INFORMATIONS DIVERSES

CELEBRATION DU CENTENAIRE DE L'ARMISTICE

Les cinq communes du canton welche ont célébré ensemble le centenaire de l'armistice du 11 novembre 1918, au coeur de la nécropole du Wettstein, le samedi soir 10 novembre, en présence de tous les Maires du canton. De nombreuses personnalités civiles et militaires, des délégations des communes jumelées du Bade Wurtenberg et des Vosges Une cérémonie nocturne empreinte d'émotion dans ce lieu chargé d'histoire, au coeur de cette forêt ou notamment en 1915, se déroulèrent de terribles combats dont l'objectif était de conquérir les sommets vosgiens. De nuit, avec sons et lumières, cette cérémonie du souvenir fut particulièrement émouvante, avec l'interprétation des chants par les chorales des différents villages, la lecture des lettres des soldats par les enfants des écoles, les musiques militaires et la Marseillaise interprétée par toute la foule présente. Emouvante également quand résonna la sonnerie de l'armistice dans cette nécropole du Wettstein où reposent des milliers de chasseurs tombés pour la victoire. Dans son allocution finale, le Maire de Lapoutroie et président de la communauté des communes, a appelé au devoir de vigilance « Nous devons être des guetteurs face aux événements de ce monde. Les nationalismes d'hier ont conduit le monde à la tragédie. Il appartient à chacun d'entre nous à veiller à ce que les nationalismes d'aujourd'hui ne le précipitent pas dans une tragédie plus grande encore ».

CEREMONIE DU 11 NOVEMBRE



Photo DNA

La cérémonie commémorative du 11 novembre a été célébrée à Lapoutroie par Jean-Marie MULLER maire de Lapoutroie et Jean-François BOTTINELLI maire de Le Bonhomme. Après le discours lu par le Général MULLER et le dépôt de gerbes par les communes et les associations d'anciens combattants, 3 personnes méritantes de la section locale des anciens combattants de Lapoutroie ont été décorées. Après la sonnerie aux morts et la minute de silence, la Marseillaise a été interprétée par l'assemblée présente. Après la cérémonie, comme dans toute la France, à 11h date de la proclamation de la fin du conflit, les cloches se sont mises à sonner à la volée pendant de longues minutes, pour célébrer la victoire finale.



LA CENTRALE VILLAGEOISE DE LA WEISS

La Centrale Villageoise de la Weiss est une structure citoyenne à financement participatif qui a pour but de mettre en place et de gérer des installations photovoltaïques sur des toits de bâtiments publics ou privés loués aux propriétaires avec un bail de 20 ans (la durée du contrat de revente de l'électricité produite avec EDF).

De telles structures existent en Rhône-Alpes depuis 6 ans. L'idée a germé dans la vallée de Kaysersberg en juin 2016. Un peu plus de 2 ans plus tard, 11 installations dont, au Bonhomme, la salle communale et les ateliers communaux, ont été équipés. Les autres toits sont répartis sur les communes de Lapoutroie, d'Orbey et de Labaroche. Au total 700 m² de panneaux sont aujourd'hui en production. Début 2019, 200 m² de panneaux viendront compléter le projet initial.

Le financement de cette opération de 320 000 € a été bouclé grâce à un apport de 70 000 € provenant de 115 actionnaires principalement de la vallée de Kaysersberg (citoyens, entreprises, collectivités locales dont la commune d'Orbey et la communauté de communes), d'une aide de la Région Grand Est aux projets citoyens et à un emprunt de 200 000 € cautionné en partie par la Communauté de Communes de la Vallée de Kaysersberg. Les contrats avec EDF sont sur 20 ans et les panneaux sont garantis 5 ans

C'est une entreprise locale de Ste Marie aux Mines qui a installé les panneaux, eux-mêmes fabriqués par l'entreprise Voltec dans le Bas-Rhin qui les garantis 25 ans.

