



# La Lettre de Bérengère



## "S'UNIR POUR SERVIR"

LETTRE d'INFORMATION N° 8  
MARS 2015

### Edito



Chers Amis,

Les mois se suivent et ne se ressemblent pas.

En Janvier, nous avons la grande joie d'annoncer la naissance de Martin et d'Amaury, et en Février, nous avons l'immense tristesse d'annoncer le départ de Guy.

La vie est ainsi faite d'une succession de bonheurs et de malheurs et nous ne pouvons rien maîtriser...

Il nous restera le souvenir de cet homme jovial, profondément humain et ayant toujours respecté la devise du Rotary, à savoir « Servir ».

Nous poursuivrons son action en remettant le chèque de « Marcher pour Servir » à l'association « L'éclaircie » au déjeuner du 18 Mars au Concordia.

La vie continue et nos actions vont se succéder pratiquement tous les 15 jours en Mars et Avril : Espoir en tête, Week-end Concerts et Tournoi de Golf...

Je compte sur vous pour vous impliquer au maximum et, au nom de notre club, servir les autres.

Françoise CAMPAS.

### Au revoir, Guy !

Nous n'entendons plus l'accent de l'Ariège ! Guy l'avait conservé, marquant ainsi instinctivement sa fidélité à ses origines méridionales. Ce sont ces racines qui nous avaient rapprochés, s'ajoutant à ma proximité professionnelle avec Chantal. Habitant le même quartier, nos enfants avaient naturellement sympathisé et ont tous en mémoire de joyeux souvenirs familialement partagés.

Guy m'avait demandé un jour de lui expliquer le Rotary. Ce que je fis sans réserve, ayant compris que l'idéal de Servir de notre club pourrait aisément rencontrer chez lui un autre engagement dont nous avions souvent parlé ensemble, celui véhiculé par l'esprit du rugby. Pour lui, la pratique de ce sport avait été essentielle dans sa jeunesse et lorsqu'ensuite il s'était impliqué dans des responsabilités fédérales, il me disait souvent qu'il ne faisait que rendre à ce sport et à ses jeunes pratiquants tout ce que le rugby lui avait apporté.

C'est donc ainsi que, avec Bernard Deligny, autre passionné du ballon ovale, nous l'avons parrainé dans notre club en juin 1988. Depuis cette date, il me saluait toujours d'un « bonjour parrain ! » sonore et rocailleux, ce qui ne manquait jamais de m'émuouvoir. Il aimait aussi souvent à dire qu'au Rotary on ne peut dire non qu'une seule fois, c'est lorsque l'on vous propose d'en faire partie...C'est dire la qualité de son engagement qui s'est traduit par les responsabilités qu'il a naturellement acceptées en occupant quasiment toutes les fonctions du comité de Bérengère.

Aussi n'est-il pas étonnant de le retrouver à l'heure de la retraite, qu'il appréhendait un peu, à l'origine d'une idée remarquable d'action rotarienne simple et efficace, en vue d'aider les handicapés, intitulée « Marcher pour Servir » et destinée à financer des activités liées à leur mobilité. Il était très heureux de participer à la célébration du 10<sup>ème</sup> anniversaire de cette action en octobre dernier lors d'une croisière sur la Sarthe avec tous les marcheurs fidèles, rotariens ou non.

Pour qui ne le connaissait pas, ses dehors joviaux cachaient une âme sensible et sincèrement en recherche sur les questions fondamentales de la vie humaine. S'il était en confiance, il en parlait alors simplement, avec naturel et profondeur.

Voilà, Guy, tu vas nous manquer, mais nous nous retrouverons... En attendant « Marcher pour Servir » continuera et se souviendra.

Que Chantal, ses enfants et petits-enfants, sachent que nous partageons leur grande peine et que nous sommes à leurs côtés.

Jean-Louis Fourquet.

