



## sommaire PAGE 2

- Comité de quartier
- Aide à domicile
- René Pontié
- Courrier des lecteurs
- Citoyenneté

## PAGE 3

- Jardin collectif
- Brigade du tigre
- Témoignages de confinement

## PAGES 4 ET 5

- Témoignages (suite)

## PAGE 6

- Le choix de Didier
- Librairie Ellipses
- Quelques vers
- Luis Sepúlveda

## PAGE 7

- Solidhair
- Jardin de la poudrière
- Du sport à la maison
- Infos bibliothèque

## PAGE 8

- Annonceurs



## ■ ÉDITO

Notre précédent numéro, celui d'avril, a fait l'objet d'une diffusion inédite, uniquement numérique. En ce début de confinement, cela nous a semblé logique de ne pas vous exposer au Covid par la manipulation de papier dans des lieux publics. Pour nous aussi le numérique a été un moyen de rester en contact tout en respectant la distanciation sociale physique.

Avec ce numéro de juin, le papier, tout comme l'espérance d'une fin d'épidémie, est de retour. Les Échos ont accueilli vos témoignages comme la trace de ce temps inédit, un élan vers demain qui sera à inventer, plus solidaire, plus attentif, plus juste ?

Une page se tourne, les mots que vous nous avez adressés dans vos témoignages (p. 3 à 5) vont bien au-delà de la difficulté du moment. Restez sociaux, portez-vous bien, prenez soin de vous et des autres ! Bon courage à chacun.e. ■ **Équipe de la rédaction**

Pour consulter le n°128 : [echos.rangueil.free.fr/N128.pdf](http://echos.rangueil.free.fr/N128.pdf)

◀ Tous les soirs, à 20 h

## ■ DISTANCIATION PHYSIQUE, OUI!

# Distanciation sociale, non!

## Renforcer les liens sociaux protège

Pour freiner la propagation des virus, chacun est tenu de maintenir une distance de sécurité d'au moins un mètre (6 pieds chez les Anglo-Saxons : environ 1,80 mètre). C'est ce qu'on entend partout appeler la *distanciation sociale* et que l'OMS recommande de remplacer par *distanciation physique*. Ce geste barrière suggère un éloignement physique entre les individus, mais ne vise pas à défaire les liens sociaux, qui peuvent continuer à être entretenus, à distance.

Le terme *social* concerne les relations entre les membres d'une société. L'expression *distanciation sociale* est donc ambiguë, sujette à diverses interprétations : elle peut aussi bien signifier un écart, un refus de relations entre les différents groupes sociaux, qu'une

volonté discriminatoire à l'égard des personnes et des groupes, selon leurs conditions de vie, leur degré d'instruction, leur âge, leur sexe, leur origine... L'expression *distanciation physique* est plus précise, moins connotée, et donc plus adaptée à la situation sanitaire actuelle. Par ailleurs, des études ont démontré que des liens sociaux forts permettent d'augmenter notre résilience individuelle et collective : ils jouent un rôle majeur pour appuyer la reconstruction, pour atténuer les dommages psychologiques des crises.

S'il vous plaît, gardons les distances physiques tant que le coronavirus rôde dans notre monde, mais continuons à entretenir nos liens sociaux! ■ **F. D.**



Site web : <http://echos.rangueil.free.fr>  
E-mail : [echos.rangueil@gmail.com](mailto:echos.rangueil@gmail.com)

Comité de rédaction :

Muriel Amalaman, Yaël Beaubestre, Jean-Marc Chéron, Fanny Delon, Isabelle de Foresta, Didier Jean, Xavier Passot, Yves Roques, Renée Ruiz, Nicole Sicard, Cécile Zartarian

Conception graphique et mise en pages :  
Delphine Foyard

Fondateur : André Carlier

Directeur de publication : Michel Aussel

Périodicité bimestrielle

Permanence le jeudi de 18 h 30 à 19 h 30

ÉCHOS DE RANGUEIL

Appt. 111, 21 rue Claude de Forbin - 31400

TOULOUSE

CCP Toulouse 5 799 05 Y - ISSN 1259-0371

Tirage : 3 000 ex. - Imprimerie Delort

2-4, rue de l'industrie - 31320 Castanet-Tolosan

Tél. 05 62 71 35 00

## ■ COMITÉ DE QUARTIER

# Assemblée annuelle et cotisations

### Le contexte sanitaire perturbe notre calendrier

L'Assemblée Générale annuelle du Comité de quartier Ranguel-Sauzelong se tient habituellement en juin. La fermeture annoncée de la Maison de Quartier pour raisons sanitaires nous interdit de mener cette réunion ce mois-là. Nous envisageons par conséquent de tenir cette assemblée le Jeudi 15 Octobre 2020. Il était d'usage que les adhérents paient leur cotisation annuelle le jour de l'Assemblée Générale, mais nos finances ne pourront pas

attendre cette échéance. Nous demandons donc à nos adhérents et à ceux qui veulent nous rejoindre de payer sans tarder leur cotisation : libellez votre chèque de 5 € à l'ordre du Comité de quartier Ranguel Sauzelong, et envoyez-le ou portez-le au président du Comité : Michel Armengaud 4, rue Eugène Sue 31400 Toulouse. Nous vous remercions par avance. ■ **X. P. Trésorier, pour le C.A.**

## ■ DÉCÈS DE « NOTRE » ANCIEN BOULANGER



**René Pontié, le père de Bernard, qui était aussi boulanger rue des Libellules de 1960 à 1995, est décédé le 18 mars 2020. Nombre de nos lecteurs se souviennent de cette figure du quartier.**

