour s'assurer qu'aucune infraction n'a été commise.

- Lois n° 76-1285 du 31 décembre 1976 portant réforme de l'urbanisme (J.O. du 1er janvier 1977).
- Loi n° 77-2 du 3 janvier 1977 sur l'architecture (J.O. du 4 janvier)
- Décret n° 77-752 du 7 juillet 1977 relatif au permis de construire (J.O. du 10 juillet).

LE COIN DU JARDINIER

CE QU'IL FAUT FAIRE EN JUIN

POTAGER : Récolter les asperges jusqu'au 15 juin au plus tard. Semer en pleine terre les betteraves à salades variétés tardives qui se développent avant l'hiver. Semer les carottes, les chicorées frisées et scaroles, les choux hâtifs et tardifs, choux de Bruxelles. Planter en pleine terre les choux semés en avril. Semer aussi les choux-fleurs puis, en pleine terre, les concombres et les cornichons, les haricots (toutes variétés), les laitues pommées d'été et romaines, les radis (tous les 15 jours), les pissenlits, petits pois, continuer à planter les tomates, repiquer les poireaux (enterrer le plan à 12 cm de profondeur).

FLEURS : Planter les plantes élevées sur couche pour la garniture complète du jardin. Arroser de préférence le soir, jamais en plein soleil.

GAZONS : Les arroser fréquemment, les tondre pour empêcher les graminées de monter à graines.

ORNEMENT : Tailler les haies dont la formation est achevée, palisser les plantes grimpantes, biner les massifs, arroser fréquemment les jeunes plantations, tailler les arbustes défloris.

Marcel DAIRE

VELOS en PROMOTION BOUCHON

Centre Commercial Verville-Villeroy

COURSES : 10 vitesses
Plateau alu - Joyaux
Moins de 1.000 F

MIXTE : 10 vitesses
Moins de 800 F

GARANTIE
2 ANS

VACCINATIONS

Voilà venu le moment des migrations plus ou moins lointaines et chacun de nous se prend à rêver à un autre horizon que celui de son clocher. Phénomène saisonnier qui met en branle les gendarmes, les garagistes, les marchands de glace et de pellicules ...

Si vous êtes de ces personnes qui restent en Europe, les vacances sont l'occasion de mettre à jour son carnet de vaccination et d'aller dire un petit bonjour à son médecin et peut-être ... à son dentiste. Autant réunir tous les plaisirs à la fois!

Calendrier des vaccinations conseillé

Se rappeler que la vaccination est un geste essentiel qui, pour assurer sa pleine efficacité, réclame d'être accompli dans des délais convenables

Obligatoires	Recommandées
Variole Tuberculose Diphtérie Tétanos (1940) Polio (1964) Typhoïde et paras (1945)	Coqueluche Rougeole Rubéole Grippe Oreillons
premiers jours	B.C.G.
2 ^e mois	
4 ^e mois	Diphtérie - Tétanos - Coqueluche + Polio buvable
5 ^e mois	
vers 10 ^e mois	B.C.G. (s'il n'a pas déjà été pratiqué)
12 mois	Rougeole - Rubéole (si l'enfant vit en collectivité)
de 12 mois à 2 ans	Variole
de 15 mois à 18 mois	Diphtérie - Tétanos - Coqueluche + Polio buvable (1 ^{er} rappel)
2 ans	T.A.B. (si vie en région endémique)
6 ans	B.C.G. (s'il n'a pas déjà été pratiqué) Diphtérie - Tétanos - Coqueluche + Polio buvable (2 ^e rappel)
10 ans	Variole (revaccination)
11 ans	Diphtérie - Tétanos + Polio buvable (rappels)
12 à 13 ans	Rubéole (filles) si absence d'anticorps Oreillons (garçons) mais non commercialisé en France
16 ans	Tétanos - Polio buvable
20 ans	Variole (revaccination)
tous les 5 ans	Tétanos - Polio buvable
tous les 3 ans	Variole (en cas de voyages internationaux)
tous les ans	Grippe
entre 6 ans et 20 ans	Revaccination B.C.G. (si la réaction à la tuberculose est négative)

Cependant si le besoin de voir d'autres pays se fait sentir pour le plus grand bonheur des agences de voyages et des collectionneurs de timbres, l'avion a mis à la portée de chacun de nous de vastes continents pleins de traquenards qu'il est prudent de prévoir si l'on ne veut pas revenir avec un souvenir impérissable comme la maladie du sommeil ou la fièvre jaune. Le développement et la rapidité des mouvements de population ont amené la plupart des pays à prendre des mesures de protection à leurs frontières contre les maladies dites pestilentielles ou quaranténaires.