Chers Amis

*Submergée par les messages de sympathie et de soutien je vous adresse ce message collectif, plus facile à expédier pour moi.*

*Je voudrais d'abord remercier tous les amis du club qui nous ont soutenu, Guy et moi, durant cette dernière année difficile. Un mail, un texto, un "coup de fil", une invitation, une petite visite : nous faisons toujours partie du club et c'était important pour nous de ne pas être oubliés.*

*Et puis Arnaud, Didier et moi même, nous vous sommes très reconnaissants pour l'hommage rendu à Guy par vos messages, votre présence à la Cathédrale et le texte très émouvant de Jean-Louis, son parrain, et lu par Françoise rappelant la vie de Guy au sein du club.*

*Je n'oublierai jamais les merveilleux moments d'amitié passés en compagnie des amis de Bérengère. "L'amitié rotarienne" n'est pas qu'une formule : vous nous l'avez prouvé.*

*Pour tout cela, du fond du cœur... merci.*

Chantal.



## Cette douzième édition du Tournoi de Gestion a été un véritable succès.

Comme chaque année les trois clubs Rotary du Mans (Le Mans, Bérengère et Scarron) se sont associés avec les professions comptables pour mener à bien l'organisation de cette journée.

Cinq établissements d'enseignement ont présenté huit équipes de quatre étudiants qui ont planché toute la journée en simulant la conduite de leur entreprise sur un exercice de douze mois. Ils devaient créer leur entreprise, développer la communication de leurs produits (fabrication de bateaux), acheter les matières premières, investir dans l'outil de production et bien évidemment vendre leurs bateaux dans le but de présenter un bilan parfait avec de bons résultats financiers.

Cette manifestation s'est déroulée, comme à l'accoutumée, dans une grande convivialité et avec des étudiants préparés et très motivés.

Les banquiers et experts comptables présents ont été très sollicités, preuve de l'intérêt du jeu et de l'expérience que cela représente pour ces jeunes.

Les membres des jurys communication et international ont également pu apprécier les travaux réalisés qui leur ont été présentés par les différentes équipes.

Les 3 Clubs Rotary ont offert chacun une participation pour un RYLA et notre District 1510 a offert le quatrième RYLA pour l'équipe qui a gagné ce Tournoi.

Très rapidement les 4 étudiants concernés ont validé leur engagement au RYLA 2015 qui aura lieu à Sablé-sur-Sarthe du 6 au 12 avril.

Nous tenons à remercier les établissements d'enseignement qui ont soutenu leurs étudiants, les étudiants pour leur implication et le temps passé à travailler en amont et le jour du tournoi avec beaucoup de motivation et tous nos partenaires sans qui ce Tournoi ne pourrait perdurer.

Pour notre Club j'adresse un grand merci tout particulièrement :

- à ceux qui sont venus au cocktail de remise des prix : c'est un bel encouragement pour les organisateurs et les étudiants.
- à Brigitte Alliou qui a spontanément répondu à ma demande pour être membre du Jury Communication.
- à Claude (et Gilles) Tremblay et Jean-Louis Héry pour leur soutien comme partenaires présents dans la plaquette du Tournoi.

Nous préparons déjà l'édition 2016.....

Jean-Marie SOULARD.



Les organisateurs et les étudiants avant les épreuves de l'après-midi.

C'est toujours un plaisir de vous retrouver en Sarthe ! Un grand merci aux « animateurs complices » qui ont soutenu les étudiants.

Quand on voit ces jeunes travailler, nous pouvons être optimistes.

Bien à vous,

Daniel et Christian.



## MARCHER POUR SERVIR



Et voici le programme de «MARCHER pour SERVIR» :

**LUNDI 2 MARS 2015** : Rendez-vous à 14H30 devant l'église se Sainte-JAMME-sur-SARTHE pour une marche d'environ 7,5 km sur le «CIRCUIT de la BUTTE».

