



# LA FEUILLE DE HOUX

S'HOHRODER BLETTLA

AUSSI ÉLEVÉ QUE SOIT L'ARBRE, LES FEUILLES TOMBENT TOUJOURS VERS LES RACINES

## Édito

Chers habitantes et habitants,

La fin de l'année 2024 se profile déjà. La période de l'Avent se prépare, les marchés de Noël ouvrent, pour le bonheur des touristes et des locaux. Moment pour se retrouver autour d'un vin chaud.

A Hohrod, le début de l'Avent sera marqué par la fête de la Saint Nicolas, le vendredi 6 décembre, et sa descente aux flambeaux, suivi du chant des enfants puis d'un temps de partage.

Cet automne, la commune a aussi accueilli l'enduro Kids organisé par l'association Trails Patrol d'Hohrod, qui œuvre auprès des jeunes au développement du VTT. Très belle initiative pour cette association.

Cette année fut marquée, à contrario de l'année 2023, par de forts cumuls d'eau. Les sources ont pu couler sans souci. Le 1<sup>er</sup> ministre, Michel Barnier, a annoncé vouloir ne plus rendre obligatoire le transfert de l'eau potable aux Communautés de Communes. Néanmoins, la CCVM va réaliser un schéma directeur d'eau potable sur l'ensemble de la Vallée. Il permettra d'évaluer les ressources, les besoins en fonction de l'urbanisation existante et future, les différents modes de gestion, et ainsi proposer des plans d'actions pour chaque commune. Un travail nécessaire car la ressource en eau sera et restera un bien universel qui sera de plus en plus convoité.

En parallèle, les guerres se poursuivent en Ukraine, avec le conflit Israélo-Palestinien... une pensée aux civils qui endurent ces combats. D'autres situations politiques risquent d'évoluer avec l'élection de Donald Trump, et ses visions dont l'écologie n'est pas de rigueur, au moment où il faut réagir face aux changements climatiques.

Soyons toutefois heureux et conscients que nous avons la chance d'être épargnés par les catastrophes, et vivons le moment présent en préparant l'avenir.

Bonnes fêtes de Noël à tous, et que le Père-Noël puissent déposer des cadeaux dans chaque foyer.

Votre Maire,  
Matthieu Bonnet

## Les travaux à venir

En 2024, les études de la carte communale ont bien avancé. Des modifications devront être faites afin de pouvoir répondre aux attentes de l'état. Le document final sera soumis à enquête publique au cours du 1<sup>er</sup> semestre 2025. D'autres travaux font l'objet actuellement de demandes de subventions. Dès que les financements des partenaires (Etat, Région et CeA) auront validé les projets, ces derniers pourront débutés. Il s'agit par exemple de la réfection d'une partie de la voirie chemin de la Forêt, de l'aménagement du 1<sup>er</sup> étage de l'espace « La Grange » pour accueillir une profession libérale, de la suppression des priorités à droite ou encore l'acquisition de radars pédagogiques pour la traversée d'Hohrodberg.



DECEMBRE 2024,  
N°57

### DANS CE NUMÉRO :

Edito.....

Les travaux

Les déchets

Danger avec le monoxyde de carbone

Bredala....  
CROQUETS

Dates à noter

L'Antigym  
A découvrir en page annexe

### A RETENIR

- **Le maire vous écoute:**

Sur rendez-vous  
ou par mail:  
[mairie@hohrod.fr](mailto:mairie@hohrod.fr)

- **Volontaires pour améliorer la qualité de vie inscrivez-vous**

- **Pompiers 18**

- **Prochain numéro de La Feuille de Houx: Début mars**

- **Utilisez Trans Vallée: 0389773366**

**Diminuez votre vitesse  
Pensez aux piétons!**



## Événements à venir

### Fête de la St Nicolas

Le 06 décembre, 18h30 au Bergbrochen, 19h place de la Mairie

### Sapeurs-Pompiers de la Petite Vallée (Hohrod-Stosswihr- Sultzeren)

Passage en décembre avec le calendrier 2025

### Dimanche des aînés

Le 19 janvier 2025 à partir de 11h30 à l'espace 'La Grange'.

## Les Déchets

La collecte des biodéchets se fait depuis novembre 2023 au sein des abris-bacs situés aux points d'apports volontaires. Cette obligation de déploiement a permis, depuis le 1<sup>er</sup> janvier, de détourner 238 Tonnes des ordures ménagères sur la Communauté de Communes. Sur Hohrod, il s'agit d'environ 13 kg/hab de biodéchets collectés, qui ont permis de faire du biogaz par méthanisation et de ne pas être incinérés dans le chauffage urbain de Colmar. Les dispositifs de pré-collecte (bioeaux) sont disponibles à la mairie. Suite au changement de prestataire des ordures ménagères, et afin de maîtriser les coûts, une optimisation a été faite par la nouvelle société SEPUR.

A compter du **1<sup>er</sup> décembre**, Hohrod sera collectée le **vendredi matin au lieu du lundi après-midi, toujours en semaine paire.**

La CCVM a engagé la démarche obligatoire du Programme Local de Prévention des Déchets Ménagers et Assimilés (PLPDMA). Il formalise des objectifs en listant les actions à mettre en œuvre afin de réduire les déchets. Une consultation publique aura lieu du 26 novembre au 19 décembre, disponible sur le site internet de la CCVM.