La production des 12 installations correspondra à la consommation d'une quarantaine de foyers, hors chauffage électrique. Cette initiative citoyenne est une contribution à la nécessaire transition énergique de notre vallée.

L'objectif de la Centrale Villageoise et d'équiper en panneaux photovoltaïques de nouveaux toits. Ceci nécessite d'augmenter le capital et donc de trouver de nouveaux actionnaires.

Si vous êtes intéressés à devenir actionnaire, vous pouvez écrire à :

souscriptionweiss@centralesvillageoises.fr ou téléphoner au 06 88 64 59 82.

Pour tout renseignement: weiss@centralesvillageoises.fr ou 03 89 47 55 27.

CHEQUE ENERGIE: validité 31/03/2018!



La DDT nous informe que plusieurs ménages haut-rhinois (40% moyenne départementale) n'ont toujours pas utilisé le chèque énergie qui leur a été adressé directement par courrier par le Ministère de la transition écologique.

Une relance a été envoyé à ces ménages par le Ministère, leur indiquant que le chèque est valable jusqu'au 31/03/2019.



SCOT Montagne, Vignoble et Ried

Rapport de la Commission d'Enquête Publique



Le projet de Schéma de Cohérence Territoriale (SCoT) arrêté a été soumis à enquête publique du 3/09 au 5/10/2018. C'était une étape importante dans la procédure de révision du SCoT.

La Commission d'Enquête a remis son rapport et ses conclusions motivées en date du 5 novembre 2018. Elle émet à l'unanimité un avis favorable au projet de révision du SCoT. Cet avis est assorti de 5 recommandations.

Le rapport, les conclusions, l'avis de la Commission d'Enquête, ainsi que leurs annexes, sont consultables en ligne sur http://www.scot-mvr.org/enquete-publique-.htm

Il appartient désormais aux élus du Comité Directeur du Syndicat Mixte du SCoT, après avoir procédé aux corrections et ajustements nécessaires, d'approuver définitivement le SCoT.





Cherche personne, couple pour contrat saisonnier de 120h/mois à partir du 26/12/2018 au 26/03/2019. Vous devez être capable d'être polyvalent (cuisine, service, ménage). Possibilité d'être nourri logé.

Téléphone: 0389472029 ou info@etangdevin.com

L'ARMEE DE TERRE RECRUTE ...



FLASH INFO DU CIRFA DE MULHOUSE

Tous ensemble pour l'emploi de nos jeunes!



Centre d'Information et de Recrutement des Forces Armées de Mulhouse Du Lundi au Vendredi avec ou sans RDV au 1A Rue Vauban 68100 Mulhouse Tél.: 03.89.60.51.43

Permanences : le Mardi et le Mercredi 2 Rue des Belges 68000 Colmar (à l'entrée du 152°RI). Uniquement le mercredi pendant les vacances scolaires.

Tél.: 03.89.21.88.09



Chaque année l'Armée de Terre recrute environ 15 000 jeunes, de sans qualification jusqu'à Bac+5, de 17 ans et demi à 32 ans, et vous propose des postes dans plus de 400 spécialités.



La durée des contrats varie de 1 à 10 ans et chaque parcours professionnel permet d'évoluer en fonction du mérite, des compétences acquises et de sa motivation. Chacun reçoit une formation militaire et une formation de spécialité.



Nos conseillers en recrutement se tiennent à la disposition des candidats et de leurs parents pour une information complète et pour répondre à toutes les questions que vous pouvez vous poser.

N'hésitez pas à nous contacter.