**LUNDI 30 MARS** (en raison de Pâques et des vacances scolaires) : rendez-vous à 14 h 30 devant l'église d'Etival pour une randonnée d'environ 7 km, déjà faite en 2007.

**Lundi 4 Mai** : pas de randonnée en raison d'un voyage à Rome du club Bérengère.

**Lundi 11 Mai** : départ pour la randonnée en Charente.

**Lundi 1<sup>er</sup> Juin** : La sortie n'est pas encore fixée, mais reprenez bien dès à présent cette date.

Pensez à vous regrouper par voitures et à bientôt !

Jean-Louis et Anne-Marie FOURQUET, Chantal BONNANS.

# DÎNER DU 4 FÉVRIER - MARATHON DE NEW YORK - JEAN-CHRISTOPHE CAMPAS



En l'an 490 av. J-C., les Grecs avaient vaincu les Perses dans la bataille de Marathon et Philippides fut chargé d'en apporter la bonne nouvelle jusqu'à la ville d'Athènes. Il courut environ 35 km de la plaine de Marathon jusqu'à Athènes et à son arrivée, il n'eut que la force d'annoncer « nous avons vaincu » avant de mourir, à bout de souffle ! Il n'existe aucune preuve de ce qui n'est peut-être qu'une légende, mais

l'histoire en a inspiré le nom de la compétition qui eut lieu pour la première fois, aux Olympiades d'Athènes, en 1896.

## Fixons définitivement la distance !

La distance du marathon faisait environ 40 km aux premiers Jeux olympiques modernes. Il faut attendre les Jeux de Londres en 1908 pour que la distance actuelle apparaisse : la course doit partir de la pelouse du château de Windsor pour faire plaisir aux enfants de la famille royale, qui veulent assister au départ des concurrents (une douzaine !). Mais on décide au dernier moment que l'arrivée doit se faire au White City Stadium, devant la loge royale où Edouard VII est présent. Le marathon sera pour toujours fixé à 26 miles et 385 yards, soit 42,195 km.

## Quelques dates et temps de parcours

Année	Lieu	Vainqueur, commentaires
1896	Athènes	Spyridon Louïs, en 2 h 58 min 50 s, berger
1908	Londres	Hayes en 2h 55mn et 18sec
1960		Abebe Bikila (éthiopien) courut la distance et gagna, sans chaussures !
1984	Los Angeles	Premier marathon féminin
2014	Berlin	Dennis Kimetto (kenya), en 2h 02mn et 57sec. Le record

## Les 6 grands marathons actuels sont :

### Le marathon de Boston

C'est le plus vieux marathon annuel au monde, 1<sup>ère</sup> édition en 1897, il a fêté sa 117<sup>e</sup> édition en 2013. L'événement attire environ 500 000 spectateurs et 20000 participants chaque année. 18 participants en 1897. L'attentat... Les attentats du marathon de Boston sont survenus le lundi 15 avril 2013 à 14 h 50 lors de la 117<sup>e</sup> édition du marathon de la ville.

### Le marathon de Chicago

La première édition se déroule le samedi 23 septembre 1905. Quinze coureurs débutent la course, Organisée par le Illinois Athletic Club. Seulement sept coureurs franchissent la ligne d'arrivée.

La course continue jusqu'en dans les années 1920 puis renaît le 25 septembre 1977.

**Le marathon de New York :** le plus difficile car le celui qui qui a le plus de dénivelés.

Le premier marathon de New York City s'est tenu en 1970.

le parcours fait traverser aux coureurs les cinq boroughs (Staten Island, Brooklyn, Queens, Bronx et Manhattan) sur lesquels la ville de New York s'étend.

**Le marathon de Berlin :** le plus rapide (record Kimetto en 2h et 2mn) car le plus plat

Le premier marathon de Berlin a lieu en 1974 et rassemble 286 participants

En 2008, les organisateurs enregistrent un nombre record de participants avec 35 783 athlètes dont 21 % de femmes.