### Déneigement

Si les routes et les rues du village sont déneigées par le département et la commune,

**chacun est cependant sollicité pour débayer devant sa propriété**

pour permettre à tous de circuler en sécurité et au facteur de déposer le courrier.



## Bredalas... CROQUET'S

300g de farine  
125g sucre semoule  
10 sucre vanillé  
1 pincée de sel

10 g de levure chimique  
Bien mélanger les poudres.

Rajouter 1 œuf, 100g de crème fraîche, 70 g de beurre ramolli.

Faire une pâte, laisser reposer 2h au frais.

Faire des boules d environ 15g

Ecrasez avec une fourchette en quadrillant .

Cuisson +/- 20mn à 160 degrés.

Recette des années 50 de grand-mère Mathilde, réalisée par la pâtisserie WILLY



## Les risques liés à l'hiver

### Les feux de cheminée

- Danger d'**asphyxie**
- **Risque de propagation** de l'incendie à l'habitation et aux voisins



#### Principales précautions

- Faire **contrôler les installations** par des professionnels
- Ne brûler **que du bois sec**
- En cas de départ de feu, **évacuez** les lieux et **appelez les pompiers**



### Le monoxyde de carbone

- Ce gaz indétectable peut être **mortel en une heure**
- **Maux de tête, nausée, vomissements, vertiges** sont généralement les premiers symptômes d'une intoxication



#### Principales précautions

- Faire **contrôler les installations** par des professionnels
- **Aérer** régulièrement votre logement
- En cas de symptômes d'intoxication, arrêtez vos appareils à combustion si possible et appelez les secours



## La beauté est dans les yeux de celui qui regarde

Oscar Wilde

## Journal de la Commune de HOHROD

Adresse  
12 rue principale  
68140 HOHROD

Téléphone : 03 89 77 36 52  
Mail : mairie.@hohrod.fr  
Site: hohrod.fr

Directeur de la publication: Matthieu BONNET, maire  
Rédaction: commission Communication

## Association 'Les chemins de Querencia'

Une exploration de soi à *La Grange* d'Hohrod : invitation à découvrir l'Antigym.

Chaque jeudi matin de 9h30 à 11h, *La Grange* d'Hohrod accueille des séances d'Antigym proposées par l'association *Les Chemins de Querencia*. Dans un cadre bienveillant et sans aucune notion de compétition, vous êtes invités à rencontrer votre corps à travers le mouvement.

### Qu'est-ce que l'Antigym ?



Développée dans les années 1970 par la kinésithérapeute **Thérèse Bertherat**, cette **méthode de bien-être** propose une approche douce et respectueuse du corps. L'objectif est de vous permettre de mieux le connaître et l'habiter.

Les bénéfices sont nombreux : diminution des **douleurs au dos**, relâchement des épaules et de la nuque, libération de la respiration, sensation de vitalité renouvelée, amélioration de la souplesse articulaire et de la posture générale du corps.

C'est Mickaël Sondag, originaire de la Vallée de Munster et praticien certifié, qui vous accompagne dans cette exploration. Il a été formé en 2015 par Marie Bertherat, la fille de la fondatrice - et vous guide aujourd'hui dans cette pratique.

### Une approche pour tous, sans distinction



L'Antigym n'est **ni un sport, ni une thérapie, ni un entraînement musculaire intensif**. Il s'agit d'une approche inclusive et douce, accessible à tous, quels que soient votre âge ou votre condition physique.

Dans les séances animées par Mickaël Sondag, chaque participant est invité à explorer les mouvements à son rythme. Ce sont des mouvements subtils et précis, qui permettent de découvrir ou redécouvrir des parties du corps souvent oubliées, sans jamais forcer ni manipuler.

Ici, nul besoin de force ou de performance : il s'agit de ressentir et d'écouter son corps.

### Des bienfaits qui se vivent seul... et en groupe

L'antigym est une pratique individuelle : rien à voir avec un cours de danse, puisque chacun pratique pour soi, en étant **centré sur ses propres mouvements**.

Néanmoins le groupe a un rôle important. La bienveillance des uns et des autres, lorsque l'on s'exprime à propos d'un ressenti ou que l'on pose une question, permet **de travailler en confiance et en détente**.

La joyeuse équipe du jeudi matin est composée d'habitants de notre village, mais aussi de personnes tellement convaincues par la méthode qu'elles viennent de Colmar pour participer à ces séances. En effet, l'Alsace ne compte que deux praticiens d'Antigym... et la France une centaine.

### Opportunités de pratique dans la Vallée de Munster

à **Hohrod** : Tous les jeudis (hors congés scolaires) de 9h30 à 11h.

à **Luttenbach** : Une fois par mois, l'association organise un stage d'une ou deux demi-journées (dates annoncées par email).



L'association propose aussi des cours d'Aïkido à Luttenbach et à Muhlbach, une voie très différente mais complémentaire, pour approcher le fonctionnement optimal de notre corps humain.

**Pour plus d'informations, contactez Mickaël Sondag** : 07 55 62 81 45 ou [mickael@la-lettre-du-corps.fr](mailto:mickael@la-lettre-du-corps.fr) - <https://la-lettre-du-corps.fr/>