<u>Le Centre d'Information et de Recrutement des Forces Armées (CIRFA) de MULHOUSE</u> : 1a rue Vauban - 68100 MULHOUSE



Tél: 03 89 60 51 43

<u>Courriel</u>: cirfa-terre-mulhouse.accueil.fct@intradef.gouv.fr

Horaires d'ouverture MULHOUSE :

- Le lundi au jeudi : de 08h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h30
- <u>Le vendredi</u>: de 08h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00

La permanence du CIRFA à COLMAR :

Rue des belges - 68000 COLMAR (à côté du 152°RI)

Tél: 03 89 21 88 09

Horaires d'ouverture COLMAR :

 <u>Du mardi au mercredi</u>: de 9h00 à 12h00 de 13h00 à 17h00

(sauf vacances scolaires uniquement le mercredi)

Des permanences sont également planifiées une fois par mois, aux C.I.O. de Guebwiller et Altkirch

(Se renseigner pour les dates et les horaires au 03 89 60 51 43)



UN DÉFI QUI DONNE ENVIE DE FAIRE LE PLEIN D'ÉNERGIE!

Familles à Energie Positive : qu'est-ce que c'est ?

C'est un défi d'économies d'énergie qui se déroulera du 1er novembre 2018 au 30 avril 2019. La mission des familles participantes consiste à réduire leur consommation d'énergie d'au moins 8%, en réalisant des écogestes peu connus, et sans perdre de confort.

Le défi permet à chacun de se mobiliser de façon concrète, efficace et ludique pour :

- économiser de l'argent en réduisant ses factures d'énergie! L'année dernière les participants ont économisé en moyenne 200€ sur l'année!
- rompre avec des idées reçues sur les économies d'énergie
- découvrir, expérimenter et apprendre ensemble
- participer à des évènements ludiques et techniques avec toute la famille dans des lieux touristiques en Alsace

Comment participer au défi?

Pour s'inscrire, ou pour en savoir davantage, il suffit de contacter

Alter Alsace Energies au 03 89 50 06 20

Ou se rendre sur le site :

http://alsace.familles-a-energie-positive.fr





SPORT et SANTE

Exercices du mois à faire au moins 2 fois/ semaine en intercalant une journée cardio de type marche rapide, footing, vélo ou natation.

Cet enchaînement s'adresse plus particulièrement à nos amis pompiers mais chacun pourra le réaliser en l'adaptant.

NIVEAU BASIQUE

Effectuer 10 rounds:

Franchir un obstacle haut de 2 m
Faire 5 pompes (à genoux) en haut de l'obstacle
Redescendre
30 sec Gainage
10 Pompes (à genoux)
30 sec Gainage



NIVEAU INTERMEDIAIRE

Effectuer 10 rounds avec équipements feu:
Franchir un obstacle haut de 2 m
Faire 5 pompes (à genoux) en haut de l'obstacle
Redescendre
30 sec Gainage
10 Pompes (à genoux)
30 sec Gainage

NIVEAU AVANCE

Effectuer 10 rounds avec équipements feu :
Franchir un obstacle haut de 2 m
Faire 5 pompes en haut de l'obstacle
Redescendre
30 sec Gainage
10 Pompes ou 10 Burpees
30 sec Gainage

RESPIRATION ET POSTURE

En général nous ne pensons pas à notre respiration. C'est le 1er réflexe qui se met en marche à notre naissance. Cependant de la même manière que tous les schémas moteurs du corps peuvent être modifiés en bien ou en mal, respirer convenablement selon les situations peut se perdre au fil des années. Une mauvaise respiration a des conséquences négatives sur l'ensemble du corps.

Si l'on demande à un groupe de personnes de respirer soit en :

Inspirant par le nez en gonflant le ventre, retenir 1sec le ventre gonflé puis expirer lentement par la bouche ou d'inspirer par la bouche, gonfler la poitrine voire hausser les épaules puis expirer par la bouche. La majorité des gens respirent de 2eme façon.

Un bébé adopte naturellement et instinctivement une respiration abdominale tout comme les animaux. Plus nous avançons dans la vie, plus nous sommes sujets à différents stress physiques (mauvaises postures, traumatismes etc..) auxquels s'ajoute le stress environnemental de notre société qui nous impacte, élève notre anxiété, notre frustration et finit par modifier notre façon de respirer.