Il a retrouvé Verfeil, son village tant chéri pour un dernier voyage. Placé à l'âge de 14 ans en apprentissage chez un patron dans l'Ariège, il en revient ouvrier boulanger et travaille à Verfeil, des forces et de la volonté plein les muscles et la tête. Sa jeune épouse Alice, deux garçons, une grande ferme à entretenir le jour, le pétrissage de la pâte au petit matin, le commerce, une vie rude qui les décide à s'établir à Toulouse en 1960. Rue des Libellules, il reprend la boulangerie existante. La maman assure la vente et Bernard, du haut de ses 8 ans, ne dépasse pas le comptoir. Le papa à nouveau pétrit, façonne, cuit, assure la tournée par tous les temps. Jusqu'à l'âge de la retraite et longtemps après, il a assuré sa place avec une énergie et une constance modèles. Il était droit, grand, une voix forte et un sourire généreux. Sa fourgonnette Peugeot roule toujours et roulera longtemps dans nos souvenirs d'enfance. ■ **M. M.**

## ■ AIDE À DOMICILE: EN AVANT POUR LA PARITÉ!

# Les services à la personne: un métier féminin ET masculin

**Dans le secteur de l'aide à domicile, la quasi-totalité des emplois d'auxiliaires de vie, d'aides à domicile et d'aides ménagères est assurée par des femmes.**

Pourtant, ces métiers ne leur sont pas uniquement réservés. Ce sont avant tout des métiers de l'humain, les hommes y ont leur place au même titre que les femmes. Depuis 3 ans, le réseau Aquarelle souhaite embaucher de plus en plus d'hommes capables de dépasser les préjugés et d'assumer ces carrières dans l'aide à la personne. Les jeunes, hommes et femmes, sont en train de réaliser que l'aide à la personne est un secteur porteur qui recrute. Même pour les personnes les plus réfractaires aux changements, l'intervention

des hommes à leur domicile est de mieux en mieux acceptée. Les chutes des personnes âgées font partie du quotidien de l'aide à domicile : dans ces cas-là, la force physique des hommes est rassurante pour les bénéficiaires. L'agence Aquarelle de Toulouse est très fière de compter d'ores et déjà 15 % d'hommes et espère que d'autres viendront renforcer ses équipes de terrain. ■

Tél. : 06 13 599 253 - 05 61 47 18 84 - 13, av. Crampel 31400 Toulouse - [www.aquarelle-service.fr](http://www.aquarelle-service.fr)

## COURRIER DES LECTEURS

### Arbre à loques

En tant que lectrice assidue des Échos de Ranguel, dont les articles sont toujours de grande qualité, j'ai été particulièrement intéressée par le saule de Sauzelong du numéro d'avril 2020. Je suis donc allée me promener pour découvrir cet arbre remarquable que je ne connaissais pas. Quel étrange sentiment de calme m'a alors envahie dans ce petit pré, si proche des voies de circulation et dans un même temps si lointain. Je me suis alors souvenue de pratiques très anciennes et pourtant toujours actuelles d'arbres à loques ou arbres à souhaits. Les gens viennent accrocher aux arbres des morceaux de tissus ou de papiers afin de voir leurs vœux se réaliser. Ne pourrions-nous pas, nous les habitants de Sauzelong-Ranguel venir faire une fête pour cet arbre centenaire mémoire de notre quartier ? Mais en plus de lui demander de réaliser nos souhaits, nous pourrions venir le remercier pour tous les bienfaits qu'il nous procure, purifier notre air, assainir le sol, accueillir les oiseaux, les abeilles et tout le petit peuple des insectes, micro-organismes... si importants pour la biodiversité. À l'heure de la bétonisation à outrance de nos espaces de vie, un peu de bienveillance et de gratitude pourraient nous faire le plus grand bien... ■ **Céline**



## ■ JARDIN COLLECTIF

### Près de la poste, le jardin carré

La résidence Marty est construite autour d'un carré de verdure abritant quelques beaux arbres, juste devant nos fenêtres ce qui nous donnerait presque l'illusion, dès les beaux jours, d'être à la campagne dans un espace forestier.

Durant le confinement quelques habitants de cet espace carré se sont mis à bêcher les bordures cultivables pour planter soit des tomates, soit des simples ou autres petites choses qui poussent. Déjà les anciennes plates-bandes abritent des fèves, du fenouil,

de la menthe et des arums, des hortensias et des roses. Pavots et bleuets ont rejoint cette végétation. Peu à peu et de plus en plus, certains riverains entament de nouvelles cultures. Il va falloir organiser des tours d'arrosage. ■ I. F.

## ■ BRIGADE DU TIGRE

Cette année, avec le Covid-19, il est difficile d'organiser des réunions d'information et des visites de jardins mais la lutte collective continue parce qu'elle a fait ses preuves en 2019. Toute l'info est disponible le site internet! ■

<https://sites.google.com/view/les-brigades-du-tigre-rangueil>

Contact : labrigadedutigre31@gmail.com

Le coronavirus  
ne peut pas  
interdire  
notre sourire.



© Maelys

## ■ COVID-19

### Témoignages de confinement

L'équipe de rédaction n'oublie pas ceux qui n'ont pas eu le temps, l'énergie ou l'envie de témoigner.

Merci aux commerçants qui ont continué à nous nourrir dans des conditions particulièrement difficiles d'approvisionnement et de distribution, à ceux qui ont continué à travailler pour que nos rues soient propres, que nos maisons soient éclairées, que nos corps ou nos esprits soient soignés.

#### Aux confins de son habitation

■ ■ Tourner en rond dans son logement ou ne "tourner pas rond" parce que, somme toute, ça peut perturber de "mariner dans son jus" 23h sur 24...

Le confinement peut aussi être une merveilleuse opportunité pour se sentir maître de soi, de son temps : on a "troqué" la notion d'espace contre celle de temps (concepts si intimement imbriqués pourtant depuis la nuit des temps.)

