

# INSEME

*Per a cummunicazione, a fraternita e a fede*

## Éditorial

### La peur, un sentiment qui ne nous lâche plus

Pascale Chauveau

Que ceux qui ont un intérieur bien douillet se réjouissent, car les mois qui arrivent risquent de nous contraindre à y rester plus que prévu. Après le coronavirus, c'est au tour de la météo de dégoûter quiconque de mettre le nez dehors. La dernière tempête s'appelle Alex, et a répandu sur la France son lot de pluie, vent, grêle, semant sur son sillage tristesse et désolation. Après le « restez chez vous », et le « sortez masqué », voici le « tous aux abris ! ».

A condition toutefois que l'abri en question ne soit pas trop près de la mer ou d'un rivièrè. Car les cours d'eau riquiquis et quasiment taris par un été de sècheresse, sont devenus des torrents incontrôlables et dévastateurs. A ceux qui hésitent encore à se barricader entre leurs murs, on annonce l'arrivée imminente d'un prochain ennemi : la grippe saisonnière.

La bonne nouvelle, c'est qu'on peut enfin oublier la menace estivale d'attaque par le moustique tigre, porteur de dengue et de chikungunya.

Sommes-nous condamnés à vivre éternellement dans la peur ? Depuis deux décennies, le terrorisme qui frappe à l'aveugle avait commencé à faire jaillir en nous ce sentiment désagréable que la mort peut nous attendre à chaque coin de rue. Ajoutons les mises en garde contre les dangers supplémentaires de devenir diabétique ou obèse, d'être victime d'un accident de la route, d'un AVC, de devenir chômeur, donc dépressif, donc suicidaire, sans parler des ravages annoncés de la 5G.

La peur, la crainte, l'inquiétude ou l'anxiété sont devenues endémiques dans la société. Mais pas cette peur spontanée, et généralement transitoire, qui vous place en situation de vigilance, vous rend attentif et prudent, et vous permet de réagir avec justesse quand la menace arrive. Non, il s'agit désormais d'une peur instillée par des messages émanant des gouvernants, des médias, des réseaux sociaux, qui devient irraisonnée, amplifiée, exagérée.

La peur n'est plus une réaction à situation objective, mais une anxiété malade logée à l'intérieur de l'âme, qui empêche de se lancer avec passion et joie dans les actions, rend les gens timorés, voire lâches. Qui mine la société, nous empêche de vivre librement, de cultiver l'amitié, l'invention au quotidien, le partage, en nous conduisant à voir dans l'autre un contaminé, un pestiféré, à l'instar des sorcières d'antan. Contre la peur, il n'y a qu'un seul remède : le courage.

## Sommaire

- 1 - Editorial
- 2 - Célébrations / Chacun son chemin de croix / Mariages, Obsèques /
- 3 - Billet spirituel : Laudato si, mi Signore / Batti et Compliqué
- 4 - The Med Raid
- 5 - Francesco Colonna, graine de champion / Vico : Clape
- 6 - Conférence sur la non-violence au collègè
- 7 - Elisa et Sarah intègrent l'équipe de France d'équitation
- 8 - Bien être : l'instant Thé
- 9 - Le menhir d'Appricciani / Calendrier

# CÉLÉBRATIONS EN OCTOBRE 2020

## SECTEUR DEUX SORRU / SEVI IN GRENTU

**Vendredi 2 : VICO EHPAD** 15h Messe

**Samedi 3 :** Notre Dame du Rosaire : **COGGIA** (St Jacques) 15h  
**SOCCIA** 16h

**Dimanche 4 : COUVENT** messe à 10h30 au cours de laquelle le Père Charles Eko sera installé comme Curé modérateur de notre secteur inter paroissial. Messe présidée par le Vicaire général.