**Le marathon de Londres :** de très importantes activités caritatives sont associées à cette course.

Depuis 1981. En 2010, 36 549 coureurs ont franchi la ligne d'arrivée, un chiffre record depuis que l'épreuve est organisée.

### Le marathon de Tokyo

Le premier marathon de Tokyo s'est déroulé le 18 mars 2007.

Jean-Christophe est arrivé à courir le marathon de New York par un enchaînement de circonstances et de défis amicaux. Son temps est de 4h12'57".

C'est un sportif accompli, depuis son plus jeune âge.

La préparation dure 9 semaines, ce qui suit est une partie de son témoignage :

### • Courir est une violence pour le corps

»Il ne faut pas oublier que courir est une violence pour le corps. A chaque foulée, c'est le triple du poids du coureur qui est mobilisé. Par exemple, je faisais presque 70 kilos, il faut compter que ce sont 210 kilos qui vont être portés au moment où le pied impacte le sol. Concernant la cadence de la foulée, certaines références s'accordent à dire que 180 foulées/min est une bonne cadence économique sur marathon. Soit environ 46 000 !

»Tout cela constitue de fortes contraintes sur les chevilles et les genoux notamment, mais aussi des jambes, du dos et jusqu'au cou.

»Les coureurs en surpoids seront évidemment les plus vulnérables.

»Courir un marathon ne se réduit pas à un bon entraînement quelques mois avant la course. Le choix des chaussures est aussi primordial, avec si besoin des semelles orthopédiques adaptées, ce qui est mon cas... merci à mon podologue).

»Et puis, il faut consulter son médecin traitant avec si besoin un bilan cardiologique.

### Pour bien courir

»N'essayez pas quelque chose de nouveau le jour de la course (aliments, chaussures, vêtements...)

»Donnez-vous suffisamment de temps au début (au départ c'est bondé ; la course est longue).

»Ne vous mettez pas trop de pression (Réussir un premier marathon est un objectif incroyable).

»Ne commencez pas trop vite (vous brûlez vos réserves dès le départ).

»N'oubliez pas de sourire.

### La course, après tous les préparatifs

STATEN ISLAND => l'attaque du pont de Verazzano est incroyablement violente. Rajouté à cela la frénésie du départ et voilà mon cardio qui se met rapidement au rouge.

## SUITE MARATHON DE NEW YORK

BROOKLYN => KM 5 : Le Verazzano est derrière et je commence à prendre mon allure de croisière. Brooklyn est une autoroute... 6 kilomètres de ligne droite que seuls les américains arrivent à concevoir. 6 kilomètres sans discontinuer d'un public exceptionnel  
QUEENS => KM 21,1 : Arrivée dans le Queens Nous quittons Brooklyn pour arriver dans le Queens, 3<sup>ème</sup> borough traversé. Le Pulaski Bridge est célèbre. Il marque le passage du semi-marathon et le verdict de la mi-course. La vue de Manhattan au loin commence à faire penser que le but est accessible.

**Le 25<sup>ème</sup> kilomètre de la course n'est pas anodin.** A plus d'un titre. D'abord parce que, pour moi, il marque pratiquement la limite de distance au-delà de laquelle je ne suis jamais allé à une allure de course (28Km). La suite sera inédite pour moi. **KM30 : Le Mur !**

**BRONX => KM33 : Le Bronx, c'est l'enfer !**

**MANHATTAN => KM35 :** Direction Central Park La descente de la 5<sup>ème</sup> avenue et l'« Upper East Side » fait partie des balades incontournables de Manhattan. Elle n'a pourtant pas été le meilleur souvenir de mon séjour ! Je perds mes coéquipiers au

ravitaillement... Je cogite... Où sont-ils ?? Je les cherche, tous les mouvements sont fatiguants, se retourner, doubler... Le mental entre en action : se calmer, accepter une fin de course en solo, ne pas se focaliser sur les gens « mal en point »... Je l'ai traversé un peu sur un nuage...

