

Région OCCITANIE
Département du GERS
Mairie de Couloumé-Mondebat-Bières
32160 COULOUMÉ-MONDEBAT
Tél/Fax : 05 62 69 39 22
Mail: com-couloumemondebat@orange.fr
Site Internet : www.couloume-mondebat.fr

Couloumé - Mondebat - Bières

LA VIE COMMUNALE



Bulletin N°16
Janvier 2022



COULOUMÉ-MONDEBAT-BIÈRES

Cette année encore, les contraintes sanitaires ne nous permettent pas de nous rassembler comme par le passé. Ce moment de convivialité, qui était l'occasion de vous présenter les vœux de vos élus est, comme l'an dernier, remplacé par ce message écrit.

Le passage d'une année à l'autre est l'occasion d'un regard sur les mois écoulés et d'une projection vers l'avenir. Si nous ne pouvons faire abstraction du problème majeur que constitue une pandémie aux rebondissements multiples, il est heureusement bien des raisons de regarder l'avenir avec optimisme.

Alors, avec la conviction qu'un optimisme lucide ouvre le champ des possibles et permet de construire un monde meilleur, l'ensemble du Conseil Municipal vous souhaite à toutes et à tous une année 2022 dynamique et joyeuse, réaliste et attentive, chaleureuse et solidaire.

Le mot du Maire

Depuis bientôt deux ans, nous vivons sous la contrainte de mesures de protection sanitaire qui sans cesse varient au gré des variants.

En ce début d'année, mes pensées accompagnent ceux qui souffrent et sont isolés, ceux qui ont perdu des proches et sont dans la peine. Que 2022 leur apporte apaisement et sérénité. Qu'ils puissent toujours trouver l'accompagnement qu'ils attendent de leurs proches mais aussi des élus et services municipaux.

Toutes générations et catégories sociales confondues, nous sommes privés de ce qui nous est le plus cher, la vie de relation.

Cette année encore nous devons renoncer à nous rassembler en nombre pour nous souhaiter une bonne année et une bonne santé. Et pourtant, nous avons tant besoin que ce vœu se réalise.

Comme chaque nouvelle année qui s'annonce, 2022 est porteuse d'espérance. Nous avons démontré notre capacité de résister à la maladie, à la crise économique, aux déchirures sociales. C'est dans l'épreuve qu'une collectivité se renforce. En 2022 plus que jamais le fort devra aider le plus faible, le sage devra tempérer l'impétueux, le groupe devra porter assistance à l'isolé.

Je ne fais cependant pas preuve d'un optimisme exacerbé pour ce début d'année, que j'augure encore « turbulent et perturbé » par l'épidémie de Covid-19.

Et c'est tout naturellement que j'adresse l'une de ses premières pensées « à ceux qui sont sur le front ». Je veux parler de tous les professionnels de santé.

Nous devons à ces soignants d'être irréprochables, en adoptant une attitude parfaitement responsable. Bien que j'admette la liberté de chacun à assumer ses choix, il n'en demeure pas moins que le corps médical affirme que l'arme principale contre la Covid demeure la vaccination. J'assume faire totalement confiance au corps médical et aux institutions sur ce point et j'encourage chacun à faire de même.

Les difficultés furent nombreuses pour beaucoup d'entre nous mais force est de constater que la vie dans nos petites communes fut globalement moins difficile que dans les grandes métropoles.

Ce constat fit brutalement s'accélérer une dynamique démographique sur nos territoires.

Alliant l'attractivité de la ruralité, l'authenticité préservée de son environnement, notre commune a ainsi accueilli de nouveaux habitants qui découvrent cette qualité de vie que nous apprécions tous et qu'il convient collectivement de maintenir. Je veux ici, au nom de la commune et de ses habitants, leur souhaiter la bienvenue.

Je souhaite à toutes et tous de voir positivement l'avenir et de transformer cette période difficile en force créatrice. Les frustrations des mois de confinement, la limitation des événements festifs, les perturbations dans l'organisation de nos vies nous ont confronté à une cascade de difficultés qui sont à prendre comme autant

d'expériences acquises. Demain, nous saurons d'autant mieux relever les défis qui s'offriront à nous et saisir les opportunités.

Je voudrais tout particulièrement remercier ici toutes celles et ceux qui œuvrent chaque jour bénévolement et professionnellement pour rendre la vie de leurs concitoyens plus agréable et joyeuse, à notre secrétaire de mairie qui a toujours à cœur de mieux vous servir, à l'ensemble des élus particulièrement mobilisés et investis pour dessiner et participer aux actions et répondre ainsi à l'objectif de ce bien vivre ensemble qui nous rassemble, à tous les bénévoles des associations de notre commune qui, on le sait, sont l'âme du village, et sans qui, notre village ne serait pas ce qu'il est.

Merci à vous tous qui vous dévouez au service des uns et des autres, que ce soit dans le social, le sportif, l'artistique, l'animation ou la vie de notre village.

Plus que jamais, faisons prévaloir l'intérêt général, il y va du bien-être de chacun.

« La sagesse, c'est d'avoir des rêves suffisamment grands pour ne pas les perdre de vue quand on les poursuit. »

Oscar Wilde

En attendant de nous retrouver dans des conditions meilleures, je vous souhaite à toutes et à tous une belle et heureuse année 2022. Couloumé-Mondebat-Bières est et restera un village où il fait bon vivre.