À faire et à refaire sans modération :

- relire des livres! (je relis en ce moment "Le monde de Sophie" qui m'avait été offert en 1998. Après 22 ans de confinement dans la bibliothèque, cet ouvrage "revit" d'être à nouveau manipulé et considéré!)
- ranger, classer, nettoyer tout en lenteur et en bonheur nos objets du quotidien, cuisiner, tenir au chaud les coussins de son canapé et rappeler au téléphone ses anciennes connaissances... ■ S. M.

Bravo aux enseignants qui ont dû inventer de nouvelles façons de faire travailler leurs élèves, à distance, et accompagner quand même ceux qui ne pouvaient les rejoindre.

Bravo aux parents qui ont dû à la fois télé-travailler, s'occuper des enfants, les nourrir, leur faire l'école, les distraire, et qui doivent reprendre le travail sans solutions totalement adaptées pour leurs enfants.

Une pensée pour ceux qui ont vécu confinés dans un logement exigü, sombre, bruyant, ou pas de logement du tout, pour ceux dont le confinement a signifié perte d'emploi ou de revenus, pour ceux qui ont trouvé insupportable ou douloureux de vivre ensemble dans un espace clos, et aussi pour ceux que personne n'appelait au téléphone.

■ ■ J'ai adoré ce temps en famille, on a fait de la cuisine, des jeux et de la couture, c'était chouette. ■ Amir

■ ■ J'ai pas aimé, j'avais pas d'ordi, pas de place, c'était dur avec mes frères... ■ Eddy

■ ■ J'ai pas aimé le confinement, il fallait sans arrêt que je m'occupe de ma petite sœur car mes parents étaient tout le temps en télétravail ■ Salomé

■ ■ Pendant le confinement, j'ai eu un peu peur d'étouffer. Alors j'ai pensé à d'autres confinés. Qu'avait pensé Noé dans son bateau? Ulysse chez Circé? Hildegarde dans son monastère? Thomas Pesquet dans sa station spatiale?

Je me disais qu'il fallait rester occupée et ça n'a pas tardé. Je me suis parfois trouvée débordée entre télétravail, famille, maison...

Mais je me rassurais en pensant que je n'étais pas comme Anne Frank confinée en pays étranger avec la Gestapo à ses trousses.

Ce qui m'a aidée à tenir, c'est le printemps, sortir un peu tous les jours pour voir la nature se déployer et les animaux profiter de notre absence.

Ce qui m'a aidée c'est de profiter de la convivialité avec ma famille, mes collègues, mes voisins grâce à tous ces outils de communication qui nous permettaient de nous retrouver. ■ C. Z.



## ■ TÉMOIGNAGES DE CONFINEMENT (SUITE)

▲▲ Ce que je retiens de positif, étant seule chez moi, c'est de sentir la présence des voisins de différentes manières sans prendre de risque : discussions, applaudissements le soir dans notre rue, apéro d'un jardin à l'autre, puis téléphone, Whatsap, et trouver en soi des ressources pour surmonter ses inquiétudes, et éviter d'être scotché sur des infos. Les infos passées par Les Échos : Consommation, adresses resto, alimentation etc. ont été précieuses. ■ **M. F.**

▲▲ Le confinement... Je ne pensais pas vivre cela un jour et finalement quel bonheur de s'être retrouvé soi-même, de se découvrir une passion pour la pâtisserie afin de régaler les papilles de mes colocos ! Ou encore de se mettre à la guitare, au jardinage, au macramé... Je n'oublierai j'espère jamais la sensation que j'ai eue d'aimer dire bonjour aux gens qui passent devant chez moi lors de leur petit moment de balade. Le plaisir de prendre son temps, de prendre soin de soi et de ses proches même à distance et d'apprécier chaque moment. J'espère ne plus oublier de faire cela... ■ **Olivia**



Bonjour ma voisi-i-ne !

Sur l'air de comptines de nos enfances quelques notes à portée de jardins, à portée de voisins, quelques notes à contretemps du confinement, en clé de SOL-idarité FA SI LA chanter par tous... à 18 h 30 tous les soirs... aux confins de 2 rues...

■ **I. B.**

▲▲ Avec le coronavirus, un nouveau dicton a vu le jour : Noël au balcon, Pâques à la maison ! Mais même confinés, il n'était pas dit que nous le fêterions tout seuls. Aussi, cette année si particulière, c'est à l'aide de cueille-fruits télescopiques pour garder la distance réglementaire, que les œufs ont été échangés entre jardins et dégustés chacun chez soi après désinfection d'usage à l'alcool... millésimé. ■ **P. C.**



Aux confinés oubliés

De ma vie je n'ai vu le ciel  
mon espace est à peine l'étendue  
de mes ailes

De ma vie je n'ai goûté au printemps  
à travers l'herbe tendre sous mes dents

De ma vie mon corps n'a connu  
de mouvement

toujours baignant dans mes propres éléments  
Humains, vous pleurez de votre confinement ?

Nous, poules, vaches, cochons,  
dans nos rêves les plus profonds  
n'avons connu un tel raffinement.

■ **S. G.**

### Au temps du confinement.

▲▲ Le jour du confinement a suivi celui de mon anniversaire ; ainsi je suis rentrée dans une nouvelle année, privée de festivités et des embrassades qui vont avec. Dans un même mouvement, je me suis sentie lestée du poids d'un an supplémentaire et allégée par une mise entre parenthèses d'un rythme de vie. Ce fut un effet immédiat ; le temps des horloges s'est étiré, la journée a pris une longueur inédite sans obligations. Je me suis installée dans une épaisseur du temps que je déplaçais tranquillement faisant de chaque petite activité quotidienne un événement. Et j'ai entendu le chant des oiseaux, dans un printemps au rendez-vous, trouant le silence inhabituel de la ville. Une sorte de paix au milieu d'un désastre dont j'étais protégée. Aussi à l'intérieur d'une contrainte j'ai éprouvé un sentiment de liberté.