**Jeudi 8 : Santa Reparata COGGIA** 15h

**Vendredi 9 : VICO EHPAD** 15h Prière

**Samedi 10 : SAGONE** 17h

**Dimanche 11 : COUVENT** 9h30 ; **EVISA** 11h

**Vendredi 16 : VICO EHPAD** 15h Prière

**Samedi 17 : BALOGNA** 17h ; **ORTO** 11h Messe anniversaire décès de Madeleine Rutily

**Dimanche 18 : COUVENT** 9h30 ; **LETIA ST MARTIN** 11h

**Vendredi 23 : VICO EHPAD** 15h Prière

**Samedi 24 : COUVENT** 14h30 Rencontre des Conseils Paroissiaux (à confirmer)

**Dimanche 25 : COUVENT** 9h30 ; **VICO** 11h **COGGIA** 17h

**Vendredi 30 : EHPAD VICO** 15h Prière

**Samedi 31 : Bénédiction cimetière**

**APPRICCIANI** 10h ; **NESA** 11h ; **POGGIOLO** 17h

**GUAGNO les BAINS** 10h

**Samedi 31 : Toussaint**

**SOCCIA** 15h ; **ORTO** 16h ; **SAGONE** 17h

**Dimanche 1er novembre : Bénédiction cimetière**

**CHIGLIANI** 10h ; **LETIA ST ROCH** 11h ; **CRISTINACCE** 10h

**MURZO** 15h

**Dimanche 1er novembre : Toussaint**

**VICO** 11h ; **LETIA ST Martin** 10h ; **EVISA** 11h ; **MURZO** 15h

**BALOGNA** 15h

**Lundi 2 novembre : Défunts**

**GUAGNO** 11h ; **RENNO** 11h ; **MARIGNANA** 11h ; **COGGIA** 15h

**Lundi 2 novembre : Bénédiction cimetière**

**ARBORI** 11h

Les messes des 31 octobre, 1er et 2 novembre seront suivies de la bénédiction du cimetière.

Journée avec le groupe du Renouveau Charismatique d'Ajaccio le 18 octobre : messe à 11h à Letia St Martin puis reprise à 14h au Couvent de Vico avec louanges, enseignement sur la vie de Marie, chapelet médité et confession.

## Chacun son chemin de croix

Michel Franceschetti

Chacun son chemin de croix. Les vols et les destructions sont de plus en plus importantes dans les églises françaises. Nos villages espèrent en être protégés. Or, voici quelques années, une partie de la décoration de l'église Saint Siméon a été enlevée. Certaines familles poggiolaises en possèdent des morceaux. Seulement, ne vous affolez pas : tout a eu lieu de façon légale et publique.

Les murs de l'église étaient ornés par les quatorze tableaux du chemin de croix qui est destiné à permettre aux fidèles de communier aux souffrances et à la mort du Christ.

Depuis 1897 où ils avaient été achetés par la fabrique (le conseil paroissial), des panneaux décoraient l'intérieur de l'église. Mais ce style très conventionnel, sulpicien, datait de plus en plus. La toile de ces tableaux se détériorait et partait parfois en lambeaux. encore d'autres travaux d'embellissement à venir.

Et, intelligemment, au plus de jeter au rebut les anciens panneaux, ils furent distribués à l'occasion d'une tombola. Ainsi, depuis 1999 ou 2000, des familles poggiolaises en possèdent certains exemplaires.

Si vous en connaissez, pourriez-vous nous envoyer des photos de ces témoins d'un ancien temps?