En effet en état de stress ou d'anxiété chronique notre corps fonctionne différemment afin de faire face à un éventuel danger. Notre corps se tient prêt à fuir ou combattre ce qui nécessite un schéma respiratoire d'action ou d'urgence qui augmentera la tension musculaire, l'état de vigilance et d'anxiété.

Nous parlerons du stress lors d'un prochain bonhommien.

LES EFFETS D'UNE MAUVAISE RESPIRATION:

La façon dont nous respirons joue un rôle critique sur notre état physique. Lors d'une respiration rapide, saccadée, effectuée par la poitrine et par les épaules nous sommes dans un état porté vers l'action (lors d'un effort sportif) ou de défense (respiration d'une personne stressée, anxieuse ayant perdue le bon schéma respiratoire).

A l'inverse une inspiration par le nez en gonflant le ventre et expiration lente et progressive par la bouche amènera détente et relaxation.

Quelques effets négatifs d'une mauvaise respiration : Les cellules ont moins le temps de capter l'oxygène



La libération de dioxyde de carbone est augmentée qui va entraîner une augmentation du pH du sang qui crée à son tour un état d'anxiété. Nos muscles réagissent mal quand le pH du sang est trop élevé, mais d'autre part l'état d'anxiété favorise de mauvaises postures (renfermé sur soi-même).

Des maux de tête

Une augmentation des tensions corporelles et une diminution de la capacité à être détendu

Une augmentation des perceptions douloureuses

Un état de fatigue général

Effets précis d'un mauvais schéma respiratoire sur nos muscles :

Une élévation des côtes supérieures créant une sensibilité plus importante des cartilages et sur les muscles intercostaux

De nombreux muscles de la partie haute du dos et du cou deviennent hyperactifs et hypertoniques favorisant la création de spasmes ou de contractures musculaires modifiant encore plus le fonctionnement des côtes et de la partie thoracique de la colonne

La région cervicale perd de sa mobilité et devient plus raide à cause des muscles hyperactifs Comme nous l'avons vu tous les éléments cités perturbent le bon fonctionnement des épaules et de la ceinture scapulaire

2 muscles puissants du corps, le carré des lombes et le psoas, sont connectés au diaphragme, un des principaux muscles de la respiration, via leur insertion commune au niveau des vertèbres lombaires. Un mauvais schéma respiratoire va donc influencer négativement le psoas et le carré des lombes, modifiant leur fonctionnement et leur capacité de stabilisation de mouvement de l'étage vertébral et du bassin, ce qui favorise les problèmes au bas du dos et au bassin.

Bien respirer doit faire partie intégrante de notre vie. La vie moderne influence négativement beaucoup de paramètres dont la respiration et il devient vital pour une bonne santé à long terme et pour un meilleur fonctionnement corporel de mieux respirer ou de réapprendre à bien respirer.

Nous verrons la prochaine fois un travail respiratoire qui entraîne la cohérence cardiaque. Vous pouvez en attendant aller sur le site Respirelax, réalisé par les médecins des thermes d'Allevard et télécharger le guide.

STAGE INITIATION THAI MASSAGE le 13 janvier 2019 au Bonhomme

Venez découvrir et pratiquer les bienfaits des étirements Thaï.

Lieu : salle omnisports de l'école

Tenue : permettant d'être à l'aise, prendre une serviette

Horaires : 9h à 12h Prix : 30 euros Réservation obligatoire

STAGE SELF DEFENSE FEMININE le 27 janvier 2019 au Bonhomme

Apprenez des techniques simples, efficaces et réalistes pour apprendre à vous défendre en cas d'agression

Lieu : à définir selon nombre de participantes

Tenue: sport ou autres, baskets
Horaires: 9h à 12h30
Prix: 30 euros
Réservation obligatoire

Stage ouvert exclusivement aux femmes

Contact et renseignements :