Alors ont surgi des questions sur mon style de vie. La densité de ce temps, pourtant vide d'occupations professionnelles, m'a surprise. Et même ces tâches : ménage, cuisine, vécues comme des corvées ont pris une allure sympathique. Et je ne parle pas des courses alimentaires qui sont devenues des vraies aubaines pour sortir, croiser des gens et sourire à des visages.

Crise de l'emploi du temps ! Au temps du Coronavirus. La durée du confinement, somme toute sur celle d'une vie, sera minime. Mais ses conséquences, non. L'horloge du désir demande une autre temporalité.

Saurais-je individuellement rester à l'heure de ce nouvel espace ? Saurons-nous collectivement tirer un enseignement de ce temps confiné ? ■ **M.-C. B.**

▲▲ Je ne connaissais pas précisément le sens de confinement avant.

Depuis le 16 mars 2020, je sais à quoi il correspond.

Confinement veut dire manger régulièrement, s'occuper de son corps, ne pas courir du matin au soir dans les transports en commun, avoir le temps de parler avec ses voisins, échanger des graines de plantes, les semer dans son jardin, bien dormir, réfléchir à sa vie intérieure, travailler tranquillement sur les sujets qui m'intéressent, et rêver.

Confinement veut dire aussi être angoissé par l'avenir, gagner moins d'argent dans les emplois précaires et devoir se contenter de ce qu'on possède.

J'ai beaucoup appris : j'ai appris que mon quartier me suffisait, que j'avais des voisins très aimables, que dans ma rue je me sentais comme dans un village, tout en étant à Toulouse, et que peu de choses me suffisaient pour être heureuse. Et surtout j'ai appris à vivre l'instant.

J'entends avec beaucoup de plaisir le chant des merles, je sens le parfum d'une rose et je regarde avec admiration la Lune et Vénus dans le ciel des nuits étoilées. ■ **M. N.**

### Mes jours de confinement

▲▲ Je me lève à midi. Par la fenêtre j'aperçois les rues vides. Le silence n'est pas naturel. Mon champ d'action n'est plus le même. J'aime les longues promenades. Elles sont devenues intérieures. En pensée, je retourne sur les chemins de campagne. Je regarde un peu les nouvelles du jour. au cas où nos dirigeants auraient trouvé quelque chose. Rien. Pas vraiment une logique, si ce n'est la leur. Je râle. À défaut d'autre chose. Je mange un morceau. Vite envoyé car manger ne m'intéresse pas spécialement. Puis je passe à ce que j'aime : le pastel. Le temps s'écoule autrement. Le soir boulot. En complément de retraite. J'ai certainement loupé un chapitre. Puis télé. Suivre une série comme on suit un roman. Et retour à la case départ. J'ai le sentiment d'être devenu le héros du fameux film : « Un jour sans fin ». ■ **A. V.**

Alors qu'habituellement je suis sur mon lieu de travail dès 7 h 45, que je ne le quitte pas souvent avant 18 h et que dans ce laps de temps, je me suis assise maximum 15 minutes pour avaler mon repas de midi. Avec le confinement, je me suis retrouvée à la maison, à travailler assise devant des écrans, jonglant avec deux ordinateurs, une tablette et le téléphone pour assurer une continuité pédagogique. Cela a provoqué beaucoup de stress, d'insomnies, de problèmes d'organisation, de séparation entre la vie de famille et le travail. Pour canaliser une partie de mon stress et de mes idées noires, j'ai fait de la couture... pour les bébés. Je me suis mise à coudre des bavoirs, des doudous, des accroches sucettes, des balles de préhension, des pochons... pour fêter les vies qui débutent et moins angoisser face à la progression de l'épidémie. Et maintenant que la fin du confinement approche, je couds des masques pour ma famille, mes voisins, des connaissances ou des personnes rencontrées dans le quartier qui ne savent pas se les fabriquer. Et les week-ends, je cuisine pour partager des plats ou des gâteaux avec certains de mes voisins. ■ **Y. B.**



J'ai fait le tour de mon jardin !  
Le matin je me lève,  
l'esprit part semer mes rêves  
bien au-delà des frontières  
bien au-delà des barrières  
Le soir je me couche  
ni triste, ni farouche  
le cœur en expansion  
d'avoir récolté tant de moissons.  
**S. G.**

Période étonnante... et en fait tout ce temps disponible et la re-découverte de la lenteur m'a permis de passer du temps à chanter : En utilisant Skype j'ai chanté des comptines avec mes petits enfants, j'ai chanté des chansons espagnoles avec mes amis espagnols, j'ai chanté les chansons de Christophe avec une amie... J'ai découvert que le chant me procurait autant de bien être que le sport. J'oubliais!!! j'ai fait beaucoup de progrès avec les nouvelles technologies... hi, hi, hi  
■ **R. R.**

■ **■** Tout d'abord : l'angoisse. Et pire encore lorsqu'un des membres de ma famille, le plus fragile, a été infecté par ce poison nommé Covid-19. Et ce matin, la bonne nouvelle : les derniers tests sont négatifs. Il est débarrassé du virus, mais ce fut très dur pour lui. Et puis il y a eu tous ces messages pour nous faire sourire et rire, la mobilisation partout et pour tous. Une entraide et des partages. Une expérience qui va nous marquer pour longtemps. Un grand merci pour tous ceux qui sont restés au travail, quels qu'ils soient. ■ **M. L.**