## Mariages célébrés dans le canton en septembre 2020

**COGGIA : Corail BERTHE / Alexandre COLOMBANI**

**GUAGNO : Maria-Francesca ANDREOTTI / Ghjuvanbattista ARRIGH**

## Obsèques célébrées dans le canton en septembre 2020

**COGGIA : Etienne CAVIGLIOLI**

**VICO : Joseph-Marie (José) PANCHETTI**

**SOCCIA : Padoue-Antoine DEFRANCHI**

## Billet spirituel

# «Laudato si, mi Signore»

Francois-Aimé Arrighi

L'encyclique du pape François sur l'écologie intégrale marque un tournant «vert» dans l'histoire de l'Eglise avec une parole du Magistère social qui dénonce les maltraitances infligées à l'environnement par une partie de l'activité humaine. Celle-ci, basée sur la logique du profit grandissant au détriment de la planète, contribue activement à l'appauvrissement continu des ressources naturelles par leur exploitation effrénée et par l'augmentation inquiétante des sources de pollutions et constitue un péril sans précédent qui semble désormais inexorable. Le message du pape rappelle que la faune, la flore mais également l'humanité, principalement les populations les plus pauvres et les plus fragiles, sont les premières victimes de cette logique économique dénuée de tout principe éthique. L'engagement de chacun de nous est vital et il n'y a pas de petit geste pour sauver «notre maison commune». Chacun, individuellement et collectivement, porte sa part responsabilité dans cette œuvre indispensable du prendre soin de notre «mère la terre». Les puissants du monde politique et économique sont d'autant plus concernés par cette charge dont nul ne peut se dédouaner. Saint François d'Assise, dont la vie évangélique est un témoignage vieux de 9 siècles mais au combien d'actualité continue d'inspirer le saint Père qui a choisi symboliquement son nom lors de son accession au trône de Pierre. C'est ainsi qu'il inscrit son apostolat dans la diffusion d'un appel radical au retour à l'esprit de simplicité. Espérons que cet appel, pour le moins à contre-courant dans une société basée sur la consommation, trouve un écho favorable en Corse où la présence franciscaine a imprégné les mentalités pendant plusieurs siècles de présence. Les grands-parents, les anciens, ont certainement un rôle de transmission et d'éducation à remplir auprès des plus jeunes pour les aider à trouver l'essentiel dans la simplicité au-delà du superflu ambiant. Puisse Dieu, par l'intercession de saint François, nous aider à prendre conscience de la richesse de la création qu'Il nous a confiée pour nous permettre de vivre dans un esprit de simplicité, de responsabilité et de partage fraternel.

## Batti et compliqué

Marie-Antoinette Colonna de Leca

*Batti habite à Létia Saint Roch et cet été, je l'ai rencontré avec son pigeon, "Compliqué". Depuis il a fait une bonne rentrée en 6ème au collège de Vico.*

**MA : Comment est arrivé Compliqué dans ta vie ?**

**Batti :** Mes parents l'ont trouvé dans une maison où travaillait Lætitia à Coggia. Sa maman était morte.

**MA : Depuis combien de temps as tu ton pigeon ?**

**Batti :** Je l'ai depuis 2 mois.

**MA : Que fais-tu avec Compliqué ?**

**Batti :** Je lui parle, je lui apprends à faire des choses.

**MA : Il te reconnaît à ta voix? Explique-nous.**

**Batti :** Oui, il me reconnaît à ma voix parce que c'est moi qui le nourrit et qui lui donne à boire.

**MA : Comment fais-tu avec tes chiens et ton pigeon ?**

**Batti :** Les chiens se sont habitués au pigeon mais il faut que je fasse gaffe aux chats.

**MA : Comment tu feras en reprenant le chemin du collège ?**

**Batti :** Dès que je rentre je lui fait un bisou pour qu'il me voit.

**MA :** Félicitations à Batti pour cette belle histoire entre un adolescent et son pigeon.



# The Med Raid

Recueilli par Annie Abbamonte

*L'Association « Med in Corse » a été fondée il y a deux ans par Vincent Brutchi alors qu'il était étudiant en 3ème année de médecine. Cette association a réuni cet été 17 jeunes étudiants en médecine. A bord de quatre zodiacs, ils ont navigué sur la côte ouest sud Corse, de Bonifacio à Ajaccio, pendant une semaine du 31 août au 6 septembre 2020, afin de faire de la prévention contre les risques liés au soleil, sans protection.*



**AA : Pourquoi ce périple et au profit de qui ?**

**Charles :** Vincent avait envie de s'investir en Corse, il est originaire de Valle d'Alesani. Un défi sportif sur la mer en bateau le tentait assez et c'est tout naturellement qu'il a opté pour une « mission d'information », sur les plages de Corse. Nous avons contacté Catherine Riera, présidente de l'Association « La Marie-Do » que vous connaissez bien dans la région, qui a répondu de façon favorable à cette démarche.

**AA : Comment cela s'est-il passé ?**

**Charles :** Nous avons, comme l'avait fait Vincent pour la première édition, cherché des sponsors, d'abord pour les produits solaires, Avene, Bio-derma, Casanera, Niu... puis les stations essence Vito nous ont donné des bons d'essence afin de ravitailler les zodiacs. La Société Dermatologique de France nous a aussi aidé dans l'élaboration des flyers et des messages de prévention.