Bertrand SCHLUPP: ptb 06/48/48/40/03 bertrand.schlupp@orange.fr



ARRETE : REGLEMENTANT L'ACCES A L'ANCIEN CHAMP DE BATAILLE DE LA TETE DES FAUX



ARRETE MUNICIPAL N°162/2018

REGLEMENTANT L'ACCES A L'ANCIEN CHAMP DE BATAILLE DE LA TETE DES FAUX

LE MAIRE DE LA COMMUNE DE LE BONHOMME

Vu le code général des collectivités territoriales et notamment ses articles L 2212-1, L 2212-2 et suivants, L 2542-1 à L 2542-4 relatifs aux pouvoirs de police du maire;

Vu le code de la Circulation ;

Vu le code de l'Environnement ;

Vu le code Forestier ;

Vu la charte révisée du Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges ;

Vu l'article R 610-5 du code pénal qui prévoit que la violation des interdictions ou le manquement aux obligations édictées par les arrêtés de police sont punis de l'amende prévue pour les contraventions de la 1re classe;

CONSIDERANT

qu'il importe pour la sécurité des usagers et la conservation de l'ancien Champ de bataille de la Tête des Faux datant de la guerre 1914-1918, de prescrire dans ces lieux les mesures qui peuvent intéresser la salubrité publique, l'ordre public, la décence et le respect que doit inspirer l'asile des morts.

CONSIDERANT

que, par ses vestiges de guerre, notamment ses ouvrages enterrés présentant des risques d'effondrement liés à la vétusté et aux intempéries ainsi que par la présence toujours possible de munitions et d'objets métalliques dangereux tels des chevaux de frise et des barbelés, ce site présente un danger certain pour les usagers et particulièrement les promeneurs non avertis,

ARRETE

ARTICLE 1: Dans la mesure où le site de l'ancien Champ de bataille de la Tête des Faux présente un caractère historique et militaire et que certaines zones présentent des risques pour la sécurité du public, il est strictement interdit de pénétrer dans les cavités souterraines et de quitter les sentiers balisés et les pistes forestières carrossables dans le périmètre figurant sur le plan annexé et matérialisé par des panneaux d'information sur le terrain.

Cette interdiction ne s'applique pas aux exploitants forestiers et agricoles, aux titulaires du droit de chasse et aux services publics autorisés justifiant de la nécessité d'accéder à la zone.

ARTICLE 2 : La Commune décline toute responsabilité en cas d'accident survenu en dehors des sentiers balisés et des pistes forestières

ARTICLE 3 : Toute activité autre que la randonnée et la visite des lieux est proscrite hormis les cas visés à l'article 1^{er § 2}.

ARTICLE 4 : La vocation mémorielle assignée au site implique un comportement décent. Le public est invité à respecter la propriété communale et domaniale, les vestiges de guerre ainsi que la faune et la flore.

Il est notamment interdit :

- de déposer des ordures de quelque nature que ce soit ;

Page 1 sur 3

162/2018



- de camper;
- de cueillir des fleurs et des fruits, de couper des branches, de grimper aux arbres, d'entrer dans les buissons, de ramasser des champignons;
- de modifier la configuration du sol et d'y opérer des prélèvements ;
- de circuler avec un engin motorisé hors activités visées à l'article 1er § 2;
- de gêner les autres visiteurs par toute manifestation bruyante,

ARTICLE 5 : Les infractions au présent arrêté municipal seront constatées par procès-verbaux et poursuivis conformément à la législation en vigueur.

ARTICLE 6 : Le présent arrêté peut être déféré devant le tribunal administratif de Strasbourg dans un délai de deux mois à compter de sa publication. Il peut également faire l'objet d'un recours gracieux dans les mêmes conditions de délai.

ARTICLE 7 : Le Maire est chargé de l'application du présent arrêté dont copie sera adressée à : Monsieur le Sous - Préfet de Colmar-Ribeauvillé

Il sera publié, affiché en mairie au lieu habituel et mention en sera faite à tous les accès de la zone tels que matérialisés sur le plan annexé.