■ **■** Le confinement est pour nous tous une parenthèse inédite dans nos modes de vie trépidants. Alors que le temps nous manque toujours pour tout faire, le monde qui nous entoure s'est suspendu. Pour notre famille, cette période s'apparente à un dimanche à la maison qui s'éternise. Nous voilà enfin avec du temps à passer avec nos enfants, pour les voir grandir, pour discuter longuement avec eux, pour les suivre dans leurs apprentissages ou pour simplement jouer avec eux. C'est aussi l'occasion de redécouvrir notre environnement proche : nos voisins, nos commerces de proximité, la nature qui nous entoure. Bien que la fin du confinement soit vécue pour nous avec beaucoup de soulagement, ce ne sera pas sans nostalgie. ■ **B. E.**

■ **■** Pendant le confinement, je me suis aperçu qu'on peut vivre correctement en dépensant moins. Ce qui m'amène au questionnement : en dehors du vital, qui définit le besoin ? Dans l'immeuble d'en face, d'habitude si terne, tous les soirs à 20 h, ça applaudit, ça tambourine, ça siffle, ça remercie. Les façades les plus tristes ne sont pas les moins vivantes... ■ **J. D.**



Confinements  
Poissons rouges de Chine  
font la ronde sans fin  
dans leur petit bocal.  
Humains, qui les confinent,  
tournent en rond, chagrins,  
dans leur petit local.  
**J.-G. C.**

■ **■** Trop de temps passé devant les écrans ! Une folle envie de grands espaces durant ce beau printemps : la mer, la forêt, les paysages étendus... Une frustration compensée par un chaleureux voisinage : pratique régulière de « l'apéro grillage » : Chacun prend son apéro à 1 m du grillage, en discutant avec son voisin !  
■ **X. P.**



Un avril confiné,  
Tous ces gens séquestrés,  
Plus personne sur la grand-place,  
Et le temps passe,  
Peut-être, ne retournerons-nous pas,  
À l'école ou à l'internat,  
Peut-être fermés à jamais,  
Les parcs et les cafés...  
**Maë, 12 ans**

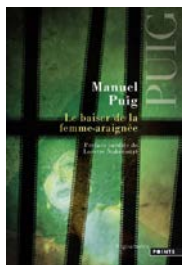
Cela fait plus de deux mois que ce virus est apparu dans notre quotidien et nous composons avec... J'ai dû très rapidement mettre en place les mesures de sécurité adéquates afin de sécuriser mon personnel ainsi que la clientèle du magasin. Lors de la première partie du confinement l'ambiance était assez tendue car nous étions devant une situation inédite et inconnue. Les gestes barrières ont mis du temps avant d'être compris et appliqués mais aujourd'hui ce n'est plus le cas, tout le monde a su s'adapter à ces nouvelles règles de vie en société. Je souhaite remercier toute mon équipe qui est restée au front et aux clients qui nous ont soutenus pendant cette période. Carrefour Express Ranguel continuera à vous servir et à vous accueillir dans les meilleures conditions de sécurité possible.  
■ **Sylvain S.**

Dans le quartier nous avons été plusieurs à confectionner des masques distribués gracieusement aux plus vulnérables ou à ceux qui prenaient des risques pour nous : pharmaciens, commerçants, soignants etc. Parmi ces couturières bénévoles : Coline, 14 ans, jeune collégienne à Jean Moulin. Un grand merci à elle ! C'est rassurant de savoir que la jeune génération relève le défi de la solidarité ! ■ **Y. C.**

■ LE CHOIX DE DIDIER

*Le baiser de la femme-araignée*

Manuel Puig, 1976, Ed. Points, 1979



Molina et Valentin sont en prison en Argentine, l'un parce qu'il est homosexuel, l'autre parce qu'il est activiste politique. Pour tromper l'ennui, la souffrance et la peur, Molina raconte sans cesse à Valentin les films qu'il a aimés. Tel Shérazade, il parle, parle... Valentin écoute, se raconte aussi, et un amour profond et inattendu va naître de cette solidarité en huis clos. Mais la violence et la tragédie guettent, rappelant le sinistre contexte du pays et de l'époque.

Préface de Lorette Nobécourt, et superbe traduction d'Albert Bensoussan. ■

*Contre les bêtes*

Jacques Rebotier, Ed. La ville brûle, 2012



Pamphlet féroce et sans concession sur la nécessité d'en finir une fois pour toutes avec le genre animal, qui nuit tant à l'existence de l'homme. Il faut évidemment inverser la proposition... Poussant l'ironie au plus loin, l'auteur prend au passage le parti de la déconstruction du langage, comme pour mieux stigmatiser le comportement destructeur de l'humanité. La ville brûle fait partie d'un collectif d'éditeurs indépendants réunis autour des éditions Anne Carrière. ■

**Bonus : quelques vers sur Toulouse**

*Ma vague émeraude  
C'est une Garonne  
Quand elle se fait chaude  
Au bras du Pont-Neuf*

**Claude Nougaro (1929-2004)**

*À midi, l'œil sur le bouchon,  
Le vin au frais,  
le cul sur l'herbe,  
Quelle piquée!  
Quelle bataille!  
C'est un bardeau  
le « macarèl »,  
Il n'a pas qu'un œil.  
Nous irons tous à Pinsaguel  
Pêcher la « sofie »  
et le gardon.*

**Peire Godolin (Goudouli) (1580-1649)**

*Mon cœur est assez grand  
pour aimer deux Toulouse,  
Et j'en aimerais dix, et j'en  
aimerais douze,  
Et, sans être au milieu,  
puisqu'il n'est pas si près  
De la Toulouse riche aux  
minutes faciles  
Que de l'autre Toulouse  
aux dévouements secrets,  
Mon cœur est sur le pont  
qui rejoint les deux villes.*

**Joseph Rozès de Brousse (1876-1960)**

**LIBRAIRIE ELLIPSES**

251, route de Narbonne  
Tél.: 05 61 55 49 67

E-mail: [librairie.ellipses@wanadoo.fr](mailto:librairie.ellipses@wanadoo.fr)  
Site web: [librairie-ellipses.com](http://librairie-ellipses.com)

**L'équipe de la librairie Ellipses vous propose dans chaque numéro trois livres qu'elle a particulièrement aimés.**

■ LE JARDIN DE ROSE

BD

Pas bien loin des immeubles il y a des jardins partagés. Dans ces deux mondes différents se tissent des relations de voisinage faites de rivalités, de solidarité, d'imprévus et de fêtes.