**AA : Et ensuite comment avez-vous effectué votre mission ?**

**Capucine :** Nous arrivions le matin avec les zodiacs, puis on installait le stand, avec les crèmes solaires, les prospectus, les drapeaux... Le but était d'informer et de sensibiliser les gens présents sur la plage des risques, tels que le mélanome, liés à l'exposition au soleil. Nous étions dans une démarche de protection et de dialogue, et les personnes présentes étaient de notre point de vue très réceptives.

**AA : Je suppose que les zodiacs avaient aussi un coût.**

**Chiara :** Les zodiacs ont été loués et payés par notre association.

**AA : Je crois que vous avez aussi récolté de l'argent. De quelle façon ?**

**Chiara :** Parallèlement à la démonstration et la distribution de produits, nous avons organisé une tombola avec de nombreux et beaux lots offerts par les sponsors. Le 1er lot était un billet d'avion offert par Air Corsica. La vente des billets a reçu un très bon accueil de la part des vacanciers et de la part des commerçants. L'argent récolté a été intégralement reversé à l'association La Marie-Do.

**Capucine :** Catherine Riera a remis à Vincent un « cœur d'or » de La Marie-Do qui salue chaque année une initiative qui les a touchés.

Pour en savoir plus sur cette mission, rendez-vous sur Facebook et tapez : the med raid.

**AA : Merci à vous, Capucine, Chiara et Charles et rendez vous est pris pour une nouvelle aventure l'année prochaine.**

## Balogna :

### Francescu Colonna, graine de champion

Pascale Chauveau

La rentrée prochaine aura une saveur particulière pour le jeune Francescu Colonna. A 13 ans, et après avoir été repéré à un stage de foot-ball auquel il participait en octobre dernier, et subi de nombreux tests tout au long de l'année, il intégrera un cycle sport-études de deux ans en Pôle Espoir Corse au CLJC (Centre Jeunesse Sportive Corse) d'Ajaccio.

Pourtant, c'est la boxe que Francescu avait commencé à pratiquer avec son oncle, jusqu'à ce qu'il assiste à un entraînement de foot auquel s'adonnait son grand frère. « C'est devenu une passion, et aujourd'hui je n'envisage pas faire autre chose de ma vie », affirme-t-il avec une détermination qui n'a pas échappé aux recruteurs de la Fédération Française de Foot-ball. Et quand on lui demande qui est son idole, Francescu répond avec assurance : « Lionel Messi, c'est le plus, plus, plus ! Il joue à peu près comme moi, on a le même style de jeu ». Au poste de milieu offensif, son rêve absolu serait d'intégrer le club de Barcelone, mais pour l'heure il reste fidèle à son club d'origine, le GFCA, avec lequel il continuera à jouer les matchs chaque week-end, en catégorie U14.

Et si dans son entourage la fierté prédomine, Francescu n'oublie pas pour autant d'exprimer sa reconnaissance à son père, qui l'a accompagné inlassablement aux entraînements et aux matchs en Corse et sur le continent, à sa mère pour son soutien psychologique, et à ses coachs de cette saison et de celles d'avant, qui l'ont tous porté jusqu'à cette sélection qu'il désirait tant.

## Vico :

### Clape, un service dédié aux enfants et aux parents

Pascale Chauveau

Ce lundi 7 septembre, la jeune association Clape-Corse (Cars et Lieux d'Accueil Parents Enfants ) tiendra une permanence, de 13h30 à 18 heures, à la salle du conseil municipal de la mairie de Vico. Une équipe qualifiée, composée de professionnels de la petite enfance (pédopsychiatres psychologues, orthophonistes, psychomotriciens, enseignants spécialisés), y recevront les enfants de 0 à 6 ans, accompagnés d'un adulte. La visite à ce lieu de rencontre, d'écoute et de parole, est anonyme et gratuite.

L'objectif principal de l'association est la prévention précoce des difficultés éducatives, psychiques et relationnelles, des difficultés scolaires et de l'illettrisme. Outre le dépistage de troubles divers, l'association propose un dispositif d'accompagnement adapté à l'environnement, avec une attention particulière pour les zones géographiques les moins équipées.