FORT Pascal

État Civil

Arrivées

Famille LACOMBE à LABOURDETTE Bas

Famille OURMIÈRES au SERRE

Famille TOULGOAT à GUILLAROT

Famille HERNANDEZ et EVANGELISTI à BAJARDAN

Famille GOODWIN et SINCLAIR à MECQUE

Famille CARDOZO et DE OLIVIERA à LA BELLEVUE

Famille SEMINET et DAIZE à LA COURTIADÉ

Famille JEGUN à CAILLAOU

Naissances

Mariages

LEGORGEU Thomas et ROULT Mathilde le 21 Août 2021

Pacs

DARTIGAUX Pascal et ARTUS Prescillia le 21 Juin 2021

ROULT Benjamin et CAUSSADE Mathilde le 20 Juillet 2021

Décès

DARTIGAUX Isabelle le 21 Juillet 2021

BERGER Julien le 13 Novembre 2021

PEFFAU Corine le 13 Novembre 2021

SILENGO Concession le 22 Décembre 2021

ROULT Geneviève le 15 Janvier 2022

La commune en quelques mots

Les travaux de réfection de la toiture de l'église de Mondebat sont très importants et malgré tout nécessaires. Malgré la sollicitation de plusieurs entreprises pour avoir des devis comparatifs, une seule société nous a répondu et le montant des travaux nous impose réglementairement de passer par un appel d'offres. Nous avons formulé plusieurs demandes d'aides et de subventions à plusieurs organismes. Nous vous tiendrons au courant des suites qui seront données à ce dossier.

Des travaux de déploiement de la fibre vont bientôt démarrer sur la commune. Un agent de Gers-fibre sillonne actuellement la commune afin de répertorier habitations et installations téléphoniques (le tout de l'extérieur) pour identifier le besoin réel en matière de raccordement potentiel. Le boîtier principal sera installé sur l'aire de pique-nique à Mondebat. L'accès à la fibre devrait intervenir d'ici la fin de l'année.

Le centre d'incendie et de secours de Plaisance n'est plus du tout adapté aux besoins actuels. Deux solutions étaient possibles : soit la réhabilitation et la mise en conformité du centre actuel, soit la construction d'un nouveau centre. Le coût de chaque solution est sensiblement identique mais les aides de la DSIL (Dotation de Soutien à l'Investissement Local) ne s'appliquent qu'à la construction.

Le coût total du projet est de 1 140 000€ pour lequel la DSIL participe à hauteur de 380 000€, le SDIS à hauteur de 285 000€ et les 285 000€ restant sont à répartir entre les communes défendues par ce centre au prorata du nombre d'habitants.

La commune de Plaisance donne un terrain qui correspond aux besoins du nouveau centre.

La participation de notre commune à ce projet est de 13 320,00€ sur 4 ans, soit 3 330,00€ par an. Le conseil municipal a voté la participation à ce projet.

Le passage en LED de l'éclairage public a été différé après notre nouvelle demande suite à la révision que nous avons faite des différents points lumineux de la commune. Nous attendons encore le retour du SDEG et de la société BOUYGUES qui sera chargée des modifications.

Les finances

Le compte administratif 2021 n'étant pas encore établi, une présentation chiffrée des principales écritures budgétaires paraîtra prochainement. Quoi qu'il en soit, les finances de la commune sont saines et équilibrées et nous mettons tout en œuvre pour les maintenir ainsi.

Cérémonies...

La cérémonie de commémoration de l'armistice du 11 Novembre avec dépôt de gerbe au monument aux morts s'est déroulée dans le plus strict respect des mesures sanitaires en vigueur. Le public a pu cette année participer à la cérémonie à l'issue de laquelle nous avons pu partager le verre de l'amitié.

Les travaux...

En 2021, la commune a fonctionné au rythme des mesures sanitaires et de l'apparition de nouveaux variants, mais aussi des conditions climatiques.

Les travaux d'entretien régulier de la commune se sont poursuivis.

Sont d'ores et déjà achevés :

Travaux effectués par des entreprises extérieures :

-Entretien espaces verts	8 578,20 €
-Débroussaillage chemins	6 970,62 €
-Dessouchage des 3 cimetières	3 420,00 €
-Déblaiement branchage sur Riberette	96,00 €
-Curage et busage fossés	2 591,93 €
-Entretien voies communales	10 752,96 €
-Mondécol	
Isolation	5 483,31 €
Portes d'entrée et de service	2 659,21 €
Tubage, entretien et pose poêle granulats	870,15 €
-Fresque sur le muret de la mairie	1 608,97 €
-Réparation Lave-vaisselle cuisine	181,00 €

Travaux effectués par nous-mêmes :

- Busage et Pose d'une grille concave au bas du rapaillon
- Abattage et tronçonnage des acacias au cimetière de Couloumé
- Pose d'une gouttière sur la façade sud de la mairie
- Réfection du chemin communal de Mecque
- Apport de gravier dans les allées du cimetière de Couloumé et devant la mairie côté départementale
- Débroussaillage, arrachage et élagage autour de l'église de Mondebat et devant la mairie
- Enlèvement des ferrailles et gravats sur terrain pétanque
- Pose de chaperons sur les murets de la mairie et de l'église de Mondebat

Achats matériels :

-Poêle à granulats pour Mondécol	1 200,00 €
-Ordinateur portable + logiciels pour mairie	1 046,00 €
-Vitrine affichage	548,82 €
-Remplacement réfrigérateurs (cuisine et bar)	732,00 €

En prévision pour 2022 :

- Pose de volets métalliques au local chasse : devis de 4858,00€
- Abattage de l'arbre (faux robinier) devant l'église de Mondebat : devis de 1500,00€ (abattage, broyage, évacuation, nettoyage)
- Mise aux normes électriques Église de Mondebat devis de 3 220,20 €

Le coin des associations

Comité des Fêtes

le mot de Président.