■ ET JE DANSE AUSSI

■ OH HAPPY DAY

2 romans (le premier en poche) qui se suivent à 4 ans d'intervalle

Un mail banal se transforme en conversation au long cours. Réalité, mensonges, fiction et sentiments s'entremêlent et chamboulent la vie des 2 correspondants.



■ SI ON CHANTAIT!

Roman jeunesse, 220 pages

13 chapitres écrits par 13 auteurs racontent les aventures d'une fratrie pleine de ressources confrontée à un escroc international. Tout se finira en chansons.

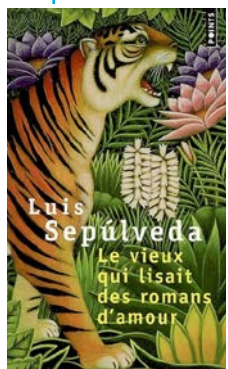


**Correction des mots croisés du n°128**

Vertical : 1. Ronsard, 2. Pech, 4. (Paul) Sabatier, 5. Avions, 6. Bedouce, 8. Virgile, 11. INSA.  
Horizontal : 3. Erasme, 7. Paririe (Prairie, en fait erreur de notre part), 9. IUT, 10. Saouzelong, 12. Julien

■ LUIS SEPÚLVEDA

Né en 1949 à Ovalle au Chili, il est mort du Covid le 16 avril 2020 en Espagne.



Militant communiste, il est emprisonné pendant plus de deux ans sous la dictature de Pinochet. Libéré en 1977 grâce à l'action d'Amnesty International, il entame une période de voyages en Amérique latine, où il fonde des troupes de théâtre. Il s'engage dans la défense des communautés indiennes, puis auprès de Greenpeace. Il part pour l'Europe où il collabore à différents journaux (Le Monde diplomatique) avant de s'installer en Espagne, en 1996. Son premier roman traduit en français et paru en 1992, *Le vieux qui lisait des romans d'amour*, connaît un succès mondial. Il publie ensuite *Le monde du bout du monde*, sur les pêcheurs de baleine, *Un nom de torero*, *Le neveu d'Amérique*, *Yakaré*, *Hotline*... Luis Sepulveda publie aussi pour la jeunesse : *Histoire d'une mouette et du chat qui lui apprit à voler* et *Histoire d'un chien Mapuche*. De courts récits, riches d'une belle humanité, autour de l'engagement politique, de l'écologie, du voyage, des peuples premiers : un écrivain à découvrir ou des romans à relire avec bonheur. ■ F. D.





## ■ PLEIN AIR

# Promenade au Parc de La Poudrerie

Savez-vous qu'on peut se promener dans une - petite - forêt à 2 km de Rangueil ? Vous savez que l'île du Ramier, déjà largement destinée aux sports et loisirs de Plein air, deviendra le grand parc Garonne, renforçant le rôle de poumon vert qu'elle a déjà. C'est vers le sud de l'île, moins connu, que je vous emmène par le petit pont d'Empalot : un coin très vert situé entre la Cité Daniel Faucher et le Casino Barrière, le long du petit canal dont se sert le club de kayak toulousain. Cette zone était autrefois le site des moulins à poudre (poudre à canon), lesquels étaient actionnés par l'eau de ce même canal. Cette zone verte d'un km de long est maintenant un bois, aménagé d'un parcours sportif et de quelques jeux d'enfant ; c'est un espace d'allure très naturelle ; sous de grands arbres, les allées côtoient la végétation spontanée des sous-bois.

L'allée centrale permet de circuler à vélo, avec des poussettes ou fauteuils roulants ; on peut rejoindre le grand bras de la Garonne près des clubs d'aviation ; les sentiers secondaires permettent de s'approcher du canal qui a un petit air de torrent de montagne. Une belle promenade pour ceux qui veulent se sentir en pleine nature sans aller faire un tour en forêt vers les Pyrénées ! Cette zone a le statut d'éco-parc, c'est-à-dire la vocation à devenir un lieu d'expérimentation de l'écologie en ville, grâce à plusieurs associations invitées à s'y investir. Un autre parc de promenade a été aménagé plus près des bâtiments de l'ancienne poudrerie, juste en face du pont d'Empalot : il accueille actuellement une exposition sur la vie de la poudrerie lors de la guerre de 1914-18. ■ X. P.

## ■ COIFFURE

# Solidhair

**C'est bientôt l'été et vous avez envie de couper vos cheveux longs ?**

Vous désirez que cela puisse servir à des personnes atteintes de cancers qui perdent leurs cheveux à la suite de traitements ?

Une association a été créée il y a quelques années « Solidhair ». Elle vend ces mèches à des perruquiers qui fabriquent des prothèses capillaires de qualité.

L'argent ainsi récupéré sert à aider les personnes malades en difficultés financières. Parlez-en à votre coiffeuse ou coiffeur. Vous aurez ainsi la possibilité de contribuer à soutenir une action « solidaire ». ■ N. S.

