



Chères amies, chers amis, adhérentes et adhérents,  
Parler dans un même papier de sobriété et de consommation (d'excellents vins au demeurant bio), en pleine période des préparatifs des fêtes de fin d'année, est-ce manifester inconscience, ou provocation ?  
Parler sobriété au moment où nombreux sont ceux (même à Fontaine) qui n'ont tout juste pas les moyens de manger convenablement, de se déplacer facilement ne devient, à notre sens, acceptable, raisonnable, que si on associe pleinement sobriétés et nécessité de davantage de solidarités.  
Dit *sobrement*...  
Michel Mangonaux

### Conférence et dégustation de vin bio le 9 décembre prochain

**Antoine Delaunay nous présentera les vins du domaine de Meix Perthuis.**

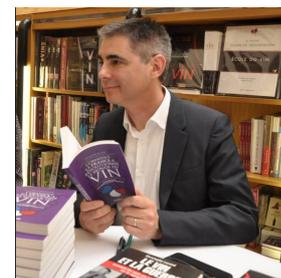
« Situé dans les Hautes Côtes au-dessus de Nuits-Saint-Georges, le domaine de 2,5 ha est issu majoritairement de vignes familiales certifiées Agriculture Biologique depuis 2013. Nous avons volontairement une démarche artisanale et vraie. Nous privilégions la qualité à la quantité afin de conserver la parfaite expression de notre terroir »



Rendez-vous au CAPJ le 9 décembre prochain

**Christophe Lucand et les « appellations d'origine »**

Printemps 1919. Il y a un siècle. La France sort à peine d'une guerre dévastatrice qui a profondément bouleversé le pays, saigné sa population, ruiné son économie et durablement affecté ses valeurs. Alors que le pays accueille à Paris la grande conférence de la Paix qui doit asseoir le nouvel ordre international, le président de la République Raymond Poincaré promulgue une loi aussi inédite qu'inattendue, instaurant une reconfiguration complète des vignobles français.



#### Comité de Direction (Codir) :

|                      |                |
|----------------------|----------------|
| Michel Mangonaux     | Président      |
| Isabelle Maupetit    | Trésorière     |
| Bernard Lachot       | Trésorier Adj. |
| Florent Grandouiller | Secrétaire     |
| Michèle Descreux     |                |
| Michèle Guiraud      |                |
| Gérard Cariteau      |                |
| Jacques Drouhin      |                |
| Bastien Ponnelle     |                |

#### L'association vit grâce à vous

Cotisation (20 € par an) pour :

- . participer à la vie de l'association,
- . recevoir cette lettre de l'AFRA par internet ou en format papier sur simple demande
- . Participer aux ateliers de l'AFRA (peinture ou informatique)

#### Effectuer un don :

- . Pour soutenir durablement votre Association, ses projets, sa communication

#### Sur votre agenda

**9 décembre :**  
conférence et dégustation  
Salle 4, CAPJ

**Assemblée Générale statutaire :**

mardi 21 février 2023



### Événement à Fontaine : le Bal Folk a réuni près de 150 participant.e.s

Le groupe « le Bout du Banc » a animé la soirée avec talent et entrain !

Les chansons de Brassens ont été l'occasion d'un grand moment de bonheur partagé par un nombreux public de connaisseurs.



C'était un peu un pari que d'organiser un bal folk à Fontaine. Le pari est gagné, le public est venu nombreux, de Fontaine et d'ailleurs.  
Les danses en ligne, en cercle ou en couples ont installé une ambiance résolument heureuse.

**AFRA, votre Association (statut « loi de 1901 ») siège social : Centre d'Animation Pierre Jacques**

site : <http://www.fontaine-reflexionaction.fr/>

Courriel : [contact@fontaine-reflexionaction.fr](mailto:contact@fontaine-reflexionaction.fr)

<https://www.facebook.com/Fontaine-R%C3%A9flexion-Action-110564064944284>

Partout, on nous annonce une période qui sera rude pour notre budget. Effectivement, les mois qui s'ouvrent sont synonymes de dépenses énergétiques importantes, qui vont cette année coûter beaucoup plus cher. Ce peut être l'occasion de réfléchir à notre consommation énergétique, pour associer ce problème à un autre qui lui est lié : comment réduire nos émissions de dioxyde de carbone ? L'énergie que nous dépensons vient de deux postes principaux : le chauffage et l'essence. Côté chauffage, deux pistes principales : réduire la température quotidienne, en visant une température de vie d'environ 19°, investir pour mieux isoler le logement. Sur ce point, aller demander conseil à l'agence ADEME de Dijon est une bonne idée, il y a des aides disponibles.



Côté essence, il faut s'interroger sur ses habitudes et sur son véhicule. Marcher à pied plus souvent, investir plutôt dans une petite voiture sobre que dans un gros SUV à la mode, mais fort gourmand. Ou pourquoi ne pas passer au vélo à assistance électrique ?

A chacun de trouver son équilibre, mais en énergie, le mieux pour économiser, c'est de ne pas dépenser...

### Sobriété énergétique et éco-conduite

Gérard Cariteau

La pénurie énergétique qui a suivi la reprise économique après la sortie de la crise Covid et le contexte géo-politique actuel ont eu pour conséquence l'explosion des prix de l'énergie, en particulier celui des carburants. Cette situation nous conduit collectivement et individuellement à adopter une certaine sobriété énergétique.



Il y a 50 ans, lors du premier choc pétrolier, Pierre Messmer, alors Premier ministre, avait décidé de « limiter la vitesse à 90 kilomètres à l'heure sur toutes les routes de France et à 120 kilomètres à l'heure sur les autoroutes. » Aujourd'hui, ce vieux réflexe a réapparu mais le gouvernement a écarté cette solution simple pour ne pas dire simpliste.



**Une conduite sobre du point de vue énergétique, c'est aussi et surtout une conduite apaisée, c'est à dire :**

- > rouler très progressivement pendant les 5 premiers kilomètres (+ 50% de consommation à froid)
- > limiter les arrêts inutiles en anticipant et en levant le pied « au bon moment » : en entrées d'agglomération, en approche d'un panneau « stop », de feux tricolores, etc ...
- > d'adapter sa conduite aux conditions de circulation (trafic, état de la chaussée, conditions météorologiques).
- > arrêter son moteur chaque fois que possible (utilisation du « stop and go » existant sur une voiture récente)

**La sobriété énergétique en matière automobile ne se limite pas au simple acte de conduire. Il convient donc :**

- > d'abord de bien entretenir son véhicule, respecter les fréquences des révisions.
- > de respecter la pression des pneumatiques préconisée par le constructeur.
- > de limiter la charge du véhicule à celle autorisée, ne pas transporter de charges volumineuses sur la galerie

**Gardons présent à l'esprit l'adage bien connu « l'énergie la moins chère, est celle qu'on ne consomme pas » .**

Citons parmi les solutions alternatives :

- > le co-voiturage, en particulier pour les déplacements domicile/travail
- > le report vers d'autres modes de transport en fonction des possibilités et contraintes : la marche à pied, le vélo, les transports en commun.

On le voit, la sobriété énergétique en matière d'automobile est pour beaucoup une question de comportement qui nécessite des actions de sensibilisation, d'information et de formation de la part des pouvoirs publics (Etat, collectivités locales), des associations, des organisations professionnelles ...

Ces actions n'ont d'effet que si les principaux intéressés, les habitants, citoyens avant d'être automobilistes prennent conscience des enjeux présents : la sobriété énergétique et l'éco-conduite participent à la prise en compte de la lutte contre le réchauffement climatique, urgence aujourd'hui reconnue.