Tout d'abord, permettez-moi, au nom de comité des fêtes, de vous souhaiter une très bonne année 2022.

L'année 2021, en raison des conditions que nous connaissons, n'aura pas permis de réaliser tous nos projets.

Malgré tout, même s'il a fallu bouger la date, la fête a connu une bonne réussite, cinéma en plein air, vide grenier, méchoui.....

Le vide grenier d'octobre, avec le beau temps a connu une bonne affluence et fidèle bon nombre d'exposants.

Le nouveau dimanche de novembre avec repas daube et musique fut très convivial, encore merci aux « Gers Fingers » pour leur prestation.

L'assemblée générale de notre comité est programmée pour le samedi 5 février 2022 à 16 heures dans la salle polyvalente de Mondebat.

Comme je l'ai déjà fait savoir au conseil d'administration, et pour raisons personnelles, j'annoncerai ma démission de président du comité et je me retire également du conseil d'administration.

Je n'abandonne pas pour autant le comité....c'est un lien essentiel pour que « vive » notre village et nous avons tous les ingrédients, humains et matériels pour réussir.

Venez nous rejoindre !!!

Je vous donne donc rendez-vous le samedi 5 février 2022 à 16 heures, salle polyvalente.

*Pierre ROULT
Président du comité des fêtes.
06.88.74.85.20*

Collines en Scènes

Collines en Scènes toujours présente sur la scène du théâtre

L'assemblée Générale de Collines en Scènes s'est tenue samedi 15 janvier 2022 devant une assemblée fournie. Les bilans financier et moral font apparaître une association en bonne santé et toujours forte de projets. L'association a cinq ans, elle a terminé son adolescence et doit maintenant prendre le cap de la maturité. Pour ce faire, une nouvelle équipe et une nouvelle co-présidence vont impulser cet avenir.

J'ai eu grand plaisir à présider Collines en Scènes ces 5 dernières années et je remercie très chaleureusement tous les membres des conseils d'administration avec lesquels nous avons œuvré au développement de l'association. J'apporte également des remerciements très forts aux bénévoles qui font que le festival se déroule chaque année de manière fluide et dans une excellente ambiance, malgré parfois la complexité de l'organisation.

La bonne santé financière est particulièrement due aux collectivités locales et territoriales (Mairie de Couloumé Mondebat, Communauté des communes Bastides et Vallons, Conseil Départemental du Gers, Conseil Régional Occitanie) qui nous font confiance depuis le début et qui chaque année renouvellent des subventions qui nous permettent d'assurer une programmation de qualité à des prix accessibles à tous. Un remerciement plus particulier à la mairie de Couloumé Mondebat pour le prêt sans limite des installations et des équipements.

Je souhaite maintenant passer la main de la présidence et j'ai le plaisir de la céder à Marie Paule DUTREY BERGER et Jacqueline ROULT qui assureront une co-présidence que je sais déjà dynamique et efficace.

Un nouveau conseil d'administration, dans lequel chaque membre est responsable d'une mission, a été élu lors de l'assemblée générale et assurera la continuité des projets initiés et le développement de nouveaux projets.

A ce propos, réservez déjà les dates suivantes :

- **Dimanche 13 mars à 16h00 : Les fables de La Fontaine, très belle pièce jouée avec des costumes et des masques.**
- **Dimanche 29 mai à 16h00 : In Vino Veritas qui comme son nom l'indique est une pièce sur le vin, sur le plaisir...**

Et bien sûr **le festival de l'été qui cette année se déroulera le samedi 6 et le dimanche 7 août** (la programmation est quasiment bouclée avec de belles surprises...) !

Bon vent à Collines en Scènes et à la culture trop oubliée ces deux dernières années d'épidémie ! **Et très belle année 2022 à tous !**

Alain SADIRAC

Président sortant de Collines en Scènes

Amicale Bouliste Montoise

L'Amicale Bouliste Montoise vous souhaite ses meilleurs vœux pour l'année 2022.

Dès les beaux jours, nous reprendrons nos parties de pétanque et, pour ceux qui le souhaitent, vous pouvez venir nous retrouver au foyer de Mondebat.

Contact pour plus d'informations :

Dominique REQUIER 06 03 35 40 98

Le Bureau
de l'Amicale Bouliste Montoise

Collines Enchantées

Depuis le dernier trimestre 2021, à l'initiative de quelques amateurs et amatrices de chant choral, s'est créé dans notre commune une nouvelle association « Collines Enchantées » dont le but est :

"L'apprentissage et la pratique du chant choral avec l'ambition de le mettre à la portée de tous et de toutes, participant ainsi à la dynamique culturelle musicale et à la promotion de la musique et du chant en milieu rural."