N.B. : Sur le quartier, le salon Sandrine Barlan, place d'Italie, est déjà partenaire de cette association. <http://association-solidhair.fr>

## ■ DU SPORT À LA MAISON

**Parmi les différentes occupations hebdomadaires, nombre d'entre nous fait du sport. Pour un entretien physique régulier, la Gymnastique Volontaire apporte des réponses intéressantes car elle est adaptée à tous.**

La FFEPGV (Fédération d'Éducation Physique et Gymnastique Volontaire) dès le 20 mars a mis en ligne des séances de sport à faire chez soi dans son salon. Et c'est ainsi que Dominique, Isabelle, Céline, Patricia..., toutes animatrices de GV, font un cours qui n'excède pas 30 minutes et qui permet de continuer à bouger à la maison. Chaque séance propose des options différentes, du stretching, du "cardio", le soin des cervicales, l'équilibre... Tous ces espaces-temps permettent de s'occuper un peu de soi, d'être dans « l'action au lieu de la rumination » (selon Dominique). En espérant que ces séances resteront en ligne, allez donc faire un tour sur internet et tapez sur Google « Sport santé chez soi », vous ne serez pas déçu. Pour les seniors, des séries de fiches d'exercice avec photos ont été envoyées par mail à toutes celles et ceux qui suivaient les cours à la halle des sports (COSEC). ■

## INFOS-MÉDIATHÈQUE DE RANGUEIL

Pour le moment le public ne peut pas encore rentrer pour y lire. Depuis le mardi 2 juin 2020, la Médiathèque de Rangueil est passée en mode Drive c'est-à-dire que pour retirer un, des ouvrages, il faut appeler au téléphone : 05 61 22 24 50. Les ouvrages sont à retirer en après-midi, en entrant par la baie vitrée côté parking. [www.bibliotheque.rangueil@mairie-toulouse.fr](http://www.bibliotheque.rangueil@mairie-toulouse.fr) ■

## BULLETIN D'ABONNEMENT ANNUEL

- J'adhère au Comité de quartier et j'adresse un chèque de 5 € (ordre Comité de quartier de Rangueil-Sauzelong)
- Je soutiens les *Échos de Rangueil*, j'adresse un chèque de 10 € (ordre *Échos de Rangueil*)
- Je prendrai le journal chez un commerçant ou le consulterai sur [echos.rangueil.free.fr](http://echos.rangueil.free.fr)
- Je souhaite être informé par e-mail de la parution des *Échos* sur le web.
- Je souhaite recevoir les *Échos de Rangueil* par portage à domicile 31400 et ma boîte à lettres est accessible à tous.
- Je souhaite recevoir les *Échos de Rangueil* par la poste : 15 €

Nom et prénom ..... Adresse postale .....

Tél. .... E-mail .....

Adressez ce bulletin et vos paiements à *Échos de Rangueil* c/o Chéron - Appt. 111, 21, rue Claude de Forbin 31400 TOULOUSE



# À deux pas de chez moi!



## BOUCHERIE-CHARCUTERIE

### DAVID CANCÉ

Boucherie-charcuterie chevaline  
110, rue Bonnat  
Tél.: 05 61 25 11 47  
www.david-cance-boucherie.fr

### BOUCHERIE CHEZ FABIEN

Viandes labellisées  
24, rue Émile Guyou  
Tél.: 05 61 53 07 67

### BOUCHERIE FALCO-TRISTAN

Viandes Label rouge, volailles  
Centre commercial Albert Bedouce  
Tél.: 05 61 25 32 50

## BOULANGERIE

### LE FOURNIL DE TANTE LÉONIE

82, avenue Jules Julien  
Tél.: 05 61 32 85 57

## RESTAURANT

### LA CUISINE DE JEAN

Cuisine gastronomique du marché  
18, avenue Albert Bedouce  
Tél.: 05 61 25 90 76

### LE KING

Cuisine chinoise et vietnamienne  
43, avenue Jules Julien  
Tél.: 05 61 53 28 25

### LA TABLE DE WILLIAM

90, rue Saint-Roch  
Tél.: 05 67 33 34 99  
latabledewilliam.com

### BOULES & GRILL

Bar-restaurant : grill, pizzas  
Jardin, pétanque  
50, av d'Italie  
Tél.: 05 61 53 89 86

## FLEURS

### ROUGE COQUELICOT

Compositions florales,  
micro-jardinerie  
41, avenue Jules Julien  
Tél.: 05 61 52 95 26

### PARFUMS DE FLEURS

Artisan fleuriste décorateur,  
cadeaux  
69, avenue Albert Bedouce  
Tél.: 05 61 25 45 44

## VINS

### LES VINS DE LA COUR

6, avenue Léon Viala - parking  
Tél.: 05 61 52 86 31

### LA COUR DES VINS

10, avenue Crampel  
Tél.: 05 61 52 92 15  
www.lacourdesvins.fr  
Tél.: 06 88 85 78 54

## TÉLÉVISION

### TÉLÉSAT VENTE, DÉPANNAGE

Télé, antennes, Canal+,  
Électroménager  
Le Floréal - 105, rue Bonnat  
Tél.: 05 61 55 30 26  
Port.: 06 10 49 16 52

## AU MARCHÉ

### L'AVEYRONNAIS

Volailleur-rôtisseur Sylvie Gaben  
Tél.: 05 63 33 36 16 ou 06 83 00 83 61

### FRÉDÉRIC (le mercredi)

Poissons des deux rives,  
« le sourire en plus »

### GUILLAUME RICARD

Fruits et légumes  
Tél.: 06 76 40 51 84

### PATRICE JAUD

Le dimanche, huîtres de Marenne,  
poissons  
Tél.: 06 34 28 57 04

### MILLE & UN FROMAGES

Nathalie artisan fromager  
Tél.: 06 98 58 63 38

## ALIMENTATION

### CARREFOUR EXPRESS

Commerce alimentaire de  
proximité. Métro Ranguel.  
LMMJVS 8-21h, D 9-13h

### AUX 4 SAISONS

Fruits, légumes, vins, épices  
24, rue Émile Guyou  
Tél.: 05 61 53 39 83

### PETIT CASINO JULES JULIEN

LMMJV 8-21h30, S 9-21h30, D 9-20h  
74 avenue Jules Julien  
Tél.: 05 61 52 62 24