Chaque semaine, excepté pendant les vacances scolaires, le lieu d'accueil pourra devenir un lieu de répit, pour lutter contre l'isolement social, proposer une guidance infantile et un soutien parental. Et éviter l'apparition ou l'aggravation de nombreuses pathologies sociales ou médicales. D'autres projets : café-parents, cinéma, seront régulièrement mis en place.

Le Docteur Annie Smadja, pédopsychiatre et présidente de l'association Clape-Corse, sera présente ce lundi à Vico, avec son équipe de bénévoles, mais aussi le vendredi après-midi à la salle des fêtes de Piana, et le mercredi après-midi à la Casa di Associ de Tiuccia.

Venez nombreux et n'hésitez pas à communiquer sans modération !

Infos & calendrier

Tél : 07 83 00 72 93

clapecorse@gmail.com

Facebook : CLAPE Corse

Site : <https://clapecorse.wixsite.com/accueil>

**Vico :**

## **Conférence sur la non violence au collège**

Pascale Chauveau

Vendredi après-midi, le collège de Vico accueillait les frères Bernardini pour une conférence sur la non-violence, à laquelle ont assisté toutes les classes, et qui a largement débordé des deux heures initialement prévues.

Pour l'orateur, Jean-François Bernardini, le discours est parfaitement rôdé. Depuis la création de sa fondation Umani en 2002, le développement de la culture de la non-violence fait partie de ses grands chantiers, et près de 500 conférences ont déjà eu lieu dans les collèges et lycées en Corse et sur le continent, grâce à un agrément avec l'Inspection Académique.

Face aux jeunes, il fait figure à la fois de père, grand frère, ami et confident. Sans tabou, il décortique les mécanismes de la violence physique ou verbale, le harcèlement moral, les envies de suicide, les dangers d'internet et des réseaux sociaux, les féminicides, et évoque aussi l'hygiène alimentaire, le réchauffement climatique et l'écologie. Il cite Gandhi, Martin Luther King, et Marshall Rosenberg. Développe sur la Mafia et les sirènes d'une vie facile, « qui donnent l'illusion d'entrer au Paradis alors qu'on tombe en enfer ».

Ses propos sont illustrés par de nombreuses histoires vraies, auxquelles chacun dans l'assistance peut s'identifier. Il va jusqu'à brandir les peluches d'un chacal, « un animal mauvais qui ne se nourrit que de charognes », d'une girafe, « l'animal au monde qui a le plus grand cœur », et enfin d'un mouton, « qui a peur et ne prend aucun risque ». Le discours se fait parfois simpliste : « dans la vie, on peut choisir d'être l'un ou l'autre de ces animaux. Le chacal n'est pas méchant mais il est malheureux. Etre mouton ce n'est pas être innocent, s'il y a non assistance à personne en danger. Etre girafe permet de réussir sa vie amicale et professionnelle ».

L'instant d'après, les propos deviennent plus cash, plus crus. Par moment, des réactions d'émotion dans l'assistance laissent supposer qu'ici aussi, il y a des victimes en souffrance. A tous, il laissera au moment de conclure un numéro de portable, accessible uniquement par SMS.

« Après les conférences, les jeunes laissent des centaines de messages, qu'ils soient victimes ou bourreaux », confirme Alain Bernardini, qui accompagne son frère à toutes les conférences. « C'est très émouvant, et cela a permis parfois de désenclaver des situations fortes et de réaliser des petits miracles ». Il ajoute que « le discours de Jean-François, avec son parler vrai, plus personne ne l'a, même dans les familles ».

Pour Laurent Bourgaut, principal du collège, « c'est un message humaniste qui a été distillé aux jeunes générations, sur le respect de l'altérité de l'autre, et qui a permis un moment de partage et de cohésion entre toutes les classes ». « La non-violence, ça s'éduque », concluait Jean-François Bernardini. « Je veux juste débrancher la mauvaise prise et rebrancher la bonne pour reconnecter les jeunes avec leur vraie nature, car la violence n'est pas notre vraie nature ».

## **Rentrée arts créatifs et scrabble**

L'atelier cartonnage reprend le vendredi 9 octobre au Couvent de Vico à 14h et aura lieu tous les vendredis.

L'atelier Scrabble a repris. Il aura lieu tous les lundis à 14h30 au Couvent.