Copie pour application sera adressée à :

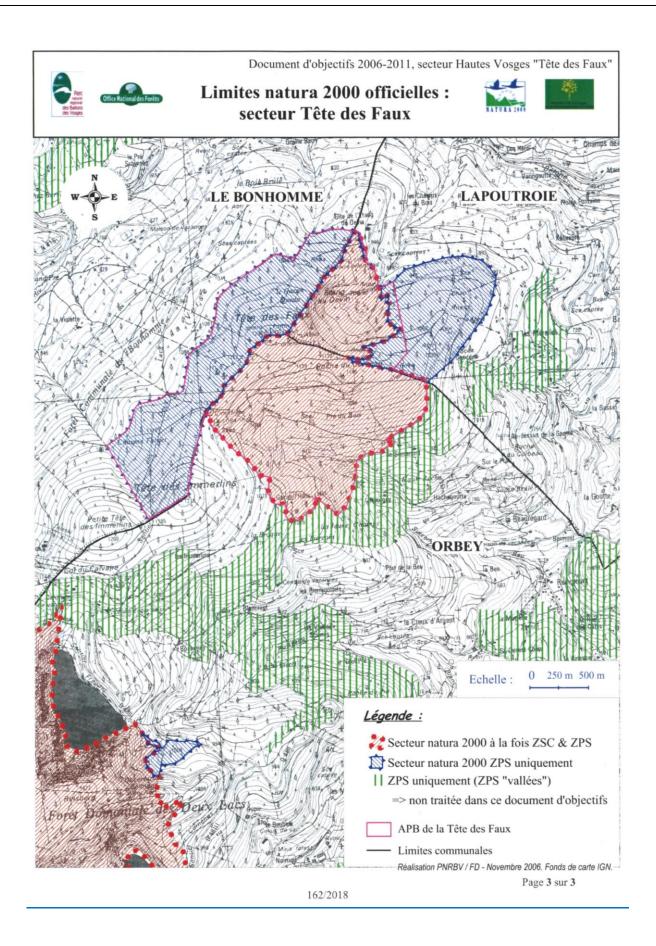
- Monsieur le Colonel, Commandant du groupement de la gendarmerie départementale du Haut-Rhin,
- Monsieur le Directeur du syndicat mixte des gardes champêtres à Soultz,
- Monsieur le Directeur départemental de l'ONF à Colmar,
- Monsieur le Directeur départemental de l'Office National de la Chasse & de la Faune Sauvage à Cernay,
- → Monsieur le Directeur départemental des Territoires (DDT) à Colmar,
- Monsieur le Directeur régional de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement (DREAL) à Strasbourg,
- Monsieur le Directeur du Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges,
- Messieurs les Maires des communes d'Orbey et de Lapoutroie.

Fait à LE BONHOMME, le 03/12/2018,

Le Maire, Jean-François BOTTINELLI

Page 2 sur 3

162/2018





Conseil d'Architecture d'Urbanisme et de l'Environnement

Le conseil dédié aux maisons alsaciennes

Le CAUE

(Conseil d'Architecture d'Urbanisme et de l'Environnement)
est *gratuitement* à votre service

- Vous êtes propriétaire d'une maison alsacienne et vous souhaitez faire des travaux sur votre maison.
- Vous voulez acquérir une maison alsacienne et vous souhaitez en connaître l'état global.
- Vous êtes un élu et votre commune comporte, dans son patrimoine bâti, une ou plusieurs maisons alsaciennes, vous souhaitez les mettre en valeur ou inciter les propriétaires à les rénover

Des **experts** sont à votre disposition: **Profitez en !!!**





SERVICE PUBLIC ET CONSEIL GRATUIT

Renseignement sur les démarches administratives ? Un avis sur vos intentions de projet?

Ensemble préservons et donnons de nouvelles vies à nos maisons anciennes

Nous apportons une aide à la décision

Contactez nous!

Nous mettons à votre disposition un **expert** pour vous **guider**, vous **orienter** et vous **assister** vers la réussite de votre projet et pour la **mise en valeur du patrimoine**.