### CABAS ET PROVISIONS

Crèmerie, charcuterie, plats cuisinés  
9 bis, avenue Crampel  
Tél.: 05 61 55 40 76

### BRICLER ARTISAN SAURISSEUR

Poissons salés & fumés...  
Brandade, anchoïade. Au marché,  
av. URSS, le vendredi matin

### GRANDEUR NATURE

Alimentation biologique  
21, avenue des Écoles Jules Julien  
Tél.: 05 61 53 95 63

### LA MAISON D'AOURIKA

Primeur, magasin bio, poisson  
9, avenue Crampel  
Tél.: 05 62 26 55 56  
www.lamaisondaourika.com

### LE JARDIN DE POMONE

Bienvenue aux nouveaux  
propriétaires  
20, avenue Jules Julien  
Tél.: 05 61 52 27 04

## VÉLO

### ATELIER BICYCLETTE

Réparation, vente  
33, avenue Crampel  
Tél.: 05 61 47 26 96

## AUTOMOBILE

### CASA MÉCA 31

Entretien, réparation, intervention  
à domicile - 69, avenue d'Italie  
casameca31@hotmail.fr  
Tél.: 05 61 52 20 82

### CARROSSERIE PRESSOIR

Agréé MAIF-MAAF-MATMUT  
22, avenue d'Italie  
Tél.: 05 61 52 56 81

### GARAGE SAINT-AGNE

Mécanique auto  
21, rue Devic  
Tél.: 05 61 25 47 26

## COIFFURE

### CAROLE

Coiffeuse à domicile sur RDV  
pour dames, hommes, enfants  
Tél.: 06 88 48 04 29  
www.coiffeuse-domicile-toulouse.fr

### ELIANE

Coiffeuse à domicile, style afro  
et européen, tresses, extensions  
Tél.: 06 19 17 05 93

### SOFFY COIFFURE (MIXTE)

Avec et sans rendez-vous  
67, avenue Jules Julien  
Tél.: 05 61 52 22 01

### COIFFURE SANDRINE BARLAN

4, place d'Italie  
Tél.: 05 61 52 56 95

### ANAËLLE

Coiffeuse à domicile sur RDV  
Tél.: 06 31 91 48 38

## RÉNOVATION

### PASCAL ANDRES

Maître artisan (peinture,  
papier peint, revêtements)  
14, avenue des Avions  
Tél.: 05 61 32 82 21

### FALGAS RÉNOVATION

Plâtrerie - Peinture - Façades  
Aménagement cuisines et salles  
de bains - Tél.: 06 70 20 01 34

### MIROITERIE DARIO

Vitrerie, menuiserie, alu, PVC  
5, rue Saint-Denis  
Tél.: 05 61 52 48 13

## OPTIQUE

### OPTIQUE MÉTRO RANGUEIL

Opticienne diplômée  
28, rue Claude Forbin  
Lundi au vendredi de 10 h-12 h 30 et  
de 14 h-19 h  
Tél.: 05 61 52 49 36

### ÉRIC COURDY

2<sup>e</sup> paire gratuite pour tous  
39, avenue de l'URSS  
Tél.: 05 61 52 91 29

## IMMOBILIER

### AGEI

Location, vente, achat de biens  
32, rue de Bougainville  
Tél.: 05 34 31 58 88

## SERVICES

### AU FIL DE ROSEAU

Couture sur mesure, retouches  
8, rue des Roseaux  
Tél.: 07 55 61 58 21  
www.aufilderoseau.fr

### MATÉRIEL MÉDICAL DU FLORÉAL

101, rue Bonnat - Tél.: 05 61 52 88 01

### GUY VALETTE SERVICE

Quincaillerie, droguerie, clés,  
Photos, Multi-services  
9h-19h du lundi au samedi  
40, avenue de l'URSS  
Tél.: 05 61 52 92 01

## AQUARELLE

Services à la personne  
13 av. Crampel  
Tél.: 05 61 47 18 84  
www.aquarelle-service.fr

## MENTAL'O

Conseil en orientation scolaire  
et professionnelle  
Carole Rouch  
Tél. 06 11 08 96 74

## DOS PLANET ENERGY

Électricité, logement, bureau neuf  
ou rénovation - Dépannage 7J/7  
7 rue J Richepin  
Tél.: 09 70 90 85 65 ou 06 07 42 99 59  
www.dossovakolo.fr

## ELSA31 - INFORMATIQUE

Assistance et dépannage  
Particuliers TPE-PME  
Port.: 06 73 39 21 79  
contact@elsa31.fr - www.elsa31.fr

## LM ECO PRESSING

105 rue Bonnat (au Floréal)  
Lundi de 14 h à 18 h - Mardi au  
vendredi de 8 h-10 h et de 16 h  
à 19 h - Samedi de 9 h à 13 h  
Tél.: 09 72 86 45 54

## ACTIVITÉ PHYSIQUE

### ATELIER DE DANSE

#### SARAH ROY

Enfants, ados et adultes  
éveil et initiation, contemporain,  
modern' Jazz, barre au sol, bien-  
être du corps...  
20, rue Louis Eydoux 06 86 27 57 89  
www.sarahroy.fr

### AU FIL DE LA DANSE

#### APPRENDRE ET PRATIQUER

Le rock, le cha-cha-cha,  
le tango ou à la valse.  
Maison de quartier de Ranguel  
le lundi à 20 h 15.  
06 44 95 74 19