**Vico - Sagone :**

## **Elisa Fieschi et Sarah Rovina intègrent l'équipe de France d'équitation western**

Pascale Chauveau

C'est la récompense de plusieurs années de travail, de patience, et de persévérance. A tout juste 13 ans et 15 ans, Sarah Rovina et Elisa Fieschi ont été sélectionnées en équipe de France western AQHA (American Quarter Horse Association), et ont participé à ce titre à la prestigieuse « Youth World Cup » qui se tenait à Paris dans le courant de l'été.

Mais il faudra attendre encore plusieurs semaines pour connaître les résultats de ce championnat d'Europe auquel participaient 15 nations : mesures sanitaires obligent, un seul juge était présent pour contrôler le bon déroulement des épreuves, et les captations vidéos ont été envoyées aux Etats-Unis, pour l'arbitrage définitif des juges.

Très sereines, les deux jeunes filles ont en ligne de mire les championnats du monde, qui se tiendront au Texas en 2022.

L'envers du décor, ce sont les sacrifices consentis par les familles, pour financer les frais liés aux compétitions. « Le budget total pour le championnat d'Europe se montait à 5000 € pour chaque cavalière », précise Elodie Fieschi, la mère d'Elisa. « Il a fallu payer les billets des filles et des chevaux, leurs pensions sur place, mais aussi les entraînements spécifiques prodigués par Christophe Kayser, un coach venu des USA. » Sachant que l'engagement en équipe de France dure trois ans, et nécessitera de nombreux entraînements et compétitions sur le continent, les familles multiplient les initiatives pour collecter des fonds. Soirées au ranch de Sagone, ventes de gâteaux, cagnotte Paypal, et une demande de subvention à la Collectivité qui pourrait leur être accordée en tant que sportives de haut niveau. « Le ranch a financé les 2 000 € de billets pour les chevaux, les mairies de Cargèse et Vico, et de nombreux commerçants et particuliers ont fait des dons », souligne Elodie Fieschi. « Cela fait plaisir de constater que toute la région se mobilise autour des filles ».

### **Le ranch de Sagone, pépinière de talents**

Créée en 1968 par la famille Gaffory, la ferme équestre de Sagone s'est longtemps contentée de proposer des balades équestres en période estivale. Il y a 20 ans, Pierre-Toussaint Gaffory et sa compagne Floriane reprennent l'affaire familiale, et lui donnent une nouvelle envergure. Très vite, beaucoup d'enfants scolarisés dans le canton viennent y pratiquer l'équitation et s'initier aux traditionnels « galops ». Spécialisée dans l'entraînement de chevaux de courses, Floriane s'intéresse alors à l'équitation western et suit une formation spécifique : « la pratique me plaisait, et en plus cela colle parfaitement avec le cadre. Par ailleurs, l'équitation western propose un grand choix de disciplines différentes, et les jeunes accrochent plus vite ». « Barrel », « Pole bending », « tri de bétail »,... le show proposé chaque année au ranch plonge le public dans une ambiance far-west spectaculaire.

La discipline pour laquelle Elisa et Sarah ont été sélectionnées est le « raining », une forme de dressage très pointu, avec un parcours imposé tiré au sort, qui demande de réaliser des figures compliquées. Par exemple le « sliding stop », au cours duquel le cheval doit faire un arrêt glissé, quasiment assis, en faisant pédaler ses pattes avant. Ou encore le « roll-back », qui consiste à faire un demi-tour parfait en sautant, avant de repartir au galop. « Sur 7 membres que compte la nouvelle équipe de France, 2 sélectionnées viennent du ranch de Sagone, c'est le top ! », se félicite Floriane. « Elles ont commencé l'équitation avec nous à l'âge de 4 ou 5 ans, et même si elles sont encore jeunes, elles ont déjà la maturité pour aborder des compétitions internationales. C'est une grande fierté pour le club qui travaille depuis quelques années pour amener notre équipe au plus haut niveau ».

Elle-même participe à de nombreuses compétitions, et était sacrée championne de France il y a deux ans. Le ranch possède 70 chevaux et autant d'adhérents, en majorité des jeunes filles.