Forte de plus de 20 adhérent(e)s et participant(e)s régulier(e)s et assidu(e)s (dont la grande majorité vient de notre commune), cette chorale répète tous les mardis de 17h à 19h à la salle des fêtes de Mondebat sous la direction de Valérie, la cheffe de chœur.

Cette association est ouverte à tous et toutes et vous y êtes les bienvenu(e)s.

Pour tout renseignement, vous pouvez venir vous rendre compte aux répétitions du Mardi de 17 à 19h au Foyer ou prendre contact avec le président de l'association : Roland BERGER 06 08 77 81 55

Bonne année à toutes et tous.

Le bureau de l'Association

Autres activités

Groupe Marche

Tous les mardis matin, de manière totalement informelle et spontanée, un groupe de marcheuses et marcheurs se retrouve devant la mairie pour une petite randonnée dans la commune ou dans les communes alentour.

Informations Générales

Infos COVID

Pass Vaccinal

Dès que la loi sera publiée par décret, autour du 20 janvier, un pass vaccinal se substituera à l'actuel pass sanitaire pour accéder à un certain nombre de lieux publics. Il faudra pouvoir justifier d'un statut vaccinal à jour pour accéder aux activités de loisirs, restaurants et bars, salles de sport ou piscines, foires ou transports publics interrégionaux.

Les magasins, les lieux de travail ou les lieux de culte ne sont pas concernés par la mesure, tout comme les établissements et services de santé dont l'accès reste seulement conditionné à un test négatif.

Pour rappel, avoir un statut vaccinal valide nécessite de s'être fait injecter deux doses de vaccin anti-Covid (ou avoir été infecté une fois et avoir fait une dose de rappel), puis d'avoir bénéficié d'une dose de rappel vaccinal (la fameuse troisième dose) dans les 7 mois suivant la dernière injection. Seule entorse possible à cette dernière condition : bénéficier d'un certificat de rétablissement du Covid-19 dont le résultat doit dater de plus de 11 jours et de moins de 6 mois.

Les restaurateurs et organisateurs de spectacles pourront vérifier l'identité des personnes présentant un pass vaccinal, avec un simple "document officiel comportant sa photographie", comme une carte vitale par exemple.

Si la vaccination contre le Covid-19 est désormais ouverte aux enfants dès 5 ans, le pass vaccinal ne s'appliquera qu'aux personnes âgées de plus de 16 ans.

Les mineurs de 12 à 15 ans resteront quant à eux soumis à l'obligation de présenter l'actuel pass sanitaire pour accéder aux différents lieux publics détaillés plus haut. Seuls les moins de 12 ans ne restent concernés par aucun pass.

En cas de désaccord entre parents sur la vaccination de leur enfant de 5 à 11 ans, l'un d'eux pourra décider unilatéralement de le faire vacciner.

**Règles pour les rassemblements
dans les salles communales ERP de type L
(salles des fêtes, salles polyvalentes, salles de réunions...) :**

- Le nombre de personnes n'y est plus limité à dix mais en fonction de la taille de la salle,
- Les personnes ont une place assise pendant toute la durée du rassemblement,
- Un siège est laissé entre les personnes pour les groupes de moins de 10 personnes venant ensemble,
- L'accès aux espaces permettant des regroupements (buvette...) est interdit.
- Le port du masque est obligatoire pour les personnes de plus de 11 ans. Il peut être retiré une fois assis,
- Toute activité debout est interdite dans l'enceinte de ce type d'établissement (soirée dansante, vin d'honneur).

Règles pour les rassemblements de plus de 10 personnes :

Les rassemblements, réunions ou activités sur la voie publique ou dans les lieux ouverts au public qui mettraient en présence plus de 10 personnes simultanément doivent faire l'objet d'une déclaration en préfecture au plus tard trois jours francs avant l'événement et au plus tôt 15 jours francs auparavant.

Le port du masque est obligatoire en intérieur dans tous les établissements recevant du public dès l'âge de 6 ans.

Les établissements recevant du public sont soumis au « pass sanitaire » pour les activités culturelles, sportives, ludiques ou festives et les foires ou salons professionnels qu'ils accueillent en leur sein.

Le « pass vaccinal » sera en vigueur pour accéder aux établissements recevant du public et aux activités actuellement soumis au pass sanitaire « activités ».

Pour les salles des fêtes, les salles de réunion ou de conférence ?
Le « pass sanitaire » est obligatoire pour accéder à établissements. À compter du lundi 3 janvier et jusqu'au 23 janvier inclus, les événements s'y déroulant sont limités à une jauge de 2 000 personnes maximum. La consommation de boissons et d'aliments y est interdite.

Pour plus d'infos :
<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/questions-reponses>

Nouvelles règles d'isolement :

LES NOUVELLES RÈGLES D'ISOLEMENT

Je suis vacciné complètement ou je suis un enfant de moins de 12 ans

Je ne suis pas vacciné ou pas complètement

JE M'ISOLE PENDANT 7 JOURS
Je peux réduire mon isolement à 5 jours si j'ai un test antigénique ou RT-PCR négatif et si je n'ai plus de symptômes depuis 48h.

JE M'ISOLE PENDANT 10 JOURS
Je peux réduire mon isolement à 7 jours si j'ai un test antigénique ou RT-PCR négatif et si je n'ai plus de symptômes depuis 48h.