Trois vaccinations régies par une réglementation internationale, doivent figurer dans le carnet de vaccination international, dûment contresigné par une personne ou un organisme autorisé (Institut Pasteur, 25 rue du Docteur Roux, Centre Médical Air France, 25 bd de Vaugirard, Centre de Vaccination UTA, 50 rue de Vaugirard). La réalisation de vaccinations valables nécessite un délai de trois semaines minimum.

: vaccination anticholérique : obligatoire là où il y a une épidémie, laquelle s'installe toujours brutalement.

- vaccination antitétanique : le risque tétanique étant multiplié et son traitement étant aléatoire en pays lointain, le bon sens rend cette vaccination obligatoire.

- le paludisme (Afrique tropicale, Afrique du Nord sauf Tunisie, Moyen-Orient ...). Le traitement préventif d'antipaludique tel que la Nivaquine commence la veille du départ et se poursuit deux mois après le retour.

Et maintenant vous voilà fin prêt pour partir en vacances l'esprit tranquille, la fleur à la boutonnière et le sourire aux lèvres.

Bonnes vacances.

Roger FELDMAN

"NANOU"

ABSORBA de 0 à 4 ans

PIERRON - COUDÉ - MAIL - Pt HOM

Pt BATEAU - HUIT - TRIUMPH

MERCERIE - LAINES PHILDAR

Tableaux sur cuivre et sur étain

Centre Commercial Parc de Villeroy

MENNECY

PRESERVEZ VOS DENTS

L'hygiène bucco-dentaire est à la base de la prévention de la carie, des maladies parodontales (tissus de soutien de la dent), des malpositions dentaires, des maladies de la gencive. Aussi doit-elle être surveillée dès le plus jeune âge et envisagée dans un sens très large : soins d'hygiène proprement dite, lutte contre les mauvaises habitudes génératrices de malpositions dentaires ou de caries, surveillance de la mastication, examens réguliers de la denture, soins dentaires précoces.

Le saviez-vous ?

- 80 % des Français souffrent de carie dentaire
- 1 Français sur 2 a des problèmes de gencive
- 1 Français sur 3 ne se lave jamais les dents.
- 1 Français sur 3 seulement possède une brosse à dent individuelle.

Pour mieux comprendre : des explications sur les dangers qui menacent vos dents :

- A l'origine : la plaque dentaire.

La plaque dentaire est un agrégat de résidus alimentaires, microscopiques et de millions de bactéries, elle se fixe en particulier à la lisière entre les dents et la gencive. Des brossages fréquents éliminent la plaque dentaire et l'empêchent de se reformer.

- La carie dentaire.

Les causes sont multiples : mauvais état général, régime alimentaire mal équilibré, abus des sucres, plus ou moins grande résistance naturelle de la dent, mais le plus souvent il y a carie lorsque l'émail se trouve attaqué par les fermentations bactériennes. D'où nécessité d'une bonne hygiène dentaire.

- Les maladies des gencives.

Il faut se méfier des gencives qui saignent et se boursouflent, c'est la gingivite ou inflammation gingivale. Non traitée, cette inflammation s'étend et atteint l'os, les dents ne sont plus soutenues par ce parodonte, elles bougent et peuvent se déchausser.

- Le tartre

Il est responsable des maladies parodontales, des gingivites sont aggravées par l'accumulation de tartre. C'est un dépôt calcaire jaunâtre qui se fixe à la base des dents et s'insinue profondément, repoussant la gencive et l'os maxillaire. Il est également responsable du déchaussement et de la chute des dents.

Le brossage ne peut rien contre la carie, les maladies parodontales établies, le tartre une fois fixé.

En revanche il peut tout pour prévenir l'attaque de la carie, par l'élimination de la plaque dentaire, pour prévenir les gingivites par le massage des tissus gingivaux, pour prévenir le tartre par la suppression des dépôts calcaires.

L'hygiène bucco-dentaire a donc une importance capitale. On y consacre souvent trop peu de temps et le brossage n'est souvent exécuté que par pure coquetterie, car il n'intéresse que la face visible des dents antérieures. Il ne sera donc pas inutile dans un prochain chapitre de se pencher sur la technique de brossage des dents.