Nathalie Prévost - infirmière - relaxologue



*Dans cette rentrée comme toujours rapide et bousculante, je me suis accordée une expérience zen inédite que j'ai eu envie de partager avec vous : une dégustation Gaiwan.*

Comme vous, j'apprécie les pauses thé pour le goût et les nombreux bienfaits de ce breuvage : stimulant, antioxydant (il permet de lutter contre les maladies cardiovasculaires), anti rides, anti stress... Mais il a fallu que je rencontre Garance, experte en art du thé, pour en faire un temps de méditation pleine-conscience. A l'origine, la jeune femme devait pour ses études développer un projet de création d'entreprise. "L'univers raffiné et sensoriel du thé m'a très vite captivé et s'est placé au cœur mon travail", m'explique-t-elle. Quelques années et une formation plus tard, Garance envisage de créer un salon de thé pas comme les autres à Ajaccio. Et me propose de tester une dégustation en pleine conscience.

Ma première découverte est visuelle et esthétique. Le gaiwan, un bol en délicate porcelaine chapeauté d'un couvercle, est né sous l'ère Ming. La porcelaine conservant peu la chaleur, j'apprends qu'il est destiné aux thés les plus fragiles : primeurs, thé blancs, thés verts... Je choisis un oolong, thé légèrement fermenté qui ne m'empêchera pas de dormir. Après un rinçage à l'eau chaude du gaiwan ainsi que des tasses grandes comme des dés à coudre, Garance remplit la moitié du bol avec les feuilles de thé enroulées sur elles-mêmes. Au contact de la chaleur, elles dégagent déjà un parfum subtil. Garance m'invite à utiliser tous mes sens pour capter chaque détail : au début, le bruit des ustensiles placés sur un petit plateau de bambou, de l'eau chaude qui coule lorsqu'elle la verse d'un geste lent et sûr... Elle me précise qu'il n'y a pas besoin de chercher à tout prix, mais juste de revenir à soi et être attentive à ce que mes sens captent.

La première infusion dure 15 secondes. Garance me tend le gaiwan tiède et je soulève le couvercle pour humer. Pour l'instant, je sens... du thé ! J'observe que les feuilles se sont un peu ouvertes. Elle verse dans ma tasse minuscule la "liqueur", d'un jaune assez clair, tirant sur le vert. Comme en oenologie, les sommeliers du thé ont un vocabulaire très précis. L'arôme, la texture en bouche (âpre, moelleuse, rugueuse...), l'olfaction directe (nez) et indirecte (bouche)... Je me concentre. C'est frais, léger... Des images apparaissent. Cette dégustation me renvoie au jardin, à l'odeur d'une pelouse qui vient d'être arrosée.

Deuxième infusion : la liqueur est jaune dorée. Cette fois mon cerveau limbique, centre de la mémoire olfactive, joue le jeu instantanément. Je ne suis plus seulement en train de boire du thé. Je bascule dans un nouvel univers. Je pars en promenade dans un sous-bois en début d'automne où les feuilles mortes commencent à peine à se décomposer...

Troisième infusion. Les feuilles sont complètement ouvertes. La liqueur est jaune très clair et son arôme, lorsque je la bois, me renvoie aux pétales de rose Queen Elisabeth flétris dans le jardin de ma grand-mère. A la fin de l'expérience, je me sens véritablement détendue, l'esprit clair et posé. Je suis impressionnée. Avec peu de matériel, de temps et juste une belle connexion à soi pour exécuter chaque geste en conscience, ma pause thé est devenu une vraie séance de relaxation. Et je pourrais la reproduire à la maison aussi souvent que je le souhaite. Ou revenir dans son salon / comptoir de thé.

**Garance vous reçoit du mercredi au samedi de 15h à 19h à L'Hermine - Galettes Bretonnes pour déguster ou acheter les thés Théodor, rue San Lazaro à Ajaccio. Atelier Gaiwan sur rendez-vous. Rens.: 04 95 22 54 10.**

## Le menhir d'Appricciani

Jean-Martin Tidori

On doit son inscription aux Monuments Historiques à Prosper Mérimée. L'auteur de Colomba fut le premier conservateur des monuments historiques en Corse. Il nota dans « Notes d'un voyage en Corse », qu'en 1840 lors de sa venue à Vico son guide lui présenta le mégalithe comme un « ídolo di i mori », donc "idole des Maures". C'est en fait l'un des premiers menhirs anthropomorphes de Corse, supérieur dans son exécution à ceux de Filitosa.