JE SUIS POSITIF

PAS D'ISOLEMENT
Mais j'applique strictement les gestes barrières.
Je réalise un test antigénique ou RT-PCR dès que j'apprends que je suis cas contact, puis j'effectue des autotests à J+2 et J+4 après mon dernier contact avec la personne positive.
Si l'un de mes tests est positif, je deviens un cas et je m'isole.*

JE SUIS CAS CONTACT

JE M'ISOLE PENDANT 7 JOURS
À compter de la date du dernier contact. Pour sortir d'isolement je dois réaliser un test antigénique ou RT-PCR et avoir un résultat négatif.
Si le test est positif, je deviens un cas et je continue à m'isoler.

* Si mon autotest est positif, je dois confirmer le résultat par un test antigénique ou RT-PCR.

Calendrier d'allègement des mesures sanitaires :

#COVID19

24 janvier

- Entrée en vigueur du pass vaccinal pour toutes les personnes de 16 ans et plus (sous réserve de la décision du Conseil constitutionnel).

2 février

- Fin des jauges dans les établissements accueillant du public assis.
- Télétravail recommandé et non plus obligatoire.

16 février

- Réouverture des discothèques.
- Reprise des concerts debout.
- Consommation autorisée dans les stades, cinémas et transports.
- Consommation debout dans les bars autorisée.

Étude épidémiologique :

Toutes les personnes infectées par le SARS-CoV-2 ne développent pas des symptômes graves du Covid-19. Cela signifie-t-il pour autant que la maladie est bénigne ? Des chercheurs allemands démontrent que même en cas de Covid-19 léger ou modéré, les fonctions du cœur, des reins, des poumons et des vaisseaux sanguins sont affectées de manière mineure mais non négligeable chez les plus de 45 ans. Un suivi est donc recommandé après l'infection.

Comme le montre actuellement le variant Omicron, la plupart des personnes infectées par le coronavirus SARS-CoV-2 présentent des symptômes légers ne nécessitant aucune hospitalisation. On sait pourtant que le virus est capable d'affecter, dans les cas les plus sévères, un certain nombre d'organes internes : les poumons, le cœur, les reins, le cerveau, les vaisseaux sanguins. C'est pourquoi une équipe de chercheurs de l'hôpital universitaire de Hambourg-Eppendorf (UKE), en Allemagne, a cherché à savoir si une évolution légère à modérée de l'infection avait également un effet sur les fonctions de ces mêmes organes et sur la qualité de vie des patients.

443 participants âgés de 45 à 74 ans

Cette étude transversale sur d'éventuelles séquelles internes du Covid-19 lorsqu'il ne donne lieu qu'à des symptômes légers ou modérés est venue s'inscrire dans le cadre beaucoup plus vaste d'une plus grande étude de santé locale au monde, qui prévoit d'examiner sur le long terme 45.000 personnes de 45 à 74 ans dans le but d'identifier les facteurs de risque des maladies chroniques les plus courantes (infarctus du myocarde, AVC, démence, insuffisance cardiaque, etc.). Initiée en 2016, elle détient déjà les données de 15.000 participants, parmi lesquels ont été sélectionnées 443 personnes ayant été infectées par le SARS-CoV-2 sans évolution grave, ainsi qu'une cohorte témoin composée de 1.328 personnes d'âge, de sexe et de niveau d'éducation similaires, dont les examens avaient été réalisés avant la pandémie de coronavirus. Les participants ont été déclarés positifs au coronavirus entre mars et fin décembre 2020 et ont respecté un délai minimal de 4 mois avant de pouvoir s'inscrire à l'étude organisée par le Centre d'études épidémiologiques.

La grande majorité d'entre eux (93 %) a été traitée en ambulatoire, conformément à la définition du Covid-19 léger ou modéré qui implique l'absence d'hospitalisation en soins intensifs.

Des signes de lésions sur plusieurs organes

Les multiples examens, réalisés au sein d'une dizaine de services de l'hôpital 10 mois en moyenne après l'infection, ont permis de mettre en évidence des signes de lésions à moyen terme sur presque tous les organes. Les chercheurs ont ainsi constaté :

- Poumons : réduction d'environ 3% du volume pulmonaire et légère augmentation de la résistance des voies respiratoires.
- Cœur : diminution moyenne de la force de pompage de 1 à 2% ; augmentation de 14% du taux de troponine, une protéine qui sert à réguler la contraction cardiaque, et de 41% du peptide natriurétique NT-proBNP, dont l'élévation peut être le signe d'une insuffisance cardiaque ou d'autres pathologies.
 - Reins : diminution de la fonction rénale d'environ 2%.
 - Système cardiovasculaire : signes d'antécédents de thrombose veineuse deux à trois fois plus fréquents que dans le groupe témoin.
 - Cerveau : aucune détérioration n'a été observée dans la structure ni dans les

performances cognitives.

- Qualité de vie (dépression, anxiété, symptômes somatiques) : aucune différence significative entre le groupe de patients Covid et le groupe témoin.

Des dommages mineurs mais non négligeables

Les chercheurs en concluent qu'une infection légère ou modérée par le SARS-CoV-2 entraîne, chez des sujets qui semblent en apparence rétablis, des dommages qu'ils qualifient de "mineurs", mais qui sont loin d'être négligeables. C'est pourquoi il est recommandé un suivi systématique de la fonction cardiaque après une infection, qui peut par exemple être effectué dans le cadre de la visite médicale annuelle. Pour ce qui est des poumons, un examen n'est conseillé qu'en cas de symptômes, mais au moindre soupçon, une évaluation de la fonction pulmonaire devrait être réalisée.