Gérard CORPET
Chirurgien dentiste

PETITES ANNONCES

A VENDRE. EVRY 7 pièces avec combles aménagés. 499.75.39

A VENDRE. 125 Kawasaki KE, état neuf, année 1977. 8000 km. Chaîne, pignon sortie de boîte, couronne. NEUF. Prix 6.100 F. S'adresser à Mme RACINE Françoise, Parfumerie du Bel Air. 498.02.18

CHARCUTERIE FINE

RECEPTION
LUNCH
PLAT DU JOUR
ROTISSERIE

R. HUET

6, Place de la Mairie
91540 - MENNECY
Téléphone : 4 9 8 - 0 0 - 6 1
R C 69 A 945

FERMÉ LE LUNDI

A L'OCCASION
DE VOS CÉRÉMONIES
FAITES CONFIANCE
A NOTRE MAISON

COURGEON ALAIN

BOULANGERIE - PATISSERIE

Glaces Maison

3 rue de Milly

MENNECY

498.00.16

PANOMAT

Chemin de Tournellis
91540 MENNECY

498.13.06

Une entreprise du Groupe
GEDIMAT

BOIS - PANNEAUX - MENUISERIES

- Tasseaux, Moulures, Plinthes, Parquets, Lambris
- Contreplaqués, Lattés, Agglomérés
- Fenêtres, Portes balcon, Volets, Persiennes, Blocs portes, Portes de garage
- Isolation, Laine de verre, Polystyrène, Placoplâtre
- Rayonnages, Consoles et crémaillères, Acier, Aluminium
- Plafonds et panneaux décoratifs
- Portes blindées, Serrures de sécurité

UNE ÉQUIPE A VOTRE DISPOSITION

- Pour vous recevoir, vous informer, vous conseiller ou vous rendre visite

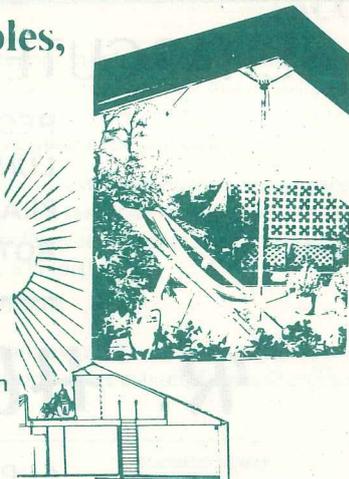
DES SERVICES

- Livraisons rapides, Etudes, Devis

OUVERT LE SAMEDI

Dans vos combles, un PATIO au soleil

Dans votre toiture côté jardin, 10 m² de terrasse au soleil, abritée du vent et des regards. Des baies vitrées donnent accès à ce jardin privatif que l'on peut même mettre en communication avec le rez-de-chaussée par un vide de séjour en mezzanine par exemple.



C'EST UNE NOUVELLE IDEE HARNOIS
ETANCHEITE GARANTIE

Nous ne vendons pas à domicile, nous recevons nos clients de 17 h à 19 h la semaine de 9 h à 19 h le samedi, dans notre EXPOSITION - BUREAU D'ETUDE Techniques et Créations pour l'Habitat Centre Commercial Verville (Village Levitt) 91540 MENNECY - Tél. 499.77.80 (3 lignes)



Visites des réalisations tous les samedis matin sur R.V. (environ 150 réalisations tous types)

**GARANTIE DECENNALE
CONTROLE TECHNIQUE**
assuré par organisme agréé

Prix et Médaille de Vermeil Concours Lépine 1978

A peu de frais, facile à réaliser: une vraie cave

Avec le cellier-cave Harnois, c'est la fin des maisons sans cave. Pour un prix modique, vous pouvez désormais réaliser une vraie cave à vins, facilement, rapidement. Cela par un procédé de modules en béton moulé à assembler tel un jeu de construction.

L'accès ne dépasse pas un encombrement de 0,70 x 1,30 m, et peut déboucher sous un escalier, dans un placard, une cuisine, un garage, etc.

• ETANCHEITE GARANTIE

Je désire recevoir votre documentation

Nom
Adresse complète

Technique et Créations pour l'habitat
Centre CIAL VERVILLE
91540 MENNECY - Tél. 499.77.80



CYANE d'ANTELMOND

tient son

EXOTIQUE

à votre
disposition

CADEAUX CONFECTION

EXOTISME

Dépositaire CARDIN

7 rue de Milly

MENNECY

Animation : Magali PITRA, 28 rue Georges Courteline, St Germain lès Corbeil - 075.56.62

Responsable de la publication : Georges HARNOIS, Centre commercial, Parc de Villeroy.

Responsable de la publicité : Jean-Marc LOVY, 499.77.41

Comité de rédaction : Christian COUDERC, Roger FELDMAN, Georges HARNOIS, Magali PITRA.

Imprimerie PEGIT, 51 bd Jean Jaurès, 91100 Corbeil - 088.16.97

PARFUMERIE - ESTHÉTIQUE

Monique BOINE

Centre Commercial - Parc de Villeroy
91540 MENNECY - Tél. : 499-76-96

PRESSING ANNON

AMEUBLEMENT - DAIMS - TAPIS

TEL 499.84.64

CENTRE COMMERCIAL DU PARC DE VILLEROY
91540 - MENNECY