Il mesurait lors de sa découverte 2m19. Il est connu comme le menhir d'Appricciani, parce qu'à l'époque de sa découverte, Sagone et le littoral étaient rattachés à la commune d'Appricciani. Il a ensuite été rebaptisé Sagone I car il a été trouvé au fond de la plaine de Sagone, au niveau de la route de Paomia. Sagone II est quant à lui intégré aux vestiges de la cathédrale Sant'Appianu. Un troisième mégalithe a été découvert avant d'arriver à Paomia à environ 1km de « rondolino » côté Sagone, et transporté du côté du couvent de Paomia sans précaution particulière : il fut brisé...

On s'était habitué à le voir, dressé comme une sentinelle, au col St Antoine où il était posé sur un socle de granit près de la chapelle qui marque l'entrée de Vico. Depuis quelques mois, il n'est plus visible. Dans la perspective de la création d'un musée archéologique à Sagone, le maire de Vico a jugé, compte tenu des mises en garde sur sa conservation, plus prudent de le retirer en attendant son déplacement définitif à Sant'Appianu.

Cette pratique de retirer nombre de statues est devenue habituelle mais en général, elle est remplacée par une copie, l'exemple le plus illustre étant celui des chevaux de Marly.

La statue du premier consul située place Foch à Ajaccio qui devrait prochainement rejoindre le musée Fesch sera remplacée elle aussi par une copie. Ce qui nous laisse espérer qu'on pourrait ainsi voir un jour une copie du menhir à nouveau à l'entrée du village. ■

**Mensuel publié par l'Association des Amis du Couvent**  
avec la participation financière de la caisse de secteur.

**Direction de la publication : Jean-Pierre Bonnafoux omi**  
- Dépôt légal mars 1998

Pour recevoir régulièrement **Inseme**, la participation  
annuelle aux frais d'envoi est de 15€  
Chèque libellé à l'ordre de :

**l'Association des Amis du Couvent**

Vous pouvez nous écrire à : **Inseme** Association des Amis du  
Couvent 20160 VICO

**Internet : [www.couventdevico.fr](http://www.couventdevico.fr)**  
**[inseme-bulletin.hautetfort.com](http://inseme-bulletin.hautetfort.com)**

**[Mairie-vico.com](http://Mairie-vico.com)**

**Facebook : [couvent Vico](https://www.facebook.com/couventvico)**

## Calendrier d'octobre

### Atelier d'écriture

Animé par Annie Maziers  
Jeudi 8 et jeudi 22 octobre à 14 h  
à la mairie de Vico.

### Atelier de peinture

Reprise de l'atelier peinture le  
mercredi 7 octobre à 14 h au  
Couvent de Vico.

Pour ces deux ateliers : **Contact**  
**Annie Maziers au 04 95 26 64 23**

### Formation à la non violence

Bonjour à tous,  
Il reste quelques places pour  
notre formation à la  
communication non violente.  
Cette formation aura lieu le  
samedi 24 Octobre au couvent de  
Vico de 9h à 12h et de 13h30 à  
17h. Déjeuner sur place.  
Pour plus de renseignements et  
pour les inscriptions :  
**Morgane (06 89 97 66 08) ou**  
**Patricia (06 14 98 18 09).**  
A bientôt ! L'équipe SIPOFA

### Ateliers mémoire et gym douce

Les ateliers ont repris mais compte  
tenu des mesures sanitaires, le  
nombre de participants est limité.  
Se renseigner auprès d'E. Frau pour  
l'atelier mémoire au **06 01 39 18 51**  
et P. Carlini pour la gym douce au  
**06 81 20 63 89.**

### Atelier ostéo-bien-être

Rendez-vous à la salle des fêtes de  
Vico pour un atelier Ostéo Bien-  
être, animé par Carine Bidet,  
ostéopathe, organisé par le pôle  
de santé de Cargese dans le cadre  
de la prévention des chutes, les  
lundis à 14h. Ateliers gratuits pour  
les personnes à partir de 50 ans.  
Inscriptions : **06 62 76 39 22**