Envisager une maladie rénale

De la même façon, l'étude souligne qu'une détérioration même légère de la fonction rénale peut s'amplifier à long terme. D'autant que plusieurs études se basant sur des résultats d'autopsie ont démontré que le SARS-CoV-2 était associé à des anomalies urinaires pouvant entraîner une défaillance multiviscérale, et éventuellement le décès.

Les chercheurs envisagent ainsi que les lésions rénales observées puissent représenter un stade précoce d'une maladie rénale chronique. Ils préconisent donc une évaluation de la fonction rénale dans les six à neuf mois suivant une infection.

Pour un dépistage précoce de la thrombose veineuse

Plus important, écrivent les chercheurs, "*les présentes conclusions prolongent les preuves, de plus en plus nombreuses, d'une association entre Covid-19 et thromboembolie veineuse*", puisque des thromboses veineuses profondes sont également détectables auprès de la cohorte des malades n'ayant développé que des symptômes légers ou modérés. Il est alors envisageable que les thromboses découvertes au cours des examens, soit 10 mois en moyenne après l'infection, se soient en réalité produites au cours de la maladie. Les chercheurs recommandent donc, en cas de suspicion, de procéder à un dépistage actif de la thrombose veineuse profonde dès le début de l'infection.

Aucun symptôme cérébral

D'après les examens réalisés au cours de cette étude, le cerveau est le seul organe ne présentant aucune lésion. À leur grand étonnement, les chercheurs ont en effet constaté qu'aucun des symptômes observés chez les patients gravement malades du Covid-19 n'était observable dans leur cohorte de patients légers, alors que le Covid-19 sévère peut occasionner des lésions de la substance blanche, des micro-hémorragies, une atrophie cérébrale globale, une réduction locale de l'épaisseur de la matière grise, de même qu'une altération persistante de la fonction cognitive. Ce qui laisserait supposer que la présence de lésions cérébrales vasculaires pourrait être spécifique à l'évolution grave de Covid-19.

Un suivi est recommandé même en cas de Covid léger

Les résultats obtenus au terme de cette étude représentent une nouvelle étape dans la compréhension du Covid-19, en particulier lorsqu'il se manifeste par des symptômes en apparence bénins, comme c'est le cas actuellement avec le variant Omicron. Sans avoir à s'inquiéter outre mesure, les chercheurs recommandent pour les plus de 45 ans un suivi post-Covid, même en cas de symptômes légers ou modérés, afin de détecter à un stade précoce des lésions des fonctions organiques qui pourraient passer inaperçues. Par ailleurs, cette étude étant limitée aux personnes

âgées de 45 à 74 ans, on ne connaît toujours pas les conséquences d'une évolution légère ou modérée de Covid-19 chez les enfants, les adolescents et les adultes de moins de 45 ans.

Effet Nocebo ?

D'après des scientifiques américains, une grande partie des effets indésirables ressentis après le vaccin contre le coronavirus pourrait être attribuable à l'effet nocebo : concrètement, les effets indésirables sont ressentis parce que le patient s'y attend.

Beaucoup de personnes disent ressentir des effets indésirables après s'être fait vacciner contre le Covid-19. Pourtant, d'après une étude publiée lundi 18 janvier par des chercheurs américains, la majeure partie de ces effets indésirables pourrait être attribuable à l'effet nocebo et non pas au contenu du vaccin lui-même. L'effet nocebo est le contraire de l'effet placebo. Il est défini comme "un produit ou un traitement inoffensif qui, lorsqu'il est pris par un patient ou qu'il lui est administré, est associé à des effets secondaires dommageables ou à une aggravation des symptômes en raison d'attentes négatives ou de l'état psychologique du patient", selon l'étude.

76% des effets indésirables liés à l'effet nocebo

Ces scientifiques d'un hôpital de Boston (Etats-Unis) se sont intéressés aux effets indésirables de 45 000 volontaires qui étaient impliqués dans 12 essais cliniques de vaccination contre le Covid-19, tous vaccins confondus. Pour vérifier l'efficacité de l'injection, la moitié a reçu un placebo et l'autre un vaccin. En conclusion, ceux qui n'ont reçu qu'une injection neutre ont quand même ressenti des effets secondaires dans les jours qui ont suivi. Les chercheurs concluent que 76% des effets indésirables survenus après la première dose du vrai vaccin contre le Covid-19 sont dus à cet effet nocebo. C'est aussi le cas de 52% des réactions après la deuxième dose.

Élections Présidentielles et Législatives

Petit mémento et calendrier

Présidentielles : 10 Avril et 24 Avril 2022

Législatives : 12 Juin et 19 Juin 2022

La Constitution détermine comment sont fixées les dates de l'élection présidentielle :

- le scrutin "a lieu vingt jours au moins et trente-cinq jours au plus avant l'expiration des pouvoirs du président en exercice", sur convocation du Gouvernement ;
- si la majorité absolue "n'est pas obtenue au premier tour de scrutin, il est procédé, le quatorzième jour suivant, à un second tour".

Cette élection s'inscrit dans un calendrier précis.