**KM40 : Dernière ligne droite... vallonnée !** Cette fois, c'est gagné, le mental est tout ce qu'il reste, on court sans y penser

**Finisher !**

»Fierté, je cherche mes coéquipiers, j'en trouve un ! Partage, médaille, photo, froid, faim => du sucre, le téléphone sonne puis résonne = Craquage en règle...

»Retour à l'hôtel.

»Goûter, Dîner... Manger !!!

»Steak-house dans le guide Michelin...

»Fêter ! Anecdote médaille partout.

Jean-Christophe se prépare désormais pour le marathon de Londres.

## DÉJEUNER DU 18 FÉVRIER

Notre Présidente Françoise a fait une présentation détaillée de l'organisation de concerts à L'Epau les Samedi 28 et Dimanche 29 Mars prochain.

Elle s'est engagée auprès des autres Rotary sarthois à ce que Bérengère vende 110 places pour le Samedi et 55 pour le Dimanche. C'est un effort « raisonnable » qui est demandé à chacun de nous pour vendre des places dès maintenant et atteindre ces objectifs, faute de quoi les coûts seront répercutés sur le Club.

Entre charges et recettes, sur ces bases de budget prévisionnel, il est prévu un résultat de 6 à 7.000 euros, bénéfice à répartir au pro rata des ventes de chaque Club participant.

A noter pour mémoire :

Les prix : 25, 22 et 15 € selon catégorie le samedi ; et le Dimanche, un tarif unique de 15 € et la gratuité pour les moins de 14 ans pour attirer les familles.

Un programme exceptionnel pour les deux jours (*une consultation auditive sur You tube de la jeune trompettiste mancelle Lucienne RENAUDIN-VARY devrait vous donner un avant-goût convaincant de la qualité des concertistes !*)

Le programme des concerts, financé largement par les sponsors dont plusieurs membres de Bérengère, sera offert aux spectateurs sur place.

A l'entracte du concert, il sera proposé à un prix modique une coupe de champagne le samedi, et un verre de Jasnières avec rillettes le dimanche.

Les engagements des clubs Rotary :

Vendre (ou payer si pas vendu) 2 places par membre pour le Samedi soir (pour les 3 clubs du Mans) ; et vendre (ou payer si non vente) 1 place par membre pour le Samedi soir (pour les autres clubs sarthois)

Pas d'engagement spécial pour le Dimanche, puisque Dominique FANAL propose l'orchestre de chambre gratuitement.

Ne tardez pas à réserver dès maintenant vos billets par téléphone ou mail auprès de Françoise. Pour une bonne organisation comptable, **Guillaume BRIOIST demande que chacun paye ses places au fur et à mesure qu'on leur donnera** – les places réservées étant mises de côté – **par un chèque à l'ordre du Rotary Club Le Mans Bérengère.**

Des tracts et affiches sont à votre disposition pour une large diffusion auprès de vos amis, des commerçants ou professionnels parmi vos relations personnelles.

Il n'y a plus qu'à envoyer la musique !

**François BEDOUET.**

## EN DIRECT DE BOURG-EN-BRESSE

Le Mardi 20 Janvier et le Mardi 27 Janvier, de passage à BOURG-EN-BRESSE, j'étais invité par nos amis Bressans à un dîner mixte statutaire et à un déjeuner à leur siège. Chaleureux accueil, nous nous connaissons, il est vrai, depuis 30 ans !

A la suite de ces visites, nous avons projeté notre prochaine

rencontre, organisée par notre club Bérengère - **du 1<sup>er</sup> au 4 Octobre** - celle-ci serait en **BORDELAIS.**

Le programme va se mettre en place et vous sera communiqué en temps utile avec un bulletin d'inscription. Ces dates sont bloquées en accord avec nos futurs présidents respectifs.