Réhabilitation Construction Ravalement Conseil Réaménagement Achats

Plus de renseignements sur notre site internet

www.caue68.com





Les dangers du monoxyde de carbone (CO)

Le monoxyde de carbone est un gaz dangereux qui peut être mortel. Il ne sent rien et ne se voit pas.

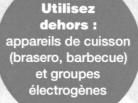
Aérez au moins 10 min. par jour



Faites
vérifier et
entretenir:
chaudières et
chauffages chaque
année avant
l'hiver







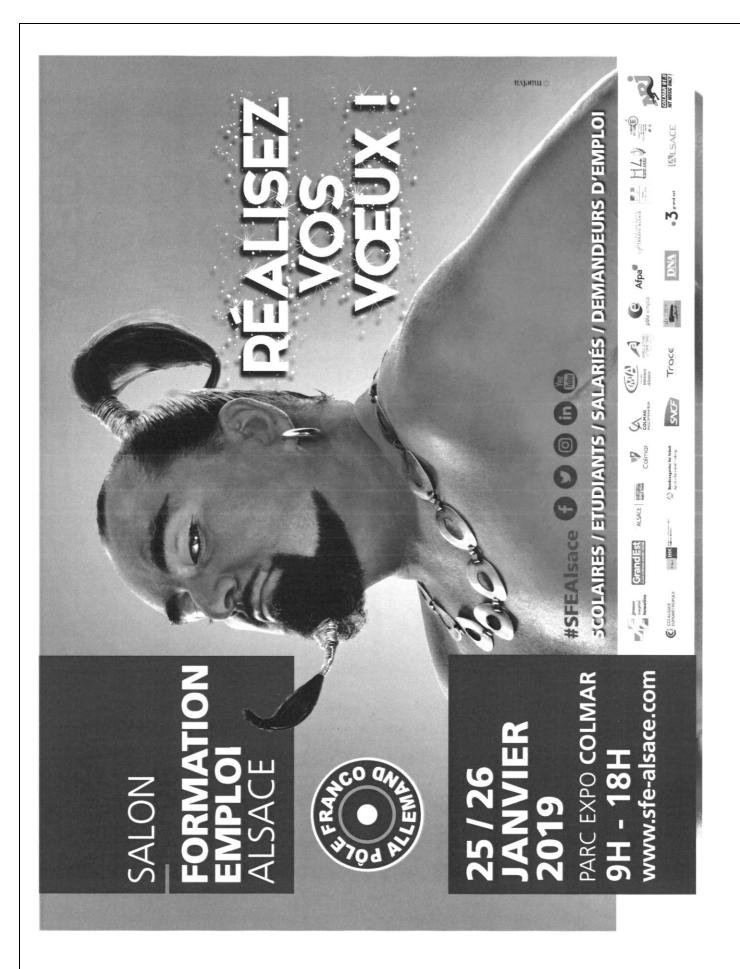






www.prevention-maison.fr













Une *diététicienne Nutritionniste* est à votre disposition sur votre commune :

Virginie DEHASS

Tél: 06 52 74 81 40

virginie.dehass.diet@gmail.com

www.wirginie-dieteticienne-nutritionniste.com



Les bureaux de la Mairie seront fermés <u>du lundi 24 décembre au lundi 31 décembre 2018 inclus.</u>

NOUS VOUS REMERCIONS DE VOTRE COMPREHENSION ET

VOUS SOUHAITONS DE BONNES FETES DE FIN D'ANNEE.

Directeur de la publication et de la rédaction : Jean-François Bottinelli Maire

Responsable de la rédaction : Corinne Schlupp adjointe, Cynthia Straub, adjointe administrative pour la mise en forme, impression,

Mairie du Bonhomme – 61 rue du 3ème Spahis algériens – 68650 Le Bonhomme

Tél: 03.89.47.51.03 --- Fax: 03.89.47.53.25 --- mail: mairie-du-bonhomme@orange.fr