1^{er} janvier 2022

Début du contrôle par l'Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique (Arcom) des temps de parole et d'antenne des candidats et de leur soutien, au nom du principe d'équité de traitement entre candidats.

30 janvier 2022 (au plus tard)

Début de la période de parrainage au lendemain de la publication du décret de convocation les électeurs, "au moins dix semaines avant la date du premier tour" (loi du 29/03/21).

4 mars 2022

Clôture de la période de parrainage (à 18 h) et date limite de l'inscription sur les listes électorales (hors inscriptions dérogatoires prévues à l'article L 30 du code électoral). La date limite pour les inscriptions en ligne est fixée au 2 mars.

11 mars 2022 (au plus tard)

Publication de la liste des candidats, établie par le Conseil constitutionnel, "au plus tard le quatrième vendredi précédant le premier tour de scrutin" (loi du 29/03/2021).

28 mars 2022

Début de la campagne officielle, le deuxième lundi précédant le premier tour de scrutin.

8 avril 2022

Fin de la campagne officielle pour le premier tour en Guadeloupe, Guyane, Martinique, à Saint-Pierre et Miquelon, Saint-Barthélemy, Saint-Martin, en Polynésie française et dans les ambassades et postes consulaires situés sur le continent américain (y compris Hawaï).

9 avril 2022

Fin de la campagne officielle pour le premier tour (la diffusion de messages de propagande électorale est interdite dès le 8 avril minuit).

10 avril 2022

Premier tour de l'élection du président de la République. En Guadeloupe, en Martinique, en Guyane, à Saint-Pierre-et-Miquelon, à Saint-Barthélemy, à Saint-Martin et en Polynésie française, les électeurs votent la veille pour tenir compte du décalage horaire.

Tu commenceras à comprendre que nous ne devons pas nous comparer aux autres, sauf si nous désirons les imiter pour nous améliorer.

14 avril 2022 (au plus tard)

Décision du Conseil constitutionnel validant les résultats de l'élection et établissant la liste des deux candidats habilités à se présenter au second tour.

15 avril 2022

Début de la campagne officielle pour le second tour.

22 avril 2022

Fin de la campagne officielle pour le second tour en Guadeloupe, Guyane, Martinique, à Saint-Pierre et

Miquelon, Saint-Barthélemy, Saint-Martin, en Polynésie française et dans les ambassades et postes consulaires situés sur le continent américain (y compris Hawaï).

23 avril 2022

Fin de la campagne officielle pour le second tour (la diffusion de messages de propagande électorale est interdite dès le 22 avril minuit).

24 avril 2022

Second tour de l'élection du président de la République (la veille pour certains électeurs habitant dans un fuseau horaire différent).

28 avril 2022 (au plus tard)

Décision du Conseil constitutionnel validant les résultats de l'élection et proclamation officielle du nouveau président de la République.

13 mai 2022 (au plus tard)

Passation de pouvoir. La Constitution ne donne aucune indication sur cette date. La prise de fonction de la personne nouvellement élue se fait au plus tard le dernier jour du mandat du président sortant.

24 juin 2022 (au plus tard)

Dépôt des comptes de campagne des candidats dans les deux mois suivant l'élection. *"La Commission nationale des comptes de campagne et des financements politiques approuve, rejette ou réforme, après procédure contradictoire, les comptes de campagne et arrête le montant du remboursement forfaitaire [...] Elle se prononce dans les six mois du dépôt des comptes"*, selon la loi du 6 novembre 1962.

Pour terminer sur le sujet, je ne peux pas ne pas évoquer le côté nauséabond qui semble vouloir présider à cette actualité nationale qui va occuper notre quotidien jusqu'en avril/mai 2022. Entre phrases assassines et discours haineux, entre déclarations pitoyables et propos nostalgiques d'une période sombre de notre histoire, je ne peux que m'inquiéter de la dérive de certains candidats qui forgent leur campagne sur la fracture du pays, la trahison de nos principes républicains, les falsifications historiques et l'espoir d'une fracture identitaire et xénophobe. Je trouve la campagne bien mal partie.

Ce texte de Jorge Luis BORGES, un peu long mais tellement vrai.
Il me semble bien dans l'air du temps...

Après quelque temps,

Tu apprendras la différence entre tendre la main et secourir une âme.

Et tu apprendras qu'aimer ne signifie pas s'appuyer, et que compagnie ne signifie pas toujours sécurité.

Tu commenceras à apprendre que les baisers ne sont pas des contrats, ni des cadeaux, ni des promesses...

Tu commenceras à accepter tes échecs la tête haute, comme un adulte, et non avec la tristesse d'un enfant.

Et tu apprendras à construire aujourd'hui tes chemins, parce que le terrain de demain est incertain, et ne garantit pas la réalisation des projets, et que le futur a l'habitude de ne pas tenir ses promesses.

Après un certain temps,

Tu apprendras que le soleil brûle si tu t'y exposes trop.

Tu accepteras le fait que même les meilleurs peuvent te blesser parfois, et que tu auras à leur pardonner.

Tu apprendras que parler peut alléger les douleurs de l'âme.

Tu apprendras qu'il faut beaucoup d'années pour bâtir la confiance, et à peine quelques secondes pour la détruire, et que, toi aussi, tu pourrais faire des choses dont tu te repentiras le reste de ta vie.