Bien cordialement.

**Jean-Paul.**

## Anniversaires

### Mars

3 Marie-Madeleine PERROUD  
 5 Jean TORCHE  
 8 Michèle ANDRAUD  
 18 Bernard LE HELLO  
 20 Jacques BREHIER  
 22 Jacqueline CLAVIER  
 23 François BEDOUE  
 23 Françoise BRASSEUR  
 23 Muriel KERVENNAL  
 26 Daniel POISSENOT  
 27 Chantal BONNANS  
 27 Yves PIRON  
 28 Jean-Paul HENNIN  
 28 Laurence TREMOUREUX  
 31 Louis SINIGAGLIA

### Avril

8 Donatienne ROBIN  
 10 Ysabelle LAMBERT  
 12 Philippe DYKMAN  
 12 Franck LECOMTE  
 13 Céline LAFFAY  
 15 Jean-Louis FOURQUET  
 15 Henri STEPAC  
 16 Jacques TONIN  
 19 Jean DELHOMME  
 23 Françoise CAMPAS  
 23 Jean-Louis HERY  
 24 Roger LOISEAU  
 26 Chantal LY  
 27 Josette DEVAUX

## A NOTER DANS VOS AGENDAS

17 Mars 2015

**Espoir en tête : Cendrillon**

21 Mars 2015

**Conférence de District à Saumur**

28-29 Mars 2015

**Concerts interclub à l'Abbaye de l'Epau**

12 Avril 2015

**Tournoi de golf à Sargé**

06 au 12 Avril 2015

**Ryla à Sablé-sur-Sarthe**

03 Mai 2015

**Voyage Présidente à Rome avec Christophe**

24 Juin 2015

**Dîner de Passation**

## PROGRAMME 2015 • ROTARY BÉRENGÈRE

Dates	Déjeuner	Dîner	Apéritif	Lieux	Thèmes/Conférences
04/03/2015		●		Concordia	Béatrice Aliou - Conférence Statutaire « Les Vitraux de la Sainte Chapelle »
11/03/2015			●	Concordia	Entre Nous - Débat ouvert
18/03/2015	●			Concordia	Remise du Don MPS à Eclaircie
25/03/2015			●	Concordia	Présentation par les Scouts d'un projet en Inde
28-29/03/2015				Abbaye de l'Epau	Week-end Musical Rotary à l'Abbaye de l'Epau
01/04/2015		● mixte		Concordia	Francoise Chasserant : l'Egypte ancienne et ses jardins
08/04/2015			●	Concordia	Apéritif musical Sonja Hunter et sa flûte
15/04/2015	●			Concordia	Bruno Vinçonneau - Le canal de Panama
22/04/2015			●	Concordia	Claude Tremblay
29/04/2015		● mixte		Concordia	Mairé Bodereau : Matisse
3 au 8/05/15				Rome	Voyage de la présidente à Rome
13/05/2015		●		Concordia	Jean-Louis Durand : Les Manoirs de la Sarthe
20/05/2015	●			Concordia	Marie-Adélaïde Dumont « Actualités littéraires »
VENDREDI 29/05/2015				Théâtre des Quinconces des Jacobins	Action mixte : la bertoche
03/06/2015		●		Concordia	Conférence statutaire
10/06/2015			● mixte	Cathédrale	Christophe Lesourt : Visite des vitraux de la cathédrale
17/06/2015	●			Concordia	
24/06/2015		● mixte		La Quinte	Dîner de passation : Château d'Eporce - La Quinte

## Devinettes

**Vous qui avez tous lu l'article du Maine Libre qui a consacré une pleine page à Daniel POISSENOT, combien d'années notre ami a-t-il assuré la direction de course des 24 heures du Mans ? et quelle est la célébrité avec laquelle il a donné le départ de Le Mans Classic dont il garde le meilleur souvenir ?**