Tu apprendras que les vraies amitiés continuent à grandir malgré la séparation. Et que ce qui compte, ce n'est pas ce que tu possèdes, mais qui compte dans ta vie.

Et que les bons amis sont la famille qu'il nous est permis de choisir.

Tu apprendras que nous n'avons pas à changer d'amis, si nous acceptons que nos amis changent et évoluent.

Tu expérimenteras que tu peux passer de bons moments avec ton meilleur ami en faisant n'importe quoi, ou en ne rien faisant, seulement pour le plaisir de jouir de sa compagnie.

Tu découvriras que souvent nous prenons à la légère les personnes qui nous importent le plus ; et pour cela nous devons toujours dire à ces personnes que nous les aimons, car nous ne savons jamais si c'est la dernière fois que nous les voyons...

Tu apprendras que les circonstances et l'ambiance qui nous entoure, ont une influence sur nous, mais que nous sommes les uniques responsables de ce que nous faisons.

Tu découvriras qu'il te faut beaucoup de temps pour être enfin la personne que tu désires être, et que le temps est court...

Tu apprendras que si tu ne contrôles pas tes actes, eux te contrôleront.

Et qu'être souple ne signifie pas être mou ou ne pas avoir de personnalité : car peu importe à quel point une situation est délicate ou complexe, il y a toujours deux manières de l'aborder.

Tu apprendras que les héros sont des personnes qui ont fait ce qu'il était nécessaire de faire, en assumant les conséquences.

Tu apprendras que la patience requiert une longue pratique.

Tu découvriras que parfois, la personne dont tu crois qu'elle te piétinera si tu tombes, est l'une des rares qui t'aidera à te relever.

Mûrir dépend davantage de ce que t'apprennent tes expériences que des années que tu as vécues.

Tu apprendras que tu tiens beaucoup plus de tes parents que tu veux bien le croire.

Tu apprendras qu'il ne faut jamais dire à un enfant que ses rêves sont des bêtises, car peu de choses sont aussi humiliantes ; et ce serait une tragédie s'il te croyait, car cela lui enlèverait l'espérance !

Tu apprendras que, lorsque tu sens de la colère et de la rage en toi, tu en as le droit, mais cela ne te donne pas le droit d'être cruel.

Tu découvriras que, simplement parce que telle personne ne t'aime pas comme tu le désires, cela ne signifie pas qu'elle ne t'aime pas autant qu'elle en est capable : car il y a des personnes qui nous aiment, mais qui ne savent pas comment nous le prouver...

Il ne suffit pas toujours d'être pardonné par les autres, parfois tu auras à apprendre à te pardonner à toi-même...

Tu apprendras que, avec la même sévérité que tu juges les autres, toi aussi tu seras jugé et parfois condamné...

Tu apprendras que, peu importe que tu aies le cœur brisé, le monde ne s'arrête pas de tourner.

Tu apprendras que le temps ne peut revenir en arrière. Tu dois cultiver ton propre jardin et décorer ton âme, au lieu d'attendre que les autres te portent des fleurs...

Alors, et alors seulement, tu sauras ce que tu peux réellement endurer ; que tu es fort, et que tu pourrais aller bien plus loin que tu le pensais quand tu t'imaginais ne plus pouvoir avancer !

C'est que réellement, la vie n'a de valeur que si tu as la valeur de l'affronter !

Jorge Luis Borges

Quelques réflexions...et quelques chiffres

« C'est de l'enfer des pauvres qu'est fait le paradis des riches »

Victor HUGO

« Le contraire de la misère, ce n'est pas la richesse, non, le contraire de la misère, c'est le partage !!! »

Henri GROUËS (abbé Pierre)

Le nombre de personnes souffrant de la famine a été multiplié par six depuis le début de la pandémie et selon Oxfam France, 11 personnes risquent de mourir de faim chaque minute, soit une cadence plus élevée que le nombre de victimes du COVID-19

Les laboratoires pharmaceutiques et les pays riches ne délivrent qu'un septième des doses promises aux pays en développement.

La fortune des dix hommes les plus riches du monde a doublé pendant la pandémie, passant de 700 milliards de dollars à 1 500 milliards de dollars, à un rythme de 15 000 dollars par seconde ou 1,3 milliard de dollars par jour pendant les deux premières années d'une pandémie au cours de laquelle 99 % de la population mondiale a eu des revenus moins importants que prévu et où plus de 160 millions de personnes supplémentaires auraient basculé dans la pauvreté, à cause de la Covid-19.

En effet, les 1 % les plus riches de la planète possèdent autant que les 99 % restants, c'est-à-dire 110 000 milliards d'euros (près de 300 fois le budget de l'Etat français), dont 20 000 milliards planqués dans les paradis fiscaux.

La planète compte un nouveau milliardaire toutes les 26 heures depuis le début de la pandémie, alors que les inégalités contribuent à la mort d'une personne toutes les quatre secondes.

Creusons encore ces chiffres :

Les 20% les plus fortunés possèdent 95% de la richesse mondiale.

Donc inversement : les 80% plus pauvres ne possèdent que 5% de cette même richesse.

Voilà à quelles abominables inégalités nous conduit le système néo-libéral qui gouverne le monde sans partage.

Pendant ce temps, dans les pays en développement, un enfant meurt de faim toutes les 5 secondes, et + d'1 million de femmes meurent en couches tous les ans faute de soins.